

# Родовая Земля

ПЕРВАЯ  
ОБЩЕРОССИЙСКАЯ ГАЗЕТА  
О РОДОВЫХ ПОМЕСТЬЯХ



№ 8 (229), август 2023 г.

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



Путь  
на Родину

2

Образ  
жизни —  
созидание!

6

Будни  
алтайского  
пасечника

10

Пространство  
живой  
Земли

16

Лучший  
поголове-  
стучатель

22

Имя  
и общество

26

## Уроки науки образности

### Техника защиты от негатива

Главное условие успешности защиты — это доверие Богу. Доверие себе как части Бога, вера в себя. Вы защищаетесь по той причине, чтобы улучшить качество своей жизни, чтобы в будущем потратить меньше энергии. Вообще само слово защита здесь не совсем уместно. Мы обычно употребляем слово «профилактика». Вы же, например, принимаете некоторые меры в холод, когда надеваете тёплую одежду перед выходом на мороз, но вы это делаете не столько из-за страха перед морозом, а для того, чтобы вам было комфортно.

Это меры профилактики, которые мы применяем, чтобы качественно проходить это воплощение. Итак, что мы можем сделать?

Есть люди, которые не чувствуют никакой опасности, у них нет опасных образов в голове, особенно у кого сильная вера в себя, они не чувствуют никаких нападений, это включает автоматическую «защиту».

Если же вы чувствуете, что вам нужна защита, что вы ослаблены, если вера в себя слабая, значит, вам необходимо обратить на это внимание и создать специальный образ, который будет помогать вам.

Сядьте в позу медитации. Желательно это делать сразу, как проснётесь, и прочитайте настрой для повышения вибраций («РЗ» № 6 (227), 2023 г.). Если у вас есть способность к созданию мыслеобразов — это поможет повысить ваши вибрации.

**Представьте белый шар — образ вашего духовного сердца. И потом вы начинаете вдохом и выдохом направлять энергии. Представьте, что на вдохе шар расширяется, а на выдохе начинает сиять ярче. Представьте, что шар идеально круглый, как сфера, сияющая ярким белым светом. Эта сфера закрывает всё ваше тело со всех сторон. Её внешний край находится ниже ног, выше головы и на расстоянии около двух метров от вашего тела во все стороны. И представляйте, что этот шар вращается в любую удобную вам сторону.**

**Потом обратите внимание на его верх и представьте, что в этот шар втекает, как сверху падает водопад, поток энергии, который стекает по нему не как капли, а укрепляет его, что этот поток идёт из Духовного мира. Вам это будет, наверное, легче почувствовать, чем сейчас объясняется. Но в любом случае вы почувствуете, как этот поток течёт через шар и укрепляет его с каждым вдохом и выдохом. Потом скажите себе, что эта защита останется с вами, например, на сутки. И поблагодарите своё Высшее Я за энергии.**

Этот шар будет реально создан. И сквозь него не пройдёт ничего, противоречащего вашим вибрациям и энергиям. Для чего нужна такая защита, если и так не пройдёт? Именно для того, чтобы точно в это верить и не пропустить ничего.

# Здравствуй, Россия!

Продолжение истории о том, как семья Сергея Щербакова из Сумской области была вынуждена оставить своё Родовое поместье Заповедная борть и бежать в Россию от безумия современной Украины (начало — статья «Судьба и Родина едины», «РЗ» № 5 (226), 2023 г.).

Первая часть истории закончилась тем, что вся семья оказалась в безопасности, кроме отца Сергея — Дмитрия. Его тогда вывезти было невозможно по нескольким уважительным причинам. А через три месяца семья вновь воссоединилась. Вот как об этом рассказывают Сергей и его отец Дмитрий.

«Наша эвакуация на Родину вызывала двойственные чувства: радость от спасения и тревогу за отца, ведь он остался там совсем один, во враждебном окружении, где ему, как отцу врага, никто из местных националистов даже воды не подает. Жители посёлка ему объявили бойкот и плевали вслед, с презрением шепча сквозь зубы: «Сепар»!

Спасти отца, с одной стороны, было проще, а с другой — сложнее. Проще тем, что вся его вина перед украинским преступным режимом состояла в том, что он отец «врага народа» и чисто юридически ему вменить было нечего, а сложность заключалась в его преклонном возрасте и перенесённой травме.

Вначале пришлось переждать волну обысков и допросов. Я его предварительно проинструктировал, чтоб он всё «валил» на меня. Дескать, он ничего не знал, меня не поддерживает и осуждает, вся литература, символика — тоже только моя. Что я вёл подпольную деятельность тайно и про наш выход ему было ничего не известно. Один из СБУшников предложил повезти отца на проверку на полиграф (детектор лжи), они посоветовались, но, к счастью, не захотели возиться. Отец тогда находился, что называется, «на волоске».

Обыск был один, допросов несколько. Наш квадрокоптер папа заблаговременно разбил, чтобы он не достался врагу.

СБУшники мотались по деревне, как бешеные, всё у всех про нас выпытывали. Давление на русскоязычные семьи многократно возросло. Другьям, которых я попросил присматривать за отцом, даже заходить к нему стало опасно.

Ситуация осложнялась также тем, что у отца изъяли все телефоны, компьютеры и электронные носители информации, полностью прервав возможность нашего общения. К тому же СБУшники предупредили папу, что он теперь невыездной, но никаких расписок о невыезде с него не брали, и нам оставалось только надеяться, что они его просто «брали на понт».

Кроме СБУшников, к отцу навывывались и украинские пограничники, которые пытались выпытать, где и как мы прошли. Они никак не могли поверить, что мы сами, без посторонней помощи, смогли просочиться через их посты и боевые порядки. Видать, им серьёзную взбучку начальство устроило. Как же приятно их оставить «с носом»!

Нам очень помогли друзья, которые тихонько, по-партизан-

Пересмотрев всю возможную информацию по оформлению загранпаспорта на Украине, мы узнали, что оформлять его можно в любом месте, независимо от прописки.

Дабы не привлекать лишнего внимания, решили, что отцу необходимо переехать на некоторое время к друзьям в Киев и оформлять документ там.

По новому законодательст-

бы просто высадили из автобуса и отправили в местный отдел СБУ для более серьёзных допросов. К счастью, обошлось. Была выборочная проверка вещей, вопросы о запрещённых к провозу предметах, без конкретики. В общем, прошло всё довольно быстро и просто, без проблем.

Дальше польская таможня, а вот там...

Автобус загнали в закрытый



ски, передали отцу чистый смартфон и сим-карту. Благодаря этому у нас с ним снова появилась связь.

Пока отец переживал первую волну переполоха и шумихи, стически выдерживая допросы, мы с женой искали любые возможности его эвакуации. Ребята из российской госбезопасности сказали, что единственный на сегодняшний момент возможный способ его вывезти — через Европу. Посоветовали искать перевозчиков, но опасаться мошенников, так как на этом рынке услуг их очень много. Ведь мошенники могут деньги забрать, а людей выбросить в любом месте, а то и вовсе убить.

Информацию о перевозчиках мы искали, где только могли: в интернете, соцсетях, спрашивали у людей. Перерыв весь интернет и отсеяв явных мошенников, мы нашли несколько более надёжных, на первый взгляд, полулегальных перевозчиков.

Первый возил только из Винницы до Москвы, что для отца, который еле ходит, было плохим вариантом, а вот двое других были согласны за доплату забрать его из Глухова и довезти до Курска.

Я уже договорился о поездке на 15 июня, отец собрал вещи, и тут, накануне выезда, звонит водитель и заявляет, что ситуация поменялась и без загранпаспорта, по внутреннему, он перевезти папу не сможет.

загранпаспорт за дополнительную плату можно получить по ускоренной программе за 7 дней. Но по факту ожидать его пришлось дольше. И вот документ оформлен, и новая дата выезда назначена на понедельник 26 июня на 16:00 из Киева. Все, кто ездил по этому маршруту, в один голос твердили, что поездка очень трудная даже для молодых, особенно в жару летом, так как кондиционера в микроавтобусе нет. От трёх до четырёх суток просидеть в машине — очень утомительно.

Нам очень повезло, что как раз на эту неделю началось похолодание с проливными дождями и грозами.

В Киеве отец отъезжал от станции метро Позняки. В микроавтобусе уже сидела одна женщина, ехавшая из Глухова. Отец стал вторым пассажиром. Путь держали на большой скорости. Вечером были в Умани, где присоединилось ещё шесть пассажиров. Ехали с несколькими краткими остановками у автозаправок для покупки кофе и посещения санузла. Ночью машин несколько меньше, но всё равно движение интенсивное, особенно много фур. Один раз водитель остановился минут на 40 вздремнуть, — и дальше в путь. На украинской границе, в Львовской области, был самый опасный этап поездки, ведь если СБУшник не соврал и отец был бы действительно невыездным, его

ангар, выгрузили все вещи и начался досмотр. У отца в силу его возраста — довольно поверхностный. Зато у других...

Вытряхивали вещи из сумок, вскрывали все коробки, пересматривали каждую мелочь. В автобусе поднимали все сиденья, вскрывали обшивку дверей и обивку салона, обстукивали колеса, под машиной осматривали днище. Процедура не очень длительная, у них это всё отработано, но на нервы действует, особенно тем, кому опять пришлось плотно упаковывать свои вещи. Но таможенников злить нельзя, себе хуже. По Польше ехали, объезжая крупные города. В общем, как и раньше: придорожные заправки, кафе и т.д.

О том, что пересекли границу Польши с Литвой, отец понял по песням из приёмника. Они сначала были на польском языке, а стали на литовском.

В Прибалтике крупные города также огибали. Границ между прибалтийскими странами папа не заметил. В Эстонии на таможне, уже ночью, отец увидел большое скопление легковых машин. Оказалось, что люди стоят уже двое суток. Скидок на маленьких детей не было. Им посоветовали: если хотите пройти контроль быстро — берите вещи и идите на контрольный пункт пешком. Так и поступили, тем более что их микроавтобус возвращался обратно на Украину, а на Российской тер-

ритории папу ждал такой же автобус.

Паспортный и таможенный контроль проходили относительно недолго, в вещах особо не рылись. С территории Эстонии их выпустили на нейтральную территорию: бетонный мост через речку. Российский пограничник сказал ждать, когда позвут.

Начинало светать, загрызали комары и было ощутимо холодно. Периодически в одну и другую сторону пропускали фуры. Пришлось подождать. Часов в 6 утра разрешили выйти на территорию РФ. Там условия были лучше: есть санузел, тепло и появилась возможность побриться. Снова подождали. Сотрудница таможенной службы сказала, чтобы не очень надеялись на скорую процедуру проверки: это будет в лучшем случае после обеда. Но сначала выделила пожилых людей и тех, кому нет восемнадцати лет, для досмотра и оформления документов. Досмотр прошёл быстро: вещи — через рентгеновский аппарат, люди — через рамку и металлодетекторы. Дальше по одному оформлению документов: записали куда, на сколько, оформили миграционную карту и поставили штамп в загранпаспорте. Дальше, на выходе, снова проверили паспорта и миграционные карты и... Здравствуй, Россия!

Вышли, нашли автобус и ждали остальных попутчиков. На заправке сказали, что санузел сломан. Хорошо, что недалеко небольшие кусты. Кажется, что ерунда, но было не до смеха.

Ждать пришлось до 19 часов. Оказалось, что остальные заполняли декларации, а затем ждали, когда пройдут люди с российскими паспортами (это быстро) и те, кто двое суток в очереди. Все проголодались и просили ехать в ближайшее придорожное кафе. Дальше — снова в путь.

Ночь, большая скорость, сильнейший ливень. В эту ночь, в отличие от предыдущей, удалось немного вздремнуть. Водитель останавливался, также спал минут по 20 — и вперёд. Утром оказалось, что папа уже в Орловской области, а дальше — проблемы. Все ехали в Луганскую область, а отец лишь один — до Курска. Это не совпадало с маршрутом, который хорошо знал водитель. Лишь начальная договорённость обязывала его ехать в Курск. Водитель ввёл в навигатор маршрут объездными дорогами. Ехали часа два какими-то просёлочными дорогами, заезженными и не очень, кое-где по колону в грязь. Навигатор упрямо напоминал о поворотах. Когда заехали в Курск, попрощались с попутчиками, желая друг другу доброго пути.

Вот с такими приключениями, проехав пол-Европы, отец вернулся домой, в Россию.

Путь на Родину был труден и тернист, но с Божьей помощью наша семья смогла в полном составе вырваться из украинского капкана, найдясь порой на грани и выбираясь из таких ситуаций, из которых выхода, казалось, нет.

И если на то будет воля Всевышнего, мы обязательно возродим наше Родовое поместье Заповедная борть. Ведь наша семья не представляет себе жизни без единства с Природой».

**Сергей и Дмитрий  
ЩЕРБАКОВЫ**

**Курск**

**Вестник Родовых поместий**



# Почему именно Любимовка?



Мы, конечно, ездили и смотрели, немного, но всё же. Примеряли на себя этот образ жизни, будто одежду в магазине, так и не решаясь её приобрести.

Мы создавали свой проект поселения, продумывали разные вопросы. Оказалось, что в то же самое время инициативная группа Лукоморья (будущей Любимовки) занималась тем же самым. И в деревне мы обустроились в то же самое время, когда первые поселенцы стали жить в д. Устиново.

Мы будто шли параллельно, набирая свой опыт, чтобы в нужное время привезти его в Любимовку. Если бы мы были здесь с самого начала, какой бы был наш путь? Смогли бы мы принести что-то, чего здесь нет?

Нам приходила информация, мы слышали об их аквакультурном грандиозном проекте, но это не зацепило. Слышали о школе народной культуры, о том, что дети занимают места на престижных конкурсах, но и это не зацепило. Да, поехать, посмотреть — интересно, но у них там, похоже, та-

кая движуха, такая суета... Что нам там делать?

Но вот когда они написали: «Ребята, мы мечтаем о своей школе, нам нужны учителя!» — вот это зацепило. Надо же, им там кто-то нужен, и не просто кто-то, а учителя! Что же в голове у этих людей, что они там задумали, уж не то же ли, что и мы?

Мы знакомились с Любимовкой осторожно и постепенно. Только через полтора года, когда уже и так всем всё было понятно, мы признались, что, видимо, нам по пути...

Потом почти два года у нас ушло на то, чтобы переехать. Наконец мы здесь живём. Надо сказать, что приезжать на праздники и жить постоянно — это совершенно разные вещи. Но мы не чувствуем себя понаехавшими. Ощущение, будто мы вернулись домой из очень длительной поездки, настолько длительной, что дома всё оказалось несколько не так, как мы представляли. И мы ещё не приехали, мы ещё ощущаем себя в пути. Словно несколько суток ехали в поезде, зашли в дом, а в ушах всё стучат и стучат колёса...

Почему Любимовка?

Потому что мы здесь нужны! Это место живое. Да, оно сейчас как дом, в котором идёт ремонт, дом, который ждёт, ждёт людей, чтобы произошло это великое чудо сотворчества. И сейчас — самое время!

Чего не хватает в Любимовке?

Знаете, много чего! У нас тут такая большая строительная площадка. И стройка идёт даже не столько в прямом, материальном смысле (хотя и этого тоже достаточно), сколько в плане смысловом и психологическом. Стройка отношений, стройка образа, движение от точки к точке.

Бывает, к примеру, присое-

диняется семья, у них горят глаза, а потом они разочаровываются. Мол, ребят, у вас так хорошо на праздниках, а тут оказывается... Оказывается, что надо работать, надо вкладывать, что праздники не появляются сами собой, сами собой не проводятся субботники, сами собой не организуются детские занятия и прочее, и прочее...

Вкладывать надо не только в своё, но и в общее, потому что у нас нет «обслуживающей компании», потому что мы не покупаем землю, а берём на себя ответственность за эту землю и её будущее.

Жизнь на земле помогает избавляться от чар и иллюзий, делает нас настоящими, вскрывает внутренние вопросы, чтобы исцелить. Это не всегда безболезненно, но это очень полезно. Полезно для души и для духа.

Мы, наверное, должны наперебой всем рассказывать, какие мы счастливые, какие успешные, какие гармоничные, сколько у нас красивых домов, сколько километров дорог и сколько гектар озёр... Как иначе привлечь новых людей? И это на самом деле есть, но не кажется



ся ли вам, что получается потребительское отношение, как в магазине? Вот тебе параметры, приезжай, смотри, пробуй, выбирай!

Но мы не выбираем. Земля выбирает нас. Выбирает и зовёт. Тихонько так зовёт. Когда рано утром идёшь по этим будущим поместьям, очень сильно ощущается, как земля ждёт. Ждёт тех людей, которые сейчас где-то в поисках своего места или даже ещё не в поисках, но всё равно уже в пути...

А оно вот, отчаянно зовёт! Как позвало нас, звало долго, подстраивая встречи и подкидывая подсказки. Зовёт, чтобы избавиться от чар и иллюзий, чтобы взяться за большое и настоящее дело. Чтобы принести сюда своё видение, свои идеи, стремления,

еечты! Вот чего не хватает в Любимовке!

Поселению уже 10 лет, но это не с рождения, а с зачатия. Много уже сформировано и намечено, а многое ещё только предстоит. Самое время начинать, у нас очень много свободного места! У нас много направлений, и очень не хватает вас!

Приехать можно по предварительной договорённости.

Звоните 8-996-134-8051 —

Екатерина.

Любимовка в ВК — vk.com/

prp\_lubimovka.

Любимовка в Телеграмм —

t.me/prpLubimovka.

**Илья БОЙКОВ**

ПРП Любимовка, Тверская область

## Приглашаем соседей в поселение Любимое

Экологическое поселение в Калужской области, Кировском районе приглашает соседей, желающих построить свой дом в прекрасном месте, в котором есть небольшая речка, грибной и ягодный лес, чистый воздух и возможность воплотить свои мечты о собственном доме.

Мы продолжаем работать в русле развития нашего поселения, и ещё один шаг в этом направлении — с 2021 года земля переведена в статус населённого пункта.

Выполнены все необходимые кадастровые работы на одном поле.

Участки на любой запрос — до 2 га.

В марте 2022 года мы получили статус «Ж1 — зона застройки малоэтажными домами».

Приглашаем к нам в поселение! Есть свободные участки с уже подведённым электричеством.

С началом строительства жилого дома (не бани, не любого другого подсобного помещения, а именно жилого дома), если человек твёрдо уверен, что будет здесь жить, участок можно оформить в собственность.

В деревне, к которой присоединили наши земли, утверждён план газификации, поэтому, как только наберётся у нас достаточное количество построенных домов, мы сможем подать заявку на подключение газа и в наши дома.

Также есть участки, которые можно использовать для открытия собственного дела.

Ждём активных поселенцев!

Телефон для связи 8-953-321-5183 — Ника.

# Скучать не получится...

— В поле будет скучно, — говорили они.

— Что угодно, но только не скучно! — восклицали мы.

На седьмой год в Радосвете социальная жизнь стала уже непринципиально разнообразной. Особенно недоумевают городские жители: ведь у них есть стойкое представление о том, что в поселениях — скучота и уныние, а самые доступные развлечения — это светские беседы с огурцами в теплице и спортивный марафон с триммером по гектару.

А ещё есть легенда, что в поселениях все жители благобно-отлетевшие и максимум на что тут можно рассчитывать — это водить хороводы с перерывами на медитацию и обед из праны.

Да-да. Это всё у нас тоже есть. Но когда в одном месте концентрируются активные, творческие и предприимчивые ребята, скучно не может быть по-любому. Многие наши жители стараются привнести разнообразие в общественную жизнь, что-то организовать, поделиться знаниями и навыками, раскрыть таланты свои и соседа.

Кажется, это уже не остановить.

Вот список того, как можно провести время в Радосвете.

**Активный образ жизни:**

- йога;
- тренировки ОФП и спортивный туризм;
- карате;

- активная динамическая медитация Шодхан;
- футбол;
- волейбол;
- скоро будет секция по боксу.

**Творчество, образование:**

- класс живописи;
- театральная студия;
- уроки швейного мастерства;
- курс по прикладной юриспруденции;
- образовательные живые семинары и мастер-классы на разные темы (от садоводства и здоровья до финансов).

**Развлечения:**

- праздники большие и малые;
- вечеринки и дискотеки;
- ярмарки;



- субботники;
- совместные поездки на море;
- летний кинотеатр.

**Для детей:**

- детский лесной центр по будням для дошкольников;
- еженедельные спортивные соревнования;
- летние лагеря (образовательные и не только);
- с сентября стартует семейный класс для учеников начальной школы.

И это только общественные мероприятия, не считая разнообразных частных, организуемых в поместьях жителей. Как тут заскучать-то вообще? При всём жела-

нии уже не получается.

Одним вечерком мы организовали «Кабачки-party». Жарили овощи на гриле, интересно беседовали, играли в пляжный волейбол и слушали музыку.

В общем, друзья, у нас есть ещё свободные участки и мы всегда рады классным новым жителям, разделяющим наши ценности. Тем более у нас сейчас действует акция — 1,5 га по цене 1 га.

Оставляйте заявку на сайте: <https://vk.cc/cp7G6c> или по телефону 8-918-664-5555.

**ПРП Радосвет,**  
**Краснодарский край, Крымский район, ст. Варениковская**  
<https://vk.com/radosvet23>

# Задания по экономике совершенствования среды обитания

**П**редлагаю ряд задач по математике с элементами новой экономики для занятий с детьми и без них (для взрослых), которые могут наглядно показать возможности развития России.

Что есть экономика? Это наука об успешном ведении домашнего хозяйства (так было изначально со времён древней Эллады и только потом придумали, что экономика — это наука о торговле и каком-то там росте промышленности, обмене и так далее). Вернёмся к первоисточкам.

Данные для задач можно взять из открытых источников, то есть из интернета.

## Задача 1

**Сколько нужно денег, чтобы построить клуб, медпункт и школу в поселении? Какова стоимость материалов для этих объектов в поселении? Сколько стоит содержание школы, медпункта и школы в месяц? Сделать минимальные и максимальные расчёты.**

**Сколько стоит провести хороший интернет в поселении (хотя бы в клуб и школу)? Потому что в клубе можно не только проводить занятия, но и организовать местный детский садик, Центр для бизнеса или дать возможность через интернет работать команде IT-специалистов.**

Зачем детский садик? Мы хотим, чтобы в поселении была молодёжь. Однако сейчас большинство молодых людей, образующих семьи, воспитывались в детских садах и жизнь свою в воспитании детей без детского сада не представляют. Люди в мегаполисе стоят годами в очереди на место в детский сад.

Почему бы им не предоставить вместо жизни в мегаполисе жизнь в поселении Родовых поместий, где они будут оплачивать местный детский сад и построят или заплатят за постройку необходимых помещений, детских сооружений и т.д., или, вступив в строительный кооператив, будут сами строить дом на 4–5 комнат? Постройка такого дома обойдётся в 3–5 млн. рублей (максимум), а квартира-студия (гостинка, как раньше говорили в СССР, проще — однокомнатная без кухни) стоит при покупке в ипотеку от 4 млн. рублей. Как говорится, сравнение очевидно: 10–20 лет ипотечного рабства в одной комнате в «человечнике» (как уже прозвали горожане современные многоэтажки) или сразу дом с 4–5 комнатами, садом, хорошими соседями и возможностью отдать в детский сад ребёнка с небольшой группой детей. Как говорилось в рекламе 30 лет назад, «при всём богатстве выбора другой альтернативы нет».

Когда мы делаем расчёты о том, сколько нужно денег на строительство домов, то сразу думаем, где эти деньги взять, когда их просто нет у поселенцев.

А если пойти по другому пути? Посчитать, сколько требуется материалов на полное поселение 100 семей и умножить их на 100 поселений в области. И вот полу-



чается спрос на строительные материалы, а ещё на строительные работы в течение 2–5 лет в области или крае, что приведёт к росту малого и среднего бизнеса.

Почему такое дорогое жильё в Москве, Петербурге и других крупных городах? Потому что строительство ведут огромные компании-застройщики, заинтересованные не в хорошей жизни горожан, а в максимальной прибыли за счёт жильцов: минимум строительных затрат и максимум цен при продаже. Поэтому выгоднее построить много маленьких квартир и продать через банк сразу, а потом ещё построить и так далее. Ещё два года назад заметили некоторые экономисты: такие районы со временем превращаются в «гетто» — места с криминогенной обстановкой и процветанием нищеты. Потому что люди чувствуют себя в них как в тюремных камерах. Подобные дома в Америке строили как социальное жильё для сдачи в аренду, но через несколько лет их решили снести, так как они стали рассадниками преступности. А жильцам вместо дешёвого жилья в многоэтажном доме предоставили полноценное жильё в нормальном доме. Это было дешевле, чем потом иметь последствия в виде роста преступности в мегаполисе. Сейчас в Петербурге уже есть дом, где живут 18 тысяч человек в маленьких квартирах... Как же не вымирать народу от такого житья с рабством в ипотеке на годы вперёд?

Поэтому нужно предложить молодым семьям учёных, студентов, инженеров-робототехников, IT-специалистов, юристов, бухгалтеров новый вариант счастливой жизни — жизнь в поселении Родовых поместий. Интернет позволяет работать из поместья даже на Байконуре, как работал отец Даши из книги «Кто же мы?» Владимира Мегре.

А куда потом денутся все эти выстроенные сотни домов с квартирами в одну комнату и по 40 дверей на этаже? Их можно в будущем только использовать для сдачи под офисы или для номеров домашних гостиниц, когда миллионы туристов будут приезжать в Новую Россию. Потому что жить туристу несколько месяцев или недель в таком номере-студии вполне подойдёт, если это не очень богатый человек, и он приедет только чтобы надышаться свежим чистым воздухом и питаться

чистыми продуктами в России. Почему миллионы? Потому что, скорее всего, в большинстве будут туристы из Китая и других азиатских стран (Кореи, Вьетнама), так как у них сильно разрушена природа и от этого их климат становится всё жарче и качество жизни падает. А население при этом по плотности в сотни раз выше, чем в России. У них нет таких лесов, как в России, и столько пригодной земли под Родовые поместья. Помните, что В. Мегре в книге «Кто же мы?» при виде картины вероятного будущего сразу подумал, что Москва захвачена иностранцами? Почему? Европейцев трудно отличить от русских коренных жителей, а вот азиатов никак с русскими не спутаешь. Так что речь шла в первую очередь о туристах из Китая, где этих «человечников» полно и люди живут хуже, чем в советской общаге.

Так что эти «человечники» в будущем нужно будет сдавать туристам или придётся сносить, как Америке. Кстати, один экономист предложил решение вопроса: запретить корпорациям строить жильё, а давать им проекты на строительство инфраструктуры, потому что всегда нужно строить дорогу, проложить электричество (через линию или замену батарей). И пусть эти компании строят дороги в поселении Родовых поместий: и строители будут зарабатывать, и страна станет более безопасной и привлекательной для туризма. Чтобы в Россию ехали туристы, нужно сделать страну красивой, безопасной и чтобы сами граждане жили счастливо в стране.

**Поэтому проведите подсчёты, насколько увеличится строительный бизнес при массовом строительстве Родовых поместий.**

Когда есть расчёты на увеличение бизнеса и спрос на рабочие руки, то можно уже привлекать не только чиновников и политиков, но и финансистов и банкиров, предлагая им профинансировать будущую среду для иностранного туризма. Это и полезная математика для детей, чтобы уметь считать не абстрактные задачи из учебника, а те, которые нужно решить семье в настоящем и будущем. Это возможность делового разговора для развития бизнеса в поселении и для встречи с будущими молодыми семьями, которые захотят жить в Родовых поместьях.

## Задача 2

**Насколько дешевле проживание в поселении Родовых поместий?**

**Сколько нужно денег для полноценной жизни молодой семье с одним ребёнком, двумя и тремя детьми?**

Посчитайте, какие полноценные потребности человека позволяет решить Родовое поместье и сколько это будет стоить, если часть продуктов выращивается на своём огороде или можно



купить у соседа, который тоже не очень дорого продаст качественные продукты. Культура, кружки, чтение книг, кинофильмы — нужно в цифрах посчитать и доказать, что всё, что получает житель Москвы, можно получить в поселении Родовых поместий, и сколько средств для этого потребуется.

## Задача 3

**Какой доход в среднем должен быть у семьи в поселении Родовых поместий на 80–100 семей, чтобы они могли финансировать строительство двух-трёх домов в год в своём поселении?**

Зачем? Чтобы молодёжь сразу, как в СССР на стройках социализма, получали жильё в подарок! Как только это станет возможным, то молодые семьи повалят в поселение Родовых поместий, а ипотека умрёт, как остановились уральские заводы Демидовых, построенные на крепостном праве, как только это право отменил царь Александр II. Надо изначально по-

нять, что никакого пассивного дохода в жизни не существует. Бывают результаты прошлых усилий, мысли и действий, которые долго приносят пользу. Нет в природе пассивного дохода! Иначе животные бы вымерли. Для развития нужно двигаться и думать!

Поэтому изначально жизнь в поселении нужно планировать как активную, когда поселенцы дружно помогают друг другу, строят дома молодым семьям, а при больших доходах финансируют восстановление природы через ликвидацию старых заводов, очистку рек, мусора.

Что такое разрушение климата планеты? Это когда миллиарды ведут себя как потребители. И «зелёная экономика», построенная на идее снижения потребления, не может спасти планету, как если алкоголик просто станет пить отраву меньше. Агония просто продлится дольше. Нужна экономика, когда миллиарды людей восстанавливают планету. А деньги — это способ перенаправить усилия людей с войн и преступлений на совершенствование среды обитания!

И Анастасия придумала, чтобы семьи в Новой России и других странах через создание Родовых поместий восстанавливали природу. А те, кто не могут создать поместья, так как живут в другом краю, где нет возможности получить землю, будут покупать продукты из Родовых поместий и приезжать на отдых в Россию, фактически финансируя восстановление природы. Также тогда и промышленность начнёт служить для восстановления природы, если вместо индустрии развлечений

будет создавать технику в помощь Родовым поместьям и очищению природы в городах. Это изменение сознания сотен миллионов людей и это есть пробуждение человечества от окультистического сна.

**Почему раньше родственники или общинники строили молодой семье дом? Какие варианты?**

1. Потому что семье нужно отдельное пространство, поэтому пока семьи нет, человеку дом и не сильно нужен. Он внутри своего рода живёт, а отделяется, когда свою семью создаёт. Об этом говорил прадед Анастасии, когда сказал, что нельзя строить дом, пока нет семьи. В этом, кстати, и ошибка всего современного строительства квартир. Их строят просто так, чтобы получить прибыль, а в СССР — просто чтобы выполнить план. А где захочет жить семья, когда она будет создана, это в плане строительства совершенно не учитывается, так как человек в современном строительном бизнесе и в СССР просто как вин-



тик — за него решают, где и как ему жить. Никто согласия не просит на строительство именно такого дома и квартиры. Это власть монополий или, как выразилась Анастасия, власть технократической среды, которая из человека-Творца делает человека-раба.

Поэтому строительство домов в поселении Родовых поместий нужно планировать изначально для молодых семей, а это ещё и вклад в восстановление природы. Потому что каждое Родовое поместье больше делает для восстановления климата планеты, чем дача! И это нужно финансировать, как труд лесника и садовода.

Но изначально, как сказала Анастасия, «вырастут новые дети, которые решат проблемы». Выросли уже новые дети и им нужно задавать сложные вопросы и задачи на решение проблем в обществе. Тогда они найдут решения. Потому что им это интересно и потому что они хотят построить новый мир!

А ещё, как сказал Виктор Яковлевич Медиков, «ошибка многих создателей поместий в том, что они пытаются построить Родовое поместье, не создав Пространство Любви внутри души...». И приносят в поместье всё, что у человека в душе. Отсюда эгоизм, нежелание слушать и слышать других. Помните русских меценатов, декабристов, купцов старообрядцев, Ломоносова? Все они вкладывали огромные деньги в общество, строя больницы, храмы, библиотеки, оказывая помощь людям. Зачем это они делали? И почему другие современные миллиардеры этого не делают? Потому что в царство небесное попасть хотели? Так ведь буддисты не верили в царствие небесное, а также заботились об окружающей среде и людях. В чём причина современного эгоизма финансистов и богатейших людей России и мира? И почему декабристы, будучи богатейшими людьми, переживали за народ? Зачем золотопромышленник Иннокентий Сибиряков столько жертвовал простым людям, выделяя деньги даже на свадьбу? Ответ прост: «Причина злодеяний проста — счастливые люди хотят других осчастливить, а несчастные делают несчастными других». Или, как сказала однажды Анастасия, «влюблённый по-настоящему не может зла творить, он желает всем счастья!». Так вот меценаты прошлого и современные в своей семье сохранили любовь, поэтому они были счастливыми людьми и хотели такого же счастья и окружающим! Поэтому и жители Родовых поместий Вedicской Руси хотели счастья молодым семьям, и ради этого они строили им дом и сажали сад. От этого Пространство Любви вокруг поселения и внутри постоянно расширялось!

А современные финансисты и миллиардеры равнодушны к чужим бедам просто потому, что у них в семье нет любви. Они её не сохранили или изначально брак был по расчёту, как в фильме «Игрушка». А заканчивается фильм «Игрушка» тем, что отец мальчика понимает, что существует настоящая любовь, а есть

просто бизнес и власть.

А как отвечал влюблённый мужчина на Руси? «Я буду использовать власть, чтобы сделать прекраснее мир вокруг». Кстати, по легенде, Спартак пытался уничтожить рабство в Древнем мире. А вот вождь рабов из притчи о Демоне Крайности не собирался уничтожать рабство, а только хотел поменять местами рабов и хозяев, не меняя структуру общества (он просто желал сделать государственный переворот). В этом государстве жрецы изначально не имели рабов, так как им всё давали в дар фараоны и чиновники. Поэтому их власть была невидима и непонятна вождю рабов. И он решил их не трогать. А вот супермиллиардер Джон Хайцман, когда создал поселение в Америке ради любви к женщине, уничтожил систему рабства в этом районе. Люди в его поселении жили вольными на своей земле, и он в это вложил душу и огромное количество денег, собранных его семьёй за десятилетия. Потому что по закону Вселенной энергия должна перетекать или работать. А сейчас энергия мысли в деревне и в городах у сотен миллионов людей уходит в никуда: на пьянство и пустые развлечения.

А вот энергия мысли в поселениях Родовых поместий и среди людей, которые строят новую цивилизацию, должна служить тому, чтобы любви вокруг становилось всё больше! Тогда и богатейшие люди будут вкладывать деньги, свой талант не в яхты, заводы и дворцы, а в создание поселений Родовых поместий, где он или его дети и внуки будут жить счастливо веками.

Поэтому изначально нужно говорить не о земле как экономическом потенциале, а создании условий для счастливой жизни каждой семьи в России. А если даже кто-то не хочет или не может пока создавать Родовые поместья (например, работает на крайнем Севере), то он сможет покупать продукты поместий и быть здоровым, а в будущем, возможно, на старости, и сам захочет жить в таком прекрасном поместье, чтобы потом детям передать и внукам.

Так что изначально нам стоит обратить внимание на то, что нужно пропагандировать культуру, которая позволяет сохранить любовь в семье или вернуть, если она ушла. А Родовые поместья — это среда для такой семьи, как компьютер — среда для работы программиста. И пропаганду этой культуры сохранения любви нужно делать не только через политику и выступления учёных, но и через кинофильмы. Потому что при действующих технологиях хороший увлекательный художественный фильм за 2–3 месяца делает идею Родовых поместий более популярной, чем годы политической пропаганды. А ведь в кино последние 25 лет нет новых идей. Все идеи уже отыграны и обыграны сотни раз. Снимаются ремейки старых лент, повторяются сюжеты, придумываются продолжения старых фильмов, но нового ничего нет в мировом кинематографе со времён издания книги «Сотворение». Это даже Киану Ривз

заметил в фильме «Матрица» 2021 года, где продюсеры признают, что новой идеи нет. Всё идёт по кругу.

Потому что новые идеи для кино могут дать только анастасиевцы. Сколько здесь увлекательных сюжетов и судеб за последние 25 лет! Можно снимать сериалы и фильмы о жизни солнечных бардов, как они путешествовали по стране и пели о Новой России, талантливых айтишниках, которые переехали жить из города в поселения Родовых поместий, о необычных брачных слётах, на которых встречались парень и девушка, а потом создавали счастливую семью. Сколько прекрасных новых фильмов можно создать про Новую Цивилизацию, и они привлекут в Россию и миллионы новых туристов, и инвестиции в Родовые поместья. Потому что, как правило, инвестиции делаются для будущей прибыли.

Но большинство инвестиций сейчас идёт в экономику разрушения и потребления, хотя и «зелёная экономика» воруется миллиардами долларов. А если люди узнают, что можно инвестировать в восстановление климата, а потом, например, на доходы приехать отдыхать в Россию или получать подешевле качественные продукты Родовых поместий... Это и поднятие престижа России и её культуры на мировом уровне!

Ещё в 2005 году мы пробовали организовать съёмки художественного фильма о Родовых поместьях по повести «Колдун». И я тогда писал сценарий, который лежит на полке до сих пор. Сценарий о том, как молодой раненый офицер после чеченской войны приезжает в родные места, в Сибирь, и там на заимке дед-лесника учится себя лечить. И ему удаётся исцелиться. А потом он сам становится целителем. И уже целый посёлок живёт за счёт потока людей, приезжающих к нему. А однажды к нему привозят двух сестьёр для лечения болезни, которую врачи считают неизлечимой. Так начинался фильм в наших мечтах. И я думаю, что эти мечты пора осуществлять, чтобы на киноэкранах молодые актёры (театра или кино) показали образы новой цивилизации, которая развивается в России.

Уже прошли День Дачника и день рождения В. Н. Мегре. Желаю ему здоровья и долгих лет жизни, и почаще видеться со своими детьми и любимой Анастасией. И чтобы он увидел процветание Родовых поместий и принятие пакета законов для развития Родовых поместий в России. Книги Владимира Николаевича — это не только источник вдохновения для миллионов, но учебник семейной жизни рода. Когда мы можем видеть, как начинаются отношения, как решаются семейные конфликты, как мудрая жена делает из любимого мужчины героя, сумев спасти его от гордыни и болезней. Как тактично порой поправляет Анастасия Владимира, если он ошибается или поступает неправильно. Как выстраиваются отношения с детьми и как люди с разной культурой и осознанностью благодаря искренней любви и чистым помыслам создают счастливую семью, преодолев все трудности и препятствия.

В. Н. Мегре предложил акцию «Миллионы кедров Родине». Это очень прекрасный проект, так как даёт возможность людям любого возраста и образования зарабатывать на жизнь в поместье, совершенствуя среду обитания. Этим делом может заниматься даже ребёнок шести лет. И чем чище будут у человека помыслы, тем большего эффекта он добьётся. Это тоже проект Новой России, экономика совершенствования среды обитания, когда любовь на первом месте! Без любви прекрасные кедровые не вырастят!

Надо жить так, чтобы Пространство Любви вокруг тебя росло! И мысль нашу на совместное творение нужно направлять. Чтобы семей, в любви живущих, в мире становилось всё больше. Тогда и прекратятся войны и преступления. И образ Новой России нужно распространять через кинофильмы про любовь и Родовые поместья!



## Маленькие чудеса

Расскажу, какие маленькие чудеса происходят у нас с соседями.

Наша деревня с тех пор, как мы здесь поселились, сильно разрослась — раз в пять-шесть.

Была одна улица, на которой наш — крайний участок. Вокруг были поля «сельхозки».

Когда мы выделяли земельный пай, можно было выбрать землю в любом месте, но мы, естественно, выбрали землю, прилегающую к нашему планоному участку. Всю остальную «сельхозку» тоже кто-то выделял, переформлял в земли населённого пункта, делил на планоные участки и продавал. Какие-то участки в пределах деревенской земли сформировала и продала с аукциона администрация поселения.

Настроилось много новых домов.

В другом конце нашей первоначальной улицы, которая так и не имеет названия (потому что была одна), построили парк активного отдыха «Русские горки».

Совсем рядом с нами один хозяин вырыл огромный пруд, прилегающий к его дому, больше похожий на озеро, а подход к пруду с другой стороны сделал доступным для всех. Пройти туда недеревенским практически невозможно.

Теперь есть три семьи, которые держат коз, одна семья — лошадей, и даже появилась большая экопасака.

Да, дома стоят дом в дом, нет между участками межей. И люди обычные, кто откуда — из Москвы, Твери, Ставрополя и других мест. Разные дома — и побогаче, и попроще. Много собак. Поселились несколько молодых многодетных семей. Почти все строятся так, чтобы жить здесь постоянно. Удобно. Тверь всего в 7 км. Москва — в 150 км. Не один раз слышала, как говорят: «Здесь как в раю». Много домов без заборов. С посаженными изгородями.

Поначалу вновь прибывающие пытались с нами конфликтовать. Но им не нравилось, что у нас заборов нет, то собак отпускали, чтобы они бегали у нас, то покушались на нашу землю, иначе будут писать на нас жалобы, чтобы нас штрафовали, то запрещали ходить по дорогам, тем, которые якобы частные, отсыпанные землёй из того самого огромного пруда и т.д.

Со всеми этими вопросами я работала мысленно, с благословения Бога и рода. Через родовое дерево. Потом ко мне присоединилась дочка. Она стала учить этому внуку. И те, кто ранее вступали с нами в конфликты, теперь сами подходят, общаются. А сегодня так вообще произошло удивительное для моей дочки событие: хозяин того самого, с большим прудом участка подошёл со своими собаками, чтобы их познакомиться с нами. Их нужно было погладить, чтобы они перестали лаять из-за сеточного забора и пугать внуку.

Главный врач нашей районной больницы однажды написал на меня жалобу. Так за всё время я ни разу не заплатила ни одного штрафа за зарастающий лесом участок, за некоторые нескошенные места и за нецелевое использование земли. Естественно, никаких судебных дел тоже не было. Потому что в моих мыслях то, как мы живём, каково наше отношение к земле, как раз есть самое что ни на есть — целевое, только по определению Бога.

И так у нас чудеса происходят каждый день.

Действительно, и по моим ощущениям жизнь у нас, как в раю.

**Елена МИХАЙЛОВСКАЯ**

Родовое поместье Дивнозорье  
в д. Алексеевское, Тверская область  
Вестник Родовых поместий



# Жизнь в Родовом поместье

Поведаем о замечательной супружеской паре Горнаевых-Катковых из ПРП Ковчег (Калужская область, Малоярославецкий район). Все наши создатели Родовых поместий — по-своему замечательные люди. Уважаемые читатели, порауйтесь вместе с нами и пожелайте всем такого же славного, доброго жизненного пути.

Рассказывает Надежда Метлова, жительница поселения Ковчег.

## Алексей Андреевич ГОРНАЕВ, муж, отец, дед.

Алексей Андреевич Горнаев родился в 1958 г. И вот сколько всего он уже сделал для людей и жизни.

Работал вместе с Фёдором Лазутиным, основателем и первым директором поселения Родовых поместий Ковчег, когда нужно было строить, снимать видео, готовить встречи, доклады. Вместе с Фёдором и другими поселенцами снимали, монтировали, озвучивали учебные видеофильмы: «Дом из бруса» 2007 г., серия фильмоиллюстраций к книге Фёдора Лазутина «Пчелы в радость», 2011 г.

Алексей Андреевич одним из первых откликнулся на призыв о помощи по расчистке пожарища на участке Лазутиных в 2015 г. Он помогал отстраивать новый дом для вдовы Елены Лазутиной и её детей на субботниках.

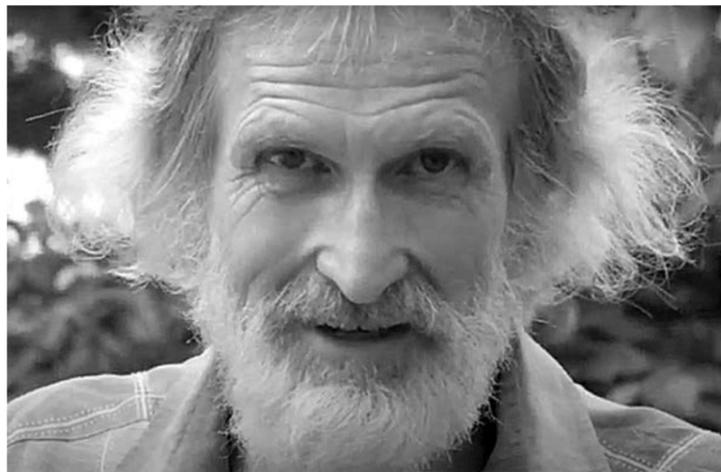
Алексей Андреевич ведёт видеоархив поселения, снимая и монтируя Круги поселений, семинары, встречи с интересными людьми, концерты.

Имея широчайший круг общения с людьми искусства, политики, науки, педагогики, продвигает идею Родовых поместий, находит точки её соприкосновения в различных областях жизни. Алексей Андреевич Горнаев — постоянный докладчик на ежегодных Международных научно-практических конференциях по теме «Научные основы и практическая реализация идеи Родовых поместий в России и мире» в МГУ им. М. В. Ломоносова.

Увидеть духовную летопись Ковчег можно благодаря подвижничеству Алексея Андреевича на интернет-канале «Акцент ТВ». У канала 5 тысяч подписчиков, 481 видео.

Новый вид искусства — гимнастику А. В. Бояршинова — он принял из первых рук и обучает этому на протяжении нескольких лет в различных аудиториях: регулярно в поселении, в молодёжном лагере Ковчег, на семинарах. Этой же теме посвящён созданный Алексеем Андреевичем в 2016 г. на Ютубе культурно-просветительский канал «Акцент ТВ». С тех пор автор выпустил уже 481 видео, взял интервью у 44 человек. И таким образом «предоставляет возможность высказаться людям, имеющим стойкий жизненный оптимизм, желающим добра человечеству» (Акцент ТВ — <https://youtu.be/yGzZJEAsjgY>).

На протяжении 13 лет Алексей Андреевич привлекает на субботники по посадке деревьев на территориях поселения и вокруг него как самых маленьких, так и



взрослых, весной и осенью, в любую погоду. Гости поселения, даже иностранные, вместе с Алексеем Андреевичем высаживают крохотные саженцы и, приезжая вновь, любят посаженные деревьями. Почти все посадки на Ясной поляне, у «совместной закупки», вдоль дорог, в лесных чащах вокруг Ковчег организовал Алексей Горнаев с товарищами. В 2016 г. он участвовал в посадке около 800 саженцев кедров вокруг Ковчег. Всё биоразнообразие деревьев и кустарников, что вы видите на общих территориях Ковчег, — это воплощённая в дела любовь Алексея Андреевича к земле.

Движение озеленения благодаря широкой общественной деятельности и такту в общении Алексея Андреевича приобрело широкий размах. Озеленителей Ковчег наперебой приглашают жители соседних деревень, главы поселений и даже командиры воинских частей. За 2015, 2016, 2017 годы Горнаев с товарищами украсил посадками редких деревьев и кустарников сельское поселение Спас-Загорье, деревни Михеево, Шумятино, Головтеево. В г. Малоярославце — парк Дубки, памятник Г. К. Жукову. В СП «Ильинское» наши саженцы растут на мемориале Ильинские рубежи, Алёшкинский ДОТ, вокруг расчищенных ДОТов вдоль дороги, в Кудиново — берёзовая аллея вдоль дороги, памятник воинам Великой Отечественной войны на территории Кудиновской военной части.

Мало кто знает, что в 2011 г. напротив ДОТа у моста через речку Лужа была довольно крупная свалка. А ведь в этих ДОТах курсанты Подольского училища преграждали путь фашистским танкам, идущим на Москву в октябре 1941 г. Когда высадил «десант» из Ковчег расчищать от мусора ДОТ у реки, то именно Алексей Андреевич предложил очистить и свалку, а на её месте посадить сосны, чтобы уже никогда не поднялась рука осквернять святое место боёв. И вот уже 12 лет преобразённое пространство вокруг Огневой точки Подольских курсантов хранит чистоту, его обрамляют подростки сосны, а путники останавливаются склонить голову перед подвигом юных советских воинов.

Уход за памятниками Великой Отечественной войны, ДОТами стал традицией. И все 12 лет, каждый год Алексей Андреевич — неизменный участник этой патриотической традиции. Так, для Алексея Андреевича совершенствование среды обитания воплощается в замечательные дела, и он ведёт за собой нас.

вок живописи нашей землячки, члена союза художников России Надежды Борисовны Севериной. Алексей Андреевич так бережно и чутко проникся творчеством художницы и «открыл» её творения для всех ковчеган, что она с удовольствием украшает своими картинами наш Общий дом уже более пяти лет. Периодически приезжает в поселение, привозит новые картины, увлекательно рассказывает о творчестве и проводит мастер-классы на пленэре.

Алексей Андреевич участвует в концертах, литературно-музыкальных постановках, посвящённых идее создания Родовых поме-



С 2012 года в Ковчеге стали отмечать праздник 9 Мая, и Алексей Андреевич каждый год помогает организовать и совместное хорошее пение, и просмотр фильмов, и чаепитие. Он чит и знает своих предков и предоставил сведения в «Книгу героев нашего Рода», посвящённую воевавшим за Родину родственникам ковчеган.

Налаживает постоянное сотрудничество с другими поселениями Родовых поместий как в России, так и за рубежом.

Алексей Андреевич Горнаев — преемник идей разумного лесопользования и щадящих выборочных рубок, сформулированных Фёдором Лазутиным как объединяющая идея разумной жизни на земле для поселенцев. Для Алексея Андреевича и его единомышленников дом начинается не со строения на гектаре, а со всего окружающего. Сохранить и преумножить богатство лесов Калужской области — такую высокую задачу он перенял у Фёдора. Алексей Андреевич ведёт переговоры с представителями власти района, города, страны, участвует в митингах в защиту лесов в Калуге и Москве, организует с товарищами сходы деревень, выступает докладчиком на Лесных форумах, экофестивалях, конференциях Родовых поместий. Благодаря деятельности «Лесной дружины» с 2013 г. остановлены вырубке лесных делянок.

В 2022–2023 г. Алексей Андреевич консультировал защитников леса, ковчеган. Он же предоставил документы по ОЗУ (особые защитные участки), что помогло быстро остановить вырубку в окрестностях Ковчег.

Алексей Андреевич — организатор художественных выста-

Он также помогал в развитии народных ярмарок экологических продуктов в поселении. Обустраивает поместье исключительно своими силами и родных привлекает к труду.

Харизматичная внешность, глубоко интеллектуальная речь и доброжелательная стиль общения — таким запоминается представитель Ковчег. Алексей Андреевич достойно представляет Ковчег на всех выездных мероприятиях, в том числе на переговорах с представителями власти.

## Елена Анатольевна КАТКОВА, жена, мать, бабушка.

Елена Анатольевна Каткова — сподвижница первых поселенцев Ковчег. В 2003–2012 г. в её доме проводились совещания первого директора — Фёдора Лазутина. Сюда приходили, если стряслась беда, приезжали представители других поселений. В это время здесь все получают от хозяев вдохновение, положительный заряд энергии на свершение важных, высоких идей.

У Елены трое сыновей от первого брака (первый муж погиб при исполнении). Во втором браке с Алексеем Горнаевым родила двух дочерей. У Горнаева двое детей от первого брака. Шестеро детей, семнадцать внуков и один правнук на двоих!

Чем живёт в Ковчеге, чем наполняет пространство Елена Анатольевна?

Елена Анатольевна — талантливый руководитель хора жителей Ковчег, профессионально ставит голос, умеет наполнить души певцов высокими чувствами, чтобы отдать их слушателям. Хор Ковчег душевно радовал гостей, высокое начало, единомышленников исполнением песенных произведений.

Семья Горнаевых-Катковых привнесла в Ковчег громадный пласт культуры, преобразила, усовершенствовала и украсила своим трудом не только гектар Родового поместья, но и десятки километров земли Ковчег и окрестностей, вдохновила на путь жизни на земле сотни людей, соприкоснувшихся с их образом жизни!

Видеозаписи, через которые можно познакомиться с творческой и просветительской деятельностью Елены Анатольевны и Алексея Андреевича, представлены на Ютубе: <https://www.youtube.com/@user-AkcentTV777>.

**Вестник Родовых поместий**  
<https://vk.com/@-194533609-aleksei-gornayev-i-elena-katkova>





# Опыт использования принципов пермакультуры для выбора места дома

**П**о своей натуре я ленивый человек. Поэтому, когда планировал свой дом, то тщательно изучал методы и подходы, которые позволяют тратить как можно меньше сил на содержание дома. Внедрение этих подходов меня порадовало. На крыше моего дома не скапливался снег, и мне не приходилось его чистить. Перед входом в дом зимой наметало мало снега, и поэтому я чистил его не так часто, как другие...

Позже узнал, что применяемый мною опыт называется пермакультурой — наукой о том, как использовать силы природы для улучшения качества своей жизни. В течение десяти лет я набирался опыта в этой науке, изучал успешный опыт, внедрял его в жизнь.

Практически каждый участок, каждый дом требуют своих индивидуальных решений. Я решил рассказать о некоторых начальных приемах расположения своего дома на участке. Приемах, которые экономят время, силы и средства хозяев дома.

В этих методах важно учитывать базовые параметры вашего участка: его рельеф, расположение дороги к участку, движение солнца и интенсивность его света, силу и направление ветра на участке, количество и сезонность дождя и снега.

## Рельеф участка

1. Дом лучше располагать на возвышенности участка. Тогда ему не грозит наводнение от дождевой и талой воды. К тому же на возвышенности зимой наметает меньше снега.

2. Если участок переувлажнен или подтапливается дождевыми и ливневыми водами, то необходимо запланировать строительство дренажной системы. Это сделает участок суше и увеличит срок службы построек на участке.

## Дорога к участку

3. Чем ближе подходит дорога к дому, тем лучше. Зимой дороги в посёлках чистят трактором, в то время как чистку снега от крыльца дома до дороги обеспечивает хозяин дома. Мне нравится зимой по утрам чистить снег. Отличная зарядка! Но если чистка снега занимает больше получаса, то такое занятие начинает раздражать. Поэтому я рекомендую дорожку от дома до дороги делать не более 10–15 м.

4. Гараж для машины предлагаю строить на краю участка, вплотную к дороге. Это существенно сократит время на зимнюю чистку снега для проезда машины.

## Солнце

Солнце — прекрасный источник бесплатного тепла и света. Правда, летним днём возникает желание отдохнуть от жары. Всё это можно реализовать за счёт продуманного планирования расположения дома.

5. В доме комнаты лучше располагать по сторонам света: группа помещений, где семья встречается утром, у нас находятся на восточной стороне дома, дневные помещения — на юге, вечерние — на западе. Это позволяет как можно больше использовать естественное дневное освещение.

6. Я обычно своим клиентам предлагаю пристроить к своему дому с запада застеклённую веранду. На ней приятно вечерами ужинать в кругу семьи или с гостями. Вход из этой веранды прямо в зал дома, и веранда используется как летняя столовая. Поэтому зимой солнце светит сквозь окна веранды и самого дома прямо в зал.

7. К северной стороне дома можно пристроить летнюю кухню. Летом благодаря тени от дома там всегда прохладно. И хозяйке дома будет гораздо приятнее заниматься приготовлением еды в комфортных условиях.



8. К южной стене дома рекомендую пристраивать современный вариант теплицы, солнечный биоветерарий. Её можно сделать круглогодичным зимним садом. Исходя из вкусов хозяев, в ней можно выращивать зелень к столу, разводить цветы, выращивать кустарники и лианы с экзотическими плодами.

9. Для того чтобы летом южная часть дома не перегревалась, вдоль южной стены следует посадить лиственные деревья с ажурной кроной. Летом лёгкая тень от деревьев будет защищать дом от перегрева. А зимой, когда листвы на деревьях нет, солнце согреет ваш зимний сад.

10. К восточной стене дома целесообразно пристроить спортзал для занятия зарядкой, йогой. Можно расположить любое другое помещение для занятий, которыми члены семьи посвящают своё утро.

11. Эти пристройки к дому позволяют дополнительно прогреть дом с помощью солнечного тепла. Избыточное тепло рекомендую отводить в тепловой аккумулятор.

В качестве дополнительного теплового аккумулятора могут выступать массивные кирпичные внутренние стены в доме, на которые через окна падает солнечный свет. Такие тепловые аккумуляторы позволяют собирать избыточное дневное тепло, а затем отдавать его ночью для поддержания круглосуточной комфортной температуры в доме.

## Ветер

12. Герметичные пристройки позволяют снизить продуваемость дома. Это особенно важно в холодное время года. Дом становится более тёплым и комфортным. К тому же вы экономите на затратах по отоплению дома. Я уже рассказывал варианты пристроек ко всем сторонам дома.

13. Одна из этих пристроек, через которую проходит вход в дом, выполняет ещё роль теплового тамбура. Зимой это позволяет дольше сохранять в доме тепло при экономии на отоплении.

14. Если расположить конёк крыши дома вдоль основного на-

правления зимнего ветра, то ветер будет сам сдувать часть снега с крыши. В таком случае весной нет необходимости чистить крышу дома от снега.

15. Зимой ветер выдувает снег с наветренной стороны дома. В то время как с подветренной стороны вечно наметает большие сугробы. Поэтому, вход в дом лучше обустроить с наветренной стороны. Это позволит тратить меньше сил и времени на чистку снега у входа в дом.

16. Рекомендую посадить плотные кусты с одной стороны дорожки от дороги к входу в дом так, чтобы дорожка проходила с наветренной стороны кустов. Тогда зимой дорожку будет гораздо меньше заметать снегом и меньше придётся чистить снег. В то время как с подветренной стороны кустов будут скапливаться глубокие сугробы.

Уверен, что применение этих советов сэкономит ваши силы, время и деньги при проживании в вашем доме.

**Андрей РАШИДОВ**  
<https://vk.com/vselo>

# Советы по обустройству пруда

Опыт — сын ошибок трудных, потому дорогого стоит. Особенно времени. Для тех, кто планирует создание пруда на своём участке, предлагаем подборку ценных советов.

10 тонкостей обустройства пруда в Родовом поместье:

1. Идеальное освещение пруда — с утра до 10:30. В промежутке с 11 до 15 часов он должен находиться в полутени и тени. Затенение нужно, так как тёплая вода обеднена кислородом и способствует ускоренному разрастанию водорослей, а из-за недостатка кислорода происходит замор рыбы и гниение пруда.

2. Обязательно должна быть отмель, где вода хорошо прогревается. Это место, где рыба нерестится и кормится. Отмель (от 60–70 см до 1,2–1,5 м глубиной) должна занимать минимум 1/3 пруда.

3. Глубина пруда должна быть не менее 2,5–3 м, так как на этой глубине земля имеет среднюю

температуру около 11°C и будет охлаждать воду летом, кроме того, это благоприятная глубина для зимовки рыб и некоторых водных растений. Также надо учитывать, чтобы было удобно плавать и при этом не мешали водоросли, растущие на дне водоёма (30–40 см от дна).

4. Водные растения растут на определённых глубинах, поэтому надо учесть, какой наклон будет иметь берег в разных местах пруда, и определить места посадки растений.

5. В пруду лучше всего делать пологие берега, несмотря на то, что они приводят к дополнительным потерям за счёт испарения до 1000 л в летний день. Зато они позволяют сделать пруд с более налаженной экосистемой: мелким животным проще спрятаться на мелководье, много растений растут только на мелководье.

6. Хорошо один или несколько берегов сделать пологими, чтобы

случайно упавшие в водоём животные, например, ежи могли оттуда выбраться. Пологие берега позволяют птицам и животным, не живущим в пруду, подходить к воде для питья или купания.

7. Желательно, чтобы место для пруда было не слишком продуваемым, чтобы не было резких скачков температуры и зимой не слишком охлаждалась поверхность воды. От ветра могут защитить деревья и кустарники, посаженные на берегу пруда.

8. Чтобы пруд весной не переливался через край, уровень воды лучше сделать ниже уровня земли на 0,5–1 м, как в естественных водоёмах.

9. Кустарники и деревья, растущие по берегу пруда, позволяют избежать резкого поднятия уровня воды весной, а также резкого её спада летом, во время сильного солнца. Однако надо учесть, что не все деревья и кустарники переносят даже временное затопле-

ние корневой системы.

10. Посаженные у самой воды ива, верба, ольха будут подтягивать грунтовые воды, уменьшат испарение с поверхности водоёма за счёт тени и укрепят берег. Специалисты не рекомендуют сажать

близко к озеру конский каштан, тополь, ракитники, рододендроны, падуб, лавр, так как при разложении их листьев в воде выделяется много ядовитых веществ.

<https://vk.com/vestnikrp>



# Истории тех, кто переехал из города в деревню

Многие люди сейчас переезжают из больших или малых городов в сельскую местность или деревню. Послушаем рассказы тех, кто сделал такой шаг навстречу природе, посмотрим, чем живут эти люди, с какими сложностями сталкиваются и почему не хотят возвращаться обратно.



**Надежда АРТЕС, директор по развитию бизнеса в «Яндекс.Практикум» (переехала из Петербурга в дом на Валдае):**

— Я родилась в маленьком ауле на севере Казахстана с населением меньше 100 человек. Ходила в сельскую школу. Затем переехала с семьёй в город побольше, после — ещё больше, а потом и в Петербург учиться. Помню, как приехала, заселилась в общежитие и подумала: «Так вот как люди живут». Тогда я ещё не знала, что мегаполис покажет мне много своих граней, и живут здесь абсолютно по-разному.

Когда вырвалась из глубинки, наслаждалась городом и не могла представить сценария, что откажусь от него. Но в 30 лет словно что-то переключилось внутри. Стала интересоваться пригородами: сначала Ленинградской областью и Карелией, а затем и центральной Россией. Узнавала, как живут люди за пределами городов, и формировала картинку того, как хочу жить сама. Понимала, что не прочь переехать за город, где много природы и меньше суеты. Плюс меня вдохновляла идея влияния на экономику села или деревни, когда твои регулярные траты сказываются на том, выживет конкретная продуктовая лавка или нет. В мегаполисе этот ф-



фект размыт и не несёт такой значимости.

Путешествуя по России, я случайно оказалась в доме на Валдае и также случайно узнала, что он продаётся.

Сейчас половину времени живу в деревне, а половину — в городе. В деревне очень спокойный ритм, я работаю удалённо, занимаюсь домом, много катаюсь на велосипеде, купаюсь в озере. В город приезжаю, когда накапливаются дела: поход к врачу, на маникюр и массаж, получение документов. Мне несложно проехать 280 км, чтобы сходить на ноготочки (Улыбается.)

Ещё в городе покупаю лакомства, а в деревне живу на фермерских продуктах и на том, что можно найти в сельском магазине. Никаких доставок и кафе. Что привёз или нашёл, то и приготовил. В итоге рацион становится довольно аскетичным: гречка с тушёной от фермера Серёги или отварное яйцо и сыр от тётки Светы. Денег уходит мало, здесь их просто не на что тратить.

Помимо того, что в деревне нет услуг и инфраструктуры на том уровне, к которому привык городской житель, нужно быть готовым к тому, что ты не всемогущ, а подчинён природе. Иногда работаешь из дома, начинается метель и свет выключается — на день, неделю, месяц. Для таких случаев есть генератор, но его нужно обслуживать и заправлять. Часто зимой между зум-встречами я надеваю валенки, бегу по сугробам и запускаю генератор, а потом продолжаю разговаривать с коллегами как ни в чём не бывало. Бывает, заметает дороги, ты лишаешься возможности куда-нибудь уехать, сидишь и ждёшь изменений погоды.

Кажется, что город нас расслабил: мы привыкли, что всё можно получить прямо сейчас. Ты живёшь на этой скорости: быстрые доставки, быстрые удовольствия, и ты сам такой быстрый летишь и спешишь жить. В деревне же захотел свежей картошки — сначала её посадил, затем смотришь, как она прорастает, вечерами поливаешь. Очень много созидания, и всё это — в умеренном темпе.

В таком темпе я живу уже второй год и заметила, что стала сильно спокойнее, уровень тревоги снизился. К тому же, поняла, что мне не так много нужно для счастья. Например, сейчас я постоянно улучшаю свой дом: мне нравится строить, делать что-то своими руками, наслаждаться тем, что получается, и гордиться этим. Делаешь компостный ящик, сидишь вечером, смотришь на него и становишься самой счастливой.



**Мargarита ТИХОНОВА, коуч, основательница маркетингового агентства «Контора» (переехала из Петербурга в деревню под Минском):**

— Мы с мужем уехали в октябре сразу после объявления мобилизации. Как раз давно хотели пожить в Минске: ездили сюда в командировки, на романтические уик-энды и концерты и каждый раз думали, что город нам очень нравится. Здесь чисто, вкусно, недорого, удивительные, приятные и спокойные люди.

Поселились в деревне в 8 км от Логойска и в 24 км от Минска. Долго привыкать нам не пришлось: до этого уже проводили тест-драйв деревенской жизни, снимали дома под Петербургом, жили на даче под Москвой и в Токсово. То есть сознательно проверяли, как будем чувствовать себя за городом, учитывая, что я родилась и полжизни провела на Невском проспекте.

С момента переезда мы каждое утро завтракаем фермерскими яйцами, делаем протеиновые коктейли на козьем молоке с соседской фермы и отправляемся гулять в лес, после чего уходим на рабочие созвоны. В город ездим пару раз в неделю — в бассейн или на йогу, на маникюр или массаж лица, в супермаркет. Но на самом деле, можно обойтись без последнего: есть доставка в деревню. Ozon, Wildberries — всё можно заказать на дом. Сейчас, летом, мы обедаем или ужинаем на улице, вечером занимаемся спортом, что-нибудь смотрим. Рутину при-



но в полтора раза дешевле, хотя мы сняли современный дизайнерский дом.

Из других плюсов — полная тишина. Поют птицы, прибегают животные, мы уже дважды собрали черешню на своём участке. Соседи угощают ягодами, яблоками, зеленью, торгуют фермерским молоком, яйцами, бездрожжевым хлебом. Нам очень нравится местное общество: есть общий чат, субботники, я организовала тренировки для девочек — два раза в неделю они приходят ко мне на террасу, и мы вместе занимаемся йогой. Никто не закрывает двери, почти нигде нет высоких сплошных заборов, всегда можно обратиться за помощью и одолжить нужные инструменты, например.

К тому же у деревни приятные управленцы: нам сразу же объяснили, как всё устроено, куда сдавать вторсырьё, нести документы, как прописаться. Вежливые люди на почте, есть бесплатный фельдшер-врач.

С инфраструктурой тоже всё в порядке: хорошие дороги и современные заправки, работают школа и детский сад, проводятся мероприятия на праздники. Рядом есть конюшня и ресторан в загородном клубе. Такая спокойная деревенская жизнь, когда тебя с утра будит петух, и городских комфортных условий. Ничего не хочется менять.

Из минусов разве что не очень быстрый интернет: оптоволокна в деревне нет, но мы поставили свой мощный роутер. Его хватает, правда, на отгрузку он работает слабо: я веду свой YouTube-канал, и видео на 20 минут может грузиться всю ночь. Осенью бывало, что отключали электричество,





поэтому мы купили много свечей. В целом для меня это совсем незначительные моменты, особенно на фоне всего положительного.

А ещё на контрасте я лучше осознала нерв большого города, вечную петербургскую хмурость. Я думала, что это нормально, все так живут, но нет: в деревне стала лучше и глубже спать, меньше уставать, здесь легче следить за ментальным здоровьем. Люди вокруг тоже менее загруженные, не уставшие, совсем не раздражённые, даже, например, курьеры.

И это не считая того, что тепло в регион, кажется, приходит быстрее. Весну «включили» по календарю — ровно 1 марта. Оказывается, можно было жить не в вечном ветре, тучах и снегопаде, а в солнечном и сухом климате, при этом со снежной и мягкой зимой, как я и люблю.

**Алексей КОНЫШЕВ, программист (переехал из Москвы в деревню в Кировской области):**

— До переезда в деревню семь лет назад я жил в Москве и работал программистом, тогда ещё не на удалёнке. «Наслаждался» ежедневными путешествиями в центр и обратно. Каждый раз выбирал пробки или переполненное метро — по настроению. Однажды отдыхал за городом на речке, был последний день, я готовился возвращаться домой. На берегу стояло ещё несколько беседок, по поляне стелился дым от шашлыков, а сосны шумели от ветра. Люди никуда не торопились и спокойно разговаривали между собой. Я попытался представить их завтрашний день, сравнил с моим и подумал, что с меня хватит.

Спонтанный переезд в деревню молодой семьёй выглядел заманчиво, но ставил ряд новых вопросов. Например, про круг общения и решение бытовых задач. У тебя перестаёт идти вода из крана, канализация начинает работать в режиме реверса, а автомобиль не выдерживает состязания с весенней грунтовой дорогой. Поэтому я подумал, что было бы здорово разбить в лесу посёлок для таких же, как я, программистов, чтобы решать все перечисленные за-

дачи централизованно.

Некоторые вещи получились: например, провёл водоснабжение, электричество, интернет, сделал гравийную дорогу. Но социальная часть вышла менее удачной. Вначале всё было отлично: совместные праздники вроде дня посёлка, клубы разговорного английского, детские тренинги и мероприятия. Но, к сожалению, некоторые жители оказались приверженцами парадигмы «протест против протеста». Под их влиянием в местном чате развилось критиканство, и атмосфера постепенно накалялась. Поводом послужила недостаточная скорость развития посёлка: дорога плохая, вода невкусная, дома разваливаются, у интернета только один провайдер. Нет фонтанов, детских садов, школ, магазинов.

В ответ на это я предложил ввести абонентскую плату за пользование текущими сервисами, чтобы развивать их не только за свой счёт. Жителям это показалось возмутительным, и противостояние вскоре перешло в открытый конфликт, который завершился моим решением по оставшке дальнейшего развития посёлка.

На оставшейся территории появился глэмпинг «Парк Инженер». В нём мы выставляем инженерные экспонаты — например, микролинейную железную дорогу со стрелками и дрезинами и ворота в стимпанк-стиле, которые бы прививали посетителям и их детям интерес к технике.

Продолжением кризиса в посёлке стал развал моей семьи, поэтому в этом году активное развитие инженерного контента в Парке приостановлено. Идей и планов много, но я решил взять паузу, чтобы отдохнуть. Тем не менее, в большой город не вернулся и глубоко сочувствую всем городским, особенно их зависимости от психологического и физического шума.

После развода я успел построить небольшой дом для себя. Стараюсь делать максимум вещей сам: колю дрова (дом на печном отоплении), выращиваю продукты на огороде, ловлю рыбу, всю еду готовлю в котелке на костре.



Недавно купил гусеничный трактор ДТ-75. Отрастил бороду, хожу босиком, закаляюсь и много читаю. При этом продолжаю понемногу работать — консультирую один австралийский стартап по использованию ИТ в нефтегазовой сфере.

Могу сказать, что настоящее понимание и вкус жизни получаешь, когда начинаешь создавать что-то своими руками. Переезжать горожанином в формат коттеджного посёлка — немного не то. Иногда это необходимый шаг для начала, но важно на нём не останавливаться. Что касается инфраструктуры, то ничего, кроме электричества и дорог, здесь, по сути, не нужно. Хорошая инфраструктура может быть только в городе, и для деревенских жителей совершенно нормально туда регулярно ездить.

**Сергей ГОРЧАКОВ, предприниматель, раньше перепродавал автомобили, сейчас занимается производством гуслей (переехал из Петербурга в деревню в Тверской области):**

— У моей семьи есть домик в деревне Пушкино, что в Тверской области. Однажды я приехал туда на лето — что-то не пошло в жизни, решил развеяться. И остался. После Петербурга адаптироваться было тяжело: первое время не имел возможность зарабатывать, пилили делянки, копали колодцы, соглашались на разные халтуры. Летом было хорошо, а зимой на-

ступал холод и голод. Но в город я не вернулся, решил всё же попробовать свои силы в деревне. Занялся производством ульев, а потом и гуслей.

Люблю говорить, что это не я нашёл гусли, а они нашли меня. Заинтересовался традиционной культурой, захотел развиваться в этом направлении, делать что-то своими руками. И вот сделал первые гусли. Товар оказался очень востребован, я нарастил команду и построил мастерскую (первые гусли делал в сарае). В основном у меня работают мастера, которых я сам же и воспитал: бывшие сварщики, водители, строители, то есть обычные деревенские мужики. Все необходимые материалы из большого города поставляет специальный человек, поэтому с логистикой проблем нет.

Сложность деревенской жизни заключается в том, что мы её совсем не знаем. Там нужно создавать инфраструктуру — будь то тёплый туалет или интернет, не отказываться от благ цивилизации. Если вы просто поедете пожить в деревню, то ваш романтизм закончится после первой зимы, когда нужно будет колоть дрова и при этом зарабатывать деньги. Плюс «убежать» в деревню не значит избавиться от проблем. Они вас там догонят. Это должно быть осознанное, продуманное решение.

**Алина МАЛЮТИНА**  
<https://style.rbc.ru>



## Один в деревне

Причин, по которым молодые горожане переезжают в деревню, очень много. Кто-то хочет тишины и покоя, кому-то по вкусу натуральные продукты, а есть и такие, что таким образом пытаются сэкономить. Безусловно, у жизни вблизи природы есть свои плюсы. Но есть и минусы.

Несколько лет назад москвич Тимур ЛЕМАНН принял решение уехать из столицы и начать строить дом в месте, где экологическая обстановка более благоприятна. Мы попросили Тимура ответить на наши вопросы.

**— Тимур, почему вы приняли решение уехать из города?**

— Мы с супругой приняли решение уехать из города, потому что усугубилась экологическая обстановка. В Москве, где мы жили, много машин, постоянные заторы на дорогах. В магазинах не могли найти качественных продуктов. И в один прекрасный день решили искать земельный участок. Сразу знали, чего хотим: построить дом, завести деревенское хозяйство.

**— С какими трудностями вы столкнулись?**

— Трудности были самые разные! Начиная с процедуры оформления сделки, в которой мы тоже достаточно плохо разбирались. И заканчивая, конечно же, самим строительством дома. Это долгая история. И сугубо индивидуальная. В другом месте и при других обстоятельствах многое может сложиться по-другому.

Ничего в этом деле мы не понимали. Начали с выбора области, хотелось найти что-то поближе к привычному месту жительства, поэтому искали в соседних с Московской областях. Где-то нас не устраивала цена, где-то площадь или конфигурация участка. Через какое-то время поисков мы даже разочаровались в этой идее и уже готовы были отказаться от переезда в деревню, как вдруг случайно нашли объявление, которое сразу нас привлекло. Единственное, что нам не подходило, — это удалённость от Москвы. Но всё-таки участок решили посмотреть. Вернулись домой, посоветовались и в конечном итоге приобрели его.

**— К чему не были готовы?**

— Ни к чему из того, что нас ждало в будущем, мы готовы не были. Просто начали искать участок и попутно стали изучать всё, что для этого было необходимо. Читали форумы, общались с людьми — специалистами в определённых областях, смотрели обучающие видео и таким образом пополняли свой багаж знаний.

**— Что за это время уже построили, что планируете?**

— Когда приехали в Пушкиногорский район Псковской области, где мы теперь живём, на участке не было ничего в удовлетворительном состоянии. Даже электричества. Были только очень старые постройки, непригодные для жизни. За это время мы построили дом. Позже гараж. А затем и все необходимые хозяйственные строения: дровник, птичник, хлев. Наш дом — единственный жилой в округе. Ближайшие соседи от нас в нескольких километрах.

В наше время трудно планировать. Загадываешь одно, а жизнь вносит свои коррективы. Не знаю, как всё будет дальше, но я хочу развивать фермерское хозяйство, может быть, даже экотуризм.

**Екатерина СТЕПАНЮК**  
[www.ogorod.ru](http://www.ogorod.ru)



# В гостях у пчеловода

**Ч**тобы собрать чайную ложку мёда, одной пчеле нужно вылететь из улья около 2000 раз. Да, стереотипы про пчёл-трудоголиков — это вовсе не стереотипы. Не меньше задач ложится на плечи пчеловодов. Встать в пять утра, проработав на пасеке целый день, вернуться домой поздней ночью и упасть от усталости, чтобы повторить всё сначала завтра.

Алексей Боловинов, он же дедушка Лёша, переехал на Алтай из Москвы ещё в 1980-е. Всего за несколько лет заведующий кладбищем превратился в алтайского пчеловода. В этот период ему пришлось расстаться с первой женой — услышав о желании мужа сменить место жительства и работу, та покрутила пальцем у виска. Сейчас пчеловод трудится вместе со своим сыном Колей и невесткой Женей. В горах Алтая бок о бок друг с другом живут одна человеческая семья и более 200 пчелиных.

Боловиновы работают сразу на двух пасеках. Первая («цивилизованная») находится в Уймонской долине, на высоте 1000 м над уровнем моря. Здесь делают мёд сорта «горное разнотравье», который кристаллизуется примерно за три месяца. Но любимая пасека дедушки не эта, а «верхняя», в 100 км отсюда. Вокруг неё нетронутая природа: Мультиинские озёра и «алтайская Шамбала» — гора Белуха. Эту пасеку в семье Боловиновых считают дикой: на ней дедушка Лёша собирает мёд по старинной технологии без использования промышленных средств. В процессе участвуют только руки и инструменты, которые работают без электричества. А ещё пчелы зимуют здесь под снегом — прямо как в дикой природе. Так они закаляются, чтобы стать сильнее летом.

Одна беда — попасть на эту пасеку бывает крайне сложно даже её хозяевам. Дороги сюда почти нет: проехать можно только на «шишиге» — ГАЗ-66 и то не всегда. Первая за год вылазка на дикую пасеку обычно случается в середине июня, потому что в высокогорье подолгу не тает снег.

«Верхняя» пасека расположена на высоте 1500 м над уровнем моря, а пчелы поднимаются ещё выше — до 2200 м. Собранный здесь мёд дедушка Лёша называет «другим». На то есть три причины. Первая — здесь абсолютная, почти стерильная чистота. Рядом нет ни сельскохозяйственных производств, ни скота, ни дорог. Вторая — и людей здесь, собственно, тоже нет. Дикая пасека находится в приграничной зоне, поэтому сюда попадают по пропускам. Третья — только в этих краях растут нестандартные дикие медоносы. Пчелы лакомятся нектаром золотого корня, осота высокогорного, беловки, маральего корня и других растений. Сочетание этих ингредиентов и делает мёд узнаваемым, не похожим ни на один другой. За простым названием сорта «высокогорное разнотравье» скрывается целый сезон цветения. В июле распускается маралий корень, потом эстафету принимает беловка, затем кипрей и так далее. Каким именно будет вкус мёда — решает месяц сбора.

А вот его количество, никогда не советуясь с человеком, опре-



деляет сама природа. Короткое алтайское лето даёт о себе знать: цветение медоносов может выбиваться из графика или быть скудным. Обычно Боловиновы собирают от 15 до 35 кг мёда с одной пчелиной семьи на «верхней» пасеке. По общепринятым меркам это немного. За сезон обе пасеки (то есть 200–250 семей) приносят от 2 до 5 т мёда — меньше, чем собирало бы такое же количество пчёл в центральной части России.

Теперь про то, как всё это устроено изнутри, рассказывает Вероника Далецкая — пчеловод из Тверской области, член Союза промышленных пчеловодов:

Главная единица измерения в мире медоносных пчёл — пчелиная семья. Это целый организм, состоящий из множества «клеток-пчёл». Они никогда не исчисляются по одной: действуют только сообща и только по отработанной схеме. Отделившись от коллектива, медоносная пчела выходит из строя и гибнет. Как правило, стартовый капитал пчеловода — это несколько пчелиных семей. Их можно достать на более крупных пасеках, которые занимаются продажей пчелопакетов. Потом растить число существующих пчелосемей помогает роение (природный способ деления семьи) или поимка роев, за которыми не уследили другие пчеловоды. Ещё можно действовать вручную: отделять часть семьи и давать им новую матку.

Летом одна семья насчитывает около 50 тысяч пчёл и всегда занимает строго одну «квартиру», то есть улей. Единственный путь к успеху в пчелиной семье — выполнять функции, заложенные природой. Для каждой особи они определяются ещё до рож-

дения. Пчелиная матка откладывает больше тысячи яиц в день. От того, как с ними поступают взрослые пчелы, и зависит будущая «профессия» особи. Влияют размер ячейки, её кормление, оплодотворение и другие факторы.

Есть всего три варианта, кем можно родиться в улье:

1. Первый — рабочая пчела. Это самый многочисленный пчелиный народ, все представители которого — женские особи, сборщицы мёда. Уже в первые дни после рождения эти пчелы начинают трудиться — кормить личинок специальным молочком и кашцей из пыльцы и мёда. Скоро им на смену приходят новые кормилицы, а подросшие пчелы начинают работать на доставку. Роли могут отличаться: кто-то несёт в улей воду, кто-то — нектар, кто-то — пыльцу для малышей, а кто-то — смолы растений. Из последних получается прополис, которым пчелы защищают дом от непрошенных гостей.

На пенсии пчелы тоже не бездельничают. У них уже нет сил вылетать из улья на полный рабочий день, поэтому они становятся охранниками. Старые пчелы садятся на летке (отверстии на входе в улей) и дают достойный отпор всем нападающим.

Трудовые будни пчелы тяжёлые, и продолжительность её жизни напрямую зависит от проделанной работы. Пчела умирает, как только срабатываются её крылья. Не повезло тем пчелам, которые родились накануне горячего весенне-летнего сезона: они проживут не больше двух месяцев. А вот рождённые в сентябре при долгой зимовке могут дожить аж до июня.

2. Второй вариант — трутень. Это большая и прожорливая мужская пчела. Собирать мёд трутню не дано, поэтому он в ответе за размножение. Во время весенних холодов трутени греют личинок, а позже выполняют свою основную миссию — оплодотворяют пчелиную матку и погибают сразу же после.

3. И, наконец, третий вариант — пчелиная матка, королева семьи. Она рождается из оплодотворённого яйца и развивается в особенно крупной ячейке — так называемой мисочке. Уже в первую неделю после рождения матка

вылетает из улья и отправляется на высоту, куда не долетают обычные рабочие пчелы. Там её оплодотворяют трутни, и только тогда матка начинает восприниматься как полноценный член коллектива. После этого она возвращается в улей и больше не вылетает оттуда до начала роения — процесса деления семей. Необходимости в этом нет — её полностью обслуживают рабочие пчелы.

Матка — источник жизни в улье. Она источает особые феромоны, которые как бы «стерилизуют» других пчёл. Только «матриарх» может откладывать яйца в улье. Запах этих феромонов объединяет всех участников коллектива. Он передаётся в процессе постоянного «облизывания» пчелами друг друга — таков главный способ общения в семье.

А ещё феромоны помогают пчелам следить за здоровьем целой семьи. Если волшебного эликсира вдруг стало слишком мало и каким-то пчелам его не хватает, время бить тревогу.

## Чем занимается пчеловод

Пчеловод координирует работу всей пасеки и направляет природные процессы жизнедеятельности пчёл в нужное русло. Если надо повысить численность пчелиных семей, ловит вышедшие рои и организовано переселяет их в новый дом. Если цели растить пасеку нет — препятствует этому процессу. Устанавливает на ульи надставки-магазины с рамками для сбора мёда и своевременно откачивает мёд: следит, чтобы у пчёл всегда была пустая тара для запаса нектара. Проводит профилактическое лечение для здоровых пчёл и лечит больные семьи. Круглый год пчеловод следит за «настроением» в пчелиной семье, чтобы в случае чего оперативно нащупать проблему. В период цветения работа идёт на износ, поэтому пчеловод должен быть достаточно выносливым человеком.

Каждый пасечник заинтересован в том, чтобы пчелы перезимовали с комфортом, поэтому не забирает у насекомых все заготовленные ими запасы. Формальный ориентир для пчеловодов средней полосы России — Медовый Спас. В этот день (14 августа) ме-

досбор заканчивается для человека и начинается для пчелы.

## Как человек помогает пчелам

В природе процессы жизнедеятельности пчёл проходят не без потерь: пчелиная семья не застрахована от болезней, паразитов и нападения зверей. Любой грамотный пчеловод старается сократить эти издержки. В итоге все остаётся в выигрыше: пчеловод получает мёд, а пчелы — максимально удобные, почти санаторные условия жизни.

Дикие пчелы часто уходят на зимовку с болезнями, но на пасеках им помогают этого избежать. Важно не только лечение (в крайних случаях может дойти до антибиотиков), но и грамотная профилактика. Кто-то из пчеловодов предпочитает использовать химические препараты — специальные лекарства для пчёл. Кто-то доверяет только природным средствам. Например, после сбора мёда улей могут обрабатывать щавелевой кислотой или настоеккой полыни. После зимовки пчеловод должен сдать подмор (так называют мёртвых пчёл) в лабораторию на анализ, чтобы своевременно узнать о проблемах со здоровьем семьи.

Иногда пчеловод помогает пчеле избежать ошибок. Хороший пример — падевый мёд. Он получается, когда пчела путает цветочный нектар с животной падью — сладкой жидкостью, которую выделяют некоторые насекомые (например, тля). В отличие от нектара, в составе пади есть соли и минеральные вещества. Если семья запасает падевый мёд на зиму, это грозит массовым кишечным расстройством для всего пчелиного коллектива. Мало приятного как для пчёл, так и для человека. Пчеловод забирает такой мёд из улья и не допускает его к зимовке.

А ещё временами пчёл приходится защищать от их естественных врагов. Охотников полакомиться чужим мёдом в природе хватает. Во время зимовки на пасеку могут забраться ласки, куницы, мыши и другие животные.

Летняя классика жанра — медведи. Подвоха стоит ждать и от некоторых птиц: дятлы стучат по улью, чтобы напугать пчёл и выгнать наружу, а потом поедает их. Но, пожалуй, самый изобретательный хищник — это цветочный паук. Он маскируется под оттенок цветка, приманивает пчелу, парализует её и выпивает.

Если совсем не повезёт, могут напасть и «свои». Ближе к осени у пчёл начинается активная подготовка к зимовке, и они готовы грабить друг друга. Это явление называется «напад»: чаще всего оно происходит в рамках одной пасеки между различными семьями. Чтобы уберечь улей от этого, пчеловоды стараются не держать медовые рамки в открытом виде в это время года.

## Каким бывает мёд

Чаще всего мёд определяют по доминирующему медоносу: то растение, которое активнее всего цветёт во время опыления, определяет его вкус и свойства. Если таких цветов сразу много, получается сорт «разнотравье». Вот почему мёд делят на монофлёрный — собранный в основном с одного растения — и полифлёрный, то есть разнотравный.

Ещё мёд можно делить на тёмный и светлый. Светлый мёд более лёгкий и менее выраженный



по вкусу, а тёмный — сложно-цинканный и яркий.

Мёд может быть жидким или севшим, то есть закристаллизованным или, как говорят в быту, засахаренным. Важно понимать, что консистенция мёда не говорит о его качестве. Кристаллизация — лишь отражение химического состава продукта. Её скорость зависит от медоносов, погоды и многих других факторов. У каждого мёда свой срок кристаллизации.

Если говорить прагматично, мёд ещё бывает качественным и не очень (или очень не). Простые экспериментальные способы вроде «посмотрите, как мёд ведёт себя в воде» не работают. А значит, неопытному человеку крайне сложно оценить качество мёда самостоятельно. До сих пор мёд остаётся исключительно продуктом доверия, поэтому очень важно найти «своего» пчеловода. В магазинах и на крупных ярмарках особенно легко нарваться на подделку — глюкозно-фруктозный сироп со вкусом мёда или купажа. Тем временем формула по-настоящему качественного мёда проста. Это тот мёд, который:

- пчелы сами собрали с цветов;
- не был ни с чем смешан;
- вовремя откачали.

Плохих или хороших цветов нет. Даже мёд с подсолнечника (один из самых популярных в России) — это хороший мёд, если он правильно собран.

## Как работает медовая индустрия в России

Со времён Древней Руси пчеловодство в России развивалось как бизнес — уже тогда мёд и воск продавали за рубеж. Конечно, раньше это ремесло было бортевым, то есть пчелы жили не в ульях, а в дуплах деревьев. С тех пор пчеловодство серьёзно продвинулось в технологиях, но культура потребления мёда в России не сформировалась до сих пор. Этот продукт привыкли воспринимать скорее как лекарство при простуде, а не как самодостаточное и полезное природное лакомство. Для многих мёд остаётся «какой-то сладкой жёлтой штукой» без всякого вкусового разнообразия. Абстрактный потребитель хочет получить привычный товар, поэтому мёд в магазинах максимально стандартизирован. Для продажи используются похожие друг на друга купажи, и найти настоящий мёд с каждым годом становится всё сложнее.

А вот средняя стоимость мёда не меняется уже очень давно. Рынок пчеловодства остаётся тенистым (около 70% пасек не зарегистрированы официально), поэтому цена на банку мёда может сильно отличаться в зависимости от производителя. По сути, себестои-

мость мёда — это та сумма, которую за него готовы заплатить. Например, аграрные цветы (подсолнечника и рапса) в России растёт много, и мёда из них производят тоже много. Из-за обилия такого продукта на рынке, его часто продают по оптовым ценам. Розничная же цена на мёд сильно зависит от клиентской базы пчеловода и маркетинга — умения рассказать про свой мёд интересную историю.

По данным Роскачества за 2022 год, в России трудится около трёх тысяч пчеловодов. За год они произвели более 60 000 т медовой продукции. 24 000 т из них отправилось на цивилизованную розничную продажу. Всё остальное, вероятно, продавалось напрямую в обход официального рынка. Какое количество мёда реально достигло потребителя — неизвестно.

## Возвращаемся на пасеку дедушки Лёши

Принцип работы дедушки Лёши — «лучше меньше, но лучше». Он никогда не докармливает пчёл сахарным сиропом. Именно этим натуральный горно-алтайский мёд отличается от магазинного: промышленное производство ставит совсем другие цели — получить максимум мёда с минимумом усилий. Не всегда, но довольно часто мёд из супермаркета разбавляют сахарным сиропом, а в процессе его появления участвуют антибиотики и пестициды. В пчеловодстве не стоит гнаться за объёмами, считает пасечник и вспоминает любимую поговорку своего дедушки: «Мы не настолько богаты, чтобы покупать дешёвые вещи».

Хорошего пчеловода от плохого отличает в первую очередь отношение к пчёлам: их нужно любить и уважать, давать им больше свободы. Когда перестаёшь воспринимать пчёл исключительно как источник прибыли, работа переходит на другой уровень, подмечает семья Боловиновых.

Работа на пасеке кипит круглый год. Весной пчелиные семьи набирают силу, и вся семья Боловиновых активно кормит расплод. Пчёл-кормилиц нужно снабжать пыльцой и нектаром, поэтому майского мёда на Алтае не бывает. Самый насыщенный сезон в жизни пчеловода — лето. Типичный летний день дедушки Лёши начинается в пять утра. Утренняя молитва, зарядка, завтрак — и он выходит к ульям. Дальше всё непредсказуемо. «Пасека — не завод, и чёткого алгоритма действий здесь нет», — объясняет дедушка Лёша. Очень многое зависит от погоды, поэтому к алтайской природе важно уметь прислушиваться.

В июне и начале июля приходится много наблюдать за роями

и ловить их, чтобы пчелы не потеряли свой дом. Если делать это грамотно, пчелиная демография улучшается: семьи крепнут и растут в количестве. Как только рой выходит из улья, пчеловод появляется на пасеке со специальным конусом — роевней. Туда предстоит поместить роящихся пчёл. Для этого используется приманка — мазь, которая пахнет пчелиной маткой. После общего сбора в конусе пасечник уносит его в омшаник, где пчелы отдыхают, а потом переселяет рой в новый улей. Приятный бонус: во время роения пчелы запасаются мёдом и теряют способность жалить. Отличный повод сделать фотографии, от которых замирает сердце.

В июле устанавливают магазины — специальные надставки на ульи с рамками, куда пчелы помещают мёд. Август — время наращивать силу семей, чтобы пчелы без труда пережили зиму. Для профилактики заболеваний пчёл Боловиновы используют только природные масла.

На протяжении всего лета, начиная с июля, готовый мёд откачивают: распечатывают рамки, выкручивают мёд в медогонки и возвращают рамки в ульи до следующего сбора. С двух пасек семья Боловиновых откачивает мёд по три-четыре раза за лето.

Сезон холодов для 74-летнего дедушки Лёши — всё равно что затяжной отпуск. Пока пчелы находятся в улье, пасечник отдыхает: читает книги и чувствует себя настоящим лентяем — «лодырем страшным». Но младшие члены семьи не прекращают работу и в это время. Они делают новые рамки, сколачивают ульи и ведут блог о пчеловодстве с дедушкой Лёшей в главной роли. А главное — в этот сезон заготовленный мёд активно продают. Вся семья Боловиновых в один голос говорит, что это занятие — самое сложное в их ремесле.

К укусам пчёл у пчеловодов обычно вырабатывается толерантность. У всех это происходит по-разному — зависит от организма. Как правило, для этого нужно проработать на пасеке около двух лет. Укусами пчёл приключаются обычно не ограничиваются. Как-то раз на верхнюю пасеку дедушки Лёши заглянул медведь. Пока пчеловод отдыхал в доме, его не оставяло ощущение, что по участку кто-то ходит. «Дану, показалось», — убеждал себя пасечник. Уже позже дедушка Лёша вышел на улицу — все ульи были разворочены косялками. У медведей-сладкоежек есть особая тактика: они целенаправленно выносят с пасеки ульи, рушат их, а потом ненадолго отходят. Как только накал пчелиного негодования спадает, мишка идёт к столу. Обычно на пасеках такую проблему решают установкой электроизгороди. Так поступили и Боловиновы.

Дикие гости рядом с пасекой — очередное подтверждение тому, что здесь очень чисто. Пчеловоды не устают повторять, что с Алтаем им очень повезло. Это место помогло дедушке Лёше встретить любовь всей жизни и подарить ему дело всей жизни. Разумеется, «другой» здесь не только мёд — на Алтае и жизнь идёт «по-другому».

Страница семьи Боловиновых в Вконтакте, группа «Другой мёд»: [https://vk.com/other\\_honey](https://vk.com/other_honey).  
Фото семьи Боловиновых: Евгения Прохорушкина  
**Елизавета КОРОТКОВА**  
[www.tutu.ru](http://www.tutu.ru)

# Деревья общаются между собой

на языке, который под силу выучить и человеку

*Простая прогулка среди деревьев обладает омолаживающим и целительным эффектом. Однако лес — это не просто разнообразная коллекция деревьев. В нём происходит многое, чего мы не можем видеть. Эколог Сюзанна Симар утверждает, что у деревьев есть своя утончённая социальная сеть, находящаяся под землёй.*

## Подземная соцсеть

Симар объясняет, что в слоях почвы находится «паутина безконечных биологических тропинок, которые соединяют деревья и позволяют им общаться между собой, и тогда лес начинает функционировать как единый организм».

Эколог 30 лет посвятила изучению канадских лесов и пришла к удивительному открытию: деревья разговаривают часто, причём даже на больших расстояниях. Они гораздо больше похожи на людей, чем могло бы показаться. Деревья весьма общительны, и их выживание зависит друг от друга. Их общение является ключевым для жизни, и разветвлённая сеть грибного мицелия передаёт тайные послания от дерева к дереву, помогая им делиться питательными веществами и водой, если в этом возникает необходимость.

Сюзанна Симар выросла среди великолепных лесов Британской Колумбии. Она рассказывает, как лежала в детстве в лесу на земле и смотрела на кроны гигантских деревьев. Однажды с её собакой произошла неприятность: она провалилась в отхожее место, оборудованное в лесу. Животное пришлось буквально выкапывать. Тогда-то Сюзанна открыла для себя удивительную сеть подземных корней и мицелия. Позже это станет объектом её исследований. Она узнала о невероятном открытии учёных в лабораторных условиях: оказалось, что корневая система одной сосны может передавать углерод в систему другой сосны.

## Взаимная поддержка деревьев

Это открытие сподвигло её на дальнейшее изучение лесов и того, что в них происходит. Идея Симар о том, что деревья могут обмениваться информацией, была встречена её коллегами противоречиво. Некоторые даже решили, что она сошла с ума.

Тогда девушка решила на самостоятельный эксперимент. Она посадила 240 берёз, елей и кедров в канадских лесах. Её гипотеза заключалась в том, что ели и берёзы окажутся связаны между собой подземными сетями, а кедр — нет. Она накрыла саженцы полиэтиленовыми пакетами, которые наполнила разными типами углекислого газа: берёзам она ввела радиоактивный газ, а елям — стабильную двуокись углерода.

Когда Сюзанна стала проверять уровень радиации счётчиков Гейгера, то обнаружила, что кедр вёл себя тихо, а вот между берёзой и елью установилась связь: деревья начали обмениваться между собой углеродом. Берёза, как оказалось, передавала углерод ели, особенно, когда та оказывалась в тени. Дальше стало ещё интереснее. Зимой, когда берёза оказалась без листьев, ель, в свою очередь, начала передавать ей

углерод. А наука всегда считала, что деревья соревнуются между собой за углерод, солнечный свет, воду и питательные вещества.

Удивительное открытие Симар показало, что деревья обладают определённой зависимостью друг от друга и способны к взаимодействию, даже более того: они вовлечены в прочные отношения между собой.

## Язык общения

Деревья общались с помощью химических веществ и гормонов, передавая сигналы через грибной мицелий. Эти сообщения означали, что дереву требуется определённое питательное вещество. Они обменивались углеродом, азотом, фосфором, водой, гормонами и химическими соединениями, помогая всему лесу прийти к сбалансированному состоянию. Симар сообщает: «Эта сеть очень плотная, под землёй могут находиться сотни километров мицелия».

Мицелий соединяет одинаковые и разные виды деревьев в лесу. Эта сеть работает примерно таким же образом, как интернет. Симар обнаружила, что материнское дерево питает более молодые деревья. Более того, оно одно может быть соединено с сотнями других. Деревья разговаривают и через это общение повышают устойчивость всей системы. Это их взаимная поддержка подобна магии.

## Экологическая угроза

Исследования Сюзанны Симар имеют большое значение в условиях проблемы вырубки лесов. Она говорит, что когда материнское дерево повреждено или умирает, то оно передаёт свою мудрость молодому поколению. Но это невозможно сделать, если все деревья вырубятся разом. Симар надеется, что её открытия изменят стиль ведения лесного хозяйства.

Можно вырубать одно или два главных дерева, но если вырубленных деревьев становится слишком много, то может рухнуть целая система. Люди постоянно подрывают силу лесов, вырубая их или сажая взамен лишь один-два новых вида. Это пагубно влияет на окружающую среду. Однако надежда есть. Эколог сообщает, что у лесов имеется огромная способность к самоисцелению.

## Что делать

Она предлагает простые способы, которые могут снизить разрушительное воздействие вырубки:

- нужно беречь старые леса, поскольку они являются хранилищем генетических данных, а также богаты материнскими деревьями и сетями мицелия;
- если леса вырубятся, то необходимо спасти «наследие» материнского дерева, чтобы мудрость была передана следующему поколению деревьев;
- важно поддерживать разнообразие лесов, высаживая новые виды деревьев.

Когда у людей будет больше информации о сложных отношениях между деревьями, они будут лучше подготовлены к тому, чтобы спасти леса и помочь им процветать.

**Максим ЗВАЛЬД**

<https://fb-ru.turbopages.org>



# Окулировка глазком — лёгкий способ летней прививки деревьев

Этот способ прививки плодовых деревьев — хорошая возможность создать богатый сад без больших финансовых вложений.

Для окулировки глазком понадобится всего лишь хорошая почка со щитком с сортового дерева, подвой-дичок и немного старания.



## Особенности прививки глазком

Окулировка — распространённый способ прививки, при котором привой в виде «спящей» или прорастающей почки (глазка) из одревесневшего однолетнего побега вставляется в разрез на подвое-дичке.

Прививка глазком не менее популярна, чем копулировка, к тому же у неё есть некоторые преимущества:

- экономное расходование прививочного материала. Это особенно актуально, когда мы имеем дело с редкими и дорогостоящими сортами растений;
- прививка делается довольно быстро и просто. Не нужно упорно тренироваться выполнять ровные косые срезы;
- рана в месте прививки хорошо заживает даже без применения садового вара, привой очень прочно срастается с подвоем менее чем за месяц;
- весной почка, которая использовалась в летней окулировке, рано пробуждается и стремительно пускается в рост.

Чаще всего к окулировке глазком прибегают, когда необходимо:

- перепривить молодое дерево, побеги которого не более 2 см в диаметре;
- получить карликовое дерево;
- омолодить взрослое растение.

С помощью окулировки можно привить как косточковые культуры (вишню, черешню, сливу), так и семечковые (яблоню, грушу).

## Виды прививки глазком

Окулировка бывает двух видов:

1. Прививка «спящим» глазком.
2. Прививка прорастающим глазком.

Они различаются не столько техникой выполнения, сколько временем проведения прививки.

## Когда делается прививка почкой?

Прививку «спящим» глазком делают в период с конца июля до начала августа. Но в южных районах такую окулировку лучше проводить в самом конце лета. В это время в подвое происходит активное сокодвижение. Иначе привой может неправильно срастись с дичком.

Если привьёте растение раньше положенного срока, его почки могут прорасти ещё осенью, и тогда зимой они погибнут. А при запоздалой прививке глазки не успеют прижиться к подвою, так как в его камбиальных слоях уже будет недостаточно сока.

На территориях с более стабильным и тёплым климатом можно прививать растения почкой и в весеннее время, когда начинают распускаться первые листочки. Такой вид носит название окулировка прорастающим глазком.

## Как подготовить черенки для прививки?

Успех окулировки во многом зависит от правильно выбранного материала. И привой, и подвой должны быть взяты от здоровых растений.

На роль привоя лучше всего подходят однолетние побеги длиной 30–35 см и диаметром 7–8 мм, срезанные с верхних ветвей хорошо плодоносящего дерева среднего возраста. При этом важно, чтобы побег-черенок был зрелым, с полностью сформировавшейся почкой.

Нарезать черенки нужно острым ножом!

Со срезанного черенка необходимо удалить листья так, чтобы на привое остались их черешки. Так будет удобнее проводить прививку глазком.

Учтите, что прививают только свежезаготовленные черенки.

## Как правильно проводить окулировку?

1. Первым делом за 6–8 дней до «операции» разокутите подвой, очистите его штамп от верхнего слоя коры и боковых веток, а непосредственно перед прививкой протрите чистой влажной тряпкой, чтобы удалить пыль и грязь. Если загрязнения попадут на срез в месте прививки, то она вряд ли приживётся.

Если на подвое кора плохо отделяется от штамба — обильно полейте его. Это ускорит сокодвижение растения, и кора будет легче отставать от ствола.

2. На тщательно подготовленном стволе на расстоянии 5–7 см выше уровня почвы сделайте Т-образный разрез.

3. С помощью специального окулировочного ножа срежьте с черенка сформированную почку вместе с так называемым щитком — прилегающими тканями растения (корой, камбием, заболонью).

Длина щитка должна быть около 3 см: примерно по 1,5 см выше и ниже почки.

Если щиток получился больше разреза на подвое, его можно немного подрезать. Главное — не задеть при этом почку.

4. Аккуратно отодвиньте ножом кору в разрезе на подвое.

Вставьте туда щиток, удерживая его за оставленный черешок листа. Затем плотно прижмите щиток к подвою.

Помните: места срезов нельзя трогать руками!

5. Начиная сверху, обвяжите место прививки плотной лентой, полиэтиленом или шпагатом так, чтобы осталась видна только почка.

Место прививки нужно обвязывать внахлст.

Обычно обвязку снимают вес-

ной после таяния снега. Но если вы обматываете место окулировки чересчур плотно, то не забудьте, что примерно через месяц обвязку нужно ослабить. Иначе она начнёт врезаться в ствол и повредит растение.

## Оцениваем результат прививки почкой

Прививки яблони и груши обычно проходят удачно: приживается более 90% привитых почек. Конечно, при условии, что соблюдены все рекомендации. А вот косточковые культуры более капризные, поэтому на них лучше делать одновременно 2–3 прививки, чтобы хоть некоторые из них прижились.

Спустя 13–15 дней после прививки аккуратно отодвиньте обвязку и оцените состояние почки и щитка. Если у вас всё получилось, ткани привоя будут зелёноватыми, рана затянется, черешок легко отвалится, а глазок не засохнет.

## Уход за привитым растением

Если в первые дни после прививки на улице стоит сухая и солнечная погода, дички также нужно окучить или притенить ту сторону, где выполнена окулировка. Иначе солнце и сухой воздух не дадут почке прижиться.

Если при окулировке «спящим» глазком почки начинают прорастать осенью того же года, их следует прищипнуть после 3–4 листа. Это позволит привитым глазкам благополучно перезимовать.

Чтобы привитые почки зимой не замёрзли, осенью необходимо хорошо полить дички и на 10 см окучить их вместе с глазками.

Виктор СОЛУП  
www.ogorod.ru



# Правила обрезки смородины

1. При обрезке чёрной смородины нужно помнить о том, что плодовые почки закладываются на приросте текущего года.

2. Чем больше прирост, тем выше урожай ягод на следующий год.

3. Если обрезку не проводить, то куст даёт на протяжении двух-трёх лет хороший урожай. Потом сильно загущается, а значит, годовой прирост заметно уменьшается и смородина начинает плодоносить только на концах побегов. Урожай будет уменьшаться с каждым годом.

4. Обязательно нужно проводить обрезку при посадке молодого саженца. При посадке саженец заглубляют в почву на 15 см и оставляют над землёй по 3–5 почек. За период вегетации при хорошем уходе из каждой почки вырастает ветка длиной около 70–80 см. На второй год после посадки на этих ветвях формируется первый урожай.

5. После сбора урожая отплодоносившие ветки вырезают, освобождая место для молодых.

6. Количество молодых побегов надо регулировать, исходя из

силы куста. Если не провести эту операцию, то на следующий год вы получите обильный урожай, а прирост будет плохой. А это означает, что на следующий год урожай будет потерян.

7. На слабых кустах с плохим годовым приростом (35–40 см) проводят обрезку на 4–5 почек. Не надо гнаться за малым урожаем в этом году, ваша задача состоит в том, чтобы увеличить силу куста, вырастить крепкое, здоровое растение.

8. При формировании куста учитывать сортовые особенности.

У скороплодных сортов (это гибридные сорта) урожай первого года бывает высокий (ягоды растут по всей длине побега). На второй год идёт заметное снижение урожая. Что делать? Читайте пункт 5.

На обычных сортах ягоды растут в верхней части побега. Поэтому на второй год, кроме нулевых побегов, интенсивно растут и боковые побеги второго порядка на плодоносящих ветках ниже зоны плодоношения. Как провести обрезку на таких кустах? Сразу после сбора удаляют нулевые побеги и отплодоносившую часть.

Очень важный момент: удаляется только часть побега! Потому что обычные сорта смородины в основном плодоносят на двух-

летних ветвях.

9. Регулировать количество ветвей. Сколько нужно оставлять их? Всё зависит от силы куста. На среднем можно оставить от 9 до 12. На сильном растении допускается 15. На слабом — не более 5.

10. Обязательно проводить на старых (не более 6–7 лет), но хороших по урожайности кустах радикальную омолаживающую обрезку. Срезают полностью все старые ветки. Можно в этом случае применить и более щадящую обрезку — удаляют все старые и оставляют несколько молодых. На следующий год на омоложенном кустике вырастет много молодых побегов — не забудьте проредить такое растение.

Группа «Дача, сад, огород»



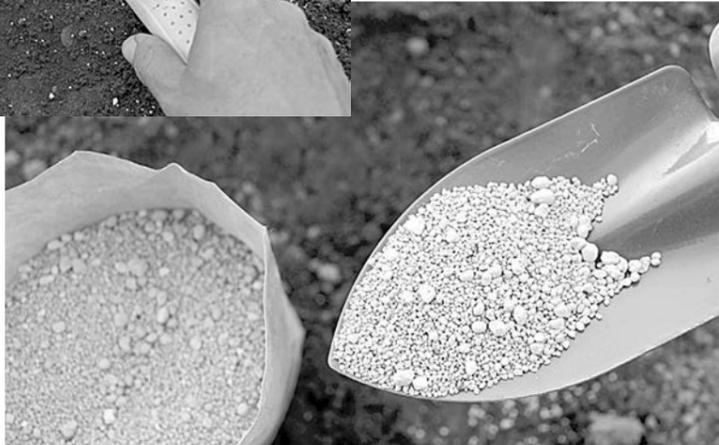
# Диатомит для огорода



мо кремния, диатомит содержит кальций, магний, бор и другие важные микроэлементы. Во многих странах диатомит применяют как биологически активную добавку в здоровом питании и растениеводстве.

Садовый диатомит — уникальный почвоулучшитель, ценный следующими свойствами:

- удерживает влагу и растворённые в ней питательные вещества, а затем постепенно, по мере необходимости, отдаёт их растениям;



**М**ногие огородники, приверженцы органического земледелия, стараются выращивать здоровые растения и получать экологически чистые продукты с минимальными усилиями. А начинать нужно с качества почвы, с улучшения её физических свойств и повышения плодородия.

Чтобы создать благоприятные условия для выращивания растений, повысить воздухо- и влагопроницаемость почвы, чаще всего в грунт вносят песок, агроперлит или вермикулит. Но не все знают, что самым эффективным разрыхлителем считается диатомит — природный материал, который не только улучшает структуру грунта, но и является прекрасным удобрением и натуральным инсектицидом.

Диатомит (горная мука, ки-

зельгур, диатомовая земля) — это осадочная горная порода, полезное ископаемое, которое состоит из отложений кремнеземных панцирей диатомовых водорослей. Этот материал обладает высокой пористостью, влагоёмкостью и практически на 85% состоит из аморфного кремния, который легко усваивается корневой системой растений. Поми-

- улучшает структуру грунта, повышает его пористость и водопроницаемость;

- стимулирует рост, корнеобразование, цветение и плодоношение благодаря высокому содержанию кремния;

- повышает стрессоустойчивость растений;

- защищает корневую систему растений от перепадов тем-

пературы;

- является природным инсектицидом контактного действия;

- подавляет развитие патогенной микрофлоры в почве;

- нормализует кислотность почвы.

Диатомит — ценный источник кремния, важнейшего элемента питания для всех живых организмов, в том числе растений. Кремний необходим для формирования клеточных стенок, для укрепления тканей. Если растения получают достаточно кремния, то вместе с этим они лучше усваивают и другие элементы питания (бор, фосфор, калий), становятся крепкими, стрессоустойчивыми, меньше страдают от болезней, насекомых, неблагоприятных условий и вредного воздействия пестицидов. Кремний увеличивает толщину и прочность листовой пластинки, стимулирует процесс фотосинтеза, повышает пищевую ценность плодов.

Хотя кремний — очень распространённый элемент питания и составляет почти треть массы земной коры, но чаще всего он находится в недоступной для растений форме. К тому же каждый год с урожаем из земли выносятся большое количество кремния, и почва истощается. Чтобы исправить ситуацию, следует регулярно вносить на грядки удобрения, содержащие кремний: диатомит, цеолит, золу, листовую перегной. В течение сезона полезно поливать огород настоями трав: крапивы, одуванчика, полыни, хвоща — в тканях этих сорняков содержится большое количество доступного кремния.

Диатомит можно использовать для выращивания всех видов комнатных, садовых и овощных культур: добавлять в грунт для рассады (в пропорции 1:5), вносить в лунки при пересадке расте-

ний, насыпать на дно горшков в качестве дренажа и пролонгированного удобрения.

В течение сезона диатомит рекомендуется вносить на грядки и в цветник, а затем с помощью рыхления заделывать в почву на глубину 5–6 см. Садовый диатомит очень хорошо зарекомендовал себя в защищённом грунте, где растения чаще всего страдают от засухи и насекомых-вредителей. Огородники отмечают, что при внесении диатомита в почву растения выглядят здоровее, а на листьях реже появляются признаки хлороза. Диатомит можно рассыпать по периметру высоких грядок, вдоль фундамента теплицы, где почва быстро пересыхает.

А если вы обнаружили муравейник, насыпьте диатомитовый порошок в места скопления насекомых и подрыхлите почву. Не поливайте. Принцип действия диатомита на муравьёв и других насекомых не химический, а механический: микрогранулы с острыми краями повреждают наружный слой хитинового покрова насекомых и впитывают липиды, в результате чего насекомые гибнут от обезвоживания.

Диатомитом рекомендуется опудривать любые растения, чтобы избавиться от тли, трипсов, слизней, улиток и прочих вредителей сада и огорода.

Диатомит не причиняет вреда червям и полезным почвенным организмам.

Диатомит не имеет срока годности, а использовать такой почвоулучшитель можно в течение всего сезона. В результате регулярного внесения диатомита можно оздоровить почву и значительно повысить урожайность огородных культур.

**Екатерина ГОРБАЧЁНК**

[www.ogorod.ru](http://www.ogorod.ru)

# Большие урожаи по методу Картелева

**В**ладимир Иванович Картелев — профессиональный агроном и владелец собственного приусадебного участка, а ещё автор уникального метода выращивания овощей и других культур, позволяющего получить хороший урожай при любых погодных условиях.

С одной сотки он получает 600 кг картофеля и 800 кг капусты. А всего на 12 сотках он умудряется выращивать 60 видов овощей. Урожай хватает на всю зиму, причём не только себе, но детям и внукам.

Владимиру Ивановичу более 75 лет, он живёт в деревне Волжанка Кашинского района Тверской области вдвоём с супругой. Пенсии небольшие, а потому всем, что даст им огород, кормятся в течение целого года. На приусадебном участке Картелева чего только нет: картошка, помидоры, огурцы, тыквы, кабачки, бобы, горох и даже подсолнечник. Всё это овощное разнообразие размещается на 12 сотках, 8 из которых отданы под картофель.

В доме агронома столы всегда ломились от изобилия.

В чём же секрет небывалого урожая?

Владимир Иванович — учёный, профессиональный агроном, почвовед. Закончил Ленинградский сельскохозяйственный институт, аспирантуру ВНИИ льна (г. Торжок Тверской области), ра-

ботал в хозяйствах региона, 40 лет из своей жизни проводил опыты на земле, искал лучший способ выращивания и получения хорошего урожая. И у него это получилось. Он разработал свою методику земледелия.

— Уникальность моего метода — в трёх моментах, — делится секретом Владимир Иванович. — Я не копаю свой огород, без всякой обработки почвы выращиваю картошку, подсолнечник, кукурузу, кормовые корнеплоды, бобовые, фасоль, землянику. Всего больше 60 культур. Так больше никто не делает! Две культуры у нас в стране выращивают на юге без обработки почвы — озимую пшеницу и картошку. А все остальные повсеместно высевают по старому методу с обязательной перепахкой и перекопкой земли. А я от этого отказался. Второй момент — использую отличное удобрение, которым Россия очень богата. Я учился в институте, в аспирантуре, но нигде с подобным не сталкивался. Какое это удобрение? Трава. Наша травушка-муравушка. Вот и всё удобрение — лучше навоза. Ну а третий момент — это использование подкормки «Байкал».

Трава у Владимира Ивановича — суперсредство для всего и от всего! Она насыщает почву органикой, защищает от сорняков и хорошо удерживает влагу очень долгое время.

По методике Картелева не надо пахать и рыхлить землю. Достаточно сделать в земле лунки, засыпать туда свежескошенной травой, посеять семена, полить, присыпать землёй, а сверху прикрыть посеы травой. На этом всё, уверяет учёный, даже больше поливать не надо! За сезон делает только один полив для ка-



пусты, всё остальное «живёт» само по себе. По мере подсыхания травы надо добавлять свежую. Удивительно, но методика работает.

С небольшой грядки Владимир Иванович собирает 12 вёдер томатов. Огурцов, говорит, не считать, супруга закрывает по 40 трёхлитровых банок.



призналась женщина. — Сажали всегда обычным способом: копали, окучивали. Владимир Иванович предложил мне на небольшом участке 3x4 м посадить картошку по его методу. Я согласилась. И вы представляете? Такой урожай, по 750 г картофелины уродились, я дома в Москве всем показывала. В засушливый год клубни, правда, не такие крупные получают, но картошка есть всё равно. С этого небольшого участка получаю пять мешков.

Кстати, в начале своих экспериментов Владимир Иванович использовал сено. И урожай был меньше. Только зелёная трава, по мнению агронома, позволяет получить большие урожаи даже в засуху.

Методика агронома пользуется спросом у местных жителей и приезжих. Дачница из Москвы Галина Багдяна на небольшом участке 4x3 м посадила 1,5 ведра картофеля. А получила 100 кг. Центнер!

— Я уже почти 15 лет сажаю картошку, и у меня крупней куриного яйца никогда не было, —

# Выращивание томатов в вёдрах

Томат — один из любимых всеми видов овощей, без которых не обходится наш стол круглый год.

Выращиванием томатов на своих участках занимаются практически все. Каждый из садоводов-огородников постепенно накапливает бесценный опыт при выращивании садово-огородных культур. Иногда возникают ситуации, которые могут привести обычного любителя растений к маленькому, но всё-таки открытию. Так вышло и со мной при выращивании томатов в вёдрах.

## Преимущества

Выращенную рассаду томатов мы высаживаем в теплицу каждый год. И при этом обязательно остаются растения, которым не хватило места на тепличных грядках.

Лет десять назад также после высадки в теплицу осталась «лишняя» рассада томатов. Моим детям было жалко её выбрасывать, и они посадили несколько оставшихся растений в старые дырявые металлические вёдра — по одному саженцу в каждое ведро, наполненное обычным перегноем.

Вёдра с высаженной в них рассадой тоже поставили в теплицу, разместив в стороне.

Не помню названия всех сортов томатов, которые оказались в этих вёдрах, но в том числе там был сорт «Шахтёрская слава».

Совершенно неожиданно для всех томаты в вёдрах начали созревать недели на две раньше, чем в тепличных грядках. А плоды на них были крупнее примерно в полтора раза. Кусты томатов в вёдрах плодоносили обильно, были просто усыпанными.

К примеру, плоды сорта «Шахтёрская слава» на грядке больше 150 г обычно не вырастали. Но зато у саженцев в вёдрах урожай оказался действительно славным — гладкие, плотные, круглые плоды в ведре достигли 250 г.

Кусты томатов в вёдрах оказались мощнее, урожай сформировался намного больше, а плодоношение этих растений было более длительным.

Мои дети не скрывали своего ликования от полученных результатов. А мне пришлось просить у них некоторые плоды на семена, хотя пасынкованием томатов в вёдрах занимался всё-таки я.

Однако после этого успешного эксперимента не придал ему большого значения.

В следующие годы сложилось так, что при посадке томатов мои дети уже не присутствовали, и сажать рассаду в вёдра было некому.

Но спустя несколько лет эта история повторилась. Теперь несколько растений посадил в вёдра мой внук. И опять полученный результат выращивания томатов в вёдрах был выше всяких похвал!

Явно проявлялась устойчивая закономерность высоких урожаев рассады помидор в вёдрах.

И вот чтобы окончательно убедиться в эффективности выра-

щивания томатов в вёдрах, я специально высадил рассаду помидор в качестве эксперимента.

Посадил саженцы десяти разных сортов в вёдра, разместив по одному растению в каждое ведро.

Для этого нашёл на свалке прохудившиеся металлические вёдра и наполнил их обычным перегноем. Сами вёдра при выращивании томатов в теплице поставил в полутени, а непосредственно растения были хорошо освещены.

И опять посаженные в вёдра помидоры дали завидный урожай.

На крупноплодных сортах томатов («Гигант Новикова», «Чудо земли», «Трипл-кроп», «Египетский великан», «Янтареvские», «Канадский великан», «Гигант ливанский») плоды достигали веса в 1 кг и более. А на кустах томатов со средним весом плодов в пределах 100–150 г («Аргентинская сливка», «Чародей», «Мечта любителя») было настоящее изобилие!

А вот на грядках в теплице, несмотря на неплохой урожай томатов, картина была заметно хуже.

К слову, томаты «Итальянские» я районировал около 15 лет. Количество плодов, одновременно находящихся на кусте этого сорта и практически созревших, мы

насчитали 45 штук (всё растение в кадр не вместились). Каждый помидор оказался весом 110–120 грамм. И это не считая урожая второй очереди.

Обращаю на себя внимание и другие интересные факты.

Плоды томатов, выращенных в вёдрах, всегда более плотные, а не водянистые (как зачастую бывает в грядке при обильном поливе).

Да и растрескиваемости плодов томатов при выращивании в вёдрах я не заметил ни разу.

Крупные, мощные кусты томатов в вёдрах выращиваем на крепких шпагатах. Кисти с плодами никогда не подвешиваем.

Агротехнические приёмы при выращивании томатов в вёдрах в условиях теплицы стандартны:

- умеренный полив;
- непопадание влаги на растения;
- хорошее проветривание;
- своевременное пасынкование;
- незагущение посадок;
- не превышение допустимой температуры в теплице (более чем 30°C).

Одно очень важное наблюдение: чем «дырявее» дно ведра, тем энергичнее рост томатов.

Данный факт связан с тем, что проникающие через днище ведра

в почву корни растений всегда имеют необходимый запас влаги, поскольку под днищем земля никогда не пересыхает.

## Итоги томатного эксперимента

Какое же объяснение можно дать явлению превосходного урожая томатов в вёдрах?

На мой взгляд, оно таково. Основная масса корней томата, которая находится у стенок ведра, прогревается в теплице до температуры воздуха. В ведре также гораздо быстрее прогревается вода при поливе растений.

В отличие от этой ситуации, в грядке температура земли на глубине залегающих основных корней (25–30 см) примерно на десять градусов ниже, чем на поверхности почвы.

А металлические вёдра — разве это не противоречит здравому смыслу? Ведь существует мнение, что контакт металла с корнями растений несовместим. Однако, как видите, высокая теплопроводность металлических вёдер, наоборот, способствует быстрому прогреванию почвы в них.

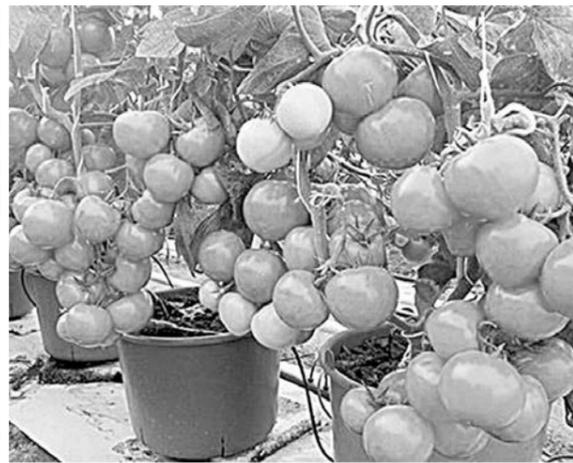
В итоге вывод по проведённому эксперименту напрашивается сам собой. За счёт большей прогреваемости почвы в металлических вёдрах резко ускоряются ростовые процессы растений и увеличивается поступление к ним питательных веществ. Это приводит к раннему созреванию плодов, а также к повышению урожайности и крупноплодности томатов, выращенных в вёдрах.

Итак, вырастить ранние крупные томаты в вёдрах очень просто!

Думаю, что данный приём будет очень привлекателен для садоводов, имеющих теплицы небольшой площади. Для тех, кто ценит свой труд и хочет получить ранний большой урожай томатов при небольших затратах.

Автор неизвестен

По материалам  
<https://news.myseldon.com>



# Что посадить на огороде в августе

Последний месяц лета — не повод прекращать посадку растений. Ночи становятся длиннее и прохладнее, однако некоторые культуры ещё успеют принести урожай или порадовать своим цветением.

## Овощи и зелень

### 1. Салат-латук

Подбирайте кочанные, полукочанные и листовые разновидности с небольшим периодом созревания. Растения можно собирать спустя 30–40 дней после посева. Чтобы на столе всегда был свежий салат, высевайте культуру с интервалом в две недели.

### 2. Руккола

Пряная трава растёт даже при заморозках до -7°C. Если ожидается ещё большее похолодание, накройте рукколу обрезанными пластиковыми бутылками. Культура любит расти на солнечном участке и предпочитает обильный полив. Лучше всего сажать рукколу на место, где были бобовые, картофель, тыква.

### 3. Шпинат

Травянистая культура даёт урожай через 30 дней. Обычно шпинату не нравится обилие солнца и его нужно притенять, но не во время августовской посадки. В конце лета растение наслаждается умеренной прохладой, коротким световым днём и обильным поливом. Хорошо произрастает на участке после огурцов, свёклы, картофеля, редиса.

### 4. Капуста

В августе высевают скороспелые сорта белокочанной или китайской капусты (не путать с пекинской). Белокочанную разновидность сажайте безрассадным методом, предварительно увлажнив грунт и накрыв почву укрывным материалом (лутрасилом, спанбондом). Капуста хорошо растёт после лука. Через месяц можно лакомиться урожаем.

Китайскую разновидность следует высевать в тени. Культура образует розетку из мощных листьев на короткой ножке, но при обилии солнечного света растение выпускает стрелки. Вызревает капуста за 45–60 дней.

### 5. Редис

Подходит для высаживания как в начале августа, так и в середине. Наслаждаться урожаем можно спустя 2–3 недели.

В отличие от весеннего, летний редис более сладкий. Семена сажайте неглубоко, поливайте умеренно. Предварительно замульчируйте почву торфом либо перегноем. Оптимальные предшественники — чеснок или горох.

### 6. Редька

Сажать в конце августа можно любые разновидности: японскую, чёрную русскую, дайкон, китайскую зелёную. Культуре будет хорошо на месте огурцов в слабощелочном плодородном грунте.

Позаботьтесь, чтобы между растениями было достаточно расстояния, поскольку редька может вырасти до 20–25 см в диаметре и до 40 см в длину. Растению требуется обилие солнечного света и регулярный полив.

### 7. Пряные травы и зелень

Петрушку, базилик, кориандр, укроп можно сажать с августа по сентябрь. Спустя 20–

25 дней готовьтесь снимать урожай. Перед посевом хорошенько разотрите семена между ладоней, чтобы на поверхности зёрнышек образовали микротрещинки. Далее на сутки замочите их в тёплой воде, молоке или стимуляторе роста. Благодаря такому приёму семена быстрее всходят и развиваются.

## Фруктово-ягодные культуры

На закате летнего сезона допустимо сажать культуры с закрытой корневой системой. Углубления для посадки стоит готовить за 3–4 недели до высадки и тщательно удобрить. За это время подкормка впитается в почву и молодые саженцы лучше приживутся.

### 1. Виноград

Опытные виноградары рекомендуют пересаживать лозы в конце лета. Обязательно учитывайте районирование сорта, чтобы возделывание винограда принесло обильный урожай. Лучше всего сажать культуру на возвышенности, хорошо освещаемой солнцем.

Если в вашем регионе бывают сильные ветра, рассадите по краям виноградника деревья. Они бу-

дут защищать лозы от воздушных масс. Для винограда важен дренированный грунт с нейтральной кислотностью почвы.

### 2. Клубника

Культуре будет комфортно на хорошо освещённом и удобренном участке, без сквозняков и переувлажнения.

Благоприятные предшественники: свёкла, фасоль, петрушка, лук. Не забудьте укрыть грядку соломой, перепревшими опилками или компостом.

### 3. Смородина

К завершению летнего сезона рядом с кустарниками растёт множество новых побегов. Их можно нарезать на черенки и рассадить по участку, предварительно вымочив 12–40 часов в стимуляторе роста. Для смородины подходит рыхлая почва на открытой территории.

Сажайте черенки под углом 45°, углубляя в землю на 20–25 см и оставляя на поверхности две активные почки. Расстояние между будущими кустарниками должно быть не менее 2 м. Растение нуждается в регулярном поливе, но не переувлажните почву.

<https://novate.ru>



# Удобрения для восполнения дефицита кальция в почве

**Н**ехватка кальция в почве не так часто встречается в естественных условиях, но неправильное применение удобрений может привести к закислению грунта. А как многим садоводам-огородникам известно, при нехватке любого макро- или микроэлемента в почве снижается урожайность плодово-ягодных и овощных культур, а также ухудшаются декоративные свойства цветочных саженцев и многолетних живописных насаждений. Разберёмся, как можно восполнить дефицит кальция на садовом участке.

Кальций — один из самых востребованных элементов для растений. Несмотря на то, что саженцы его выносят из земли не так активно, как азот и калий, при нехватке вещества или невозможности его извлечения из труднодоступных для растений соединений, наблюдается существенное

ухудшение внешнего вида насаждений.

Дефицит кальция является основной причиной плодовой гнили. Чаще всего от этого заболевания страдают томаты и перцы. Нередко гниение наблюдается на нижней части плодов кабачков, патиссонов и тыкв. Поражаются плодовой гнилью и фруктовые деревья: персики, груши, сливы, яблоки и пр., а также виноград.

А ещё недостаток кальция приводит к снижению фитоиммунитета всех культур. Растения, развивающиеся в условиях дисбаланса, намного чаще болеют грибковыми патологиями, они хуже противостоят распространению в посадках тлей, клопов и прочих мелких вредителей.

Наиболее уязвимыми для нехватки минералов, в том числе и кальция, являются защищённые грунты. Поскольку в теплицах и парниках выращиваются овощи, усиленно потребляющие этот элемент (паслёновые и тыквенные), то без его восполнения не обойтись.

## Посадите календулу — определите наличие кальция

Сделав химический анализ почвы на участке в специализированной лаборатории, вы получите полную информацию о нехватке каждого из химических элементов. Однако многие дачники предпочитают определять недостаток тех или иных веществ, а также кислотность земли народными методами.

Например, распространение на грядках и в саду лютиков, полевого хвоща, полевой мяты, конского щавеля, подорожника, осика, мха и других сорняков, предпочитающих исключительно кислые грунты, свидетельствует о необходимости проводить мероприятия по ощелачиванию земли.

Одним из самых простых способов определения дефицита кальция в почве является наблюдение за внешним видом распространённой цветочной культуры — календулы (ноготки). Посейте это растение весной и посмотрите, как оно будет развиваться на протяжении всего периода вегетации. Нехватка кальция в грунте проявляется следующим образом:

- саженцы выглядят слабыми, плохо цветут;
- семена образуются слишком быстро;
- осенью кусты страдают от мучнистой росы.

Итак, приводим список лучших

удобрений для обогащения почвы кальцием.

• Минеральные удобрения. Быстро восполнить недостаток кальция можно с помощью минеральных удобрений. Например, кальциевую селитру под картофель, баклажаны, перцы и помидоры опытные овощеводы вносят перед первым окучиванием. Ещё один проверенный источник солей кальция — древесная или травяная зола, а также печная сажа.

• Раскислители грунта. Хорошо зарекомендовали себя в качестве источника кальция следующие удобрения: доломитовая мука, очищенный мел, гашёная известь (пушонка). Эти составы используют для раскисления почвы и вносят исключительно во время осенней культивации.

• Скорлупки от яиц кур, перепелов, гусей, цесарок, индюков, уток и других домашних птиц. Измельчённая в порошок или растолчённая до мелких фракций яичная скорлупа — ещё один доступный каждому, практически бесплатный и при этом природный источник кальция, обладающий пролонгированным действием. Этот материал отдаёт в землю кальций медленно, на протяжении нескольких лет (до 5–8).

Именно поэтому данным средством невозможно быстро устранить нехватку кальция, например, для профилактики плодовой гнили томатов в текущем сезоне. Зато природный материал является экологичным, безопасным и весьма полезным для растений средством, которое помогает поддерживать баланс минералов в земле в течение длительного времени, ведь кроме кальция в нём присутствуют полезные вещества, в числе которых фосфор, фтор, медь, железо и т.д.

Для раскисления почвы и обогащения её биодоступным для

корней растений кальцием требуется около 0,5 кг измельчённой скорлупы на 1 м<sup>2</sup> участка. Данный объём скорлупы получается из 35–50 куриных яиц. Такие кухонные отходы можно собирать весь год, просушивая скорлупки и складывая их в полиэтиленовые пакеты до момента внесения в почвогрунт.

• Мраморная крошка или мраморный щебень — ещё одно удобрение, из которого кальций высвобождается очень медленно. Его используют раз в 10–20 лет. Пол-литровая банка материала, равномерно рассыпанного на 3–4 м<sup>2</sup> участка под перекопку, нормализует состояние вашего грунта на несколько десятков лет вперёд.

Постепенно выделяющийся из мрамора кальций поглощается корнями растений мягко и равномерно. Саженцы, особенно многолетние, не будут сталкиваться с резкими колебаниями кислотности грунта, которые наблюдаются при использовании известки-пушонки и очищенного мела.

А ещё благодаря мраморной крошке растения будут обеспечены не только кальцием, но и прочими ценными микроэлементами, которые содержатся в примесях материала. Мраморную крошку можно без труда найти в строительном магазине, садоводческом магазине, зоомагазине, интернет-магазине данного профиля, а также по местным объявлениям о продаже щебня мелкой фракции. Причём стоит удобрение очень дёшево, а вносить его нужно не чаще, чем раз в 10 лет.

Выбор материалов остаётся на усмотрение садовода. В каждой конкретной ситуации нужно с умом подходить к внесению кальция. Лёгкого вам труда!

<https://ekosad-vsem.ru>



# Советы Зеппа Хольцера

• Умейте читать Природу, чувствовать её.

• Защищайте землю, как своё собственное тело.

• От чистых растений, выращенных без химии, ты получишь энергию и радость жизни. Эта сила, которая идёт от земли.

• Дети должны расти вместе с Природой. Мы учим детей творческому и позитивному мышлению.

• Я могу (учу этому детей) планировать посадки в зависимости от того, что растёт быстрее, а что дольше. И я управляю будущим.

• Природа обо всех нас подумала, обо всех позаботилась. Сегодня созревает одно, завтра — другое.

• Правильно организованная работа в гармонии с Природой станет источником радости, хобби.

• Сады могут цвести по всему земному шару. Нет плохих условий у Природы, есть непонятливые хозяева.

• Если я хорошо задумаюсь, то и в пустыне найду воду.

• Радуйтесь своим ошибкам, они учат нас делать лучше. Человечество ошибается, а Природа не ошибается.

• Если я сомневаюсь, то на одном кусочке земли сделаю так, как советуют учёные, а на другом — прямо наоборот. И, как прави-



## Природное мышление

ло, учёные ошибаются. Так что не бойтесь экспериментировать и всё проверять сами.

• Учение пермакультуры идёт вширь: уже учат мои ученики.

• Такого богатства, как в России, нет нигде, ни в одной стране. Пермакультура работает на всём земном шаре, но лучше всего — в России.

• Создавайте кооператив с Природой. Нужно естественно мыслить, спрашивать Природу.

• Природосообразность — это иной уровень качества.

• Если с землёй ты будешь обращаться как с матерью, то она одарит тебя всем, что ты хочешь. Но если ты её будешь обманывать, то ничего не получишь.

## 10 правил персонального рая Зеппа Хольцера

1. При восстановлении природного ландшафта нужно обеспечить территорию открытым водоёмом. Вода есть везде, даже в пустыне, нужно только научиться её находить.

2. Следующий шаг — оградить участок от выдувания ветром путём создания живой изгороди и высоких гряд.

3. Создать многообразие растительного и животного мира. Зепп, например, стаскивал на свой участок лесных муравьёв. Ведь, по его мнению, эти насекомые счита-



ются врачами леса.

4. Чем больше по размеру участок, тем меньше работы. Хольцер может уже ничего не делать, а доходы от его поместья растут самопроизвольно.

5. Главный слоган Зеппа гласит: «Минимум работы, максимум эффекта». На сегодняшний день его поместье является самодостаточной, саморазвивающейся системой.

Живёт он с продаж саженцев, семян растений, рыбы, раков, грибов, орехов, фруктов, ягод и овощей. Зепп уверен, что знает простой способ накормить всю планету, и нужно для этого совсем немного: не мешать Природе.

6. Фермер советует максимально высаживать все растения семенами, предварительно создав им условия, приближенные к естественным. Рассадку Хольцер рекомендует высаживать в бед-

ную почву, так как растения, выращенные в благоприятных условиях, в природной среде труднее адаптируются и часто болеют.

7. Ни в коем случае не подрезать плодовые деревья. Это лишняя работа. А лишней работой он заниматься не любит.

8. Если пересаживаете деревья, нельзя их сразу поливать. Сажать, по совету Хольцера, в самую бедную почву, и никаких удобрений. Результат гарантирован.

9. Использовать животных по хозяйству. Например, Зепп рекомендует завести свиней, чтобы те перерывали землю для подготовки грядок к посадке.

10. Никого не копировать, в том числе и его самого. Думать своей головой и наблюдать Природу. Его девиз: «Мой университет — Природа».

Изложил Сергей КОНИН  
<https://ep-z.ru>

# Можно ли полюбить работу на земле с нуля?



Можно ли полюбить работу с землёй, если в детстве ничего, кроме отвращения, к этому делу не испытывал?

Эти километры окучиваемой картошки или ненавистной, еле видимой морковки, которую надо было полоть в самую жару. Эти тяжёлые лейки и непременно лить «под корень». Земля, похожая на пыль или треснутую корку.

Сорняки, о... Да фиг с ними, с корнями, лишь бы выглядело чисто, лишь бы скорее убежать гулять. За что потом и попадало, когда на второй день после прополки весело отрастала зелёная щетина омолождённых сорняков...

Сбор ягоды — отдельная, жгучая, изматывающая пытка. Тем более, варенье вообще никогда не любила. Ну и, как водится, клеймо Вечной Неблагодарной Лентяйки, которое приклеивается на всю жизнь. До сих пор отскребаю его от себя чуть не с кровью.

Когда в 90-е, чтобы тупо выжить, родители держали скотину, к огородной повинности добавились покосы. Как ни сладок аромат скошенной травы, меня всё равно до сих пор от него пробирает холодком.

Конечно, свежие огурцы и помидоры были прекрасны. Помню свои набег на теплицу, поедание бурых ядрёных помидоров, от которых вышибало слезу, но всё равно было поразительно вкусно.

Но если бы тогда была возможность отказаться от них, лишь бы оставили в покое с любимой книжкой... Не сомневалась бы ни секунды. Лес, грибы с бабушкой — да. Озеро, пруд — в любых количествах. Своя лошадь... Да-а-а, вот ради неё я полюбила бы покосы, уборку навоза, всё, что угодно. Изменилась бы ради лошади, с болью, потом и мучениями, но изменилась бы.

Только тогда завести лошадь было абсолютно нереально... А когда через много лет, уже здесь, я осуществила детскую мечту и завела-таки лошадь — было уже поздно. Пришлось потом продавать: она стала в обузу, интерес ушёл. Мечты нужно осуществлять вовремя, ведь у многих из них тоже бывает свой срок.

Но вот заводить себе огород я не мечтала никогда. Худшее из всех наказаний! Скорее бы своя жизнь.

Цветы — а зачем они вообще? Не понимала маму, с упоением рывшуюся в палисаднике, помимо всех основных безконечных работ. В палисаднике меня интересовали сугубо кусты крыжовника в пору созревания. Я даже не помню, какие у нас тогда были цветы, кроме охапки высоченных жёлтых «золотых шаров», свешивавшихся со старого штaketника.

Когда наступило студенчество и огородная тема канула в небытие, словно огромный камень свалился с души. Всё, адью. Я свободна!..

Как вы понимаете, исходные данные для того, чтобы в будущем хоть как-то заниматься землёй, были печальные. С гордостью ощущала себя городским человеком, студенткой вуза.

Но жизнь — удивительная

штука, порой она переворачивает всё с ног на голову. А может, наоборот, расставляет всё по истинным местам?

Начиная с первого курса, в мою жизнь, в душу и тело, в мысли и мечты, во все фибры, извилины и закоулки моего существа ворвалась Анастасия и Родовые поместья. Судьба совершила странный кульбит — и, опа, через десяток лет я стою на своей земле, пусть пока ещё деревенском участке, с которым хочешь не хочешь, а надо что-то делать...

И не чувствую ничего, кроме отвращения, раздражения и дикого непонимания при виде бурьяна, которым медленно, но верно покрывается огород бывшей хозяйки. И уверена, с меньшим отвращением он глядел на меня в ответ. Помню, с каким облегчением собрала рюкзак и удрала в

но переросшие нас. На огромную терносливу, привезённую к нам моим папой в виде косточки. Смотрю на свой Рай. Без преувеличения — Рай, потому что чувствую благодать земную, исходящую от всей этой красоты, так гармонично вписавшейся в таёжный горный пейзаж.

Иногда меня пробирает настолько, что я поднимаю глаза к



поход, оставив всё это хозяйство «под паром».

Да, были ломка, перестройка, борьба. Ошибки, разочарования, слёзы. Но первые плоды выращены именно там, в селе. И цветы в палисаднике с маленьким прудиком из тракторной покрышки. Я благодарна этому маленькому участку — легче начинать с малого, гектар поначалу кажется чудовищно огромным...

Прокатился-пролетел ещё десяток с лишним лет, вот нас уже пятеро смелых, и сегодня я стою на земле своего поместья. Смотрю на зелень аккуратно постриженного газона, на разросшую живую изгородь, на ряды многолетних кустов, заботливо ободуренные грядки, теплицу, которая всегда исправно снабжает урожаем.

Смотрю на тянущиеся к небесам деревья родовой рожи, дав-

небесам и спрашиваю в недоумении: «Отец, неужели это всё — мне? Это всё и вправду — моё? Этого просто не может быть...»

Но я не смогу тебе сказать, читатель, когда сработал переключатель, когда раздался заветный щелчок и я полюбила труд на земле. Когда всё сердце отдала цветам. Когда закатала первые банки с соленьями. Когда впервые заферментировала листочки дикой земляники для чая.

И почему вот даже сейчас, с больной ногой, не выпавшись с утра, я бегу к своим растишкам и зависаю по полчаса над каждой клумбой, просто разглядывая её, планируя, прикидывая, любясь в немом восторге...

Я даже не могу в полной мере соотнести себя нынешнюю и ту девчонку с недовольной моськой, огрызающейся про себя на маму, заставлявшую полоть грядку. Мы

совершенно разные люди. Из разных эпох, с разным мышлением, видением мира.

Наверное, такой неприспособленной к деревенскому труду особы было ещё поискать. Но вот вам ещё одно доказательство, что яркая мечта, наполненная смыслом, может изменить всё. Только настоящая Мечта способна на такое. Какое всё же счастье, что со мной когда-то случились книги Владимира Мегре...

Почему я возненавидела работу с землёй, я понять более-менее могу, правда, это больше вопрос семейного воспитания, конфликтного детства. Это отдельная тема, где много боли, несправедливости, отчаяния. Не для этой заметки.

Здесь лишь скажу, что своих детей я совершенно не прошу помогать мне с землёй. Только по желанию, только из любви. Мы с мужем (который, кстати, тоже с детства «травмирован картошкой») крайне аккуратно знакомим их с безпредельным, невероятным миром живых творений Бога, и они, к счастью, потихоньку втягиваются в процесс.

Вот, не так ещё и давно закон-



чили с дочкой её личную клумбу. Она сама решала, какие цветы и где, я же изо всех сил старалась не дышать. Не давить. Только знай подтаскивала рассаду. Теперь вместе каждому цветочку искренне радуемся. И хотя Злата у меня довольно отстранённая, смотрю, нет-нет да и заглядится на цветочки, потрогает. В добрый час, как говорится.

Вот так, так и только так должно быть...

Ах, если бы мне в детстве кто бы вот так мягко и осторожно всё это преподносил... Наверное, вообще вся жизнь по другой дорожке побежала.

Но хорошо, что так есть у моих девочек сейчас. И мальчик тоже не отстаёт, просто маловат пока. Так что не важно, было ли это у тебя, важно, что ты можешь дать это своему ребёнку. И он унесёт этот опыт дальше, в поколения, потому что это хорошо, это радость — труд на земле, это творчество, созидание. Это сама Жизнь.

Дорогой читатель, согласись, как важно здесь и сейчас выбрать Жизнь! Особенно, если есть дети.

Когда-то нас насильно, с болью и кровью, оторвали от земли, от природы, от истоков и корней. Но отчаиваться не нужно, более того, всегда можно в моменте «сейчас» открыть новую страницу. Подобрать разорванную цепочку Жизни и соединить звенья.

Время новое приходит, читатель, дышит нам с тобой в лицо. Оно готово нам помочь. Главное — самому чётко увидеть этот раз-





# Чем полезна перга для организма



О полезных свойствах мёда не написал разве что ленивый. Тема эта продуктивная и многообещающая. Однако пчёлы не были бы собою, если бы не славились своим прагматизмом, которого ещё надо поискать в живой природе. Поэтому каждый их продукт отличается теми или иными благотворными качествами, которые распространяются практически на всех живых существ, а в особенности на человека. Одним из таких продуктов является перга, полезные свойства которой чрезвычайно высоки.

## Перга пчелиная: что это

Чтобы понять важность этого продукта для человека, необходимо знать, для чего он нужен производителю. Пчёлы получают данное вещество из зёрен пыльцы, которые мёдом запечатываются в сотах. Под воздействием постоянно поддерживаемой температуры, влажности и пчелиных ферментов начинается молочнокислое брожение, продолжающееся пятнадцать дней. По завершении этого процесса получается ценнейший белковый корм, который пчёлы используют для вскармливания своих личинок, а люди его называют «перга пчелиная».

Свежая перга буквально перенасыщена витаминами и питательными веществами. При высушивании она несколько теряет в составе. Консервирующие свойства мёда помогают сохранить все ценные компоненты.

Извлечённая из сот перга не является однородной по цвету и текстуре, а представляет собой разноцветные наслоения. К осени она «созревает», о чём говорит один сформировавшийся цвет.

## Полезные свойства

Конечный состав перги не бывает однообразным, так как пыльца собирается с разных растений. Тем не менее выделяется несколько типов ферментов, кислот, витаминов и микроэлементов, которые присутствуют в перге всегда:

- моносахариды;
- 16 аминокислот;
- 13 жирных кислот;
- каротиноиды;
- витамины (E, C, D, P, K, B1, B2, B3, B6);
- органические кислоты;
- гормоноподобные вещества;
- ферменты;
- макро-, микроэлементы.

Из всего списка следует особо выделить высокое содержание витамина E и каротиноидов, а также калия, магния, железа, меди, кобальта и цинка. Кроме всего прочего, есть тут и такие сверхважные для человека жирные кислоты, как Омега-6 и Омега-3.

Отмечается, что по сравнению с обычной цветочной пыльцой, которую также можно принимать, перга пчелиная полезнее и значительно богаче по содержанию ви-

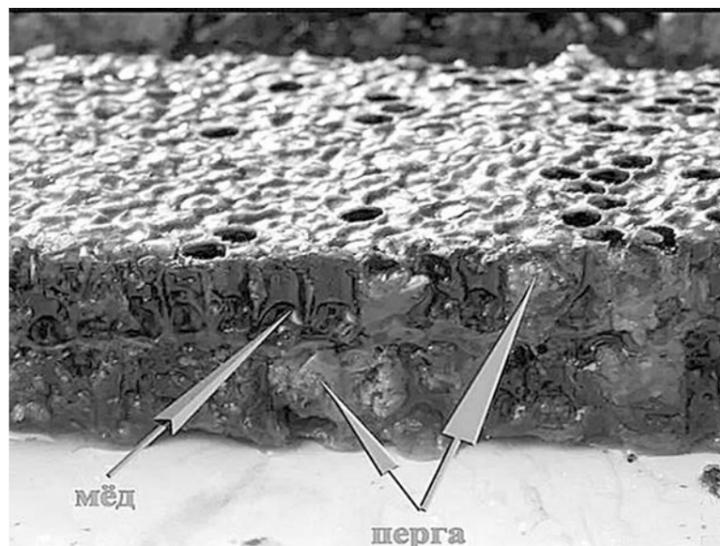
таминов и микроэлементов. Кроме того, намного выше пищевая и энергетическая ценность этого продукта.

Единственное, чем пыльца лучше перги пчелиной (той же пыльцы, только переработанной в сотах), так это более высоким содержанием жиров и белков. Однако пыльца с большей вероятностью может вызвать аллергическую реакцию.

## Влияние на организм

Перга, свойства которой сложно переоценить, при регулярном применении благотворно влияет практически на все системы организма. Особенно это касается иммуномодулирования и жизненно тонуса. В целом же можно отметить следующее:

- непосредственное благот-



ворное влияние на пищеварительную систему, включая быстрый вывод токсинов;

- кровеносная система начинает значительно лучше выполнять свои функции, улучшается кровообращение, кроветворение, понижается уровень холестерина в крови;
- увеличение адаптогенной способности человека, что защищает организм от влияния атмосферного давления, резких перепадов температур и даже ионизирующей радиации;
- улучшаются регенеративные свойства организма, а также значительно уменьшается вероятность развития воспалительных процессов;
- повышается продуктивность умственного труда, при этом снижается риск возникновения стресса или депрессии;
- улучшение работы эндокринной системы;
- нормализация гормонального баланса, улучшение кровообращения органов репродуктивной системы;
- здоровое состояние кожи, а также замедление процессов её старения и увядания.

Учитывая всё это, становится понятным, что обходить стороной такой животворящий продукт никак нельзя. Перга пчелиная и её полезные свойства не только поддерживают и укрепляют организм, но и помогают в лечении широкого спектра его недугов:

- отравление пищевыми продуктами, интоксикация;
- болезни сердца и кровеносных сосудов;
- гепатит;
- болезни пищеварительной системы;
- болезни мочеполовой системы мужчин;
- лейкемия;
- ВСД;
- болезни верхних и нижних

дыхательных путей;

Поэтому настоятельно рекомендуется внимательно изучить инструкцию по применению со всеми дозировками и противопоказаниями.

Правда вот здесь-то и возникает первая проблема: несмотря на её доказанные, а также ещё недоказанные чудесные свойства, перга не продаётся в аптеках. Всё дело в особенностях её добычи. Наладить производство и поставку в промышленных масштабах можно, применяя способ заморозки, но при этом теряется чуть ли не половина всех полезных свойств.

Сами пасечники добывают пергу тремя способами: реализуют прямо в сотах, перемалывают вместе с сотами до образования пасты или достают специальной ложечкой. При первом и втором вариантах продукт теряет товарный вид, а его концентрация становится трудноопределимой, отчего тяжело подобрать правильную дозировку.

Поэтому самым правильным и трудоёмким способом остаётся добыча ложечкой с последующей сушкой. Только в этом случае пчелиный хлеб приобретает форму шестигранников с ярко выраженным кислотным или горьким вкусом. Хранят это лекарство в герметичном сосуде или пакете, дабы изолировать его от воздействия воздуха. В таком виде перга может храниться до одного года.

## Как принимать

Чтобы перга пчелиная раскрыла все свои полезные свойства, надо знать, как правильно её принимать. Суточная доза продукта для взрослого человека не должна превышать 2–3 г, принимается 2–3 раза в день по половине чайной ложки за 30 минут до еды. Для более быстрого тонизирующего эффекта можно подержать гранулы перги под языком до полного рассасывания. Курс приёма составляет один месяц, его можно повторить после перерыва длительностью от 10 до 30 дней.

Детям до трёх лет нежелательно употреблять пергу. Для детей

старше трёх лет приём осуществляется по следующей формуле: взрослую суточную дозу делим на 75 и умножаем результат на вес ребёнка. Давать необходимо два раза в день. Как взрослым, так и детям не рекомендуется употребление перги после шести часов вечера по причине сильного тонизирующего эффекта.

## Отличие перги от пыльцы

Ключевое отличие перги от пыльцы — стерильность. Абсолютная чистота пчелиного хлеба обеспечивает всестороннее усвоение, которое обеспечивает быстрый рост потомства пчёл. Если говорить о составе, то в перге в три раза больше ценных компонентов, чем в пыльце. Не ведитесь на уловки маркетологов, которые предлагают заменители пыльцы, в них полезных компонентов в 10 раз меньше, чем в натуральном продукте.

Пчелиная перга является гипоаллергенным продуктом, в то время как пыльца — сильнейший аллерген. Эта особенность крайне важна для людей, страдающих повышенной чувствительностью к продуктам пчеловодства. Натуральные антибактериальные свойства перги в три раза превосходят аналогичные качества пыльцы.

## Противопоказания

Специалистами определён ряд лиц, которые должны с осторожностью использовать пергу в лечебных целях.

К этой группе относятся лица со следующими заболеваниями:

- аутоиммунный токсический зоб;
- миома матки;
- онкологические заболевания 1–3 ст. на протяжении 5 лет с момента хирургического лечения;
- повышенная вязкость крови, склонность к тромбозам.

Предварительная консультация врача необходима в случае повышенной чувствительности к активным веществам перги. Для того чтобы узнать, есть ли аллергия на пергу, рассосите во рту 1–2 гранулы продукта. Если через сутки не появятся негативные симптомы, дозу можно увеличить в 2–3 раза и снова наблюдать за своим состоянием. В случае отсутствия признаков аллергии пергу можно принимать регулярно.

В некоторых случаях перга может вызывать размягчение стула или метеоризм. Если эти симптомы доставляют неудобства, то от использования пчелиного хлеба лучше отказаться.

Если лабораторный анализ показал повышенную кислотность желудочного сока, то пергу следует принимать после еды.

**По материалам статей  
Сергея ЛУКЬЯНЕНКО  
и терапевта Павла МОЧАЛОВА**





# Кунжутное молоко — один из лучших источников кальция

Кунжутное молоко — это растительный безглютеновый напиток, приготовленный из перетёртых семян кунжута. Такое молоко подходит для людей с непереносимостью лактозы, а также для тех, кто придерживается вегетарианской или веганской диеты. Благодаря приятному ореховому вкусу напитка со сладким и утончённым ароматом кунжутное молоко применяют в приготовлении блюд и соусов. В основу растительного молока идут семена чёрного или белого кунжута, в химическом составе которых содержатся биологически важные элементы для правильного и гармоничного развития организма.

## Состав и калорийность кунжутного молока

Растительное молоко из семян кунжута — ценный источник растительного белка, клетчатки и жирных кислот. Состав и калорийность кунжутного молока зависят от концентрации напитка и добавленного подсластителя.

Стакан (240 мл) кунжутного молока содержит:

- калории — 90–142 ккал,
- углеводы — 2 г,
- пищевые волокна — <1 г,
- белок — 8 г,
- жир — 5 г,
- натрий — 105 мг,
- насыщенные жиры — 0,5 г.

Содержание микроэлементов в кунжутном молоке (в 240 мл):

- кальций — 390 мг (30% от рекомендуемой суточной нормы),
- железо — 1,3 мг (7% от рекомендуемой суточной нормы),
- калий — 100 мг (2% от рекомендуемой суточной нормы).

Кроме того, кунжутное молоко содержит витамины группы B, E, PP, бета-каротин, лигнаны, микроэлементы: цинк, селен, медь, фосфор.

## Полезные свойства

Напиток из семян кунжута обладает следующими полезными свойствами.

## ПРОФИЛАКТИКА СЕРДЕЧНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Семена кунжута обогащены питательными веществами и антиоксидантами. Зёрна содержат сезамин, сезамол и сезамоллин, которые помогают уменьшить уровень триглицеридов, ограничить количество холестерина в крови, укрепить сердце, очистить коронарные артерии и снизить высокое кровяное давление за счёт улучшения системы кровообращения. В кунжутном молоке содержится магний, поддерживающий работу сердца. Магний расслабляет гладкую мускулатуру, препятствует образованию тромбов и уменьшает риск развития болезней сердца (ишемия, инфаркт).

## ИСТОЧНИК КАЛЬЦИЯ

В кунжутном молоке содержится до 30% суточной нормы легкоусвояемого кальция, что в несколько раз выше, чем в коровьем молоке. Кальций участвует в формировании костей, обеспечивает сокращение мышц, укрепляет зубы, играет важную роль для здоровья гормональной и нервной систем, укрепления кровеносных сосудов. Напиток поможет ускорить период реабилитации после переломов и как средство профилактики остеопороза.

Растительное молоко из семян кунжута допускается употреблять в период беременности и лактации, но вводить в рацион такой напиток нужно постепенно, чтобы исключить отрицательные эффекты. Высокое содержание каль-

## РЕГУЛИРОВАНИЕ УРОВНЯ САХАРА В КРОВИ

Малое содержание углеводов и умеренное количество белков и жиров в кунжутном молоке снижают сахар в крови. В состав кунжутного напитка входит вещество пинорезинол. Данное соединение угнетает активность пищеварительного фермента мальтазы, что замедляет выработку сахара, благодаря чему контролируется его уровень.

## УСТРАНЯЕТ СТРЕСС И ПИТАЕТ МОЗГ

Кунжутное молоко содержит магний и вещества, поддерживающие синтез серотонина. Эти соединения обладают успокаивающим действием, уменьшают болезненность мышц после физической нагрузки, улучшают ка-



чество сна и настроение. Кроме того, продукт повышает концентрацию внимания в мыслительных процессах и во время обучения.

## ПОМОГАЕТ ПРИ ПОХУДЕНИИ

Кунжутные семена — источник клетчатки и растительного белка. Благодаря пищевым волокнам нормализуется пищеварение, дольше сохраняется чувство сытости, меняется состав микробиоты кишечника и активируется перистальтика. Клетчатка улучшает всасывание питательных веществ, нормализует уровень сахара в крови. Напиток содержит малое количество натрия, что благотворно влияет на водно-солевой обмен в организме, препятствуя образованию отёков. Входящие в состав кунжутного молока лигнаны помогают выработке ферментов печени, которые участвуют в метаболизме жиров. Растительный белок увеличивает скорость обмена веществами, помогает снизить уровень потребляемых калорий.

## ПОВЫШАЕТ ИММУНИТЕТ

Молоко, полученное из семян кунжута, содержит вещества, необходимые для формирования иммунитета (медь, цинк, железо, витамин E, витамин B6 и селен). Эти соединения участвуют в образовании лейкоцитов и эритроцитов, выводят токсины из организма и ускоряют восстановление после болезни.

чество сна и настроение. Кроме того, продукт повышает концентрацию внимания в мыслительных процессах и во время обучения.

В напитке присутствует большое количество жирных кислот и витамин E, которые питают головной мозг. Антиоксидантные свойства напитка из семян кунжута предотвращают раннее старение мозга и уменьшают вероятность возникновения болезни Альцгеймера.

## АНТИОКСИДАНТНЫЕ СВОЙСТВА

Кунжутное молоко содержит антиоксидантные соединения: лигнаны и гамма-токоферол (витамин E). Лигнаны представляют собой полифенольные соединения, которые могут защищать от рака, блокируя ферменты, способствующие росту и распространению опухолевых клеток. Антиоксидантные вещества выводят свободные радикалы, избавляя организм от окислительного стресса и преждевременного старения клеток.

## ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ КОЖИ, НОГТЕЙ И ВОЛОС

Жирные кислоты, содержащиеся в кунжутном молоке, положительно влияют на состояние кожи, ногтей и волос. Употребление напитка из семян кунжута воздействует профилактически на кожные заболевания и ускоряет процессы регенерации.

## Противопоказания и вред

Кунжутное молоко принесёт пользу в том случае, если оно приготовлено из семян хорошего качества. Испорченный кунжут не будет содержать должного количества биоактивных элементов и минералов, ухудшит вкус напитка горечью.

При чрезмерном употреблении кунжутного молока возможны такие негативные последствия, как:

- вздутие и боль в животе;
- снижение артериального давления;
- обострение симптомов подагры.

Чтобы получить максимальную пользу и избежать побочных

• подсластитель (финики, мёд, сироп топинамбура).

Промыть семена после вымачивания, затем соединить кунжут с водой в мощном блендере. Если мощность блендера невысокая, то вначале стоит взбивать семена с небольшим количеством воды, чтобы кунжут перемололся, и постепенно доливать оставшуюся воду. Жирность и консистенцию молока можно регулировать количеством воды, уменьшив или увеличив объём.

Процедить готовое молоко через марлю или сито.

Добавить подсластитель.

Такой запас кунжутного напитка хранится в холодильнике в течение двух дней. Жмых, оставшийся после приготовления кунжутного молока, можно использовать в приготовлении сыроедческих конфет, халвы или в сладкой выпечке.

## Рецепт кунжутного макового молока

*Ингредиенты:*

- 2 ст. л. кунжутных семян,
- 2 ст. л. макаковых семян,
- 1 ст. воды,
- 1 ст. л. мёда.

Замоченные семена кунжута и мака смешать с водой в блендере, затем процедить через марлю.

Добавить подсластитель.

Употреблять такое молоко следует в вечернее время, так как оно обладает лёгким седативным эффектом.

## Рецепт кунжутного молока с повышенным содержанием кальция

*Ингредиенты:*

- 1/3 ст. семян кунжута,
- 1/2 ст. тёплой воды,
- 2 ст. л. кленового сиропа или мёда,
- 1 ст. л. кокосового масла,
- 1,5 ст. горячей воды.

Замочить кунжут всего на 30 минут в воде, чтобы сохранить больше полезных веществ, затем взбить с водой в блендере.

Добавить кленовый сироп или мёд для сладкого вкуса.

Добавить кокосовое масло и 1,5 стакана горячей воды, доводя до нужной консистенции, процедить через марлю.

## Интересные факты

Кунжутное молоко — новейший вид растительного молока на рынке. Несмотря на то, что о семенах кунжута известно многие тысячи лет, популярным растительное молоко стало совсем недавно.

Изготовление кунжутного молока намного дешевле и экологичнее, чем производство других растительных напитков. Растение кунжут устойчиво к засухливой и жаркой среде с песчаной почвой, не требует опыления пчёлами. Кунжут не требует обработки пестицидами и обильного полива. Производство растительного напитка из кунжута не затрачивает большого количества воды.

Кунжутные семена — сильный аллерген. В США кунжут занял девятое место среди пищевых аллергенов с обязательной маркировкой и имеет общий класс аллергенных белков с фундуком и арахисом. Аллергия на кунжут в большинстве случаев сохраняется у 70–80% взрослых.

*Ингредиенты:*

- 100 г кунжута,
- 1 л тёплой воды,

**Р**удольф Бройс, врач из Австрии, фактически всю свою жизнь посвятил обнаружению самых лучших природных средств лечения рака.

Он нашёл рецепт уникального сока, который обеспечивает исключительные результаты в борьбе с раком и излечил более 45 тысяч человек, которые боролись с раком и другими неизлечимыми заболеваниями. Бройс отметил, что рак можно вылечить только с помощью белков. Он разработал уникальную систему питания, которая длится 42 дня.

Голодание по Бройсу основано на употреблении различных овощных соков и травяных настоев.

История возникновения этого метода голодания достаточно любопытна. Рудольф Бройс — это обычный человек, без медицинского образования, который заболел раком. Бройс перенёс множество операций, но опухоль возникла снова. Рудольф принял решение взять лечение рака в свои руки. За основу своего метода он взял целебное действие разнообразных соков и трав. Так как Бройс болел внешней разновидностью рака, то он мог сам видеть и контролировать результат от принимаемых им смесей соков и трав.

В итоге был разработан курс голодания по Бройсу, который рассчитан ровно на шесть недель.

Для голодания по Бройсу используются свежий свекольный сок, сок из сельдерея и моркови, сок из чёрной редьки и картофеля. Также необходимо пить почечный чай, настой из красной герани и настой из шалфея.

Необходимо правильно приготовить лечебную смесь и травяные настои.

### Овощной сок

Возьмите:

- 300 г свёклы красной,
- 100 г моркови
- 100 г сельдерея,
- 30 г чёрной редьки
- небольшую картофелину.

Все эти компоненты будущей смеси пропустите через соковыжималку и полученный целебный сок процедите через марлю или чайное ситечко.

# Лечебное голодание, исцелившее более 40 тысяч больных

### Настой из шалфея

Для приготовления травяного настоя из шалфея нужно высыпать в 500 мл кипятка одну или две чайные ложки шалфея и довести раствор до кипения.

Потом прокипятите настой шалфея ещё около трёх минут и процедите.

В травяной настой рекомендуется добавить по чайной ложке мяты перечной, зверобоя продырявленного и Melissa.

Данную травяную смесь следует настаивать около десяти минут.

### Почечный чай

Основными компонентами почечного чая для голодания по Бройсу являются:

- 15 г полевого хвоща,
- 10 г крапивы,
- 8 г спорыша,
- 6 г зверобоя продырявленного.

Количество почечного чая рассчитано на три недели голодания по Бройсу.

Этот сбор из трав рекомендуется настаивать 10 минут в ёмкости с горячей водой. Затем смесь нужно процедить и отцеженный остаток травяного сбора разбавить 500 мл горячей воды.

Настой из красной герани можно получить при настаивании небольшого количества данного растения в стакане с горячей водой на протяжении десяти минут.

Для приготовления кальцийсодержащего чая необходимо подготовить травяную смесь из медуницы, подорожника, будры, фенхеля и коровяка. Все ингредиенты целебного чая смешивают и заваривают в стакане кипятка. Далее вся смесь настаивается десять минут.



### Схема голодания по Бройсу

Пациент должен выпивать каждый день до 500 мл смеси из натуральных соков: морковного, картофельного, свекольного, сельдерея, плюс травяные настои из шалфея, красной герани, почечный чай.

После пробуждения больному рекомендуется выпить неспешно полчашки охлаждённого почечного чая.

Когда пройдёт полчаса или час, то необходимо выпить 1 или 2 стакана тёплого настоя из шалфея с добавлением зверобоя, Melissa и перечной мяты.

По истечению ещё 30 или 60 минут нужно сделать небольшой глоток натурального сока и прополоскать им ротовую полость, а только затем сок глотнуть.

Спустя 5 или 7 минут можно снова выпить глоток любого сока из овощей.

Количество глотков сока в утреннее время составляет около 10 или 15.

В перерывах между употреблением соков необходимо пить в неограниченном количестве хо-

лодный настой из шалфея.

Все травяные настои и соки рекомендуется готовить без добавления сахара.

В обед опять следует выпить полстакана почечного чая и сделать небольшой глоток сока из овощей.

Всего за сутки разрешается выпить до 500 мл сока, но только вместе с определёнными настоями.

Необходимо в процессе голодания по Бройсу выпить на протяжении суток небольшими глотками стакан охлаждённого настоя из красной герани. Красная герань содержит полезный для человека радиий.

Кроме этого разрешается иногда сделать глоток сока, полученного из квашеной капусты, лимона, апельсина или чёрной смородины. Можно данные соки смешивать с настоями из трав.

Запрещается в ходе голодания по Бройсу перемешивать соки из фруктов с овощными соками!

Натуральный сок из яблок не рекомендуется мешать с другими соками.

В процессе голодания по Бройсу следует прислушаться к свое-

му организму и определить, когда лучше всего вам употреблять овощные соки, утром или в обед, и пить его именно в этот период времени.

Если вам тяжело голодать только на соках и настоях, то разрешается в сутки съедать тарелку специального лукового супа, который готовится следующим образом.

### Луковый суп по рецепту Бройса

Небольшую луковицу мелко нарежьте с наружной коричневой кожурой.

Пожарьте нашинкованный лук на растительном масле до золотисто-коричневого цвета.

Добавьте в лук 500 мл холодной воды и варите лук до разваривания.

Долейте в суп любой овощной бульон и всё тщательно перемешайте.

Полученный луковый суп обязательно процедите.

После завершения голодания по Бройсу начинайте употреблять только полужидкую пищу без соли. Постепенно вводите в меню привычную для вас пищу.

Запомните, что после операции, проведения курса химиотерапии или облучения запрещается начинать процесс голодания.

Можно только принимать настои из трав и соки из овощей.

Лечение голоданием по Бройсу рекомендуется начинать спустя 2–6 месяцев после проведения операции или прохождения курса химиотерапии.

Будьте здоровы!

<https://vk.com/club218671975>

## Золото фараонов

О чудодейственных свойствах чёрного тмина знали ещё в Древнем Египте. Об этом свидетельствуют найденные в гробницах фараонов сосуды с маслом этого растения, а, как известно, в загробную жизнь повелитель брал только всё самое ценное. Некоторые даже называют масло этих семян золотом фараонов.

В Ветхом Завете также можно встретить упоминание о важности чёрного тмина.

В Коране вообще указывается, что чёрный тмин в состоянии вылечить все болезни, кроме смерти. Ещё его называют благословенным семенем.

В тмине содержатся полезные вещества, витамины и минералы, благотворно влияющие на самочувствие.

Один из основных компонентов масла чёрного тмина — тимохинон. Это мощный антиоксидант, который оказывает противовоспалительное действие, повышает общий тонус и улучшает работоспособность. Это также источник жирных кислот, фосфора, ка-

лия, магния и кальция.

Масло чёрного тмина может помочь укрепить иммунную систему, уменьшить аллергические реакции и нормализовать вес.

### Польза и вред для здоровья

- Облегчает симптомы ревматоидного артрита.
- Может помочь при аллергическом рините.
- Помогает в борьбе с диабетом.

- Облегчает симптомы астмы.
- Помогает нормализовать вес. Но в некоторых случаях превышение обычной дозы, переносимость или индивидуальное течение болезней приводят к появлению побочных эффектов.

Меланин, который содержится в масле, в больших количествах может быть токсичным, негативно влияя на печень и почки.

Нанесение масла чёрного тмина непосредственно на кожу может вызвать аллергический контактный дерматит.

Иногда употребление этого вещества замедляет свёртываемость крови. Людям, склонным к кровотечениям, стоит отнестись к добавке с осторожностью. Также в связи с этим противопоказано её употребление за несколько недель до хирургической операции.

Масло может негативно взаимодействовать с любыми другими лекарствами, поэтому перед применением необходимо проконсультироваться с лечащим врачом.

Употреблять масло тмина противопоказано беременным (может спровоцировать сокращения матки) и кормящим женщинам (может появиться горечь в молоке).

Стоит также внимательно относиться и к срокам приёма.

После трёх месяцев нужно подтвердить возможность продолжения курса у специалиста. Длительный приём может вызвать расстройство желудка, рвоту, запор.

Для профилактики улучшения общего состояния чёрный тмин можно включить в рацион в ка-

честве приправы и использовать масло для наружного применения при условии отсутствия аллергии

### Как принимать масло чёрного тмина

Масло чёрного тмина можно употреблять как продукт холодного отжима или в капсулах.

В кулинарии им заправляют салаты, каши, используют в качестве маринада. Также принято использовать чёрный тмин как приправу к блюдам: посыпать им хлеб и другие кулинарные изделия, до-

бавлять в супы и гарниры, смешивать с приправами.

Для регулярного употребления в пищу безопасным считается пара-тройка чайных ложек (10–15 мл) в день. Не нужно забывать, что большие дозы омега-6, которые есть именно в растительных маслах, должны быть уравновешены адекватным количеством омега-3, иначе в организме будут протекать воспалительные процессы.

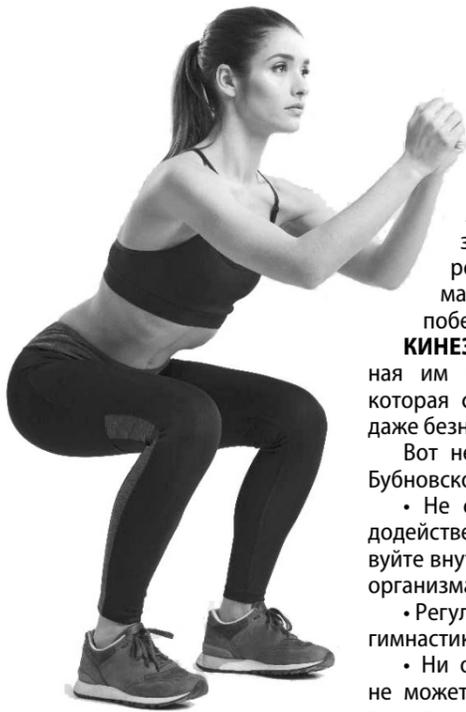
Важно во всем соблюдать баланс!

<https://vk.com/club218671975>





# Лечиться нужно движением, а не лекарствами



Профессор Сергей Бубновский — известный в России врач и автор многочисленных книг, который когда-то сам едва вырвался из цепких лап болезни. Удивительно, однако сделал он это не с помо-

щью лекарств. Для того чтобы вернуть подорванное здоровье, Бубновский задействовал скрытые резервы своего организма и вышел в этой схватке победителем.

**КИНЕЗИТЕРАПИЯ** — созданная им система оздоровления, которая сегодня ставит на ноги даже безнадежных больных.

Вот некоторые цитаты врача Бубновского.

- Не стоит надеяться на чудодейственные пилюли. Задействуйте внутренние резервы своего организма.

- Регулярно делайте утреннюю гимнастику, а ещё приседания.

- Ни один кардиолог в мире не может показать мне пациента, который вылечился от гипертонии, принимая лекарственные препараты. То есть вас подсаживают сначала на одну таблетку, потом на целую пригоршню...

- Я не видел здоровых людей, вышедших из больницы, я видел выживших. И сам прошёл путь от инвалида до сегодняшнего впол-

не здорового человека.

- Когда у вас появляется боль за грудиной, вы покорно идёте в аптеку и подсаживаетесь на препараты, которые якобы создают профилактику ишемической болезни сердца. На самом же деле никакой профилактики не происходит, идёт усугубление болезни. Потому что боль за грудиной — следствие недомогания организма, а не причина.

- Если вам уже 40, врач говорит: «Что ж делать, милоч, пора болеть!» И выписывает таблетки. А человек их пьёт и замечает: не помогает! И денег на лекарства не хватает! И тогда он начинает читать книги по альтернативной медицине и открывает для себя другие лекарства — движение, дыхание.

- Парадокс: у нас детей, перенёсших болезнь, врач освобождает от физкультуры. Почему-то считается, что в движении человек непременно заболит, а вот лёжа в кровати — выздоровеет. Но, как известно, под лежащий камень вода не течёт.

- Ежедневные приседания с

прямой спиной помогут избавиться от многих проблем.

- При острой боли мы прикладываем холодный компресс, снимающий отёк, улучшающий микроциркуляцию. Боль — это ведь всегда отёк, скопление жидкости. И надо делать упражнения, которые бы прокачали жидкость из суставов.

- Стенокардия — тоже воспаление внутренней оболочки сосуда. И появляется боль за грудиной. А мы вместо того, чтобы заняться упражнениями, прокачкой этого участка сосуда, ложимся в постель и начинаем глотать таблетки. Но я не видел ни одного человека, который «выкачался» бы лёжа, глотая таблетки.

- Заниматься гимнастикой, когда ты вышел из боли, из инвалидности — удовольствие.

- Для меня единственный настоящим счастливым час в день — когда я утром занимаюсь гимнастикой. Потому что ты не стареешь, а молодеешь. У человека, регулярно занимающегося, вместо старых клеток появляются молодые.

- У меня такая триада: приседания, отжимания, упражнения для пресса.

- Я встречался с долгожителем, художником Борисом Ефимовым, который прожил 108 лет. Маленький такой был старичок, живчик! Спрашиваю у него: «Что ты делаешь, чтобы так долго жить?». «Да ничего, — отвечает, — 450 (!) раз в день приседаю». И ведь это универсальный способ прогнать кровь по телу!

- Если вы будете ежедневно приседать с прямой спиной (10 раз — глоток воды, 10 раз — глоток воды), исчезнут многие проблемы. Особенно это важно для тех, кто много сидит за компьютером — бухгалтеров, дизайнеров, программистов.

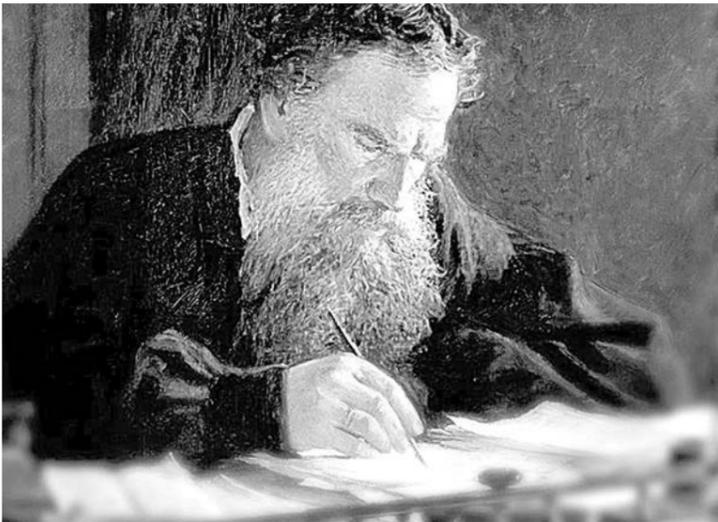
- Возьмите за правило: час отработал — присел 30 раз.

- А ещё хорошо утро начинать с холодной ванны — 5 секунд. И можно обязательно с головой. Можно принять и душ, но это похуже.

Прислушиваясь к этим советам, так и хочется сказать: «Всё гениальное — просто!» Профессор Бубновский многих людей поставил на ноги, поэтому не спешите бежать в аптеку при первом недомогании. Возможно, стоит прислушаться к советам врача и попробовать справиться с недугом самостоятельно.

Будьте здоровы!

<https://vk.com/club218671975>



## Один из первых, кто отказался от системы...

Один из наиболее известных русских писателей и мыслителей, один из величайших в мире писателей-романистов. Лев Николаевич Толстой был одной из самых противоречивых личностей своей эпохи.

Лев Николаевич отказался от авторского права, был противником государственной системы, а за отклонение религиозных авторитетов отлучён от церкви. 8 октября 1906 года Л.Н. Толстой отказался от Нобелевской премии по литературе. Он не любил деньги и выступал на стороне крестьян.

В возрасте 50 лет граф полностью отказался от мяса. Он даже мечтал, что настанут времена, когда все люди перестанут есть мясо. Откажутся, как он говорил, «от этого людоедства».

Его знаменитые цитаты:

- Сила правительства держится на невежестве народа, и оно знает это, и потому всегда будет бороться против просвещения. Пора нам понять это.

- Каждый хочет изменить человечество, но никто не задумывает-

ся о том, как изменить себя.

- Всякий пусть метёт перед своей дверью. Если каждый будет делать так, вся улица будет чиста.

- Всегда кажется, что нас любят за то, что мы так хороши. А не догадываемся, что любят нас оттого, что хороши те, кто нас любит.

- Дело не в том, чтобы знать много, а в том, чтобы знать из всего того, что можно знать, самое нужное.

- Люди часто гордятся чистой своей совестью только потому, что они обладают короткой памятью.

- Человек должен быть всегда счастливым, если счастье кончается, смотри, в чём ошибся.

- Нет таких условий, к которым человек не мог бы привыкнуть, в особенности если он видит, что все окружающие его живут так же.

- Одно из самых удивительных заблуждений — что счастье человека в том, чтобы ничего не делать.

- Без любви жить легче. Но без неё нет смысла.

<https://vk.com/club218671975>

## Министерство Счастья

БУТАН — единственное в мире государство, чьей официальной религией, «духовным наследием» провозглашён тантрический буддизм. Поэтому своей главной целью правительство объявляет стремление к счастью каждого своего гражданина; это закреплено в статье 9 Конституции. 24 августа 2008 года создана государственная «Комиссия по всеобщему народному счастью» во главе с премьером. Вопрос «счастливы ли вы?» задаётся во время переписей населения. В ходе последней переписи 2005 года 45,2% населения ответило на этот вопрос «очень счастливы», 51,6% «счастливы», и только 3,3% «не очень счастливы».

Что любопытно, общепринятое понятие валового внутреннего продукта заменено в Бутане более уместным индикатором —

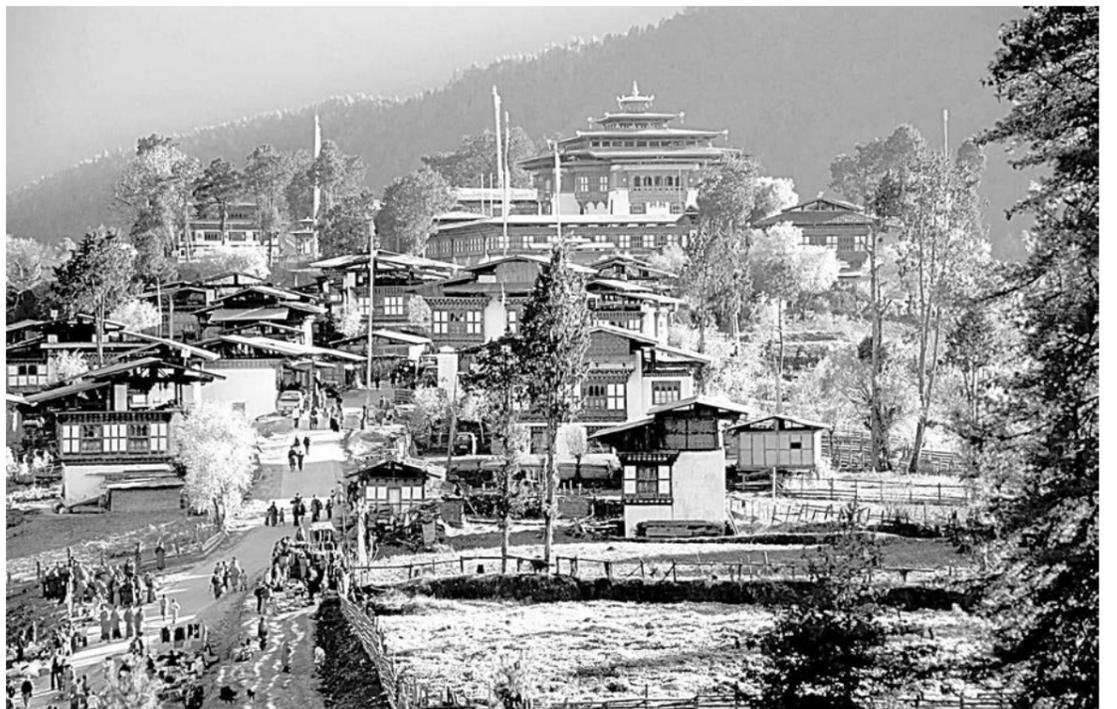
«валовым национальным счастьем».

Это единственное в мире государство, в котором существует Министерство Счастья, таким образом, счастье поставлено во главу угла национальной политики.

Это поистине удивительная страна без голода и преступности, где люди живут в радости, не зная войн и нищеты. Сами бутанцы, коих в отличие от остальных стран региона довольно немного, открыты, гостеприимны, совершенно не испорчены современным миром и бережно хранят свою уникальную культуру.

Животных здесь убивать запрещено, а потому почти все вегетарианцы. Здесь запрещён ввоз химических удобрений, и всё что произрастает на этой земле, са-

мо по себе является экологически чистым. Ещё интересной особенностью этого государства можно считать то, что леса в Бутане не вырубаются, а наоборот высаживаются. Мало сказать, что это страна буддизма, это страна чистоты и просветления. Страна до сих пор крайне мало изучена, а огромные территории на юге и в центральной части совершенно не освоены людьми и представляют собой огромные заповедники с удивительным животным и растительным миром. Всё это Бутан сохранил по очень простым причинам — запрещена охота и практически не ведётся вырубка лесов. Королевство полностью обеспечивает себя продуктами питания и одеждой. При этом практически всё население ходит в национальной одежде — кхо.



# Календарик-пинарик

Русской классике «Что делать и кто виноват?» по-прежнему и неумолимо добавляется третий вопрос: «Как перестать лениться?».

Как замотивировать себя на реальные и главное — регулярные действия по планированию и анализу эффективности использования времени? Лично я пришёл к выводу, что нужен некий механизм, который бы служил и мотиватором, и напоминателем. Так сказать, ПоГоловеСтучачором.

Мой персональный ПодЗадПинарик выглядит следующим образом.

Видели трёхгранные календари-пирамидки? Так вот это что-то похожее, только свёрнуто из листа бумаги формата А4. На одной из граней напечатан нарисованный в Excel календарь на год, но не просто на год, а ещё и на всю прошлую и всю возможно-будущую жизнь (календарик-пинарик — изобретение Дмитрия Литвака, известного бизнес-технолога).

Что сие сооружение содержит:

- строка в основном прожитых лет;

- текущий год. Строка — месяц с квадратиками дней;
- строка в основном будущих лет;

- несколько строк для перечня ключевых целей на текущий год.

Раздел сугубо личный и по этой причине у меня, например, он находится на нижней грани пирамидки. Если кто и прочтает — ничего смертельного, но всё-таки не хочется, чтобы уборщица была в курсе моей персональной стратегии. Цели слегка декомпозированы и представлены в виде годового графика Гантта. В табличке, в которой они распланы, можно плюс-минус «трамвайная остановка» отмечать прогресс. Именно плюс-минус: пирамидка — не средство планирования, она — МозгоКомпостирователь. Тихий, ненавязчивый, незаметный — как диверсант в тылу врага, как крот в запущенном огороде.

## Как это работает

1. Делаем табличку.
2. Берём карандаш и ручка-

ми (именно ручками, никак иначе!) заштриховываем прожитые годы, а также прошедшие дни текущего года. Жирненько так заштриховываем, с чувством, с толком, с расстановкой. Можно с воспоминаниями. «Ох, этот 1991-й... Трудное время, заря российского капитализма...»

3. Простым карандашом вписываем основные цели (сильно лучше не давить, всё равно потом придётся стирать).

4. Ставим на рабочий стол.

5. Каждый день утречком зачёркиваем половину квадратика текущего дня, а вечером — весь квадратик. И так каждый день.

Очень важно, чтобы календарик-пинарик находился перед глазами большую часть дня. Поэтому у меня стоит на столе в ка-

опять же ручками всё заштриховывать, без всяких там мелочаеистых автоматических заливок. И пусть стоит дальше.

## Почему такой эффект

Не знаю у кого как, а из тех людей, кто по моему совету такую штуковину себе изобразил, дольше двух месяцев прежней жизни никто не выдержал. Потому как время материализовалось, потому как своими руками прожитое перечёркиваешь каждый день. А вот с прогрессом в разделе целей ситуация чаще всего не так оптимистична, там динамика совсем иная.

Из всех человеческих изобретений хуже ядерной бомбы — только часы с круглым циферблатом. Да и электронные, с цифра-

График Гантта

ЦЕЛЬ	2003				2004			
	1	2	3	4	1	2	3	4
Наладить личный ТМ	■	■	■	■	■	■	■	■
Построить дом					■	■	■	■

Календарик-пинарик

01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18													



# Благодарность всё меняет

Один из важнейших законов Вселенной — закон Благодарности. Большинство людей пренебрегают им, а некоторые даже не подозревают о его существовании. Но почему этот закон так важен? Просто потому, что когда его нарушают, возникает дисгармония между получением и отдачей. Энергия перестаёт циркулировать, начинает застаиваться и со временем превращается в своеобразное «энергетическое болото». И это «болото» — то место, где постепенно начинают тонуть наши мечты, благополучие, здоровье, успех и отношения. Наша жизнь начинает терять яркость и постепенно тускнеет, превращаясь в рутину.

## Благодарность с точки зрения энергетики

Чтобы жизнь была яркой и гармоничной, необходима постоянная циркуляция энергии. То есть энергия должна постоянно находиться в движении, чтобы принести в вашу жизнь все блага, которые вам нужны: романтические отношения, деньги, здоровье, успех и так далее.

«Энергетическое болото», в свою очередь, может только затянуть внутрь все те блага, которые у вас уже есть. Но проблема в том, что, «посидев» в этом «энергетическом болоте», вы никогда не сможете освежить свою жизнь чем-то новым. Другими словами, это состояние удерживает вас от желаемой жизни и желаемых результатов.

Закон благодарности — это обмен энергией, который приводит к движению энергии в вашей жизни. Когда энергия движется, она становится чистой, как горная река. Такой поток энергии всегда приносит счастье, здоровье, радость, любовь и успех во всех начинаниях.

## Нарушение закона благодарности

1. Отправка негатива и неудовлетворённости Вселенной.

Многие люди в плохом настроении начинают выражать недовольство жизнью. Они обвиняют Бога, Вселенную и Высшие Силы во всём несовершенстве Мира. Вместо того чтобы быть благодарными за то, что у них уже есть, они жалуются на свою веру и судьбу.

В мире так много всего, за что мы должны быть благодарны: голубое небо над нашими головами, воздух, которым мы дышим, красота цветов... В общем, каждый из нас может составить список того, что доставляет ему удовольствие, чувство радости и счастья.

Однако в повседневной суете люди часто перестают замечать эти подарки. Они просто перестают ценить то, что имеют, и начинают воспринимать все эти дары Вселенной как должное.

Вместо того, чтобы постоянно спешить куда-то в суете повседневной жизни, остановитесь на мгновение, оглянитесь вокруг, и

вы обнаружите, что у вас есть много причин для благодарности. Запишите всё, за что вы благодарны, прочитайте вслух то, что вы написали, и тем самым вы приведёте в движение энергию своей жизни.

2. Не ценить всё хорошее, что люди делают для нас.

Очень часто мы не замечаем, когда другие люди что-то делают для нас. Или, может быть, мы замечаем, но принимаем это как должное. Поступая так, мы также нарушаем закон Благодарности.

Будьте максимально внимательны к тому, что вы получаете от других людей, и всегда будьте готовы что-то дать взамен. Когда вы что-то отдаёте, то заставляете течь энергию. Когда вы принимаете что-то как должное, создаёте то самое «энергетическое болото».

Каждый сам определяет, что ему дать взамен. Это зависит от того, насколько вы цените то хорошее, что получаете от другого человека. В любом случае, что бы вы ни получили, вам нужно хотя бы от всей души сказать: «Спасибо!».

Я заметила, что иногда, когда люди получают от меня не совсем то, чего они ожидали, они забывают о благодарности. Вместо того, чтобы сказать: «Спасибо», они бормочут: «Почему ты дала мне так мало?» или «Почему бы тебе не дать мне именно то, о чём я просил?» и так далее. С кармической точки зрения, всему всегда есть причина. Даже у так называемых «ошибок» или «неприятных» переживаний есть большая цель.

Когда мы начинаем понимать это, то способны превращать невзгоды в рост, тем самым давая себе ещё один повод для благодарности. Так что примите всё с благодарностью. Ведь поблагодарив конкретного человека, вы благодарите саму Вселенную. Вселенная, в свою очередь, соблюдая закон Благодарности, будет давать вам всё больше и больше благ через других людей.

3. Получение духовных знаний «бесплатно».

Многие люди считают, что получение духовных знаний и посвящений в любых духовных энергетических системах должно быть бесплатным, потому что энергии приходят из Вселенной и, соответ-

ственно, не могут никому принадлежать. Другими словами, с точки зрения этих людей, духовные знания должны распространяться бесплатно. Такое мировоззрение — серьёзное нарушение закона энергообмена — закона Благодарности.

Обращаясь к истории, мы увидим, что на протяжении веков духовное знание было несвободным и закрытым для масс. Однако плата была другой. Вместо денег использовалась услуга. Другими словами, ученики всегда служили своим учителям (или храмам) в течение определённого времени, прежде чем они начинали своё обучение. Ученикам приходилось довольно долго жить со своими учителями, чтобы служить им и работать в Ашрамах. Так в своё время соблюдались законы обмена.

Сегодня этот обмен в основном осуществляется в денежном выражении. Современный ритм жизни привёл к тому, что человек просто не успевает служить учителю. Вместо этого ему легче выразить благодарность (согласно закону обмена энергией) с помощью денег.

Стремление людей получить духовные знания бесплатно обесценивает эти знания, что приводит к нарушению закона Благодарности. Когда мы получаем духовное знание (которое, по сути, является энергией), чтобы поддерживать состояние гармонии, мы должны что-то дать взамен. Путаница вокруг этого закона обычно возникает из-за идеи, что все духовные знания должны быть бесплатными. На самом деле это бесплатно в денежном отношении для всех, кто желает потратить время, энергию и усилия, чтобы открыть эти тайны самим посредством медитации и глобального созерцания — самопознания. Этот закон нарушается тогда, когда вы хотите, чтобы кто-то обучал, направлял или помогал вам в передаче полученных знаний за свой счёт и бесплатно для вас. В тех случаях, когда мы этого не делаем, Вселенная, соблюдая закон энергообмена, начинает сама восполнять эту нехватку, забирая что-то взамен, как избыток энергии. Практика подтвердила, что все,



кто получил духовное знание бесплатно, в результате, так или иначе, заплатили за это знание разного рода «потерями».

4. Стать кармическим должником.

Когда вы получаете что-то бесплатно, нарушая закон обмена, то становитесь кармическим должником человека, который дал вам что-то бесплатно. Кармический долг формирует энергетические связи между получателем и дающим, посредством которых дающий забирает энергию получателя. Другими словами, получив что-то бесплатно, не выразив благодарности, человек обязательно что-то в жизни теряет. Причём эти лишения могут касаться не только материальной сферы.

Так, закон Благодарности гласит: «Когда мы что-то получаем, мы должны что-то отдать».

Важнейший аспект трансформации сознания — это способность не только брать, но и отдавать.

## Как определить, нарушаете ли вы закон благодарности

Ответьте на следующие вопросы:

- У вас проблемы с деньгами?
- Есть ли у вас проблемы со здоровьем?

• Вы состоите в отношениях, которые вас не удовлетворяют?

• Есть ли у вас трудности в общении с близкими вам людьми (семьёй)?

• Вы чувствуете себя одиноко?

Если вы ответили «да» хотя бы на один из этих вопросов, в вашей жизни определённо есть нарушение закона Благодарности. Самый яркий индикатор того, что мы не всегда соблюдаем закон благодарности — это то, что мы не полностью удовлетворены своей жизнью.

## Более глубокое понимание благодарности

Многие считают, что в жизни всё делают «правильно», но при этом искренне не понимают, почему остаются бедными, больными, одинокими, несчастными, неудачливыми и т. д. Но ответ очень простой — из-за недостатка благодарности.

Пока нет благодарности, человек всегда находится в состоянии «ограниченного потенциала». Ему всегда кажется, что ресурсы ограничены, ему всегда чего-то не хватает, он постоянно чем-то недоволен. Любое недовольство — признак жизни в двойственности. Двойственность восприятия реальности всегда говорит нам, что

ресурсы ограничены, нам нужно взять как можно больше, потому что тогда чего-то может не хватить.

## Неблагодарный ум влечёт за собой проблемы

Смысл благодарности — не только в том, чтобы приносить вам добро в будущем. Без благодарности вы не сможете слишком долго оставаться в стороне от негатива. Рано или поздно наступит время, когда вы позволите своему уму задерживаться на недовольстве и начнёте терять почву под ногами. Когда вы сосредотачиваете своё внимание на бедности, жалости, посредственности, боли, страданиях, предательстве и т. д., ваш разум начинает формировать негативную реальность. Вселенная помещает эти образы в материю, которая начинает принимать форму бедности, жалости, посредственности, боли, страдания, предательства и т. д.

Позволить своему уму задерживаться на негативе означает, что вы согласились с тем, что негатив стал вашей повседневной реальностью. И наоборот, зафиксировать своё внимание на позитиве — значит согласиться с тем, что ваша реальность стала позитивной и счастливой и каждый момент жизни становится лучше, чем предыдущий.

Благодарный ум всегда сосредоточен на самом лучшем. Таким образом, он принимает форму и качество всего наилучшего и, соответственно, создаёт счастливую реальность. Мы привлекаем то, что выражаем. И благодарность всё меняет.

В следующий раз, когда вы захотите попросить о чём-то Вселенную, вместо этого поблагодарите Вселенную, как будто это у вас уже есть. Таким образом, вы запускаете реализацию своего намерения получить желаемое. И эффект от такого действия будет намного быстрее, чем когда вы что-то просите, исходя из чувства нужды.

## Заключение

Мы должны научиться перестать чувствовать потребность в чём-то и начать замечать то, что у нас уже есть. Благодарность всё меняет. Это нетрудно увидеть. Как только вы станете выражать благодарность, то почувствуете себя счастливее, ваша жизнь станет проще, а ваши проблемы будут решены без каких-либо усилий. Может показаться, что в это трудно поверить, но вот так это работает. Просто внесите в свою жизнь благодарность и будьте готовы к положительным переменам.



# В 50 жизнь только начинается...

Самый известный женский тренер и жена миллионера — о том, чем заниматься, чтобы быть сексуальной в 60, и почему три часа в день обязательно посвящать только себе.

Женские тренинги сегодня, как булочки, встречаются почти повсеместно. Девушки учат друг друга, как надо добиваться успеха у мужчин, как выглядеть, как двигаться и раскрывать женственность. Психолог Лариса Ренар — на вершине этой пирамиды, она одна из первых создала компанию, которая помогает любой девушке стать успешной, и начала писать книги о том, как сделать из простого мужа — настоящего миллионера.

**Справка:** Лариса Ренар (Богданова), психолог, автор восьми книг, посвящённых раскрытию женственности, коуч, создатель «Академии частной жизни» Ларисы Ренар, Санкт-Петербург.

— **Вы утверждаете, что в 50 жизнь только начинается. А в 60 лет женщина достигает пика сексуальности. На чём основано это утверждение?**

— Есть такая книга психотерапевта и сексопатолога Дэвида Шнарка «Страсть и супружество», в которой он приводит статистические данные и исследования, подтверждающие, что активное раскрытие женщины и мужчины идёт именно к 60 годам. Всё самое прекрасное ждёт нас ещё впереди. Конечно, есть физиологические вещи — гормональное угасание, климакс. Но есть и масса практик, и гормонозаместительная терапия. Восстановление гормонального баланса — это не всегда медицинские препараты, в молодые годы (до 50 лет) — это изменение образа жизни. Меня поражает, что женщины не интересуются этими возможностями. Ко мне подходят с разными проблемами: у кого-то после родов нет сексуального желания, у кого-то лишний вес, у кого-то жуткие перепады настроения. Я по первому образованию биолог, сразу задаю вопрос: а вы гормоны проверяли? Один раз в год нужно обязательно проверять уровень гормонов, а уж после таких важных событий, как рождение ребёнка, — обязательно. Очень многие вещи, депрессии, расстройства, могут быть вызваны дисбалансом гормонов.

— **Что конкретно помогает зрелой женщине оставаться активной и сексуальной?**

— Конечно, женские практики. Любые женские практики наполняют, активизируют выработку гормонов. Занятия интимными мышцами, йога — это восстановление женского здоровья. У нас в академии есть любимые темы. Сейчас любимая тема — упражнение «планка». Я стою в «планке» каждый день. Она даёт хороший пресс, энергию, а если ты встаёшь с какой-то аскезой — например, 100 дней на какое-нибудь желание, то это ещё и мотивация.

Нас также сохраняет и омолаживает творчество. Когда мы в творчестве — мы в потоке удовольствия.

— **Вы говорили, что в идеале женщина 3 часа в день должна посвящать себе. Чем нужно заниматься в это время?**



— То, как мы проводим своё утро, определяет весь наш день. В обязательную программу должны входить утренние упражнения — по 15 минут в день. У меня на каждые два месяца есть определённый комплекс, который я выбираю в соответствии с активностью той или иной системы. Например, сейчас — элементарные упражнения на гормональную поддержку — «рыбка, берёзка, плуг, кобра». Потом, после упражнений, — медитации на 5–15 минут. И несколько упражнений на проработку эмоций. По утрам я обязательно читаю: на свежую голову приходят идеи и инсайты.

А вечером делаются сексуальные практики — работа с мышцами, с дыханием. И практики на открытие творческого потока. Плюс вечером обязательны ритуалы по уходу за собой.

— **Вы никогда не скрываете своего возраста. Как вам удаётся так хорошо выглядеть?**

— Как сказала одна из наших учениц, красота — не божий дар, а волевой подвиг. Это не про деньги, это про дисциплину. Я для себя всё распланировала, расписала «план красоты» в рамках программы «антиэйдж» — внесла в него все профессиональные процедуры: в какой период что нужно делать. Мне очень нравится на ночь наносить на лицо масло (любое — аргановое, кокосовое), а утром делать маску — во время медитации. Потом я наношу сыворотку и крем.

— **В одном из интервью вы сказали, что для женщины обязательны «день бревна». Что это такое?**

— Это день, когда мы просто валяемся в кровати, желательно раз в неделю. Читаем книжки, смотрим фильмы без ощущение

вина. Женщина набирается энергии в покое, в горизонтальном положении. А мужчина — в активности. Поэтому нам действительно нужно устраивать себе такой день. Если женщина не делает этого добровольно, организм вынуждает её сделать это каким-нибудь заболеванием.

— **Вы утверждаете, что 60% доходов нужно вкладывать в себя. Расскажите, пожалуйста, как выглядит грамотный вклад в себя.**

— Как правило, от 30 до 50% доходов идёт на повседневные расходы. Что входит в женский вклад в себя: наряды, украшения, вкусная еда. Причём это не зависит от количества денег, это зависит от отношения к себе. Можно купить себе одну красивую чашечку и пить из неё каждое утро кофе, наслаждаясь, а можно пить из пластиковых стаканчиков, даже не обращая внимания на то, что пьёшь.

10% доходов идёт на развитие себя — на обучение. Когда мы не учимся, мы лишаем себя энергии. И здесь нужно чётко понимать: если твой доход позволяет тебе вкладывать в себя 10 тыс. руб., а ты покупаешь тренинг за 500 руб., то ты себя обесцениваешь, теряя энергию. Также и с отдыхом: если мы можем позволить себе ехать в «пять звёзд», то не надо останавливаться в хостеле. Чрезмерная экономия приводит к потере денег.

— **Вы пишете, что когда мужчина вкладывается в женщину, то получает обратно в 10-кратном размере. А как его убедить в этом?**

— Рассказывать истории. Есть такой приём «одна моя подруга». Расскажу вам реальную историю: как только муж одной нашей ученицы дарит ей после заключе-

ния сделки украшение, ему тут же приходит новый проект, и он заключает новый контракт. Это уже проверенное жизненное правило.

— **Вы более 20 лет были в браке, всегда хорошо отзывались о муже. Потом развелись и говорили, что находитесь в прекрасном периоде междуужья. Какой сейчас у вас статус?**

— Я его пока не понимаю. У меня сейчас вообще такой интересный период... Сначала был период междуужья. Но в какой-то момент мы с бывшим мужем поняли, что снова вместе. Мы дружим и встречаемся. Мне кажется, бывших мужей не бывает. Я снова достала обручальное кольцо...

— **А каковы были причины развода?**

— На Западе, где люди вступают в брак более зрелыми, они проходят этап поиска, оценки, сравнения. А в России установка, что надо сначала выйти замуж. Раньше было так: если в 23 года не вышла, то ты уже старая дева, всё ужасно. И ты выходишь замуж, и всё время кажется: а вдруг где-то трава зеленее, а вдруг кто-то есть лучше? А ты не повыбирала. И я сказала мужу — мне нужна свобода, я должна всё прожить, почувствовать.

— **Сколько вы в итоге пробыли на свободе?**

— Пять лет. У меня всегда по 8–10 поклонников, мужчин, которые хотят на мне жениться. Из всех моих поклонников пока у него (бывшего мужа) плюсики побольше. За тот чудесный период междуужья понимаешь, что действительно трудно найти человека, совпадающего с тобой по многим параметрам — по отношению к детям, комфорту, путешествиям, деньгам, вещам. Замужем я даже не подозревала, как много нужно, чтобы семейная жизнь была такой

вот сбалансированной, мягкой.

— **Где вы встретились снова?**

— На дне рождения сына.

— **Не каждая женщина воспринимает развод как свободу. Что делать тем, кто чувствуют себя брошенными? Как правильно пережить этот период?**

— Любое расставание — это всегда боль. Есть период проживания расставания, в среднем у человека он занимает около года. И это нормально. Просто иногда некоторые застревают в определённых этапах. Мы всегда создаём ситуации, которые нас должны чему-то научить. Я сейчас всем говорю — если вы собираетесь расстаться с мужчиной, у вас к нему не должно быть вообще никаких эмоций: ни злости, ни обиды, ни ревности, ни боли. Расставаться надо тогда, когда всё прожито. В абсолютном понимании, что этот этап завершился. Если люди расстаются и есть эмоции — отношения ещё не закончены, урок ещё не пройден.

Я иногда думаю — зачем я сама себе всё это устроила? Затем понимаю, что этот опыт помогает мне быть честной с теми, кто к нам приходит. Легко советовать, когда ты не была в этой ситуации, и совсем по-другому, когда ты прошла этот опыт и понимаешь, что развод — это не конец жизни.

— **Книгу «Как сделать мужа миллионером?» вы писали, опираясь тоже на свой практический опыт?**

— Да. Я собирала материалы достаточно долго — с момента, когда мы провели первый мастер-класс на эту тему, в 2003 году.

— **Стал ваш муж миллионером?**

— Да. Многие женщины говорят: «Я стану сейчас в мужа вкладывать, что-то создавать, делать, а потом он уйдёт, и я останусь ни с чем». Всё равно наследство мужа-миллионера больше, чем наследство мужа-сантехника. Это опыт, общение, уровень, понимание, офисы, квартиры, машины. То, что порядочный мужчина оставляет жене. Это наши результаты, которые становятся ресурсами.

— **По большому счёту, вам даже не нужно так много работать, летать по городам, проводить мероприятия?**

— Мне вообще никогда не нужно было работать. Это исключительно из-за удовольствия. На те деньги, которые дал мне муж, если особо их не тратить на всякие проекты, можно было бы много лет спокойно жить по средне-статистическим российским меркам. Журналисты спрашивают: зачем же вы работаете? Потому что мне нравится. Это что-то большее. Это желание создавать, что-то нести, что-то делать, чтобы жизнь была наполнена творчеством, смыслом.

— **Почему не у всех получается воспитать из мужа миллионера? В чём основная ошибка женщин?**

— Я думаю, что из-за отсутствия веры в человека, который рядом с тобой. Когда ты наполнена, когда ты в этой энергии, то человек, который рядом с тобой, этим заряжается, ему тоже хочется действовать, к чему-то стремиться. А когда женщина разочарована, опустошена, не принимает себя, то рядом с ней всё начинает закипать. Мужчина к этой энергии восприимчив.



**Ж**енщинам за последние годы толково и доходчиво объяснили, что материнство — это не карьера. Что это непрестижно, недалёковидно. Что это худшее из занятий в мире. Что таким образом мы тратим себя совершенно зря, теряя нечто очень ценное и важное. Посудите сами — оно не оплачивается, оно круглосуточное, уважать тебя за такую должность тоже мало кто будет. Делать придётся одно и то же постоянно, «спасибо» дождётся редко.

И зачем тогда всё это? Зачем гробить своё здоровье, если можно спать ночами, делать карьеру, быть уважаемым специалистом, зарабатывать деньги? Прожить такую жизнь, где дети станут лишь дополнением, аксессуаром к успешной женщине. А могут и не стать — без них тоже живут. И кстати, нам показывают, что многие без них живут даже лучше, чем с ними.

Зачем заниматься их воспитанием, если мы с вами можем применить себя гораздо практичнее и полезнее, например, сделав карьеру? А детьми могут заниматься те, кто зарабатывает на этом деньги. Своих детей оставят дома или с кем-то другим — и придут заниматься нашими. Говорят, что роль матери слишком преувеличена, что современные смеся лучше грудного молока, что профессиональная няня лучше мамы, а детский сад гораздо полезнее сидения дома. И так далее.

Нас призывают использовать все свои таланты и способности, найдя себе работу с утра до вечера, нам говорят, что только это является правильным и полезным. Что женщина, которая не покорилась никаким карьерным высот, заранее проиграла и обречена быть несчастной.

И я перебираю в голове разных женщин. Вспоминаю тех, с кем когда-то встречалась, ещё будучи ребёнком: как они вели себя тогда и кем стали сейчас... Например, одна женщина родила двух детей и почти сразу вышла на работу. Воспитывала их сначала бабушка, потом садик и школа. Женщина сделала блестящую карьеру, но на сегодняшний день она одинока, у неё куча разных заболеваний, её дети не могут найти себя. Во всех смыслах.

Или другая женщина, которая вопреки насмешкам оставалась дома и заботилась о сыне, который в садик не ходил, потом родила ещё несколько детей. Сегодня она счастливая бабушка, без всякой пенсии, но в окружении своей семьи. И я понимаю, какой пример мне ближе и приятнее. Что бы там ни говорили телевизоры и журналы.

Мама — это тоже карьера. И какая! Можно сделать блестящую карьеру в этой области, среди пелёнок, ползунков и пустышек. Можно стать первоклассным специалистом, причём очень разносторонним, глубоким и очень востребованным.

1. Мама обладает таким спектром навыков, как никто другой. Кажется, что мама умеет всё, способна сделать это всегда и в любом состоянии. Её можно разбудить случайно ночью, и она наизусть будет рассказывать стихи, петь песни на совершенном автомате. Она может и приготовить много разных блюд, спрятав в них морковку от тех, кто её не любит, или же подать простое пюре в виде забавной зверушки,



## Быть мамой — лучшая карьера

которую захочется съесть.

2. Мама — настоящий многорук и многоног. Она многозадачна и в одну единицу времени может делать одновременно десяток разных дел — помешивать суп, мыть посуду, слушать домашнее чтение сына, планировать поход в магазин, и это не предел. У каждой мамы точно где-то спрятана лишняя пара рук, которую никто не видит, но она есть.

3. Материнство требует постоянного повышения квалификации. Всё время узнаёшь что-то новое, чему-то учишься, даже если это не было в твоих планах. Куда деваться-то с подводной лодки, приходится осваивать!

4. Материнство — это постоянный личностный и духовный рост. Всё время открываются новые стороны твоей личности, с которыми нужно что-то делать. Оголяются старые травмы, открываются новые горизонты.

5. Настоящие матери чрезвычайно востребованы, особенно сейчас. С такими женщинами общаться хотят все, потому что рядом с ними всегда тепло и уютно. Большинство женщин живут на сексуальной энергии, её транслируют, её используют. Это формирует определённое отношение к ним. А матерей ничтожно мало. Поэтому каждая такая женщина — на вес золота.

6. Матери приходится учиться быть, потому что казаться кем-то круглосуточно невозможно. Это снова тренинг открытости, осознанности, умения быть, причём быть самой собой.

7. В материнстве женщина может раскрыть свой потенциал полностью, не занимаясь ничем другим. Правда, для этого иной раз нужно большее количество детей, а ещё огромное желание найти эту самореализацию внутри. Потому как снаружи это всё выглядит гораздо проще и удобнее.

8. Рука, качающая колыбель, правит миром. Именно от ма-

терей зависит наш завтрашний день. От того, как и кого они воспитают. И об этом стоит поговорить подробнее.

9. С каждым следующим ребёнком мама переходит на новый уровень. И в плане выполнения своих обязанностей, и в плане организации быта. Говорится, что мама одного ребёнка неопытна, как новобранец в армии, мама двух детей похожа на «демпелей» своими спокойствием и уверенностью. А мама троих — это уже спецназ. Так и есть.

10. Невозможно не уважать женщину, которая воспитала нескольких детей. Особенно если она сделала это с душой. Да, уважение придёт не сразу после родов, для этого придётся потрудиться, иной раз объясняя тем, кто ждёт от вас карьеры, что ваша карьера сейчас сопит в колыске. Но такое уважение гораздо более ценное, чем временное признание начальником ваших успехов. Потому как когда ему это перестанет быть выгодно, ваши отношения закончатся и уважение пропадет автоматически.

11. С работы вас могут уволить, вас могут сократить, несмотря на все ваши заслуги. Но материнство — то место, где вы единственная в своём роде. И ваше место невозможно занять кому-то другому. Нужно очень сильно постараться.

12. На работе у вас есть чёткий график, дома вы творите своё расписание сами, в том числе и график отпусков. Для этого требуется больше самостоятельности и осознанности, самодисциплины и разумности.

13. Мама вкладывает свои силы в детей. Это инвестиция, достаточно рискованная, потому что не ясно, будут ли дивиденды и в каком размере. Можно было бы вложиться в менее рискованные предприятия, например, в собственную пенсию. Только в самом деле непонятно, что более рискованно и непродуманно. То есть материнство дела-

ить из бумаги поезда, резать арбузы в виде дельфинов, кормить грудью, печатая что-то на компьютере, на прогулке и вообще везде и в любой позе. Я могла бы никогда не увидеть своими глазами, как милый пупсик превращается в мужчину, как они делятся друг с другом сладостями, как они защищают друг друга вне дома. И думаю — упускаю ли я что-то сейчас? Конечно, нет. Я уже на своём месте. Я уже делаю самую лучшую карьеру в мире.

Да, пусть она выглядит не очень привлекательно: моя вахта круглосуточная, без выходов, меня в любой момент могут выдернуть куда угодно. Да, в моменте здесь и сейчас я могу не чувствовать благодарности, у меня может быть ощущение, что никто меня не ценит. Да, мне каждый день нужно сделать столько всего и я, конечно, не всё успеваю. Да, моя ответственность огромна, потому что я отвечаю за маленьких живых человечков, и мне приходится принимать много разных решений. Да, мне за это никто не платит, у меня не накапливается пенсионный вклад за это. Да, каждый день мне приходится сталкиваться с новыми задачами, которые мне незнакомы и непонятны. Да, это никогда не закончится, даже когда они вырастут, я останусь их мамой.

Но зато я на своём месте. Я делаю именно то, что должно, именно то, для чего меня Бог и создал. Во у меня уже есть всё необходимое для такой карьеры, и я могла бы все эти таланты и навыки реализовать где-то во вне. Но применять всё это богатство дома не только приятнее, но ещё и выгоднее. И я чувствую себя плодовым деревом, которое каждый день понемногу делает самое важное — помогает созреть своим плодам, питая их и помогая им налиться соком. Не пытаясь их сбросить раньше времени, не забирая у них потоки жизненной силы, которые могли бы пригодиться где-то ещё. Делая именно то, что во мне было заложено изначально.

Быть женщиной — это только начало нашего пути. Цветение и зрелость — это только этапы. Наша задача в том, чтобы принести свои плоды. Не это ли и делает нас счастливей?

**Ольга ВАЛЯЕВА,**

многдетная мама, писательница

# Культурные коды имени

## Именная антропология

В течение последнего столетия усилившийся научный интерес к человеку стал причиной появления на свет великого множества антропологических теорий. Изучением развития человека и поиском его места в мире заняты физическая антропология, включая палеоантропологию, социальная и культурная антропология, включая антропологию лингвистическую, когнитивную, политическую и экономическую. Теми же вопросами занимается философская антропология и даже антропология права. Книг, статей и докладов, посвященных человеку, написано и прочитано немало, но ясного и определённого понимания, что же в онтологическом смысле есть такое человек и человеческое общество, все еще не достигнуто.

Представляется, что ответы на многие спорные вопросы, по поводу которых в ученой среде завязываются схватки не на жизнь, а на смерть, как всегда, лежат на поверхности. Именно поэтому их мало кто замечает. Так, например, исследования «Студии Имени» показывают, что наиболее полную информацию о человеке, мотивах его поведения и способе взаимодействия с миром, а значит и об обществе в целом, может дать Имя. Но имя, понимаемое не как ярлык или прозвище, а так, как видел его А. Лосев: «Имя есть собственное слово личности, то слово, которое только она одна может дать и выявить о себе. В имени — диалектический синтез личности и ее выраженности, ее осмысленности, ее словесности. Имя есть то, что выражено в личности, что выявлено в ней, то, чем она является и себе и всему иному. Имя личности и есть то, что мы, собственно говоря, имеем в мифе. Миф есть развернутое магическое имя...». Таким образом, имя есть свернутый миф, в котором каждая буква — архетипический персонаж, участник мифологического сюжета. Именем описывается территория, на которой действуют мифологические архетипические сценарии, определяя жизнь человека и его взаимодействие с миром и людьми.

Миф — это не только предания и сказания, но прежде всего структура мышления человека, одна из его форм, которая по сей день укоренена в сознании человека. Социальная структура общества до сих пор сохранила мифологические основы. Именно миф составляет основу социальной и культурной жизни.

Мифы — это традиция, коллективные представления, благодаря которым в сознании индивида создаются глубинные представления о себе и окружающем мире. И эта наиболее глубоко укорененная в сознании область остается почти неизменяемой. Она и есть та система, которая влияет на поведение индивида, причем по большей части неосознанно, автоматически. Но миф не принуждает к определённому поведению. Принуждение возможно только в ситуации выбора, — а как раз его здесь и нет! Индивидуальный миф, разворачивающийся в имени человека, создает пространство, где возможен только единственный набор поведенче-

ских сценариев, один образ мысли и мира.

В этой связи можно упомянуть введенное известным антропологом М. Элиаде понятие «мифологического локуса» — времени и пространства, где происходит действие мифа. Здесь всегда и неизменно могут разворачиваться одни и те же события, некая заданная последовательность развития сюжета. Мифологический локус относится к тому, что «свершилось навсегда» или «было и будет всегда и сейчас» и является не чем иным, как мифологическим пространством Имени.

## Пространство Имени

Понятие пространства, а точнее — пространства культурного, крайне важно для постижения тайны имени. Культурное пространство объединяет в себе не только физическое — определённый ландшафт, но и символическое — все, что осуществляется в сознании человека, его нормы, обычаи и ритуалы. И сводит все это воедино, опять-таки, миф.

Любая мифология любого народа несет в себе понимание мира, в котором сосуществуют как минимум две части: с одной стороны, великий Порядок, организованное Целое; с другой, великий Хаос, неорганизованный и не подвластный логике, враждебный и не поддающийся никакому влиянию или упорядочиванию. Такое понимание пространства мира через миф, который является своеобразным хранилищем групповых представлений, позволяет человеку правильно ориентироваться в пространстве повседневности. Не случайно четкое деление пространства мифа и мира лежит в основе практически всех культур. Именно пространство, по словам П. Флоренского, определяет способ мышления человека. То есть отнесенность к определенной зоне культурного пространства следует воспринимать как источник формирования образа мыслей человека и образа его жизни.

Наши предки, где бы они ни жили, понимали, что культурное пространство разделено на зоны, предопределяющие их поведение и образ жизни. Этим, например, объясняется неадекватное поведение многих «приличных» дома людей, попадающих за границу или находящихся в командировке в другом городе. Дело не в порочности конкретного туриста, просто каждая культурно маркированная зона активирует у него адекватные именно ей формы поведения и подавляет все остальные, с ней несоместимые. Для того, чтобы рассмотреть эти зоны, необходимо понять природу их появления и обозначить границы.

Вопрос того, где и как проходят антропологические границы культурного пространства и что их создает, современные социология, философия и культурология оставляют открытым.

Между тем, исследования «Студии Имени» показали, что такой границей является имя, определяющее для своего носителя меру, в которой его деятельность в природной и социокультурной системах сохраняет свои качества, функции и внутреннюю соразмер-

ность. Имя задаёт некоторую ограниченную область человеческого бытия, с определёнными качествами, специфическими формами и способами существования, которая отличается от других областей и имеет границы и пределы.

Несмотря на несколько веков «оцивилизации», и сегодня каждый человек, являясь носителем имени, хочет он того или нет, живёт в культурных кодах и занимает вполне определённую позицию в мире: определяет своё отношение к священному и низкому, разрешённому и запретному, словом, пребывает в некоем культурном пространстве. В этих пространствах действуют совершенно разные законы существования, обуславливающие различ-

формирует многие аспекты судьбы его носителя.

Рассмотрим каждую категорию более подробно.

## Сакральные имена

Статусные имена, вписанные в сакрально-бытовое пространство мира, состоят из совокупности букв, отражающих культурно-территориальные коды реального магистически выгороженного сакрального пространства, и содержат принципы и законы сакрального, статусного мира.

В сакрально-бытовой зоне властвует Порядок. Это пространство жизни и любви, прокреативной сексуальности, направленной на продолжение рода, в ко-



ный культурный статус. С этой позиции все имена можно разделить на пять категорий:

Статусные имена, вписанные в сакральное пространство мира.

Маргинальные имена, вписанные в маргинальное пространство мира.

Волховские, жреческие имена, позволяющие своим носителям законно существовать как в маргинальном, так и в сакральном пространствах в соответствии со своей волей.

Статусно неопределённые (смешанные) имена, не прописанные ни в одном из пространств.

Оборотнические имена, у носителей которых активация кодов того или иного пространства («оборачивание») происходит в зависимости от случайных обстоятельств.

Большинство имен прочно укоренены в каком-то одном культурном пространстве: сакральном или маргинальном. Остальные относятся либо к волховским именам, дающим своим обладателям способность одновременно существовать и в сакральной, и в маргинальной зоне без вреда для своей психики, либо к статусно неопределённым и оборотническим именам: они, каждое по своим причинам, не могут полноценно реализовать себя ни в сакральном, ни в маргинальном, но при этом в них присутствуют знаки и того, и другого. Отнесенность имени к какой-либо из этих зон и

ему известность и признание.

Образы людей, несущих в себе нравственную чистоту и требовательность к жизни были основой творчества и другого русского писателя — Василия Шукшина.

Одним из ярких примеров реализации имени «Василий» можно считать жизнь и деятельность Василия Леонтьева — русского и американского экономиста (экономика — наука о доме, то есть сакральном центре), создателя теории межотраслевого анализа, лауреата Нобелевской премии по экономике за 1973 год. Неудивительно, что Леонтьев также был одним из первых экономистов, озабоченных воздействием экономической активности на качество окружающей среды.

В «землемерии всего государства и сочинении обстоятельной географии с ландкартами» нашёл свое приращение российский географ, экономист и государственный деятель — Василий Татищев, известный также как автор первого капитального труда по русской истории, основатель Ставрополя-на-Волге (ныне Тольятти), Екатеринбурга и Перми.

## Маргинальные имена

Маргинальные имена вписаны в маргинальное пространство мира. Они состоят из совокупности букв, отражающих культурно-территориальные коды реального магистически выгороженного маргинального пространства и содержат принципы и законы маргинального мира.

По своим характеристикам маргинальное пространство в корне отличается от сакральное-бытового. Понятие «маргинальность» (от лат. *margo* — граница, грань, край, *marginalis* — находящийся на краю) — используется в культурологии и социологии для определения пограничного положения личности или группы по отношению к какой-либо социальной общности. Оно подчёркивает особый социальный статус (как правило, низкий), принадлежность к меньшинству, которое находится на границе или вне социальной структуры, существует за коном (вне закона), ведёт образ жизни и исповедует ценности, отличные от общепринятой, бытовой нормы, любое отклонение от которой воспринимается как нарушение, угроза, преступление, болезнь, боль, безумие, извращение, смерть.

Состояние маргинальности имеет особые топологические свойства, главное из которых — возможность находиться только за краем, за границей сакрального пространства, занимать крайнее, предельное положение или состояние. Понятие «маргинальность» несёт не только значение пребывания на границе или у предела, но выражает сам процесс перехода, нарушения границ, достижения и преодоления предела, отклонения, удаления от некоторого символического центра ценностной системы координат, то есть от сакрального центра.

Таким образом, маргинальная зона — это пространство Дикого поля, войны, борьбы, конфликта, смерти и мужских инициаций. Здесь действует маргинальная сексуальность, не направленная на продолжение рода. В маргинальном поле культивируются ярость, бешенство, героизм. Это пространство, где мужчина и женщина существуют не как Бог и Богиня, а как самец и самка. Если в сакральном пространстве мужчина — Супруг и Отец, то в маргинальном — любовник, герой, ис-



пользующий звериный стиль жизни, звериный язык (ругань, брань). Если в сакральном пространстве значимо искусство слова, то в маргинальном — искусство боя.

Носителям маргинальных имен свойственна специфическая маргинальная ментальность, с типичными темами чёрного и обесцененного юмора, тотальным пародированием и трансвестированием, повышенным вниманием к темам смерти и катастроф, сюжетам конца света, интересом к социальным девиациям, сексуальной свободе, гомосексуальности, транссексуальности, с отрицанием рациональности, мистицизмом.

Ярким представителем маргинальной зоны является имя «Сергей». Вот только несколько примеров того, как проявили себя его носители в истории.

Великий князь Сергей Александрович — пятый сын Александра II, московский генерал-губернатор. Участник русско-турецкой войны 1877—1878 годов. Социолог, психолог и сексолог Игорь Кон, опираясь на свидетельства современников, указывает, что Сергей Александрович вел открыто гомосексуальный образ жизни. Согласно утверждениям некоторых авторов, Великий князь был также склонен к садизму, а жизнь свою закончил вполне в духе маргинального пространства, погибнув от бомбы террориста.

Известный русский писатель и общественный деятель, литературный и театральный критик, мемуарист Сергей Аксаков прославился прежде всего как автор книги о рыбалке и охоте — занятиях, которые практикуются вне сакральной зоны. Другой литератор — один из самых популярных и известных русских поэтов XX века — Сергей Есенин был женат несколько раз, но ни один из его многочисленных браков не оказался продолжительным. В конце ноября 1925 года Есенин был госпитализирован в психоневрологическую клинику Московского университета по причинам, связанным с алкогольной зависимостью. Есть сведения и о гомосексуальных наклонностях поэта. 28 декабря 1925 года Есенина нашли в ленинградской гостинице «Англетер» повешенным на трубе парового отопления.

Сергей Прокофьев — русский и советский композитор с первых же своих шагов на музыкальном поприще зарекомендовал себя как сторонник шокирующих, «экстремальных» (по меркам начала 20 века) средств выразительности. Дебюты многих его произведений сопровождалась грандиозными скандалами, создавшими Прокофьеву репутацию музыкального «дикаря», ниспровергателя традиционных устоев.

Сергей Капица — русский и советский ученый, физик и ведущий популярной некогда телепередачи «Очевидное — Невероятное» занимался экстремальными видами спорта: управлял самолетом, спускался в одну из глубочайших пещер Австралии. В декабре 1986 года перенёс неудачное покушение сумасшедшего, в результате которого получил травмы.

Сергей Витте — российский государственный деятель, министр финансов России, председатель комитета министров, председатель Совета министров Российской империи. При его активном участии проведены многочисленные государственные реформы, включая создание Государственной Думы, преобразование Государственного Совета, введение избирательного законодательства

и редактирование Основных государственных законов Российской империи. Сергей Витте проявил также незаурядные дипломатические способности. Другой государственный и политический деятель — Сергей Киров, становится профессиональным революционером с 1908 года. При этом страстно любит театр и даже участвует в любительских спектаклях. (Среди деятелей театра, кино и шоу-бизнеса вообще необыкновенно много Сергеев, причём многие из них имели или имеют гомосексуальную ориентацию: Сергей Дягилев, Сергей Параджанов, Сергей Зверев и др.). Кроме театра, Сергей Киров увлекался альпинизмом, а также прослыл любителем женщин, особенно балерин Мариинского театра. В 1934 году был убит в Смольном выстрелом в затылок.

Маргинальность своего имени реализовал и Сергей Шойгу — генерал армии, Герой России и бесценный министр по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС) с 1994 года. Также на благо государства реализовал маргинальность имени «Сергей» и Сергей Зубатов — начальник Московского охранного отделения и Особого отдела департамента полиции, создатель системы политического сыска в России. А вот основатель финансовой пирамиды «МММ» Сергей Мавроди напротив, следуя культурным кодам своего имени, ловко нарушал закон.

Как видно даже из этих нескольких примеров, носители маргинального имени, чем бы ни занимались (а подвизаются они зачастую на поприще занятий, так или иначе выходящих за рамки сакральной зоны) являют собой принципиальную противоположность всему «нормальному», бытовому. И хотя они в некоторых случаях способны выступать в роли «оборонителей и устроителей» Порядка и Закона, но стать частью этого порядка они не могут в принципе, в силу того, что общая для большинства представителей маргинального типа имён модель поведения сочетает в себе эгалитаристские и жёстко иерархические черты во внутренней «политике», с выраженной склонностью к решению «внешних» проблем силовым путём, что недопустимо в зоне Сакрального. Более того, «правильные» поведенческие стратегии здесь вообще не обязательны, да и не применимы. Маргинальная зона не считает удачливого вора или мошенника преступником. В пространстве Дикого поля такое поведение — норма, обеспечивающая успех и выживание.

### Волховские имена

Волховские, или жреческие, имена состоят из совокупности букв, отражающих культурно-территориальные коды как сакрального, так и маргинального пространства, а также букв перехода.

Жреческие имена позволяют своим носителям законно существовать как в маргинальной, так и в сакральной зоне и наделяют их способностью переходить из одного состояния в другое без ущерба для себя и в соответствии со своей волей. В связи с этим, носители таких имен способны добиваться значительных успехов в любом пространстве. Например, обладатели жреческого имени «Александр» встречаются как среди прославленных князей, императоров и грозных завоевателей, так и среди высшего духовенства и деятелей искусства.

### Статусно неопределенные имена

Смешанные, или статусно неопределенные, имена состоят из совокупности букв, отражающих культурно-территориальные коды как сакрального, так и маргинального пространства, но без букв перехода, что лишает их носителя возможности быть статусно определенным.

Носители статусно неопределенных имен являются представителями своего рода переходной культурной зоны. Это пространство английский антрополог Виктор Тернер обозначил понятием «лиминальность». Лиминальностью (от лат. *limen* — «порог») он называл пороговое неструктурированное состояние, в котором субъект получает черты двойственности, поскольку пребывает в той области культуры, у которой очень мало или вовсе нет свойств прошлого или будущего состояния. Такие «пороговые личности» постоянно находятся в точке бифуркации — они, по словам Тернера: «ни здесь, ни там, ни то, ни се, они в щелях и промежуток». Их амбивалентные свойства выражаются большим разнообразием символов, и «лиминальность» можно уподобить утробному существованию, невидимости, темноте, двуполости, пустыне, затмиению солнца или луны.

Итак, состояние статусной неопределенности — это бесструктурность. Носители таких имен находятся в состоянии социального и онтологического хаоса. Они постоянно пытаются проникнуть в маргинальность или сакральность, где ими может быть обретен новый опыт (опыт дикости или опыт сакрального). Но сами статусно неопределенные, или смешанные, имена не прописаны ни в одном из пространств, а потому не имеют права на абсолютное первенство ни в одном из них. Носители таких имен обречены всегда быть на вторых ролях, занимать невысокие позиции. А если обладателю такого имени все-таки удастся достичь вершин власти, значит, его туда целенаправленно привели и посадили. Для смешанных имен важно, чтобы рядом с ними оказался носитель имени, чётко вписанного либо в маргинальное, либо в сакральное. Только так, попадая в зависимость от других, смешанные имена могут получить определенный статус и шанс для развития.

Примером статусно неопределенного имени может стать имя «Владимир». Среди его носителей поэт Владимир Маяковский, в чьем творчестве постоянно соседствуют нищенское богоборчество и тщательно замаскированное религиозное чувство. Нередко можно встретить утверждение, что стихосложение Маяковского уникально и он не имел предшественников, но это не совсем так. В нем прослеживается влияние поэзии Рембо, Бодлера, Верлена, Верхарна, Белого, но решающее воздействие на Маяковского оказал свободный стих американского поэта Уитмена.

Но как никто более точно передал свою статусную неопределенность русский и американский писатель, энтимолог Владимир Набоков, охарактеризовавший себя так: «Я американский писатель, рожденный в России, получивший образование в Англии, где я изучал французскую литературу перед тем, как на пятнадцать лет переселиться в Германию. ...Моя голова разговаривает по-английски, моё сердце — по-русски, и моё ухо — по-французски».

### Оборотнические имена

Оборотнические имена состоят из совокупности букв, отражающих культурно-территориальные коды как сакрального, так и маргинального пространства, а также букв перехода, критическое количество которых меняет статус имени со жреческого на оборотнический. Носители оборотнических имен «оборачиваются» не по своей воле, а в зависимости от обстоятельств, и потому не вписываются в пространство той зоны, куда попадают. В связи с этим они часто оказываются в состоянии конфликта и с внешним окружением и с самими собой.

Оборотнические имена, например «Борис», нестабильны, неустойчивы и наделяют человека своего рода плавающей идентичностью, характерной для истерического сознания (примечательно в этой связи не всегда адекватное и порой непоследовательное поведение первого президента РФ Бориса Ельцина). Им свойственны демонстративные эмоциональные реакции, а также повышенная внушаемость и самовнушаемость, поверхностность суждений, неустойчивость настроения, стремление привлечь к себе внимание и театральность поведения. Не случайно их носители часто изменяют своё имя или берут его в качестве псевдонима: поэт Борис Леонидович Пастернак — это Борис Исаакович Пастернак, Борис Акунин — Григорий Чхартишвили, Борис Башилов — публицист и писатель Борис Юркевич.

### Пространственная статусность

В каждом из культурно-территориальных пространств имя ведет себя в соответствии со своим статусом. Носитель маргинального имени чувствует себя комфортно только в маргинальной зоне, сакрального — в сакральной. Согласованность именного и территориального кода усиливает носителя имени, несогласованность — ослабляет. Другими словами, сакральное имя сильно на сакральной территории и слабо на маргинальной, и наоборот, маргинальное имя сильно на маргинальной территории и слабо на сакральной.

Но этим дело не ограничивается. Внутри каждого из пространств действуют законы функциональной иерархии. Это означает, что каждое имя содержит в себе чётко прописанный функционал, необходимый для реализации определенных задач на этой территории, при условии обязательного взаимодействия с другими именами-союзниками, магистически созвучными данной территории. Внутри маргинального пространства маргинальные имена ведут себя в соответствии с прописанными в них кодами функционально-иерархической соподчиненности, внутри сакрального пространства сакральные имена ведут себя в соответствии с прописанными в них кодами функционально-иерархической взаимосвязанности и взаимообусловленности.

Так, среди представителей имен маргинальной территории встречаются имена различного воинского статуса — от «Воина-Правителя» до «Щенка», имеющие внутри законов своей зоны разные модели поведения. Например, «порядочные» статусные воины не воюют ночью и не нападают сзади. Им свойственно специфическое воинское благородство и следование законам Вой-

ны. Но, будучи Героями по имени, они не предназначены для жизни в сакральном пространстве. Храбрость и доблесть суть качества, уместные на поле боя и вполне подходящие для всякого воина, но как таковые они не дают преимуществ там, где искусство слова ценится выше ратных подвигов. Судьба Героя в том, чтобы вовремя и со славой погибнуть.

«Щенок», напротив, не соблюдает никаких писанных и неписанных законов. Главное для него — победить любой ценой. Зачастую именно их мы наблюдаем в современной зоне Дикого поля — бизнесе. Именно в их среде популярно выражение «ничего личного — только бизнес».

Имена сакральной зоны также имеют свою функциональную иерархию от «Государя» до «Батрака». И тот и другой являются отцами семейства и превыше всего ставят Жизнь, но реализуют эту ценность в соответствии со своим статусом. Первый — как управитель и носитель Закона, а второй — как его исполнитель. Но и мера ответственности у них разная: для «Государя» на первом месте стоит жизнь общества, государства, для «Крестьянина» — жизнь семьи, а для «Батрака» — его собственная жизнь.

Большинство межличностных и социальных конфликтов происходит как раз по причине игнорирования или непонимания статусных различий, определяющих поведение человека. Бесплезно проявлять чудеса риторики, убеждая в своей правоте носителя маргинального имени в статусе «Воина-захватчика», уважающего только право сильного. И невозможно мотивировать сотрудника, носящего сакральное имя в статусе «Крестьянина», завоеванием большей доли рынка.

### Именная антропология и конец цивилизации

Мифологическое восприятие мира, состоящего из культурных пространств, осталось в пусть недалёком — но всё-таки прошлом. Однако это не мешает нашему поведению оставаться в основе своей ориентированным именно на культурные коды: наши поступки и действия продиктованы культурной традицией, восходящей к мотивациям сакральной или маргинальной зон, а также зоны перехода.

Цивилизация, с её идеями глобального мира, у которого нет центра и границ, пытается уничтожить саму идею различных культурных пространств. Действительно, с исчезновением внешних сакральных центров, являющихся средоточием и символом власти, и понятия границ, внешние культурные зоны начинают смешиваться, разрушается сама ткань культурного пространства, человек искусственно ставится в положение статусной неопределённости. Но границы внутреннего культурного пространства, проведённые Именем, не исчезают, и продолжают определять жизнь человека.

Культурные пространства будут существовать до тех пор, пока людям дают имена, а значит, изучение именного культурного кода будет оставаться одним из основных ключей к пониманию сущности человека и последней линией обороны Культуры, с которой и начнётся её победное возвращение из области бессознательного в пространство повседневности.

# «Битлз» — западный проект закабаления молодёжи

Современная молодёжь, как одна из самых слабо защищённых и уязвимых категорий населения, в силу отсутствия у неё соответствующих знаний, опыта и экономической зависимости, часто выступает объектом для различного рода манипуляций, а также апробаций на ней политических, социально-психологических технологий и экспериментов.

Пример тому «Битлз» — как результат социального эксперимента по изменению сознания, не имеющего аналогов в истории, популярность которого была искусственно создана английскими и американскими учеными-социологами. Фанаты «ливерпульской четвёрки» наверняка поднимут сказавшего такие слова на смех или почтут за сумасшедшего. Особенно, если они в своё время участвовали в молодёжном движении 60-х годов под девизом: «sex, drugs and rock-n-roll» («секс, наркотики, рок-н-ролл»).

А таких на Западе — большинство. И хотя СССР в большей степени остался в стороне от тех потрясений, которым подверглись жители западных стран, веяния шестидесятых дошли и до нас.

Что же собой представляет субкультура группы «Битлз», кем она была создана и с какой целью? И почему объектом манипуляции общественным сознанием была выбрана молодёжь?

## Молодёжь как объект манипуляций

Яркими примерами практического воплощения различного рода социальных опытов и инженерии являются «молодёжные бунты», «молодёжная», «сексуальная» и «цветные» революции, возникновение и жизнедеятельность различного рода молодёжных субкультур и контркультур.

Обращаясь к данной проблематике, невозможно обойти стороной тематику молодёжных бунтов и революций, происходивших на Западе в 60-е годы XX века.

Ведь данные события произошли в западноевропейских странах в эпоху «холодной войны», то есть полномасштабного противостояния капиталистической и социалистической систем, а также поэтапного утверждения на Западе олигархической модели капитализма.

Происходившая в эти годы трансформация западных обществ из индустриального типа обществ в общества постиндустриальные, было сопряжено с торжеством и утверждением стандартов общества потребления.

Естественно, что западноевропейская молодёжь, в это время как самая активная часть общества, в массе своей была обречена на бесперспективное, жалкое существование и могла стать своеобразной угрозой для власти предрержавших, обратившись к коммунистическим идеям, как своеобразной альтернативе капиталистическому олигархату. Поэтому элитам этих стран необходимо было взять под контроль молодёжь, направив её энергию совсем в другое русло, чтобы она реально не смогла стать не подкон-

трольным олигархам участником политических процессов.

Для этого надо было отбить у подавляющей массы молодёжи стремление участвовать в политической жизни общества, уводя её в сторону — в некий иллюзорный, подконтрольный и прибыльный этим олигархам мир.

## Как управляют коллективным бессознательным молодёжи

Решением этой задачи и занялась целая сеть западноевропейских научных институтов и центров (среди которых наиболее известными и значимыми, как явствует из книги бывшего высоко-

туда, в 10 центрах которого действует 400 филиалов в разных странах и 3000 групп изучения и «мозговых центров». Однако эти знания необходимы для воспитания целых народов и наций в интересах нового мирового порядка (Эстулин, 2008: 130–131).

Занимаясь социальной инженерией и закрытыми экспериментами, в стенах подобных заведений поэтапно взращивались различные проекты по созданию молодёжных субкультур, контркультур; совершенствованию манипулятивных технологий, методов управления личностью, группой, обществом; осуществлению операций спецслужб по смене режимов (например, режима

а иногда и прямо противоположные ценностям культуры, господствующей в конкретном обществе).

Разновидностями молодёжных контркультур являются битники, хиппи, йиппи, «новые левые», борцы за права сексуальных и иных меньшинств, представители деструктивных культов и сект и другие группы молодёжи, не признающие, бунтующие и протестующие против устоев жизнедеятельности того или иного общества.

Питательной средой для формирования этой и других контркультур являлась музыка в стиле рок-н-ролла, а также активно формирующейся под воздействием института СМИ и коммуникаций



поставленного офицера британских спецслужб Д. Колемана (Колеман Д. Комитет 300. Москва: Витязь, 2011.) были Тавистокский институт человеческих отношений и Стэнфордский исследовательский центр), активно финансируемых олигархатом и правительствами данных стран.

Целью деятельности подобного рода структур являлись, конечно же, не столько теоретические и научные исследования различных аспектов поведения человека, малых и больших социальных групп, сколько разработка социальных и политических технологий по управлению обществом и манипулированию индивидуальной и коллективной психикой, а значит — и психодинамикой общества.

«Тавистокский институт, финансируемый Рокфеллером (Англия, Tabernacle Street, London EC 2A 4DD), действует через ряд фондов США, ежегодный оборот которых составляет 6 млрд долл. Изучает логику, объясняющую причины того, почему люди различных культур, интересов, верований, с разным уровнем информированности придерживаются схожих мнений. Кратко эта тема определяется как «инженерия терпимости» или, используя столь модный ныне термин «толерантность», «инженерия толерантности».

Трудно даже вообразить, насколько изощрённой является тематика исследований этого инсти-

тута Шарля де Голля во Франции) или организации революций, бунтов и иных катаклизмов, контролю над рождаемостью, духовным здоровьем народа. Расчёт делался и на извлечение прибыли из подобного рода проектов. Как говорится, «ничего личного — только бизнес!».

Ситуация кардинальным образом изменилась к середине 50-х годов XX века. К социально-экономическим и конкретно-историческим предпосылкам появления молодёжных субкультур и контркультур, а также выделения самой молодёжи в особую социокультурную и политическую общность со своими специфическими интересами и потребностями, относят прежде всего:

- рост доходов среднего класса и особенно его молодёжной прослойки в 1950-е годы;

- появление новых средств записи и распространения музыкальной культуры (радиоприёмников, магнитофонов и т. п.), индустрии шоу-бизнеса, молодёжной культуры и моды;

- а также всё возрастающее влияние института СМИ и коммуникации как эффективного инструмента формирования и манипулирования общественным мнением.

Крайней разновидностью молодёжной субкультуры является молодёжная контркультура, «ценности которой не совпадают,

индустрия рок-культуры.

Вслед за битниками в 60-е годы возникли и оформились и иные контркультуры: хиппи, борцы за равноправие различных меньшинств, группировки «новых левых».

Контркультура хиппи активно, в скрытой форме, рекламировалась и раскручивалась СМИ.

Она, как и остальные контркультуры, быстро коммерциализировалась и стала неотделимой от продвигаемой СМИ индустрии рок-культуры, «сексуальной революции» и мира наркотиков, как «мощного орудия, позволяющего повернуть сознание людей к возможностям альтернативного общества».

Многочисленные колонии хиппи, возникающие по городам и весям США и западноевропейских обществ, стали своеобразными центрами и основными рынками сбыта и распространения наркотических веществ (мариуанна, гашиш и ЛСД). Стили, мода, элементы контркультуры (джинсы, часто потёртые и дырявые, ставшие повседневной одеждой для представителей различных слоёв общества и высшего света, мини-юбки, оккультная литература и литература «новых левых», а также другие элементы) были интегрированы в систему потребления этих обществ, принося баснословные барыши их производителям. СМИ целенаправленно осу-

ществляли раскрутку различных рок-групп («Битлз», «Ролинг Стоунз» и др.), пропаганду ценностей (фактически же антиценностей) контркультур, сексуальной вседозволенности и раскрепощённости. Все эти действия СМИ, шоу-бизнеса и индустрии потребления целенаправленно вели и ввергали институты социализации и сам процесс социализации молодёжи в permanently кризисное состояние, в ущерб чаяниям и интересам самой молодёжи и всего общества в целом.

Таким образом, в стенах данных институтов при участии спецслужб был создан некий психогенный «наркотик», действие которого основано на новых принципах и явлении которого носило глобальный характер, при этом для большинства ныне живущих являлось неотъемлемой частью привычного мира.

## Суть «созданной музыки»

Следует отметить, что эта «музыка» не современна. Её ритмическая основа — «бит» — взята из храмовой практики Ближнего Востока и языческой Эллады — из культов Ваал-Хаммона и Диониса, а гармонический строй — из мистики Розенкрейцеров.

И именно деструктивная атональная система была положена Адорно и группой работавших с ним учёных в основу «современной гитарной музыки». Как это странно не покажется на первый взгляд, «рок-культуру», «культуру молодёжного протеста» родили не лохматые хиппи с грязных окраин Ливерпуля, а чопорные буржуазные профессора — из притаившегося среди вязов сонного Сассекского захолустья «Тавистокского института человеческих отношений».

Огромное значение в «новой музыке» придаётся сложному барабанному ритму — «биту», оказывающему сильное действие на центры мозга, отвечающие за концентрацию внимания. Эффект «бита» сопоставим с тем, что оказывают «лёгкие» наркотики — слабое головокружение, подавление сознания, «растворение» его в эмоциях и ощущениях.

Вторым поражающим фактором является «бас» — инструменты и электронные синтезаторы, производящие низкие и сверхнизкие (до 60 Гц) акустические колебания. «Бас» оказывает влияние на ликвор спинного мозга и на адренино-инсулиновый баланс, провоцируя неадекватную агрессивность и повышенное сладострастие. Погромы, устраиваемые рок-фанатами, — прямое следствие влияния «баса». С ним также связывают провоцирование суицида. Статистика свидетельствует:

«В первой половине XX в. в США кончали самоубийством преимущественно престарелые люди. Но с 1960-х годов самоубийцы начали резко молодеть. С 1972 по 1987 гг. число самоубийств среди подростков увеличилось на 53%» (Лаврин А. «Хроники Харона», М., 1993).

Случайно ли то, что это по времени совпадает с расцветом «современной музыки»?!

Третьим по силе одурманивающим фактором является свет. Именно поэтому любая уважающая себя «группа» таскает за собой по гастролям десятки тонн светового оборудования. Крашенный свет, лазерные имиджи и «выстрелы» — всё предназначено для усиления действия звука,



а стробоскоп, например, вообще попал в «музыку» прямехонько из кабинета врача-гипнолога.

Всё вышесказанное позволяет утверждать: «новая музыка» является сильным психогенным «препаратом», действие которого основано на акустическом и аудиальном воздействии на человеческий мозг и железы внутренней секреции; результатом этого воздействия является подавление сознания, аналогичное тому, которое достигается «лёгкими» наркотиками.

При этом сходность состояний, вызываемых роком и «лёгкими» наркотиками (каннабиты, etc.), перманентно ведущаяся рок-музыкантами (текстами песен, имиджами клипов, личным примером) пропаганда наркомании не в малой степени способствуют снятию у аудитории психологического барьера и перед собственно «классическими» наркотиками.

### Зачем им всё это нужно?

На это есть, по крайней мере, три ответа.

Во-первых, рок-индустрия является одним из наиболее прибыльных «бизнесов». Торговлей практически в прямом смысле «воздухом» (точнее — его колебаниями) в момент создаются астрономические состояния. Гонорары рок- и поп-«звёзд» ни для кого не являются секретом: это сотни тысяч и миллионы долларов. Сколько же оставляют себе те, кто эти «звёзды» «зажигает»?

Во-вторых, «новая музыка», как уже было сказано, является мощнейшим промоутером классических наркотиков. А это опять же миллионы и миллиарды долларов. (Причём, если кто-то думает, что эти миллионы распылены между огромным количеством наркоторговцев, — он ошибается. Основную часть наркодологов цепкой держит группа воротил).

В-третьих, не следует забывать социальную функцию «музыкальной» наркотизации. Явление «новой музыки» не случайно совпало с «бурными 60-ми», когда трещали по швам буржуазные демократии. В тотальном одурманивании молодёжи «великие посвящённые», состоящие на службе у мировой плутократии, увидели единственную возможность усидеть на шее поработанных народов.

Перенос молодёжного бунта из социально-политической сферы в сферу лохматых причёсок, грязных штанов и курения «травки» — их немаловажная победа над человечеством.

Ведь после середины XX века общество вошло в новую логику социального поведения, и общественное устройство меняется кардинально.

Эти изменения логики социального поведения активнее идут в низах общества, поскольку верхи более зависимы от исторически-сложившейся структуры общественного устройства, которая неизбежно уходит в прошлое. И эта зависимость от старой логики социального поведения порождает естественное желание этих верхов сдерживать процесс преобразования общества.

А поскольку процесс управления в старой логике социального поведения строится на эксплуатации разницы между популением, в котором находятся верхи и низы, то можно понять, что для того, чтобы удержаться наверху, «верхи» будут стремиться усилить популение в отношении низов общества.

### Некоторые творческие странности «битлз»

«Жёлтая подводная лодка» — «Подводная лодка» — затормаживающий наркотик.

«Lucy in the Sky with Diamonds» — Заглавные буквы значимых слов названия складываются в наркотик LSD.

«Hey Jude» — в широком смысле толкуется как песня о наркотике, известном как метадриин.

«Земляничные поляны» — для сокрытия посевов опиумного мака его часто высаживают в зарослях земляники.

«Норвежский лес» — британское название марихуаны.

Надежда умирает последней. Потом умирают люди.

«Beatles»: песня «Революция № 9»: «Начинай курить марихуану и обрати меня против Покойника» (сатанисты, страшась имени Христа, часто называют Его «покойником»).

Джон Леннон на гастролях в ФРГ в 1962 году сказал тогдашнему менеджеру группы Тони Шеридану: «Я знаю, успех «Beatles» будет огромным, как ни у одной группы до нас. Я знаю это точно, потому что ради этого я продал душу дьяволу».

Известно и другое высказывание Дж. Леннона: «Христианство сойдёт со сцены. Оно пойдёт на убыль и исчезнет. <...> В нас верят больше, чем во Христа, и я не знаю, что исчезнет первым: рок-н-ролл или христианство».

Можно сказать, чем красивее музыкальная обёртка дьявольского соблазна (мелодию песни «Вчера» [Yesterday] исполняли даже симфонические оркестры), тем больше наносится вреда.

### Закключение

Западные учёные и политики, усиленно очернявшие фашистов и коммунистов, создали новую форму тоталитаризма для контроля над личностью. Эта «революция» на самом деле не освободила молодёжь, а, наоборот, закабалила (вспомните Дж. Оруэлла «свобода — это рабство»). Если раньше молодёжь творчески активно меняла культуру в сторону её улучшения, то с помощью этой сложной комплексной операции энергетику многих и многих молодых людей смогли перенаправить из политической сферы преобразования общественной жизни в сферу «лохматых причёсок, грязных штанов и курения «травки» (то, что сейчас «рулит» поп, а не рок, совершенно неважно). Нынешний молодёжный протест — пассивен и уже не имеет той былой силы, которая позволяла им активно изменять мир. Несмотря на то, что современная молодёжь считает, что может иметь свободу выбора и самостоятельно мыслить, она никогда ещё не была так управляема и направляема.

Осознание данного факта требует скорейшего принятия всевозможных мер со стороны самой молодёжи в первую очередь, государства, традиционных конфессий, организаций, общественных структур по противодействию подобному рода антиобщественному, манипулятивному воздействию на современную молодёжь, а также совершенствования методов по осуществлению молодёжной политики, как деятельности направленной на социализацию, социальное становление и развитие молодёжи.

Публикуется в сокращении.  
<https://inace.ru>

# Лукавые формулировки В отношении ядов

**Все знают фразу «чрезмерное употребление алкоголя опасно для здоровья», тут сразу три лукавых формулировки.**

### «Чрезмерное»

«Чрезмерное» — подразумевает, что существует некая мера, до которой алкоголь не вредит. Однако почему-то эту меру никто не догадался написать на упаковке изделия, ведь на любом изделии, которым можно отравиться, пишут дозировку, побочные эффекты и даже что делать в случае отравления. Тут же только «чрезмерно нельзя», а какая мера — не указано, значит, смысла фраза не имеет.

Официальная медицина говорит о якобы 20 г безвредного спирта, тогда возникает вопрос: почему продаются индивидуальные одноразовые упаковки с алкогольным ядом, содержащие больше 20 г спирта? Полулитровая бутылка пива крепостью выше 4° уже является чрезмерной даже по сомнительной официальной медицине.

Мои наблюдения говорят, что безопасная доза спирта составляет 0 г, при употреблении не боль-

ше 0 г человек гарантировано не получит никакого вреда, также это гарантирует от развития серьёзной зависимости. Человек, который за всю жизнь не попробует наркотик, имеет гарантированную защиту от алкогольной наркомании. При этом все наркоманы начинали по принципу «чуть-чуть ничего не будет». Думаю, выбор очевиден.

### «Употребление»

«Употребление» — это слово-манипуляция, которое создаёт впечатление, что у организма есть потребность, которую удовлетворяет алкогольный яд. Яд невозможно употреблять, им можно только травиться. Согласитесь, «чрезмерное травление алкоголем опасно для здоровья» воспринимается совсем иначе.

### Опасно для здоровья

«Опасно для здоровья» — это самое интересное. Выходит, даже «чрезмерное употребление» не вредно, так как «опасность» и «вред» — разные понятия. Опасность — это шанс получить вред. Каков шанс получить вред — то-

же не написано, как и не написано, через какую меру нельзя переходить. Чтобы было понятно: опасно перебежать через дорогу с закрытыми глазами или ходить по краю крыши. Всё это опасно, но есть лишь шанс повредить здоровье, а можно не повредить. В случае с самоотравлением ядами нет опасности, то есть нет шанса навредить или не навредить, вред будет гарантировано. Поэтому правильная формулировка: «алкоголь вредит здоровью».

С точки зрения лингвистики и логики, «опасность» и «вред» — принципиально разные понятия. Но их используют, чтобы запутать. Если человек осознаёт, что каждое отравление вредит, то он не захочет сам себе вредить, а если у него якобы есть шанс навредить, то подсознательно воспринимается по-другому. «Неизвестно какой шанс навредить при превышении неизвестно какой меры». Вы серьёзно думаете, что случайно с таким смыслом пишутся предупреждения на ядовитых изделиях?

Понятно, что производители, как любые бизнесмены, не хотят снижения спроса на свой товар, но это неуважительная причина. Пока народ позволяет такому происходить, ядовитые вещества будут продаваться, рекламироваться, в том числе через технологии скрытой рекламы. При этом будут приниматься законы, позволяющие это делать, а на изделиях будут писать такую лживую информацию в качестве предупреждения.

Ситуация исправляется довольно простым методом: надо объяснить людям, что собой представляют алкоголь и табак, а также показать технологии, как нас разводят на самоотравление. Тогда бизнесмены будут подстраиваться под изменившуюся ситуацию рынка.

Константин ОРЛОВ

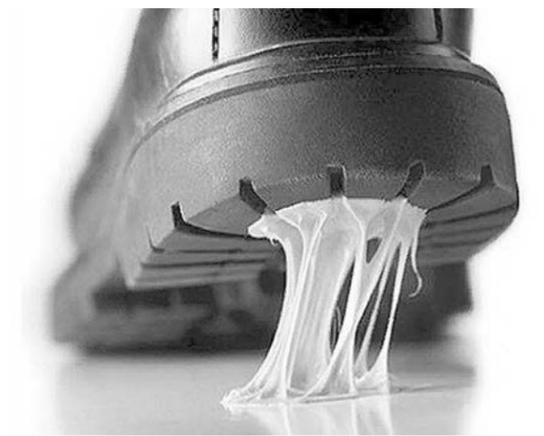


## Про липучки

Есть у всякой грязи коварное липкое свойство... Пристанет, к примеру, навязчивым мотивом какая-нибудь гадость из радио, как жвачка к ботинку, и идёт вместе с тобой дальше. Ладно бы там Чайковского крутили. Однажды видел пятилетнего малыша, громко затаившего на всю улицу: «Братишка-бармен, налей немного текилы!». А к кому не прилипло «В Питере пить», «Пей пиво!», «Малиновое вино» и, конечно же, легендарная «Рюмка водки на столе»? А ведь было время, когда нам песня строить и жить помогала! Кстати, про рюмку водки: алкоголь и табак — тоже ещё те липучки. Приклеятся к молодости и до самой смерти к несчастному человеку будут липнуть бутылки, сигареты и неприятности.

Ещё одна распространённая липучка — это мат. Прицепится плохое слово к языку и показывается всякий раз, как только откроешь рот. Надо ли говорить, что эту же функцию выполняют татуировки. Такую липучку уже не отодрать.

И я вот думаю: придёт ли кому-то в голову приставшую к подошве грязь считать частью себя и таскать за собой всю жизнь? Нет. Это что-то чужое, мусор, от которого нужно срочно избавиться. Но липкая ментальная грязь сливается с жертвой воедино, проникает всё глубже и глубже: в кожу, язык, разум и душу... Порой к людям приклеивается столько всего, что уже и человека-то не видно. А есть только прицепившиеся из телевизора мнения, подсмотренные из фильмов модели поведения, навязанные мечты, убеждения, заразительные дурные привычки и при-



меры, повсеместные логотипы рекламных брендов. Всё это налипает, как снежный ком. Однако большинство и не думает избавляться от этого мусора! И ходят по Земле неосознанные горемыки с головы до ног в пёстрых наклейках, словно чудо в перьях, и не понимают, как крепко они влипли. А все их приставучие «пассажиры» следуют за ними по пятам. Тяжело несчастному человеку влачить этот балласт. Как легко упасть с ним вниз на самое дно!

Мой друг, в оголтелой суете жизни остановись на минуту, осмотри себя критическим взглядом. В этом грязном информационном мире нужно внимательно следить, куда ступаешь. Может быть, и на тебе есть то, что пора давным-давно отлепить от себя и выбросить подальше?

Тоха Ха

<https://vk.com/whatisgood2>

# Ярмарка

На правах рекламы

**Условия размещения объявлений в ЯРМАРКЕ:**  
для тех, кто подписан на газету,  
публикация в течение подписного периода бесплатная —  
в редакцию (эл. адрес: [yarmarka@zeninasvet.ru](mailto:yarmarka@zeninasvet.ru)) необходимо  
заранее прислать копию квитанции о подписке.  
Для остальных — 300 рублей 1 публикация.  
Реквизиты для оплаты  
(обязательно сообщите дату, время и сумму оплаты):  
Карта Сбербанка № 4276 1340 0961 2967  
или кошелек Яндекс-деньги № 41001273246348.  
По всем вопросам обращаться по тел. (4862) 78-08-62.

## Товары и изделия

**НАТУРАЛЬНЫЙ БЕЗ-СПИРТОВОЙ АНТИСЕПТИК И САНИТАЙЗЕР** для детей, увлажняющее и противовоспалительное средство для кожи, дёсен и волос — растительные паровые экстракты (гидролаты) из поселения Родовых поместий Любимовка (Тверская область) в стеклянных флаконах 50 и 100 мл, с распылителем. Производим из свежих местных растений по классической технологии, на медном аламбике. Цена 300 руб./50 мл; 500 руб./100 мл.

• Мыло натуральное (с нуля) из растительных масел, без ароматизаторов. Молочное, шёлковое, шампуневое, дегтярное, тактильное (скраб). Цена 450 руб./100 г.  
Пишите в WhatsApp 8-996-134-8051 (Екатерина). По промокоду «РОДОВАЯ ЗЕМЛЯ» — скидка 20%. Пишите, всё расскажем, проконсультируем, заходите в наш магазин «Люби настоящее!» ВК — [vk.com/lubisoap](https://vk.com/lubisoap)

**НАСТОЯЩИЕ ОРГАНИЧЕСКИЕ ГИДРОЛАТЫ** из поселения Родовых поместий Любимовка (Тверская область) в стеклянных флаконах 50 мл, с распылителем. Отличное увлажняющее, тонизирующее, противовоспалительное средство для кожи, волос и полости рта. Производим из свежих местных растений, которые собираем сами на территории поселения. В наличии:

• **гидролат почеч тополя** — насыщенный бальзамический аромат, идеально для дёсен и сухой кожи, по свойствам как пчелиный прополис, не вызывает аллергии;  
• **гидролат берёзовых почек** — мягкий и нежный, противоаллергический (для приёма внутрь), для кожи век, мягкий антисептик для самых маленьких;

• **гидролат ели** — лучшее средство для здоровья волос, для блеска и упругости;

• а также другие, можем подобрать смесь под ваш запрос.  
Цена 300 руб.

Пишите в Ватс-Апп 8-996-134-8051 (Екатерина), всё расскажем, проконсультируем. Заходите в наш магазин «Люби настоящее»: ВК — [vk.com/lubisoap](https://vk.com/lubisoap).

**ПРОДАЁМ ХОРОШИЙ МЁД** — 190 руб./кг; подсолнечное масло — 280 руб./литр; сухофрукты, орех грецкий — 190 руб./кг, чищенный — 470 руб./кг; варенье, грибы.

Тел. 8-928-9594-995 — Александр. Поселение Росток, Ростовская область.

**ЦВЕТОЧНО-ПОДСОЛНЕЧНЫЙ МЁД** из Родового по-

местья Кедр Пензенской области. Мёд светлый, однородный, пластичный, очень вкусный (добавление от редакции).

Цена 3 л — 600 руб.  
Высылаем почтой. Постоянным покупателям всегда скидки.  
Тел.: 8-908-529-7402 — Анна; 8-908-529-7501 — Александр.

**НАТУРАЛЬНЫЕ МАСЛЯНО-ВОСКОВЫЕ СОСТАВЫ** для защиты древесины от влаги, плесени и УФ-лучей.

ИП Сальков А. В., Респ. Хакасия, ПРП Родники.  
[Salkov@mail.ru](mailto:Salkov@mail.ru).  
Тел. 8-983-152-8490, Артём.

Друзья, предлагаем вкусный, полезный, качественный **ИВАН-ЧАЙ СЕМЬИ АЛЕКСАНДРОВЫХ** — 1000 руб./1 кг, 100 руб./100 г.

Иван-чай **витаминовый** с ягодами рябины и листьями смородины — 120 руб./100 г, 1200 руб./кг. Иван-чай **с цветами** — 150 руб./100 г, 1500 руб./кг. Упаковка — крафт-пакеты.

Также в наличии **весь ассортимент фирмы «Яндар»:** пакетированный иван-чай, упаковка 40 г, 20 пакетиков (с душицей, липовым цветом, листом смородины, мелиссой, мятой, таволгой, чабрецом) — по 100 руб. каждого вида; земляничный — 130 руб., в пирамидках — 140 руб.

**Упакованный иван-чай** (фольга, картонная коробка, красивая этикетка) — 150 руб./100 г.

**Старинный русский** — 150 руб., с корнем девясила, боярышником, черёмухой — по 200 руб. каждого вида; с листом смородины, липовым цветом, берёзовыми почками, таволгой, чабрецом, мятой, мелиссой — по 160 руб. каждого вида; с черникой — 300 руб.

Можете заказать в группе в ВКонтате <https://vk.com/alexandrovtea>, а также по тел.: 8-912-982-9839, 8-919-482-1034; эл. почта [polina-uchta@mail.ru](mailto:polina-uchta@mail.ru).

Денис и Полина Александровы.

**МАСЛО КЕДРОВОЕ** из Бурятии, отжим на деревянном прессе;

**ЖМЫХ** кедрового ореха;  
**ЖИВИЦА** кедрового сибирского: 10% на рыжиковом масле, 110 мл — 200 руб., 10% на кедровом масле, 100 мл — 450 руб.;

**МАЗЬ ЖИВИЧНАЯ** на рыжиковом масле,

**МАЗЬ ЖИВИЧНАЯ** с вытяжкой саган-дали и чабреца;

**МАЗЬ ЖИВИЧНО-ПРОПОЛИСНАЯ** на облепиховом масле, 30 г — 150 руб.

**МАЗЬ КЕДРОВО-ПИХТОВАЯ.**

**МАЗЬ СУСТАВНАЯ** с багульником болотным.  
**ЖИВИЦА-СМОЛА**, 900 руб./кг.

**ИВАН-ЧАЙ** ферментированный: листовой, гранулированный.  
**САЖЕНЦЫ кедрового стланика**, 4–7 лет, 100 руб./шт.; **кедрового стланика**, 220 руб./шт. Саженцы с хорошим комом, заказ от 10 шт., отправка ТК.

**САГАН-ДАЙЛЯ**, 400 руб./100 г, 3000 руб./кг.

Отправляю по предоплате на карту СБ или с наложенным платежом. Заказы по СМС или на почту: тел. 8-902-563-2564 (ТЕЛЕ2), эл. почта: [tsupran76@mail.ru](mailto:tsupran76@mail.ru).

Сделать заказ и посмотреть продукцию: [eco-trapeza.ru](https://eco-trapeza.ru).

Респ. Бурятия, Наталья Цурпан, поместье Байкалия.

## Участки, дома

**ПРОДАЕТСЯ ПОМЕЩЬЕ** 2 га в ПРП Родники, в Хакасии, в 150 км от Абакана, в 5 км от районного центра, рядом с деревней Нижний Ирек.

В деревне есть начальная школа, магазин, ФАП, хорошие дороги, земля чернозём. Дом 6х8 м, тёплый, из арболитовых блоков. Снаружи оштукатурен, внутри 100% отделка, печное отопление, меблирован.

Рядом с домом рабочая скважина, подвал, электроснабжение. Живая изгородь в 4–5 рядов из деревьев и кустарников.

Дом и земля оформлены в собственности. Продаётся в связи с отъездом.

Цена 1,5 млн. рублей. Торг уместен.

Звонить Татьяне по тел.: 8-913-592-8351, 8-950-964-4226.

В Солнечной Хакасии **ПРОДАЮТСЯ ДВЕ УСАДЬБЫ** в деревне Верхний Курлугаш. Кругом лес, от райцентра — 12 км. Ходит школьный автобус.

**Первая усадьба:** дом 6х9 м, недострой, сруб с крышей, электричество, скважина, 1 га земли.  
Тел. 8-983-256-3519.

**Вторая усадьба:** жилая времянка-баня, дом-сруб 6х6 м с крышей, недострой, электричество, 40 соток земли.  
Тел. 8-913-193-7330.

**ПРОДАЁТСЯ ДОМ С УДОБСТВАМИ**, садом, огородом. 50 соток уже есть и 50 можно дооформить. Поселение Росток, Ростовская обл., Белокалитвенский район, хутор Дубовой, ул. Абашина, д. 16.

Цена 700 тыс. руб., второй дом — 300 тыс. руб.

Тел. 8-928-959-4995, Александр Донцов.

**ПРОДАМ ТРЁХКОМНАТНУЮ КВАРТИРУ** в доме на двух хозяев от собственника в тихом небольшом сибирском селе Малиновка. В 200 км от Красноярск и в 20 км от районного центра — села Агинское. Ходят автобусы и такси, многие ездят просто на попутках.

Место очень живописное, вокруг тайга богата ягодами, грибами, кедровым орехом, лечебными травами и чаями. Отличный вариант для пчеловодов и охотников.

Рядом есть родник и небольшая речка.

Участок 40 соток с чёрной пышной плодородной землёй (также можно добавить ещё земли не один гектар).

Квартира после ремонта, побелены стены, переложена печь, переварено отопление (автономное водяное), заменена проводка, из глобального остались только окна и небольшие доделки.

Есть баня, но до неё ремонт не добрался. Гараж, три стайки, дровник с дровами, два погреба. Всё просто, но жить можно.

Вода в колонке через дорогу, можно также провести воду в дом.

Напротив живёт председатель. Соседи за стеной тихие и спокойные, взрослые. В самой деревне около 80 жилых домов.

В деревне есть начальная школа, библиотека, Дом культуры, магазин, ФАП.

Можно работать там, многие живут тайгой, держат хозяйство или работают вахтовым методом.

Все подробности по тел. 8-902-963-2416.

**ПРОДАЮ ДОМ (УСАДЬБУ)** в ПРП Росток Ростовской области. Дом находится на хуторе Дубовом, в 1 км от ПРП Росток.

Светлый, просторный дом, площадь 53,5 м<sup>2</sup>, площадь участка 27 соток.

Вода в доме — от колодца, подаётся насосной станцией, горячая вода идёт из бойлера; есть душевая кабина. Отопление печное.

Во дворе ещё есть небольшой уютный домик из двух комнат, кухни и душа. Отопление электрическое, при сильных морозах — печное.

Есть погреб, сарай, гараж со смотровой ямой. В саду фруктовые деревья: яблони, груши, сливы, абрикосы, смородина. Хутор и поселение огибает небольшая живописная река.

Цена 870 тыс. руб.  
т. 8-928-170-8127, Наталья. Звонить и писать лучше в Ватсап.

**СДАМ ЖИЛЬЁ** за просмотр или **ПРОДАМ**.

Поселение Росток, Ростовская область. Тел. 8-928-959-4995, Александр Донцов.

**ПРОДАМ, ОБМЕНЯЮ ТРЁХКОМНАТНУЮ КВАРТИРУ** (в двухквартирном доме) в сибирском селе Малиновка, в живописном месте рядом с тайгой. Дом (квартира) с участком 24 сотки и отдельным участком около 3 га.

В Малиновке есть начальная школа, клуб, библиотека, ФАП, магазин. В деревне около 70 домов; находится в 20 км от райцентра, в 200 км от Красноярск.

В квартире автономное печное отопление (котёл, батареи); кухня, душевая комната, совмещённая с санузлом; горячая и холодная вода. Жилая площадь — 85 м<sup>2</sup>, встроенная мансарда на крыше — 21 м<sup>2</sup>. Есть гараж, утеплённое зимовье, банька, теплица.

Рядом бьёт родник, протекает небольшая горная речушка.

В 500 м от дома, возле леса, есть участки около 3 га. Один гектар земли уже огорожен, вдоль него проходит ЛЭП, на нём стоит строительный вагончик, построен сеник — загон для животных. Под участком есть ключ и протекает небольшая речушка. Окружён участок полями с разнотравьем, подтаёжным лесом (15–30 км добыча кедрового ореха). Место богато таёжной и полевой ягодой, грибами и др. дикоросами. Подходит для создания РП, отдыха, пчеловодства, охоты, рыбалки, ЛПХ.

Возможен равноценный обмен.

Тел. 8-902-967-2964, Альбина.

**ПОД РОДОВОЕ ПОМЕЩЬЕ ПРЕДЛАГАЮ СЕМЬЕ 4 ГА** с/х земли в собственности на Смоленщине, в Демидовском районе, у деревни Андреево.

Цена 300 тыс. руб., оформленные 20 тыс. руб. (с 28.02.22)

Создаём поселение Родовых поместий, у каждого 4 га. Создаём среду обитания, альтернативную городской. Закладываем лесосад на участках. Имеем для этого питомник редких растений деревьев из Красной книги, выращиваем саженцы. Есть общественная пасека. Выращиваем чистые продукты, овощи в открытом грунте, кормим семьи. Есть гостевой дом; здание фермы, с/х техника б/у.

Стоимость жилого дома из бревна площадью 70 м<sup>2</sup> (аналог трёхкомнатной квартиры) — от 790 тыс. руб. в рассрочку.

Совместно заработаем на жизнь без наёмного труда на саженцах, туризме, с/х продукции, удалённо и на многом другом вместе.

Ищем единомышленников.

Контакты: тел. (вацап) 8-929-9270255 — Олег (<https://vk.com/o.v.egorenkov>); <https://vk.com/rodovayazemlya> — ПРП «Родная земля»; [infovalentin@gmail.com](mailto:infovalentin@gmail.com)

**ПРОДАМ УЧАСТОК 1,25 ГА** в Самарской Луке, около деревни Севрюкаево, в поселении Родовых поместий Родолад.

Есть летний домик, двухэтажный сруб 6х5 м. На первом этаже — баня и кухня. На втором — спальня. Рядом пристройка — сарай. Растут земляника, клубника. Посажен сад — вишни, яблони, сливы, абрикосы, орехи (плодоносят немножко).

Проведена вода из Волги. В этом году планируется провести электричество. Свет от солнечной батареи. Участок на берегу Волги, спуск близко, можно купаться.

Продаю в связи с переездом в другую область, буду жить рядом с родственниками.

Цена 300 тыс. руб.  
Тел. 8-964-484-4777, Екатери-на.

**ПРОДАЮ УСАДЬБУ.** Общая площадь участка 1 га, в собственности. Подтаёжная зона.

Имеется: жилой дом 2-эт., общ. пл. 112,2 м<sup>2</sup>; жилая времянка с баней, комнатой отдыха (14 м<sup>2</sup>), большой верандой.

Посадки: лес, сосны, берёзы, кедр, ёлки, липы, калина, рябина, другие кустарники, яблони, жимолость, смородина, малина — всё плодоносит.

Огород 10 соток, две теплицы, хозяйственные постройки, личная скважина, электричество. Рядом горная река Таштып.

Вокруг много грибов, ягод. Есть места для охоты и рыбалки, туристические места для отдыха.

Усадьба находится в живописном месте: Республика Хакасия, Таштыпский район, Нижний Ирек, поселение Родники, в 150 км от г. Абакана.

Мой тел. и WhatsApp: 8-950-302-9688. Доп. тел. 8-983-257-1008.

**ПРОДАЮ УЧАСТОК** 2 га в ПРП Радосвет. Жилая баня 6х6 м, к ней примыкает хозблок 2х6 м. Есть скважина (вода питьевая), дебет 2–3 куба в час. В этом году будет стационарное электричество. Есть магистральная разводка воды по участку.

Посажены фишашки и несколько фруктовых деревьев. До Чёрного моря — 35 км, до Азовского — 40 км.

Цена 5,8 млн. руб.

Тел. 8-912-781-3317, Ольга.

**ПРОДАЁМ ПОМЕЩЬЕ** 1 га в селе Кучугуры Воронежской области (60 км от Воронежа). В посёлке много молодых семей и де-



тей. Есть дом творчества, где проходят занятия с детьми и коллективные мероприятия.

На участке сад: яблони, груши, сливы, вишня, черешня, малина, чёрная смородина; земляника и целебные травы. Есть лес: сосны, берёзы, ели и кедр. С двух сторон участка река Девица. Недалеко есть родник и купель.

В 10 км — райцентр Нижнедевицк со всей инфраструктурой и магазинами. Есть садик, школа, гимназия, музыкальная школа и большой спорткомплекс, также небольшая школа при посёлке, куда детей возит автобус. Дорога с твёрдым покрытием до границ участка.

Дом 62 м<sup>2</sup>: гостиная-столовая, зал и две спальни; санузел с туалетом и ванной; новый бойлер; деревянный стеклопакет. Снаружи отделан сайдингом. Есть тепличка, примыкающая к дому. В доме необходим косметический ремонт. Отопление водяное печное. Рядом с участком проведён газ.

Цена 1,65 млн. руб. Торг при осмотре. Документы оформлены.

Телефон, ватсапп: 8-920-420-84-56, Оксана.

**ПРОДАЁТСЯ УСАДЬБА 50** соток в живописном экологически чистом месте.

Большое подворье, много хозяйственных, есть сад. Рядом пруд, родники, лесные насаждения с грибами и ягодами.

В доме (45 м<sup>2</sup>) есть вода, ванная, туалет, газовое отопление. Дом стоит на окраине деревни, вокруг участка можно брать дополнительно землю.

Трёхфазное подключение; асфальт подведён прямо к дому.

Цена 850 тыс. руб.  
Адрес: Белгородская обл. Новооскольский район, село Барсук.  
Тел. 8-918-445-5710, Елена.

**ПРОДАЁТСЯ КРАСИВЫЙ УЧАСТОК** 90 соток с выходом к ручью, интересный ландшафт, есть ровные поляны для строительства дома.

На участке посажены вишня, груша, кедры, берёзовая аллея вдоль дороги. На островке с выходом к ручью стоят два улья. Проведено электричество, есть дорога (чистится круглый год).

Прекрасное место для создания Родового поместья.

Адрес: Новосибирская обл., Мошковский район, ДТСН Долина Именей, улица Лесная поляна.  
Evstegneeva\_katy@mail.ru.

**ПРОДАЁТСЯ ПОМЕСТЬЕ 3,1 ГА** (потому что вышла в поселении замуж, решено жить в поместье мужа) в поселении Родники Курганской области. В нашем поселении около 100 участков.

Земля находится в собственности. В поместье высажены сотни растений. Имеются:

Подземный домик «листья нора» 3,9х2,7 м, использовался круглогодично. Печь отопительно-варочная системы Кузнецова;

Надземный гостевой домик 3,5х2,5 м. Использовался эпизодически, иногда зимой. Печь отопительно-варочная системы Кузнецова; сарай, колодец;

Электричество 220 и 380 В.  
Поселение большей частью окружено речкой Юргамыш. Озеро Луданное в 5 мин. ходьбы.

До ближайшей деревушки (половину её жителей составляют поселенцы и их родственники) — 1,5

км. До деревни с почтой и школой — 5 км. До райцентра — 12 км.

Цена 700 тыс. руб., возможна рассрочка. Можем выслать фото, видео и аудио нашего поселения.

Пишите: zzz65@list.ru.  
Звоните: 8-906-883-2104 (Билайн), Надя и Саша.

**ПРОДАЮ УСАДЬБУ** в живописном месте Республики Хакасия, Таштыпском районе, с. Нижний Ирек, поселении Родники, в 150 км от Абакана.

Земельный участок общей площадью 1 га. Подтаёжная зона. Вид права — собственность.

На участке имеются жилой двухэтажный дом площадью 112,2 м<sup>2</sup>, жилая времянка, в которую входит баня, комната отдыха 14 м<sup>2</sup>, большая веранда. Вокруг лес, сосны, берёзы, кедры, ёлки, липы, калина, рябина, другие кустарники, яблоня, жимолость, смородина, малина, всё плодоносит. Разработан огород 10 соток, есть две теплицы, хозяйственные постройки, погреб, личная скважина воды, электричество. Рядом горная река Таштып. В лесу много грибов, ягод. Есть места для отдыха, охоты и рыбалки.

Тел.: 8-950-302-9688 (Whats App), доп. тел. 8-983-257-1008.

**СДАДИМ НА ДЛИТЕЛЬНЫЙ СРОК** небольшой дом; две комнаты, кухня, имеются газ, вода, свет, гараж, хозяйственные; огород более 15 соток, плодовые деревья, виноград. Можно завести подсобное хозяйство, коз, кур, водоплавающую птицу.

Условие: приглядывать за домом, ежемесячно своевременно платить коммунальные услуги за своё проживание (коммуналка незначительная, по муниципальным сельским тарифам). Данное предложение для русскоязычной семьи, проживать самостоятельно (хозяйева живут в другом регионе).

В посёлке имеется вся инфраструктура, а также ж/д станция, элеватор, фермерские хозяйства. Адрес: Ставропольский край, Изобильненский район, пос. Передовой.  
Тел. 8-900-252-5070.

**ПРОДАЮ УЧАСТОК** земли 6 га под Родовое поместье в 3 км от села Гайворон Спасского района Приморского края. Земля в собственности (чернозём).

Дочь с внуком на 1,5 га уже делали посадки. Так случилось, что в селе Гайворон, где жили мои дети, сгорел дом, дочь моя погибла, внук пострадал.

В селе есть магазин, школа (девятилетка). Из г. Спасска ходит автобус три раза в день, расстояние — 17 км. От участка до трассы примерно 1,5 км, до реки — 500 м. Стоимость — 200 тыс. рублей.  
Тел. дом. (842372)6-91-71; моб. 8-908-979-9714.

**ПРОДАЮТСЯ УЧАСТКИ** земли с/х назначения по 40, 60, 112 га в Калужской области Мосальского района. Стоимость 1 га — 10 тыс. руб. Хорошие дороги. Деревня газифицирована. Рядом протекает река, есть пруд. От Москвы — 226 км, от Калуги — 99 км.  
Тел. 8-926-765-63-76. Эл. адрес allat30@mail.ru.

**ПРОДАЁТСЯ УЧАСТОК 1,45 ГА** с домом в центре РП Бла-

годать Ярославской области. Дом двухэтажный, кирпичный, обшит внутри кедром, три печи, погребом и баней внутри.

Посадки. Электричество. Летний домик, колодец, дровница, навес на въезде.

Документы оформлены.  
Цена 3,3 млн. руб.  
Тел. 8-915-388-2802, Владимир.

**ПРОДАЮТСЯ ДВА УЧАСТКА** в Республике Хакасия, в поселении Родники, каждый по 1 га. Один участок огорожен.  
Тел. 8-906-981-5946 — Наталья Сучкова.

## Разное

**ПРИГЛАШАЕМ НЯНЮ-ПОМОЩНИЦУ** по хозяйству с проживанием в семью. Круг обязанностей и степень вашей занятости зависит от ваших возможностей и предпочтений. Приветствуется желание помогать по кухне и помощь в воспитании девочки 12 лет, требующей особого внимания. Работа подойдет для любого возраста, возможна для лиц с ОВЗ. Оплата от 10 до 30 тыс. руб. в зависимости от вашей занятости. Питание и проживание за наш счёт. Помощь в проезде к нам — обсуждается.

Мы проживаем в маленькой деревне Вологодской области, на берегу красивого озера. Вокруг прекрасная природа, лес, грибы, ягоды. Приглашаем на срок от одного месяца до постоянного проживания. Whatsapp: 8-962-904-6042, мобильной связи в деревне нет.

## Семена и саженцы

**ПРОДАМ СЕМЕНА ОТ БАБУШЕК** старинные: калега (брюква), огурцы, помидоры.  
Количество ограничено.  
427284, Удмуртская Республика, Селтинский район, с. Халды, ул. Школьная, д. 18. Тел. 8-904-830-5715. Тюлькина Лидия Павловна.

**ИЩУ КОРНЕВИЩА АИРА И СЕМЕНА МНОГОЛЕТНЕЙ РЖИ.**  
Тел. 8-904-830-5715.  
Тюлькина Лидия Павловна.

**ВЫШЛЮ СЕМЕНА ЛОФАНТА АНИСОВОГО** в вашем конверте. Эта трава — многолетник, медонос, вкусный, ароматный, оздоравливающий чай.  
Выращиваю лобант уже 62 года и постоянно пью из него чай, поэтому здоров, а мне уже 84 года.  
Тел. 8-962-755-3349, после 19:00 (мск). Адрес: 414057, г. Астрахань, ул. Звёздная, д. 25, кв. 22. Прошакову Юрию Игнатьевичу.

Предлагаем **СЕМЕНА ЧЁРНОГО ОРЕХА**, собранные в экологически чистом месте. Растёт достаточно быстро, морозостоек и засухоустойчив.

Все части растения обладают целебными свойствами, используются для профилактики и лечения многих болезней, укрепления иммунитета и очищения организма. Ценная древесина.  
1 орех — 20 руб.  
Тел. 8-920-215-3052 — Михаил. sotvorenje.ra@gmail.com.

## Издательство Светланы Зениной

www.zeninasvet.ru

«Мягкие домашние водные роды. 20-летний опыт многодетной мамы. Практические рекомендации, Макарова О. 216 с., илл. — 380 руб.

«Озеро света». Сборник стихов. Королева С. 136 с., илл., — 350 руб.

«Саманный дом и другие постройки из глины своими руками. Древние методы строительства, доступные каждому. Экономично и экологично». Макарова О. 144 с., илл. — 280 руб.

«Живые Души из дольменов». Шершуква Т. 104 с., илл. — 200 руб.

«Орлиного цвета крылья». Кретьева Е., 240 с. — 220 руб.

«Русские дети». Виктор Медиков., 256 с., ил. — 170 руб.

«Как позвать Любовь и создать семью» (опыт брачных слёзов). Донцов А., 168 с. — 170 руб.

«Счастливая земля» (Пособие по оформлению земли). Петров В. 336 с., илл. — 200 руб.

«Полезные рецепты, вкусные истории. Зима». Мицкевич О. 192 с. — 480 руб.

«Здравушкины рецепты. Сладости для радости». Мицкевич О. 112 с., илл. — 220 руб.

«Материнство — путь к себе» (опыт материнства). Мыльников А. 100 с., илл. — 300 руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Травы» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 240 с., илл. — 320 руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Путь к здоровью» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 272 с., илл. — 320 руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Живая кулинария. ч. 1» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 176 с., илл. — 320 руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Живая кулинария. ч. 2» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н., 160 с., илл. — 320 руб.

«Планетарный миф» (история дохристианства). Виольева Л., Логинов Д. 96 с. — 130 руб.

«Тайны, поведанные волком» (откровения старца). Радостная Г. 96 с. — 100 руб.

Серия «Общение с мудрецами дольменов». Купцова Л.:  
• «Общение с мудрецами дольменов. Село Пшава. Геленджикский район Краснодарского края. Часть 1». 160 с., илл. — 500 руб.

• «Общение с мудрецами дольменов. Село Пшава. Геленджикский район Краснодарского края. Часть 2». 136 с., илл. — 500 руб.

• «Общение с мудрецами

дольменов. Долина реки Жане. Поселок Возрождение. Геленджикский район Краснодарского края». 144 с., илл. — 500 руб.

• «Общение с мудрецами дольменов». «Дольмены и места силы Катковой Щели. Часть 2». 144 с., илл. — 500 руб.

• «Село Возрождение и окрестности. Город Геленджик Краснодарского края». 144 с., илл. — 500 руб.

• «Геленджикский район, крестьянско-фермерское хозяйство Бамбакова». 1-е изд., 88 с., ил. — 230 руб.

«КРУГОЛЕТ». Художественно-публицистический журнал. 136 с. № 1 и № 2 — по 150 руб.

«Вестник Славянской Всемирной Академии» (сборник статей). Коллектив авторов. 112 с., илл., № 1, № 2, № 3 — по 230 руб.

«Предисловие к мечте» (рассказ). В. Хомичевская. 184 с. — 90 руб.

«Возвращение Домой». Булычёв В. 96 с., илл. — 100 руб.

Журнал «Школа волшебства», № 1 — 150 руб.; № 4, «Сказы Гамаюн» — 150 руб.

«Падали звёздные росы» (повесть). Шаламова Л. 288 с., илл. — 200 руб.

«Тропинка. Рассказы». Максеев Н. 96 с. — 60 руб.

«Зарянка». Пьерков А. А. 32 с., илл. — 150 руб.

«Во имя Рода» (сборник стихов и сказок). Пьерков А. 56 с., цв. илл. — 200 руб.

«Севкины героизма. Побывальщины для детей». Пьерков А. 80 с., цв. илл. — 250 руб.

Лекаторчук-Смышляева И. (автобиографическая повесть) «Уроки Любви. Часть 1. Грани Кристалла». — 175 руб.

«Часть 2. Творение судьбы». — 175 руб.  
«Часть 3. Обретение целостности». — 175 руб.

«Корабль Асов» (художественно-биографическая книга). Жуковец М. 200 с. — 150 руб.

«Светлый образ Синегорья и Живая Экономика Землян» (экономическая модель). Барков А. 64 с. — 50 руб.

«Национальная идея». Медиков В. 294 с. — 100 руб.

Цена — без стоимости доставки.

Для заказа используйте: **КРУГЛОСУТОЧНЫЙ АВТОУВЕТЧИК: 8-960-650-9990**

— форма заказа в интернет-магазине издательства [www.zeninasvet.ru](http://www.zeninasvet.ru);

— письмо на адрес редакции с указанием названия, количества экземпляров, адреса, контактного телефона;

— факс (4862) 75-27-46;

— (4862) 41-34-22 (автоответчик);

— e-mail: [zakaz@zeninasvet.ru](mailto:zakaz@zeninasvet.ru)

Заказы отправляются почтой по предоплате или с наложенным платежом.

На правах рекламы

## Выписать газету «РОДОВАЯ ЗЕМЛЯ»

можно с любого месяца в любом отделении почтовой связи РФ, в том числе и в КРЫМУ.

## Подписной индекс ПР602

в каталоге «Почта России», а также через Интернет — <https://www.pochta.ru>.

Подписка на электронную версию — <http://pressa.ru/izdanie/39083>

Учредитель и издатель — Светлана Васильевна Зенина

И. о. главного редактора — Д. Ю. Зенин

Юридический и почтовый адрес издателя и редакции:

302001, г. Орёл, ул. Черкасская, 36–168.

Тел./факс: (4862) 75-27-46, 41-34-22, 78-08-62.

Эл. адрес: [book@zeninasvet.ru](mailto:book@zeninasvet.ru),

[rod-zem@zeninasvet.ru](mailto:rod-zem@zeninasvet.ru) — материалы для публикации, письма,

[ya marka@zeninasvet.ru](mailto:ya marka@zeninasvet.ru) — объявления в рубрику «Ярмарка».

Сайт: [zeninasvet.ru/rodzem](http://zeninasvet.ru/rodzem), [http://vk.com/rodovaya\\_zemlya](http://vk.com/rodovaya_zemlya)

Рукописи не возвращаются и не рецензируются. При перепечатке материалов ссылка на газету обязательна.

Редакция может не разделять мнение авторов. Редакция сохраняет за собой право редактирования материалов, поступающих в газету.

Редакция вправе публиковать любые присланные в свой адрес произведения, письма и обращения читателей.

Факт пересылки означает согласие их автора на использование произведения в любой форме и любым способом, если иное не оговорено. За содержание материалов рекламного характера редакция ответственности не несёт.

Газета зарегистрирована в Федеральной службе по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охраны культурного наследия.

Свидетельство о регистрации СМИ ПИ №ФС77-22608. ISSN 1999-2726. © «Родовая Земля», 2023.

В газете приставка **без-** (вместо **бес-**) используется сознательно — как изначально верная по смыслу.

Подписной индекс: ПР602 по электронному каталогу «Почта России»

и на сайте <https://www.pochta.ru>.



Отпечатано в ЗАО «Полиграф-Сервис».

241020, г. Брянск, пр-д Московский, д. 15-а.

Объём: 8 п. л. Заказ № 715.

Подписано в печать 04.08.2023 г.

По графику — 18.00,

фактически — 18.00.

Выход в свет 05.08.2023 г.

Тираж 2000 экз.

Цена свободная.

# Праздник урожая «Таусень»

24 сентября 2023 г.  
ПРП Сказочный Край  
Краснодарский край,  
Северский район,  
в 2 км от  
ст. Григорьевской

## Приглашаем званых гостей на осенний праздник Урожая

Собрались вместе организаторы из трёх поселений Краснодарского края — Сказочный край, Живой Дом и Здоровое, чтобы делать общее доброе дело!

Очень уж нам хочется с вами разделить торжество самого мероприятия Осеннего равноденствия да и показать жизнь свою деревенскую на земле, настоящую, радостную, дружную и перспективную!

Да, не только в городах можно жить активно, но и в поселениях Родовых поместий поводов для счастья предостаточно.

А кто-то поговаривает, что именно тут дышится легче и живётся с большим удовольствием!

На празднике урожая «Таусень» в Сказочном Крае будет:

- широкая народная ярмарка от производителей из поселений;
- выступления самобытных коллективов — живой звук;
- Круг ремёсел;
- интерактивная сказка с участием всех гостей;
- хороводы;
- фолк-дискотека;

• практика «Круг Волшебства».

А ведущие — всем хорошо знакомые настоящие герои из сказок! Гостей ждёт не просто ярмарка, а широчайшая, праздничная фест-ярмарка, где вы сможете отведать ВСЁ, что произрастает и производится в поселениях Краснодарского края! Мы растим без химии, выбирая ЗОЖ во всех направлениях деятельности.



Продукты будут от домашних сыров и яиц до овощей, ягод и продукции готовой, на базе наших же производств: домашний уксус, огромный выбор сладостей, травяные сборы и много всего другого. А также одежда, украшения, предметы интерьера и т.д.

Помимо этого гостей ждёт сказочная программа от артистов нашего театра. Интерактивная сказка с участием всех от мала до велика, весёлые кадрили и т.п.

Оплатить организационный взнос (билет) можно тут: [https://vk.com/market-119402156?w=product-119402156\\_8190090](https://vk.com/market-119402156?w=product-119402156_8190090).

**Оргвзнос для семейной пары** (двое взрослых) — 1300 руб. Многодетные семьи получают скидку на оплату орг.взноса «Детский» — 100%, начиная с третьего ребёнка, то есть принимается оплата за двоих детей, все остальные, с третьего — без оплаты.

**Оргвзнос «Детский»** (на одного ребёнка от 3 до 16 лет) — 250 руб.

**Оргвзнос «Взрослый»** (на одного человека) — 750 руб.

Мы в соцсетях:  
<https://t.me/+VNxj2X4PBM45M2Qy>  
<https://vk.com/skazkraj>



## «Добрая Земля» приглашает к сотрудничеству

«Добрая Земля» (Владимирская область, Судогодский район, близ д. Студенцово) приглашает к сотрудничеству учителей начальных классов, а также педагогов различных научных дисциплин для совместного развития образовательной среды в сельской местности!

«Добрая Земля» (<https://dobrayazemlya.ru>) — культурный и образовательный центр, расположенный в среде экопоселений и деревень Высочерчья во Владимирской области. Основная цель проекта — развитие сельских территорий.

На «Доброй Земле» живёт и развивается семейный образовательный центр, созданный силами сельских жителей для образовательных и воспитательных целей. Это комплекс дошкольного, школьного, а также дополнительного образования для детей и взрослых.

В деятельности центра мы опираемся на гуманно-личностный подход в педагогике. Его основатель Александрович Амонашвили Шалва — грузинский и российский педагог и психолог.

Шалва Александрович — первый учитель-новатор, провозгласивший педагогику сотрудничества, его педагогика не ломает ребёнка, а принимает полностью. Шалва Амонашвили придержива-

ется следующих принципов при работе с детьми:

- любить и верить в безграничные возможности ребёнка;
- обеспечивать ребёнку душевный комфорт и равновесие за счёт создания гуманной среды;
- проживать в ребёнке своё детство, то есть быть включённым в жизнь ребёнка и заслужить его доверие.

Отталкиваясь от этих принципов, учитель чувствует детей, а дети ему доверяют. Познавательный процесс становится более эффективным, потому что ученики уверены, что они всегда смогут по-

лучить ответ на свой вопрос. При этом сам ответ учителя глубоко затрагивает чувства детей, стимулирует их интерес к явлениям действительности. Это надёжный путь к многостороннему познанию и саморазвитию ребёнка.

Эта система воспитания и образования — педагогика целостной жизни детей и взрослых, где родители также выступают в качестве педагогов и играют важную роль в образовательном процессе. Только в содружестве учителя и родителя возможно гармоничное и эффективное развитие ребёнка.

Наша миссия — уйти от ав-

торитаризма в образовательном процессе в сторону гуманного подхода, обеспечить возможности для развития потенциала каждого ученика, привить ему любовь к знаниям через искренний интерес и уважение, создать человеческую, принимающую и вдохновляющую среду для воспитания целостной личности.

Наша цель — создать живую, развивающую среду совместными устремлениями родитель — ребёнок — учитель.

### Нам интересны:

- учителя начальных классов и педагоги средней школы, разде-

ляющие с нами гуманные принципы образования и воспитания;

• люди, видящие в ребёнке Человека, уважающие и принимающие его суть, способные бережно помогать раскрывать потенциал ребёнка;

• учителя, умеющие заинтересовать ребёнка и поддержать его собственную инициативу к познанию, дать возможность самостоятельного поиска ответов на свои вопросы;

• педагоги, постоянно ищущие новые способы и методики образования, готовые уходить от стандартных рамок школьной программы и творить новое и интересное.

### Мы интересны:

• педагогам, разделяющим с нами принципы гуманной педагогики;

• педагогам, мечтающим развиваться в свободном творческом коллективе новыми неизведанными путями, без ограничений стандартной образовательной системы;

• людям, мечтающим перебраться в сельскую местность или заниматься любимым делом в естественной природной среде.

Ждём вас с радостью!

Контакты: 8-930-220-3767 (Наталья), 8-925-033-7147 (Константин), 8-915-790-5205 (Екатерина).

<https://vk.com/dobrayazemlya>

