

Пятилетка
в Родовом
поместье 3

Твёрдый
путь
Междуречья 4

Радио
Родовых
поместий 5

Большие
урожаи по
«природке» 14

Зарисовки из
Серебрянных
рос 16

Истинное
познание
Бога 20

Радость —
от детей 24

Верной тропой идём

На стихи Анны Зарецкой силами жителей поселений Родовых поместий Краснодарского края Здравое, Сказочный край, Живой дом и Ведруссия создан видеоролик «Верной тропой...», который стал хорошим новогодним поздравлением. Благодаря дружной команде, собранным средствам и несколькими дням съёмки родился первый межпоселенческий клип! Снимал и монтировал видеоролик Андрей Руденко. Надеемся, что будет создаваться ещё много чудесных песен и душевных поселенческих видео!

Пусть все невзгоды останутся в прошлом! Мы сами творим наше настоящее и будущее. Давайте же своими мыслями и поступками будем создавать его прекрасным! Пусть в каждом доме живут любовь и богатство, пусть семьи крепнут и растут, пусть всюду звучит детский смех и царит нежность! Пусть каждый найдёт своё предназначение, дело по душе, приносящее радость и благополучие, возрождающее человечество и нашу любимую Землю! И мы обязательно придём к тому будущему, о котором мечтаем. Только очень важно — выбрать верную тропу!..

#поемВместеВпоместье

Год уходит, как гость дорогой,
Благодарны ему за уроки.
Перемены встречаем вновь на пороге,
Сохраняя душевный покой,
Мы живём только здесь и сейчас.
Тьма сгущается ближе к рассвету...
Значит, пламенем сердца согреем планету,
Чтобы Род земной не погас.

И год начиная новый,
Мы верной идём тропой.
Живёт человек здоровый
И дружит с Родной землёй.
И каждый день новый праздник,
И новых открытий миг,
И новое в жизни счастье
Принёс с собой снеговик.

Спеют яблоки в наших садах,
Подрастают деревья и дети,
Ходят в гости друг к другу соседи,
Все живут в уютных домах.
Воплощённая в жизни мечта
О единстве с Природой, с друзьями
По Руси доброй славится нами.
Родовым поместьям — ура!

* * *

Мы — радостные дети счастливых пап и мам,
Улыбки наши встретить можно тут и там.
Спортивные и смелые, танцуем и поём,
Под солнцем загорелые, весело живём.
Мы школу вместе строим, сажаем дивный лес
И в будущем откроем мир радостных чудес.
Ах, сколько на планете прекрасного всего!
Когда смеются дети, родится волшебство!



Смотреть видео

Использованы кадры из видеоролика



Как выбрать землю под Родовое поместье

Нашему поместью уже 22 года, поэтому можем давать советы новичкам в этом вопросе. Ещё у нас по всей стране много друзей, живущих в своих Родовых поместьях, и они своим опытом, конечно, делятся с нами. Вот и родилась статья из совокупности личного опыта и опыта многих наших друзей.

Итак, перво-наперво при выборе своей малой родины нужно понять, где вам лично комфортно по климатическим условиям. Вы любите сухой жаркий климат и готовы терпеть летом непомерную жару в 40°C, но зато быть близко к морю? Или вам по душе умеренный климат Центрального региона, где большая продолжительность лета относительно Москвы, например, и где растут южные районированные растения. Это примерно район Белгородской, Воронежской, Орловской и Курской областей.

А может, вам снится тайга с многоснежной зимой?

Определив для себя подходящий климат, все усилия по поиску направляем в соответствующий регион.

Далее нужно понять, к какой форме Родового поместья вы стремитесь. Вам хочется уединённой жизни в отдельном Родовом поместье на базе заброшенной деревни, или вы сторонник коллективного совместного проживания в форме поселения, состоящего из Родовых поместий, или иной какой-то коллективной формы?

Этот выбор ещё более сузит круг вашего поиска. Итак, допустим, вы уже определились. Посмотрели ряд заброшенных деревень, предварительно изучив их местоположение на карте. Или приехали в поселения в гостевые дни. Теперь самое время душой прочувствовать ваше место.

Знаете, бывает такое еле уловимое ощущение, что я тут как будто всегда был. Как-то необыкновенно уютно и тепло на душе. Вот это то самое, что вам нужно ощутить при выборе своего места. Не бойтесь экспериментировать. Смотрите много участков и сравнивайте ощущения. Ваше место даст вам знать. Причём, если у вас крепкая и дружная семья, эти ощущения накрывают всех одинаково, и вы не ошибётесь в своих чувствах.

Ну вот оно, место, душой проверенное. Их может быть несколько. Как же отдать предпочтение одному?



Теперь наступает время практического, холодного ума. Первое, на что нужно обратить внимание, — это наличие рядом природного водоёма. Водохранилище, озеро, река, пруд, даже маленький ручеёк обязательно нужен рядом. Это большая тема, о которой можно много говорить, но поверьте опыту людей-практиков, и вы тысячу раз скажете себе спасибо, что выбрали место рядом с природным водоёмом.

Сколько пустых огромных ям стоит в Родовых поместьях — не счесть! Сколько сил и средств потрачено впустую при организации искусственных водоёмов! Опыт печален. Поэтому пусть будет хоть маленький, но живой природный ручеёк. Вы его всегда сможете почистить, углубить и запрудить. Но природа пока мудрее нас, современных людей. У неё свои законы, о которых нужно хотя бы почитать, если не знаете.

Природный родник — вообще подарок судьбы, если он у вас есть поблизости.

Итак, место рядом с природным источником воды определено. Что дальше?

Дальше исследуем склон, если он есть. Самое лучшее расположение имеет участок с южным склоном, с водоёмом внизу.

Восточный и западный склоны тоже подойдут. Нежелателен выбор склона, строго ориентированного на север. Холодные росы, позднее таяние снега и тень не дадут растениям хорошо развиваться, и вы сами будете чувствовать недостаток солнышка.

Отдельно скажем о ветрах. В некоторых регионах они бывают



достаточно сильные и имеют ярко выраженную сезонность и направленность. Тут лучше побеседовать со старожилами этого места и всё подробно узнать по этой теме. Понимание, откуда дуют холодные ветра и какой силы, вам очень поможет в дальнейшем при планировании участка.

Теперь обращаем внимание на почву. Для этого приглядитесь, что растёт уже сейчас на участке. Наличие камыша, тростниковых видов растений, осоки и других подобных растений говорит о близком расположении грунтовых вод, если вообще не о заболоченности участка. Это важно и не всегда плохо. Например, на участке может быть скрытый от глаз родничок. Если вы его найдёте и облагородите, это не только убережёт излишнюю влагу на участке, но станет для вас настоящим подарком.

Чтобы ближе познакомиться с почвой, выкопайте ямку примерно 80 см глубиной с одним ровным вертикальным срезом. Вы увидите минимальные пласты почвы на вашем участке. Сверху чёрный слой земли укажет на толщину плодородного слоя. Что под ним: песок, глина, супесь, торф? Вы это всё увидите своими глазами. И это даст понимание того, какие виды растений будут хорошо чувствовать себя на вашем участке, а также станет понятно, как правильно выбрать способ организации фундамента и вообще строительства.

Конечно, огромное значение имеет вид разрешённого использования на ваш участок по документам. На этот счёт уже накоплен огромный опыт, положительный и отрицательный.

Вам нужно заказать выписку по видам разрешённого исполь-

зования земли в местной администрации, и тогда вы увидите, разрешено ли строительство на данном участке земли и какой максимальный размер участка предусмотрен правилами.

Если разрешено брать 50 соток под ИЖС, то рационально взять участки рядом по 50 соток на жену и мужа, тогда вы получите участок не менее 1 га под Родовое поместье.

Печальный опыт жителей Родовых поместий сводится к категориям земель СХ — сельскохозяйственного назначения, особенно СХ1. Поэтому тысячу раз подумайте и проконсультируйтесь со специалистами, прежде чем брать участок в этой категории земель. Закона о Родовых поместьях пока нет, и мы все очень надеемся, что он устранил все противоречия.

Немалое значение имеет природный ландшафт. Например, если участок оказался в узкой долине между красивых скал, вы должны понимать, что солнце будет появляться там утром довольно поздно и садиться очень рано вечером. Такая мелочь может очень серьёзно в дальнейшем сказаться на вашем образе жизни.

Огромное значение имеет глубина залегания грунтовых вод. Хорошо, если это 20 м, тогда можно вырыть обычный колодец даже своими силами. А если 100–150 м и вокруг ни одного природного водоёма? Сами понимаете: без воды никак не обойтись.

Ну и теперь, когда все параметры вас устраивают, самое время обратить внимание на социальный аспект: с какими людьми вам предстоит жить. Если вы попали в кришнаитскую деревушку, понятно, к чему это приведёт, или, на-

пример, в цыганское поселение.

Обязательно нужно поближе познакомиться с соседями, поговорить по душам, наладить контакт. Расспросить, как выглядят дороги в распутицу, своевременно ли зимой чистят снег. Близко ли находится школа или детсад, если вы в этом нуждаетесь. Наличие магазина, транспортной доступности и так далее.

Примерно то же самое и в поселениях. Там обычно очень остро стоит вопрос дорог и электроэнергии. Советую сначала выяснить все эти вопросы.

Знаю, что в некоторых поселениях категорически против централизованной линии электропередач. Если вы разделяете такой подход, это хорошо, а если нет?

Социальные вопросы не менее важные, чем все остальные. Поэто-

му внимательно отнеситесь к выяснению всех аспектов совместного проживания с вашими соседями как в деревне, так и в поселении, и начать нужно, как минимум, с изучения Устава поселения.

Атмосфера взаимодействия внутри поселения также имеет огромное значение. Поэтому постарайтесь познакомиться как можно с большим количеством семей. Из калейдоскопа их мнений и сложится у вас реальная картина происходящего.

Желаем вам обрести свою малую родину и построить своё Родовое Пространство Любви! Силы Света вам в помощь и накопленный опыт практиков!

Надежда КУДИНОВА
с одобрения и поддержки
мужа Александра

*Родовое поместье Рода Кудиновых,
Орловская область
Вестник Родовых поместий*



Просьба к жителям ПРП

Много лет назад прочитала книгу В. Мегре «Анастасия», потом все последующие. До глубины души меня тронул осмысленный образ жизни в Родовых поместьях.

В семье и моём окружении этих книг не читали, даже и не собирались, как бы я ни старалась рассказать о них.

Сейчас перечитываю 10-ю книгу. Снова нахлынули приятные чувства во мне и затмили все тревоги и заботы этой жизни.

Но мне уже 70 лет, и Родовое поместье — это то, что мне нужно было для счастья. Понимаю, что я уже его не построю, но так хочется пожить в нём хоть в мыслях!

Раньше я посещала собрания Клуба природного земледелия, которые проходили у нас в селе Высокая Гора, в здании института, на Пионерской. Может, кто и помнит меня.

Вот написала и получила радость для души. Спасибо Анастасии! Может быть, кто-нибудь пригласит меня летом в действующее РП, где есть детишки, погостить недельку с внуками 6 и 8 лет. Буду очень благодарна!

Серафима КУЕНБАЕВА

422701, Республика Татарстан,
с. Высокая Гора, ул. Мелиораторов, д. 2, кв. 18



Итоги пятилетней жизни в Родовом поместье

Здравствуйте, друзья! Помните, в книге В. Мегре было описано, как он быстро, за три года, хотел всё обустроить в своём Родовом поместье? А Анастасия ему сказала, что лучше бы всё-таки за пять лет... Это правда. Проверено на собственном жизненном опыте.

Итак, мы приехали в чистое поле, на свой гектар земли в конце июня. Начали с того, что поставили палаточный лагерь и потом просто косили траву предположительно в том месте, где планировали строить свой саманный дом.

Когда стали понятны точные границы нашего участка, мы начали копать траншеи для фундамента дома. Фундамент из камня был нами сделан до ноября. Мы возили камни с карьера неподалёку, проливали глиняным раствором. Начали с одной стороны класть стену из земляных блоков, но не успели вывести даже и трети периметра дома до высоты 1 м.

Посадили в конце июня все семена, которые привезли с собой, но не получили ничего, списав это на то, что посадили «поздно». Нам подарили козу, но что-то молока от неё было не больше чайной чашки в день... Зато я научилась доить козу! Мы купили десяток молодых взрослых кур-цыплят, которые вот-вот должны были начать нестись. Но реально первое яйцо мы увидели только под Новый год.

Частично сделали забор по периметру участка.

Зимовать поехали в ближний хутор Школьный, в дом единомышленника, с нашими козой и курами. Там же наши дети пошли в местную сельскую школу в разные классы, где и отучились успешно, несмотря на то, что школьные программы в Казахстане и в России последние десять лет существенно отличаются. Пришлось нашим детям очень сильно постараться, чтобы закончить свои текущие классы без троек.

Ещё докупили кур-несушек, индюков, кроликов. Изучали теорию и практику содержания домашних птиц, животных. Весной поставили инкубатор и выводили «кучу» цыплят, индюшат, утят... Только в итоге всё пропало в никуда, потому что при возвращении в конце весны на свой гектар в первую же неделю лисы и ястребы практически всех утащили.

Итак, ранней весной приехав к перезимовавшим незакрытым стенам, мы поняли, что их придётся разобрать... Это мы и сделали к концу весны, потому что стены просто раскисли и частично попадали.

Также сажали всё, что могли найти, — саженцы и семена. К сожалению, мало что из этого выжило, потому что земля наша была, оказывается, совсем бедной, тяжёлой, глинистой. Пришлось нам изучить этот вопрос, и мы вышли на понимание роли биогумуса в природной экосистеме.

С начала следующего лета мы стали строить наш саманно-каменный дом.

Мы его строили всё лето, каждый день. Непогода, усталость, разочарование, споры, радость, творчество, вдохновение, ускоре-

ние мысли — было всё. Это была реальная и честная проверка всей нашей семьи на нашу сплочённость, целеустремлённость, упорство, терпение и т.д. Мы выстроили стены — внешние и внутренние. Но физически по времени не успели сделать нормальную водонепроницаемую крышу, а просто закрыли её очень большим тентом, так и зимовали.

Хорошо, что есть дом! Так грустно было просыпаться в палатке, одеваться в холодную одежду, пережидать дождь и ветер под тентом и готовить на костре. Такая экзотика хороша на пару недель, с возвращением в тёплый дом или квартиру. И как же устаёшь от такого необустроенного быта, когда это продолжается месяцами.

А саманная печка — это просто чудо! У нас она особенная, с «обратной тягой». От топки проложена труба по полу вдоль северной стены длиной около 7 м. И на этой трубе можно лежать, сидеть. И это есть баня. А ещё есть у нас вторая центральная печка по такому же принципу, только труба частично уже под полом.

Правда, чтобы печка «зарабо-

тернativa... Тогда поехали на экскурсию в школу Щетинина, где получили очень хорошие подсказки по тому, как быстро осваивать «размазанные» по классам одинаковые темы, стала понятна «методика погружения». Дочь поступила в школу Щетинина и прouchилась там почти два года.

Летом мы купили генератор, солнечную панель и всё, что нужно к ней, и у нас появилось электричество! Провели на участок во-



тала» как нужно, топку пришлось два раза перекладывать. Но зато теперь в любую погоду и при любой температуре она легко и быстро растапливается. А то сначала она соглашалась растопиться, только когда температура на улице опускалась до нуля и был «путный» ветер.

В следующем весенне-летнем сезоне кроме штукатурки, побелки стен, закрытия крыши мы снова начали заниматься огородом, попробовали снова «что-то» вырастить... получилось плохо.

В декабре окончательно решили купить маточники красного калифорнийского червя для производства собственного биогумуса из козьего и кроличьего навоза. Это было ключевым моментом!!! Чтобы хорошо росло то, что нужно, чтобы получать урожай, именно биогумуса должно быть достаточное количество в почве.

Ещё был очень большой плюс в том, что мы «отвоевали» в школе семейное обучение для своих детей. И весь тот учебный год пришлось со всеми детьми изучать их школьные программы и учебники несколько классов одновременно. Поняли, что готовы бросить эту затею, что срочно нужна аль-

ду, правда, зимой она замерзала в шланге, но это всё равно лучше, чем бегать круглый год на горку, к роднику за 350 м от дома! Этой зимой не было воды всего лишь неделю, так как успели утеплить трубу накануне холодов.

Через три года обустройства поместья наши «финансы» начали запевать романсы». Как мы ни экономили на всём, нужно было честно признать, что мы не смогли выйти ни на какое самообеспечение ни в чём. То есть за три года получилось только более-

меем наладить свой быт, устроить обучение детей, распланировать участок, построить дом, сарай для коз и птицы (а также сформировать так называемое маточное стадо коз, птиц), завести несколько семей пчёл, начать производство своего биогумуса. Пришлось искать и ездить в город на работу, чтобы хотя бы поддержать то, что уже было сделано. В нашем Родовом поместье всё практически при этом «встало». То, что могли поддерживать дети, они делали, мы же, взрослые, мотались кто куда на работу: в Анапу, в Витязево и т.д.

Летом следующего года мы провели воду в дом! Наши сыно-



ниже. Они оба наполнились зимой и весной следующего года, но летом вода практически уже ушла, так как нужно утрамбовывать дно и берега.

Также весной сын сделал перед домом теплицу, и уже полно у нас редиски и салатов. И козы «вдруг» стали давать много молока, сыр и творог — всё есть!

И вот наконец наш участок, наше место становится именно родиной, осознаётся смысл Родового поместья! Такое приятное чувство возникает, когда подходишь к уже подросшим деревьям, разросшимся кустам смородины. Как заворачивает рябь на воде в пруду! Какой изумительно чистый, свежий воздух! А хороводное пение птиц на все лады по утрам! А волшебные закаты — каждый вечер разные! Всё вызывает чувство детского восторга. Такая радость от того, что получилось уже то, что ожидали, как представлялось. И осознаёшь, как много уже сделано, но как же это мало из того, что ещё желается... И осознание того, что было пережито за эти пять лет, что это всё не зря, что всё мы делаем самым наилучшим образом в каждую минуту, каждое дело у нас важное. На ум приходит пословица: «Терпение и труд всё перетрут».

Друзья, коль горит в вас искра — идея обустройства своего Родового поместья, — то она проведёт вас через все трудности, невзгоды, сомнения, и благодарно и «волшебным» возникнет вокруг вас Пространство Любви! Просто нужно с чего-то начать. Терпения и радости вам!

Юлия МОРОЗОВА

РП Морозовых,
Краснодарский край
Вестник Родовых поместий



вья уже подросли и смогли практически сами этот вопрос осуществить.

А в декабре благодаря нашим новым соседям мы смогли открыть свой бизнес по продаже товаров «ЗКР», возобновив работу, которую оставили в Новосибирске в связи с переездом из Алматы в своё Родовое поместье, в Анапский район. Мы открыли свою дилерскую торговую точку по продаже кедровых товаров в Новороссийске на Южном рынке. Это нас «спасло», позволяя не бегать на работу куда-то, а заниматься именно развитием наших идей о Родовых поместьях.

Весной следующего года на участке мы выкопали небольшой пруд экскаватором, а осенью — ещё один небольшой пруд чуть

Присоединяйтесь к нашему поселению!

Друзья! Если вы мечтаете о создании своего Родового поместья, о том, чтобы находилось оно в окружении живописного леса и рядом с озером, приезжайте в создающееся поселение Заозёрье!

Находится оно в 14 км от Коломны, в 100 км от Москвы. Доехать можно на электричке с Казанского вокзала до ст. Хорошово. Оттуда ходит автобус до д. Новая. От этой деревни до поля — 3 км. Само поле расположено вблизи д. Кочаблово. К каждому участку подводится электричество по госпрограмме.

Цена пока — 150 тыс. рублей за гектар. Это самая низкая цена за участок в этих местах. Участки размежевываются по 2 га.

Будем рады добрым соседям!

По всем вопросам, связанным с продажей участков, обращаться к Надежде по тел. 8-903-560-1111.

Приезжайте, почувствуйте землю, она вас очень ждёт и скучает. Пока это голое поле. Превратим его в рай!

Ольга МАКАРОВА

<https://vk.com/id325488654>
Московская область



Путь Междуречья...

Среди населённых пунктов Мценского района поселение Междуречье занимает особое место. Уже 12 лет в нём живут люди из разных уголков нашей страны, создающие свой мир, существующие в гармонии с Природой.

Дорога к поселению

По дороге в Междуречье я не раз и не два сверялась с картой, уж очень отдалённое место выбрали для поселения его жители: больше 26 км от Мценска, недалеко от слияния двух рек, в окружении лесов и полей. Немудрено и заблудиться...

Не доезжая Шашкино, прошу водителя свернуть вправо, прямо в поле. Тот, скрепя сердце, соглашается и тут же об этом жалеет: дорога — сырая, комкающаяся грязь, кочки и колеи. Машину постоянно заносит то вправо, то влево, колёса тонут в мешанине из травы и глины. Настоящее ралли с препятствиями. «Если завязнем, придётся вызывать спасателей», — эта настойчивая мысль не даёт мне покоя.

У самого леса замечаю деревянный указатель «Междуречье». Значит, мы на верном пути. Метров через 500 выбираемся в поле и вот уже видим первые домики. Они расположены не рядом, а в отдалении друг от друга.

Вокруг ни души. Что делать? Где искать людей, с которыми договорилась о встрече?

Стучусь в ближайший дом — открывает молодой мужчина. Узнав, что я корреспондент, поселенец охотно показывает мне путь:

— Езжайте ещё километр вон в ту сторону, а потом идите пешком вдоль леса ещё метров 500, там, на опушке, будет Общий дом, в котором вас ждут. На машине вы просто не проедете.

У леса, на опушке...

Непростая дорога к Междуречью сполна компенсировалась природой, простирающейся вокруг: безкрайние поля, смешанный лес и кристально чистый воздух...



— Да, у нас тут красиво, — улыбается вышедшая мне навстречу стройная черноглазая девушка Мария Валеева, жительница Междуречья, с которой я договорилась о встрече. — Но дорога, конечно, подводит... Всё никак не удаётся её сделать, дорого очень. Пойдёмте, тут недалеко!

Сворачиваем на поляну у края леса и попадаем на благоустроенную площадку. На опушке уютный дом-купол, какое-то двухэтажное здание, детская площадка, небольшой хозблок...

— Это наш детский досуговый центр и Общий дом — места, где жители Междуречья собираются, чтобы посидеть вместе, пообщаться, отметить какой-нибудь праздник. Проходите!

Поднимаюсь по ступеням в деревянный купольный дом. Открываю дверь... В лицо пахнуло жа-

начался абсолютно новый этап. Я уже успела переехать с Камчатки, пожить в Москве, за границей. Последовали поездки по поселени-



ром из свеженатопленной дровяной печки, ароматом сушёных луговых трав. Оглядываюсь вокруг: просторный двухэтажный зал с библиотекой, кухней и детской. У окна большой стол и диванчик, слева — стол поменьше (как я потом узнала — место для игр и творчества, чтения).

— Здравствуй, тётя! — бежит мне навстречу весёлый мальчуган лет трёх. — Ты в гости?

— В гости! — соглашаюсь я, кивая маленькому «хозяину», за которым прячутся ещё несколько ребятшек.

— Заходи! Мама, к нам гости! — Гостям мы всегда рады, — встречает меня улыбающаяся девушка в голубом платье Татьяна Иванова. — Проходите, садитесь. Будете иван-чай? (я киваю). Прекрасно! И шоколадом угощайтесь, он у нас на меду с ягодами. Сами делаем!

— Спасибо большое. Расскажите, пожалуйста, как так получилось, что жители больших городов решили переселиться в мценскую глушь?

— Мы были молоды, активны, не любили город, зато любили природу, обожали собираться вместе, были легки на подъём и со смехом относились к фразам «это невозможно» и «ничего не получится», — говорит Мария Валеева. — Лично я работала в Москве, но потихоньку осваивала участок в другом поселении, где на майские праздники и познакомилась со своими будущими единомышленниками.

Всё это произошло около 12 лет назад, в моей жизни тогда всё перевернулось с ног на голову,

и осознание, что нужно создавать своё.

Мы с ребятами начали думать, где бы нам хотелось жить, и на этом этапе разделились на несколько малых групп. Кто-то для себя понял, что не хочет создавать поселение, а лишь только приезжать туда, чтобы пообщаться. Ещё несколько человек захотели жить на Севере и поехали туда. Наша же группа обратила своё внимание на юг от Москвы. В этом направлении мы и стали искать «свое место». Уточняли всё до мелочей — какие породы деревьев растут в лесу, какие почвы, расстояние до города, ширину реки, в какой части поселения должно вставать солнце. Всё записали и периодически перечитывали. Это даже был не образ поселения, а образ земли, где оно возникнет. Пунктов было настолько много, что мы даже переживали, что они не совпадут. Поиски длились почти три года и завершились здесь, в Междуречье.

Кроме внешней работы («работы ног»), мы проводили и работу внутреннюю. В холодное время года собирались в Москве, обсуждали организацию жизни в поселении, то, как будем жить, общаться, строить, делились своими взглядами, учились слушать друг друга. Конечно, всё это была абсолютная теория, мы были юные и вообще без всякого опыта в этой сфере.

Дальше следовал этап оформления, покупки земли. Мы не знали, что конкретно делать, учились всему с колёс, всё делали на голом энтузиазме, с минимальным стартовым капиталом. Были и

внутренние размолвки: кто-то из команды ушёл, кто-то пришёл... Но, к счастью, в итоге всё сложилось. Нам удалось оформить землю в собственность, сдвинуть процесс с места. Как — понятия не имею! Сейчас вспоминаю все моменты, когда всё могло не сложиться из-за одной бумаги, одного неверного действия... Наверное, сегодня бы мы за это не взяли. А в то время очень молодые

туральное хозяйство, — продолжает Мария.

— Построить дом — это очень дорого, а места здесь, скажем так, дальние. Как удаётся справляться молодым семьям с детьми?

— Если вы про деньги, то у каждого свой источник заработка, — отвечает Татьяна. — У кого-то есть бизнес, кто-то сдаёт квартиру, кто-то умеет инвестировать. Есть те, кто работает удалённо, через Интернет, ездит на вахты. Да, конечно, строиться сейчас очень дорого, но жители нашего поселения в основном делают всё своими руками. Лишь некоторые для возведения своих домов нанимают рабочих.

Кроме того, у нас есть ежегодный взнос для общественных нужд: каждый год в декабре мы приходим на общее собрание, решаем, что нам нужно сделать в следующем году и сколько потребуется для этого денег. Потом прикидываем, сколько одной семье нужно сдать в год (естественно, сумма должна быть для неё приемлемой). Например, в этом году взнос составил 16 тысяч рублей. Эти деньги ушли на содержание Общего дома, газ, дрова, электричество, стройку, мероприятия (у нас проводится, например, фестиваль «Радость жизни»). Конечно, бывают споры по тем или иным вопросам, но определяющим фактором является то, что все хотят жить дружно. Мы — друзья, а с дружбой и дело спорится.

— У вас подрастают дети. Как решаете вопрос со школой?

— У нас пока только три девочки школьного возраста (среди них — моя дочка). Они учатся в Миново. Но я, честно говоря, поглядываю в сторону домашнего образования, — вступает в разговор ещё один житель Междуречья Сергей Болодурин. — Причин для этого много: и возить каждый день по таким дорогам сложно, да и ребёнку будет комфортнее дома...

— Но сейчас же есть и дистанционное образование...

— Только не дистанционное! Хочется, чтобы в обучении всё же участвовал человек, а не экран компьютера. При этом обычная система образования нам тоже не очень подходит. Дома мы можем учиться в своём графике, сдавать в своём ритме тесты, контрольные, нанимать тех педагогов, которых считаем необходимыми. В школе такой возможности нет.

— У нас вообще есть мысль сделать свою школу, домашнюю, в которой родители детей объединяются и совместно преподают, — говорит Татьяна.

— А как же экзамены?

— Будем приводить детей в образовательное учреждение, сдавать всё, как положено, или, как вариант, прикрепить к школе и тоже дистанционно сдавать

были, горячие. Видели свою мечту без препятствий.

— Мы уже тогда были командой, которая друг друга вдохновляла. В трудные минуты мы напоминали друг другу, ради чего всё это делается, — отмечает Татьяна. — Отступать было некуда, за нами была Москва (во всех смыслах). Но мы там жить не хотели...



Своим трудом

Пока мы разговариваем, в дом заходит всё больше междуреченцев. Все с любопытством прислушиваются к нашей беседе, но своих ежедневных дел не бросают: надо же и с малышами поиграть, и обед приготовить...

— Сейчас у нас в поселении постоянно живут 23 семьи, каждая из которых строит дом, ведёт на-





контрольные работы, — пожимает плечами Сергей.

— Как быть с маленькими детьми? Без детсадов справляйтесь?

— У нас есть свой. Родители ежедневно по очереди занимаются с малышами поселения: вырезают из бумаги, лепят, рисуют, проводят уроки в театральной студии, устраивают конкурсы поделок. Вот чем вы, Бажена, сегодня занимались? — обращается Татьяна к девочке, играющей неподалёку. Бажена улыбается, но молчит, пряча ладошки со следами краски. Потом всё же признаётся:

— Красили! Но что, не скажу!

— Они поделку к Дню матери готовили, — шёпотом выдает тайну Мария.

— Но какую — всё равно не скажу! — заливается смехом Бажена и убегает в детскую.

— А как у вас в поселении обстоят дела с медобслуживанием? — возвращаюсь к беседе.

— Как и во всех сёлах, — отвечает Татьяна. — Запасаемся аптечками, ездим в районную больницу, ближайшие сёла на фельдшерско-акушерский пункт. У нас даже есть группа в Ватсапе на экстренный случай, вдруг у кого что случится. А вообще, конечно, своё здоровье мы стараемся беречь. Поддерживаем иммунитет мёдом, травами. В поселении все ведут трезвый образ жизни, не курят даже.

— Зимой бывают обильные снегопады, когда за пару часов заметает даже благоустроенные трассы. Как вы живёте здесь в это время?

— Берёмся за лопаты и сами всё чистим, — улыбается Мария. — Кроме того, у нас есть свой трактор и тракторист, он чистит нам проезд к поселению (ну и администрация района тоже помогает). Например, когда у нас в прошлом году трактор не зашёл в морозы, мы неделю сидели в снежном плену, но потом попросили помощи у районной власти. Она пришла на подмогу: дала технику, расчистила проезд... Районная администрация вообще всегда приходит к нам на помощь, поддерживает нас. Хорошо, если бы ещё как-то помогла с дорогой, хотя бы со стороны Миново! Это был бы большой плюс.

А так мы большинство вопросов решаем сами. Например, у нас есть официально зарегистрированный ТОС «Наше Междуречье»...

В тот день я провела в Междуречье немало времени. Ребята рассказали мне о своих традициях и мероприятиях, мировоззрении и самобытных мастерских, отношениях с коренными жителями Мценского района, поведали историю многих семей, переехавших на территорию у слияния двух рек.

Прощаясь с гостеприимными междуреченцами, я подумала, что их путь выберет не каждый. Не каждому подойдёт жить в общине, еженедельно работать не только для себя, но и для других, жить в гармонии с Природой и людьми, принимая их образ жизни таким, какой он есть. Междуреченцев поймут не все, сюда приедет не каждый, зато здесь рады каждому...

Ольга АПЫХТИНА

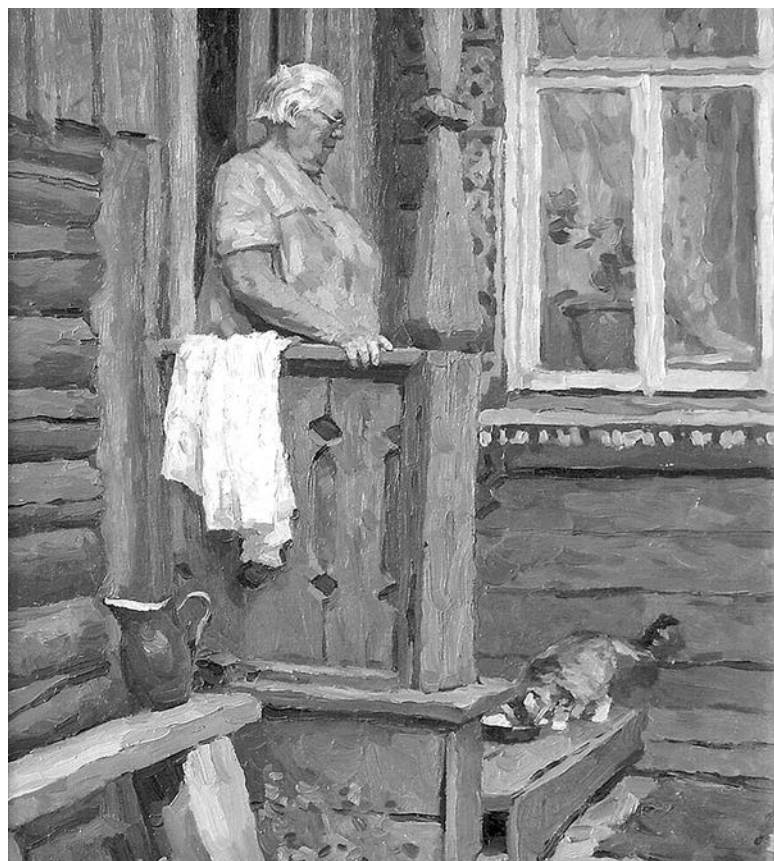
г. Мценск

Газета «Мценский край»

<http://мценскийкрай.рф>

<https://anastasia.ru/articles/detail/73912/>

Добрая душа добром делится!



Мария Петровна затеяла уборку в своей избе. Как она называла свой дом в деревне. Хотя на избежку он не похож. Муж строил дом на совесть. Лет двадцать назад уговорил Степан жену продать квартиру в городе и купить домик в деревне.

Сам он до женитьбы жил с родителями в селе, поэтому навсегда прикипел к земле, к утреннему мычанию коров, выгоняемых в стадо, квохтанью кур и вечерним закатам.

Мария жила с родителями в небольшом городке, куда Степан приехал в командировку. Да так и остался, любовь у них случилась с первого взгляда, долго не женились, свадьбу сыграли, через год Митя родился.

Маша хотела жить в городе, и молодой муж, опьянённый любовью, поддавался на уговоры жены. Работал на заводе, жену и сына любил, но вскоре стала замечать Мария: неладное с мужем творится!

Придёт Степан с работы, поужинает и как неприкаянный весь вечер. Мария ему что-то говорит, а сама чувствует — нет мужа рядом. Где-то далеко он, не слышит жену, она про Митю рассказывает, Степан смотрит, а чувствует Маша — мысли у него в другой стороне.

Уже и мысли нехорошие стали ей в голову приходить — не завёл ли Степан зазубу себе? Коллектив на работе женский, Степан

— мужик видный. Стынет сердце у Маши, а спросить боится: вдруг скажет, что не любит больше, другая есть?

Набралась в один вечер смелости и завела разговор. Степан от удивления чуть дымом от сигарки не подавился. Долго смотрел на супругу, а на той лица нет, ответа честного ждёт. Вздохнул и сказал:

— Маша, кроме тебя и сына, никого у меня нет, люблю я вас больше жизни и любить буду! Но нет мне жизни в городской квартире, деревенский я, понимаешь? Спать лягу, глаза закрою и поля наши вижу, дом родительский. Утром жду, когда собака лаять начнёт. Не могу я, Маша, извёлся совсем! Поехали в деревню, а? Сначала у моих поживём, дом свой строить буду, только согласись, подумай!

Маша и думать не стала, любила мужа крепко, видела, как мается! Рада, что не в разлучнице причина, сказала мужу:

— Решай, Стёпушка, как тебе лучше, а я за тобой хоть на край света, на всё согласна!

Обрадовался Степан, жену обнял, закружил по комнате, смеётся.

Все вопросы быстро решились, к родителям уехали. Родители мужа их с радостью приняли, хотели, чтобы сын в селе остался, но не перечили, дали молодым самим выбрать, где жить. К Марии сразу как к дочери отнеслись.

Строиться помогли и деньгами, и советом. Отец Степана вме-

сте с ним дом ставил. Как игрушка изба получилась, всё для жены и сына.

Но недолго Степан в новом доме прожил, всего-то пять лет. Заболел и не поднялся. Осталась Мария вдовой. Митя уже в школе учился, очень об отце горевал. Но жить дальше надо, сына поднимать, учить. Свёкры во всём помогали.

Митя школу закончил, в училище в городе поступил, но всегда говорил, что после учёбы к матери вернётся, как и отец, не мыслит себе жизни без деревни родной. В армии отслужил, осенью домой возвращается, да не один, с невестой.

Как один миг, промелькнули воспоминания, Мария в избе всё моет да пироги стряпает, готовится к приезду сына! На душе волнительно: что за девушку матери привезёт, уживутся ли с невесткой? И о свадьбе надо подумать! Хлопот много, мысли разные, а дело идёт!

На следующее утро сын приехал, издали увидела Мария, как они к дому идут. Подошли ближе, женщина обомлела! Невестка маленькая, худенькая, видно, что стесняется, за Митю прячется.

— Батюшки, да совсем худая! Не на диетах ли новомодных сидит, вот ещё напасть будет! Но промолчала, приняла как родную.

Стали молодые обживать, о свадьбе думать. Сын так и сказал, что свадьба только дома, в деревне будет. Всё хорошо вышло, свадьбу отгуляли, и зажили молодые своей семьёй.

Юлия, невестка, к свекрови с почтением относилась, по дому помогала, но одна черта удивляла Марию. Как зверёк пугливый первое время жила, иногда зайдёшь в дом, а она аж вздрогнет, глаза испуганные, смотрит, как будто убежать хочет. Спрашивала Мария у сына, что ж она так, не обижает ведь никто.

— Мама, у Юли очень трудная жизнь была, отчим сильно обижал, я ж её, можно сказать, от него без спроса увёз, сбежала она. Как мать ушла из жизни, совсем Юленьке невмоготу стало. Ты потерпи, всё наладится, дай ей время. Она очень хорошая, добрая, но запуганная!

Мария другими глазами на невестку глянула: и так вроде с душой относилась, а тут такая жалость накатила. Бедная девочка, что ж тебе пережить-то пришлось?

Полгода прожили после свадьбы, Юлия привыкать стала, видит, что любят её в семье, сердцем от-

таяла. При свекрови ещё немного дичилась, но, как пойдут гулять, обратно возвращаются, слышит Мария — смеётся Юлия, а смех такой звонкий, как колокольчик. В дом зайдёт, затихнет, но улыбается. Свекровь зовёт по имени-отчеству, но с уважением!

Зиму пережили, весна наступила, апрель звонкими ручьями зазвенел.

В один из дней возвращалась Мария из райцентра, ездила иногда излишки продать, соленья да варенья, много готовили, сами ели вдоволь, а всё равно оставалось.

Идёт, а окна в избе открыты, наверное, невестка уборку затеяла. Хоть и тёплый в их краях апрель, а заперевивала Мария, не простыла бы Юлия.

Подходит к дому, слышит — песня! А голос! Как ручей звенит, так бы стояла и слушала. Неужели Юленька так поёт? С открытой душой только так петь можно. Душа вместе с песней у Марии запела, слёзы на глазах. Тут Юлия на крыльцо вышла, засмущалась, но улыбается.

— Юленька, дочка, как ты поёшь!

— Это от радости!

— Что случилось?

— Малыш у нас будет, ещё и Митя не знает, вам первой хотела сказать!

— Доченька моя, родная! Да как же, а окна зачем открыла? Простынешь, и так как быlinka на ветру! Бережись тебе надо!

А сама плачет от счастья: внук или внучка будет! Юлия подошла к свекрови, улыбнулась ласково:

— Не плачьте, мама!

Мамой назвала! Мария опять в слёзы, и Юлия за ней. Митя зашёл в избу, а там мама и жена обнялись и плачут. У него сердце упало.

— Что случилось? Юлия, мама! Да что с вами?

А они уже смеются! Новостями делятся. От таких новостей Митя чуть в пляс не пустился: радость-то какая, папой скоро станет!

Вечером Мария вышла на крыльцо, вдохнула воздух чистый, родной.

— Вот, Стёпушка, и внуки у нас скоро будут! Жаль, что не дожил ты до радости такой. Юлия сказала, если сын родится, Степаном назовут в честь тебя за то, что мужа такого ей подарил! Хорошие у нас дети, Степан, и внуков достойно воспитают. Добрая душа добром делится!

Автор не известен

<https://vk.com/public191889509>

Новогодний подарок для наших единомышленников!



Команда народного средства массовой информации «ВЕСТНИК РОДОВЫХ ПОМЕСТИЙ» поздравляет с Новым годом и преподносит очень душевный подарок!

В канун нового года, в 12.00 (по мск), 31 декабря 2021 года открыло свой эфир ИНТЕРНЕТ-РАДИО «ВЕСТНИКА РОДОВЫХ ПОМЕСТИЙ»!

Теперь ежедневно и круглосуточно у вас есть возможность слушать творчество светлых бардов, аудио-передачи, встречи с интересными людьми в прямом эфире, аудио-сказки для малышей и много интересного о жизни в Родовых поместьях!

Слушать радио онлайн — <https://listen.myrh.ru/id056547>.

Сайт «Вестника Родовых поместий» <http://vestnikrp.myrh.ru/>.

<https://listen.myrh.ru/id056547>





Как три брата спасли дело отца

Жили-были в Ульяновской области, в селе Александровка, три брата — Александр, Максим и Иван. Детство их проходило в полях и на току с отцом-фермером. С утра до ночи двое старших помогали сортировать зерно, а маленький Иван тут же, при них, играл с зерном, как в песочнице. Старшему, Александру, было 10 лет, когда отец слёг от болезни и уже редко поднимался с постели. Всё хозяйство и многомиллионные долги легли на плечи матери и сыновей. Сегодня во владении Паркаевых более 3000 га пахотной земли, импортная техника и два десятка работников из односельчан. Но, чтобы прийти к этому, им понадобилось почти 20 лет.

Не как все

Ещё во времена СССР Александр Паркаев-старший мечтал создать новый городок недалеко от села Бирля Мелекесского района Ульяновской области со своей инфраструктурой, гостиницей для туристов и фонтаном. Но проект так и остался фантазией: после развала Союза Александр Иванович оказался без работы, нужно было выживать. Занялся фермерством: взял 55 га земли у администрации в безвозмездное пользование, ещё 90 га арендовал у пайщиков и начал выращивать пшеницу, ячмень и горох.

Создал ассоциацию из шести фермеров, но мало кто в этом видел развитие, через два года ассоциация развалилась, каждый пошёл своей дорогой. Александр продолжал упорно развивать своё хозяйство, сеял элитное зерно и ухаживал за ним. Всей семьёй ездили в поле, брали по ведру и вырезали сорняки. И так на всех 60 га всю неделю.

— Именно он научил нас, как правильно сортировать семена, что землю надо уважать и ухаживать за ней. Говорил, на каком поле что сеять, определял норму высева, какую технику использовать. Он первый, кто ввёл севооборот, — говорит Александр-младший.

В 1990-е пришлось купить домик ружьё для защиты: тогда люди воровали всё, что плохо лежит, — зерно, технику, сливали солярку. Отношения с односельчанами разладились: одни — от зависти, мол, нужно работать со всеми в колхозе, другие по иным причинам перестали с Паркаевыми здороваться, в сельсовете всерьёз обсуждали, пускать ли паркаевских коров в общее стадо, раз фермеры пользуются совхозными землями.

Но отец не сдавался, даже когда заболел. Он восстановил в пристрое школы детский сад, которого в Александровке не было семь лет. Вечерами дома устраивал с сыновьями чтения русской классики (особенно любил рассказы Шукшина), играл с ними в шахматы и хоккей, следил, чтобы уроки делались вовремя. Иван вспоминает, что именно отец его научил: «Если начал сегодня, то надо закончить, а завтра не откладывать».

Старшему Александру было десять, Максиму — семь, а Ива-



ну — только два года, когда отец слёг. Детство закончилось. Их мама, Валентина Павловна, изо всех сил старалась сохранить хозяйство, которое создал муж. Опустить руки не дали дети, надо было хоть как-то продержаться.

— Деньги были только на хлеб, питались тем, что сами выращивали, плюс держали коров, кур, свиней. Кредиты тогда были под большие проценты, поэтому их не брали. Помощи просили у всех, но помочь никто не мог, в сельском хозяйстве тогда был застой, — вспоминает Александр. Он, когда немного подрос, стал в семье за старшего и главной опорой матери.

Подготовить семена, засеять, собрать урожай, загрузить, отвезти, выгрузить... Сами себе бухгалтеры, механики, хлеборобы, разнорабочие. И в такой круговороте каждый год. В 13 лет Александр уже водил трактор с прицепом, по пять рейсов в день — это норма. Иван в этом же возрасте заведовал зерновым складом. Их сверстники в это время купались в речке, ездили гулять в город. Как только старший ещё успел в музыкальной школе выучиться и освоить баян — загадка.

Испытания на прочность

К 2002 году у Паркаевых накопились миллионные долги. Их постепенно гасили, продавая большую часть урожая, остатки продавали в соседние деревни. За сезон удавалось заработать около 700 тысяч рублей, и всё утекало как сквозь пальцы: на ремонт техники, на зарплату рабочим. При лучшем раскладе оставались в минусе на 200 тысяч рублей. Зерно в то время стоило копейки, Паркаевы работали себе в убыток. Чтобы свести концы с концами, братья брались за любую дополнительную работу: пахали соседям огороды, собирали металлолом, иногда в гряде жестянок находили запчасти для своих тракторов.

— В самые неподходящие моменты ломалась техника, могла встать посреди уборки, в самый разгар работ. Порой не было масла, чтобы залить в двигатель. Однажды на тракторе у меня полетел выжимной подшипник, сам не понимал, да и боялся разобрать трактор пополам, позвал друзей постарше. Так и чинили трактор вместе. Но это легко сейчас рас-



сказывать, а вот тогда это было при -20°C, в холодном гараже при одной лампочке: ключ уронил и найти не можешь, — рассказывает Александр.

Был случай, когда он убирал урожай на старом разбитом комбайне 40 га, осталось убрать четверть поля, но от машины оторвалась жатка — главный механизм комбайна. Пришлось всё оставить и ехать домой за трактором, а когда вернулся — ахнул: с горы Талагской начался пожар, огонь уже зашёл на поле.

— Что тогда я только не испытывал! Комбайн угнал на траву, жатку волоком пытался утащить с поля, но она, как неваляшка, нагрудил столько земли, что было уже без вариантов. Если сгорит четверть поля с урожаем и жатка, это будет крах. Нашли в кустах железобетонную плиту, прицепили её к трактору, и тракторист гонял по краю пламени и сбивал его этой плитой, а мы с мамой тушили огнетушителями. Поле мы отстояли, эта история научила не отступать от своего, — вспоминает Александр.

Однажды зимой 2010 года он чудом не замёрз. Мороз -38°C, солярка замёрзла, и грузовик «ЗИЛ» встал посреди поля. Вокруг ни души. Оторвал рукава у куртки, попробовал их разжечь и прогреть топливный насос с баком, — бесполезно. Так и шёл 7 км до дома в порванной куртке.

Иногда накатывало отчаяние. Бывало, плакали, всё хотели бросить. По словам Александра, неко-

торые не понимали, почему братья до сих пор не уехали из села, но вопрос в семье так никогда не стоял: совесть бы не позволила бросить дело. И понимали, что долги смогут выплатить только при одном раскладе — продолжая работать.

Болезнь отца многое расставила по своим местам. 11 лет назад ему стало хуже, повезли его лечиться в Москву, и те, у кого семья брала в долг, вдруг испугались, что Александр-старший умрёт и не вернёт долги. Начали просить своё назад.

— Никто не посмотрел, что нам тяжело, в тот момент все показали своё истинное лицо, — вспоминает Александр.

Засуха 2010 года едва не подкосила семью. Зерна собрали в три раза меньше обычного — 120 тонн. На семейном совете решили: если продавать урожай, будут убытки. Решили молоть фураж. Мололи на мельнице по очереди круглые сутки: Александр, Максим, мама Валентина оставалась в ночную смену.

В 2012 году решили заняться животноводством. Закупили 13 бычков и коров. Молоко, сметану и творог поставляли в школу и детский сад, но дело пришлось закрыть: Валентина одна была за доярку, все ведра заняты молоком, рабочих рук не хватало.

В 16 лет Александр закончил школу с отличием, поступил в Димитровградский университетский многопрофильный лицей, там отучился два года, каждый день

ездил на учёбу за 40 км. К ЕГЭ готовился параллельно с посевной. Потом поступил на очное отделение Самарского государственного технического университета по специальности «Бурение нефтяных и газовых скважин», уже на втором курсе начал читать лекции по сельскому хозяйству. Три раза в неделю ездил домой, где оставались мама, два младших брата, прикованный к постели отец, 140 га земли.

Александровка сегодня

На въезде в Александровку первое, что бросается в глаза, — высокий, массивный склад-площадка для обработки зерна, по области подобных заброшенных строений сотни, но этот работает. По левую сторону, куда ведёт первая развилка, — одноэтажные кирпичные строения с разбитыми окнами и проваленными крышами, это то, что осталось от коровников совхоза. Раньше здесь было «сердце» села, работа кипела почти круглосуточно. Сейчас на каждом коровнике — амбарный замок.

Часть асфальтированной дороги ведёт к центру села, главный ориентир здесь — Дом культуры и построенная два года назад деревянная часовня. От них в разные стороны, как лучи, расходятся семь основных улиц с опрятными домиками. Есть фельдшерско-акушерский пункт, школа, детский сад, три продуктовых магазина. Жителей меньше тысячи, летом население увеличивается на четверть за счёт дачников из Самарской области, оттуда в Александровку ближе, чем из Ульяновска.

На окраине села — дом с новой крышей и с пластиковыми окнами, с фасадом, закрытым утеплителем. Это дом Паркаевых. Во дворе пять тракторов, зерноуборочный комбайн, грузовик, их видно издали.

Ещё несколько лет назад в этом доме жили всей семьёй: родители Александр и Валентина и три их сына — Александр, Максим и Иван. Александр съехал семь лет назад, женился. Сейчас ему 30 лет, живёт с семьёй в Димитровграде, но каждый день приезжает в Александровку за 40 км. Максим три года назад тоже отделился со своей семьёй.

Младшему Ивану 22 года, по данным регионального Министерства сельского хозяйства, он — один из самых молодых фермеров Ульяновской области. Братья очень похожи друг на друга: крепкие, широкоплечие, на слова сдержанные, но искренние.

Как вернуть людей в село

Восемь лет семья Паркаевых отдавала долги и спасала хозяйство от банкротства. В 2012 году Александр решил участвовать в программе «Начинающий фермер»: зарегистрировал крестьянско-фермерское хозяйство, подал заявку. Бизнес-план молодого, но опытного фермера без проблем прошёл отбор. На развитие хозяйства Александру выделили более миллиона рублей, эти деньги помогли встать на ноги.

С 2012 по 2019 год по программе «Начинающий фермер» в области гранты получили 255 КФХ. В 2020 году грант получили 14 КФХ. Финансирование сократилось, победителей стало в два раза меньше.

Пример старшего брата вдохновил и младших. В 2018 году грант по программе «Агростар-



тап» получил Максим, в 2019 — Иван. У каждого сегодня своё крестьянско-фермерское хозяйство. Второём они дали работу 20 сельчанам, но рабочих рук по-прежнему не хватает.

— Если бы я знал, как вернуть людей в село, уже бы сделал, — говорит Максим. — Говорят, в деревне с кадрами плохо, это правда. Нет ни механизаторов, ни трактористов, все рвутся в город. Мы стараемся обеспечить хорошие условия для каждого, даже оплачиваем ежедневно бензин для тех, кто приезжает из соседних сёл, но этого недостаточно, молодёжь всё равно стремится в город. Раньше все говорили: нет школ, нет детских садов, нет зарплат, сейчас со всем всё как надо, а продолжения на деревне нет: потребности у людей новые, хочется и сходить куда-нибудь, и досуг на выбор.

Паркаевы предлагают ввести в российских школах дополнительные часы, рассказывать детям, что такое потребительский кооператив, давать основы предпринимательской деятельности, чтобы сломать стереотип о фермерах как о «замученных трудах без шансов на самостоятельную и достойную жизнь». Паркаевых жизнь учила жёстко, сейчас больше шансов получить помощь и быстрее встать на ноги. Свою инициативу они уже выдвинули на одном из съездов Ассоциации крестьянских (фермерских) хозяйств и сельскохозяйственных кооперативов России.

Хозяев на селе осталось мало. Из тех, кто всё-таки не уехал в город, работать хотят немногие, а некоторые, по словам Максима, занимаются откровенным вредительством, бывает, и воруют.

Вперёд, к новой ферме

20 лет семья боролась не только за хозяйство, но и за отца. Дорогостоящее лечение в Самаре и постоянные операции в Москве продлевали его жизнь, но не побеждали болезнь Александра-старшего. 31 октября 2020 года он ушёл из жизни.

— «Хлеб — всему голова» — говорил отец. Своим упорством он показал, как работать, что такое труд. Я с малых лет был везде с ним: на поле, на току, на сенокосе, в администрации. Он всегда был сдержанным, добрым и честным. Папа дал мне запас знаний, чтобы я смог самостоятельно вести хозяйство, и самое главное — это уметь слышать людей. Отец мне дал всё, — говорит Александр.

Валентина Павловна передала все дела сыновьям: сейчас она заведующая в детском саду и бабушка — дома. У братьев крепкие хозяйства, сейчас они могут себе позволить съездить в отпуск на море и уже не просят помощи, помогают сами: выделяют деньги на косметический ремонт сада и школы, помогли построить ту самую часовню в центре села, зимой чистят дороги на шесть деревень, начали восстанавливать местный пляж — летом завезли песок, планируют поставить забор и благоустроить.

В 2021 году братья начали строить новую ферму — автоматизированную, на 150 голов. Рабочих уже наняли. Вложили свои 8 млн. рублей, а 12 млн. на строительство снова привлекли «головоу», участвуя в грантовом конкурсе «Семейная ферма». Может быть, не в Бирле, как когда-то мечтал их отец, а в Александровке они создадут деревню будущего.

Марина ТИМОФЕЕВА
Ульяновская область

25 лет возрождает деревню



В конце ноября мы ездили в деревню, которой нет на карте. В деревню, которая носила имя нашего спутника.

— 20 км от Пышмы, из них три — бездорожье. Вам повезло, сухо сейчас, после серьёзных дождей или зимой не проехать, — комментирует нашу поездку до своей малой родины Иван Иванович Менухов. Его предки пришли на уральскую землю, спасаясь от никонианской реформы, ещё в конце XVII века. Основали деревню. Просуществовал населённый пункт, по крайней мере официально, до 1972 года. Но судьба деревеньки Менуховой была решена раньше, в 1950-х, когда её признали неперспективной и не стали тянуть туда электричество.

— При мне сорок дворов у нас было. А потом деревня рассосалась. Чего ради не стали проводить свет? А нет света — и всё, деревня исчезла. До слёз жалко! — рассказывает Иван Иванович.

Вспоминает, как решилась на переезд и его мама: ради него, младшего сына, который радовал успехами в школе. Не подвёл: получил высшее образование, работал в Сибири по специальности — геодезистом, стал кандидатом наук, неплохо зарабатывал. А потом захотел устранить несправедливость и возродить свою малую родину, чтобы снова появилась в Свердловской области деревня Менухова. Заручился, между прочим, поддержкой властей. В постановлении главы районной администрации от 21 марта 1996 года так и сказано: земельный участок площадью два гектара выделяется для возрождения деревни.

— В 1995 году я начинал на голый пашне с палатки, с землянки.

В районной администрации земли, где обосновался Иван Иванович, зовут «урочищем Менухова». Он уже построил три избышки и один большой дом, есть три гаража и две бани, коровник на десять голов, овощехранилище, водопровод и канализация. Два пруда с карасями, не по-уральски пушистые ёлки вокруг — всё здесь выкопано, посажено и устроено трудом и заботой одного человека. Шесть лет назад показалось, что получилось: в урочище Менухова появился свет.

— 20 лет мы маялись с керосиновой лампой, свечками и генераторами, и вот подвели электричество. И я, поверив в восстановление любимой малой родины, стал ещё интенсивнее устраиваться.



Продал дом в Тюмени и прикупил два больших трактора и навесное оборудование для них. Думал, статус деревни восстановят и смысл моей жизни будет оправдан.

— Мы этот вопрос уже несколько раз выносили на Думу. Создали комиссию. Депутаты высказались против, — рассказала заместитель главы Пышминского городского округа Алёна Кузванова.

— Действительно, живущему в 15 км от моей деревни она ни к чему! — возмущается Иван Иванович. Ему кажется, что спрашивали не тех и не так.

— Если бы это было просто: дать географическое наименование — и всё, — объясняет позицию администрации Алёна Кузванова. — Вот создадим деревню, должны будем обеспечить её необходимой инфраструктурой.

А бюджет-то у нас один! У нас нет бюджета каждой отдельной деревни. И, соответственно, если мы построим дорогу в деревне Налимова, то мы её не построим в селе Пульниково. Поэтому и надо учитывать мнение всего населения.

Иван Иванович действительно надеялся, что в его Менухово построят дорогу. Грунтовку, конечно, не асфальт! И даже посчитал, сколько денег на это нужно. Посчитали и в администрации. Разница примерно в сто раз. Это разница в подходе официальных структур (один проект миллиона на два потянет, а без проекта строить нельзя!) и частного, которому достаточно щёбёнки, солярки да денег рабочим, тысяч 300–400 на всё. А появится дорога, и сюда поедут люди, уверен фермер.

— Единственным весомым ар-

гументом за деревню было бы создание рабочих мест, пусть даже 10–15. Мы ведь не говорим «нет, вопрос закрыт». Позже снова выйдем на Думу, ещё один опрос проведём, — рассуждают в администрации.

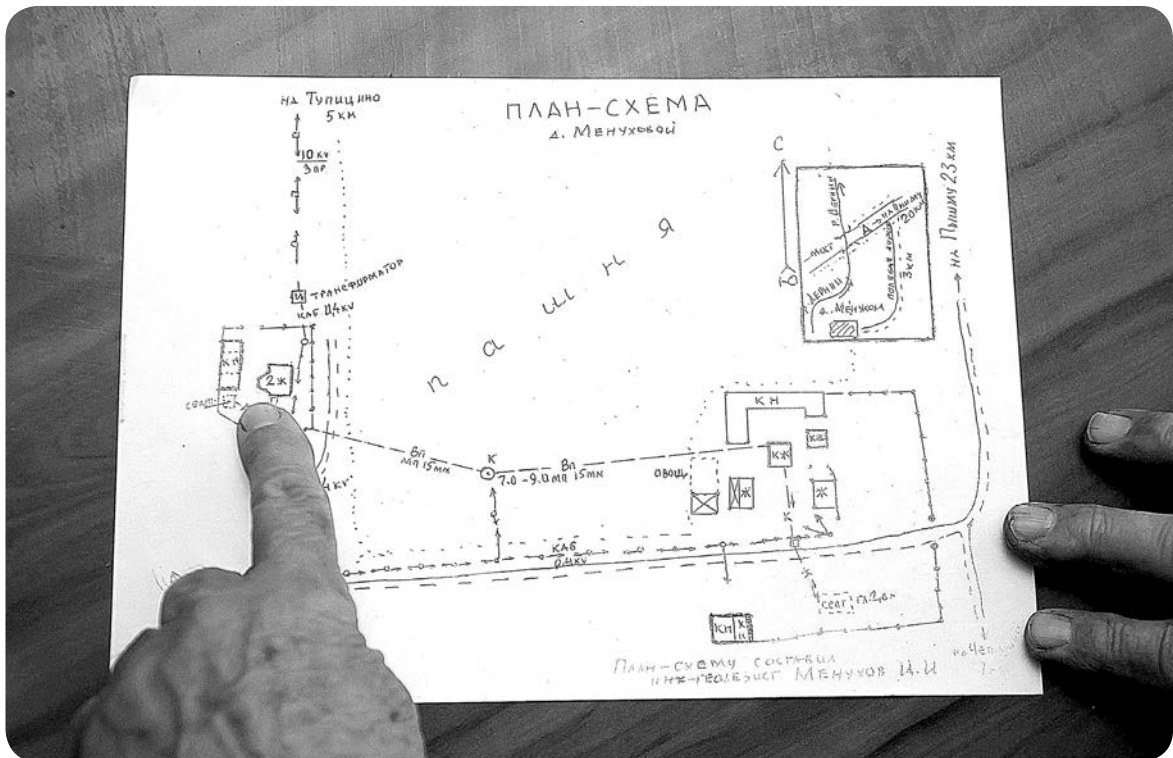
Сейчас кроме Ивана Ивановича на землях бывшей деревни трудятся его племянники — родной и внучатый, да ещё Андрей Борисович, нанятый ухаживать за скотиной. Летом племянники приезжают регулярно. Но зимой, когда по бездорожью отсюда не выбраться, деревня пустеет. Ближайшие соседи Менухова — косули да бобры, весь берег пруда в следах. Заброшь дома — и природа быстро возьмёт своё, не останется ничего от непризнанной деревни. Но Иван Иванович пока не сдаётся.

Комментарий депутата Государственной Думы Андрея Альшевских:

— Таких инициативных людей, которые пытаются развивать и поднимать наши сёла, надо всячески поддерживать. Я предложил бы для начала разобраться с документами, подписанными главой района 20 с лишним лет назад. Почему он поддержал тогда возрождение деревни? Чем руководствовался? Могу понять, почему чиновники, которые работают сейчас, выступают против. Ведь если появится новый населённый пункт, он должен будет содержаться по нормативам и стандартам, которые у нас прописаны. Глава района должен будет обеспечить новой деревне не только дорогу и освещение, но и пожарную безопасность, и медицинское обслуживание, и многое другое...

Чтобы начать реализовывать свою идею, Иван Иванович должен более внимательно подойти к социально-экономическому обоснованию возрождения населённого пункта. Если с экономической точки зрения это будет перспективно и выгодно, будет гораздо проще убедить местных чиновников и региональных законодателей. Не просто «я хочу, давайте возродим деревню», у него должны быть экономические аргументы, почему нужно принять это решение.

Ольга МЕДВЕДЕВА
Свердловская область
<https://rg.ru>





Как крохотная российская деревня стала мировым центром производства гуслей

Под Тверью есть уникальное производство — мануфактура по серийному изготовлению гуслей. Местные мастера, которые трудятся на ней, выпускают около 2,5 тысячи инструментов в год. Гусли этой мастерской есть в коллекциях многих известных российских музыкантов — от фольклориста Егора Стрельникова до Константина Кинчева. Заказы на инструменты приходят из Финляндии, Германии, Австралии и даже с Мадагаскара.

— 22 января 2018-го отец разбудил меня среди ночи: «Мастерская горит!» Я выскочил из дома, вижу — внутри уже всё полыхает, не зйти. Мы попытались что-то тушить, потом стали спасать инструменты. Вывалили их прямо на снег, на покрывало. На следующий день начали расчищать территорию, дожигать... Пришли мастера, стоят. И я стою. И думаю: «Зима. У мужиков семьи — надо кормить. А мы остались с нулём». Всё сгорело — станки, шаблоны, заготовки, разработки... — так рассказывает о самом чёрном дне своей жизни Сергей Горчаков, создатель мануфактуры «Мир гуслей».

Гусли — любому желающему

Село Пушкино — в 35 км от Твери. На первый взгляд, обычная тверская деревня: посеревшие от времени дома с резными наличниками, цепочкой поставленные вдоль асфальтовой дороги; сияющий лазурью храм с самой высокой, как говорят, в области колокольней; почта, автобусная остановка, магазин. Вдали — поля, перелески и поблёскивающие лужами грунтовки, убегающие за горизонт. И вдруг за поворотом дороги — печь из красного кирпича прямо на улице, вместо ворот. За печью — двор с двумя постройками, стены которых расписаны травами, цветами, музыкантами и танцующими девушками. Во дворе — сарайчики, поленница, разваленный земляной погреб, мотоцикл... На задах — стройплощадка с залитой плитой круглого, метров двадцать в диаметре, фундамента.

Это и есть мануфактура «Мир гуслей». Сегодня это единственное массовое производство гуслей, причём не только в России, но и в мире.

Гусли — старинный русский музыкальный инструмент — представляют собой резонаторный корпус с натянутыми на нём струнами. Ближайшие его родственники — арфа, кифара, цитра, лира. На протяжении многих веков гусли были одним из самых любимых и распространённых на Руси инструментов. Под них плясали, пели частушки, сказывали нараспев сказки и былины о подвигах богатырей, змеех от трёх головах и битве на Калиновом мосту. До революции гусли изготавливали кустарным способом, а в 1926 году в Ленинграде была открыта фабрика по производству музыкальных инструментов им. А.В. Луначарского, которая специализировалась на щипковых инструментах, в том числе и на гуслях. В 2005 году фабрику закрыли, и гусли практически исчезли из продажи.

— Сейчас есть примерно сотня мастеров, которые делают гусли на заказ, по два-три экземпляра в месяц, в расчёте на знатоков, — говорит Сергей. — Мы же хо-



тим, чтобы гусли мог приобрести каждый, чтобы они снова стали доступным музыкальным инструментом.

Идея создать серийное производство гуслей появилась у Сергея лет десять назад. Тогда ему было 25 лет, он жил в Санкт-Петербурге и зарабатывал тем, что ремонтировал и продавал подержанные автомобили, а в свободное время интересовался историей и культурой Древней Руси. Вырезал из дерева чаши, братины, ковши, изучал историю своего рода и однажды понял, что хочет вернуться к истокам. Переехал в деревню Пушкино под Тверью, в дом, в котором ещё до войны жила его прабабушка. Вместе с отцом, плотником по специальности, они начали небольшой бизнес — мастерами на продажу улья для пчёл.

Первые гусли Сергей сделал по случаю — в подарок на день рождения старшей сестре. Нашёл в интернете рисунок и смастерил. Инструмент получился неказистым, позже Сергей разобрал его и сжёг. Но мысль делать недорогие гусли осталась. Тогда Сергей купил простую циркулярку и в сарайчике площадью два на два метра оборудовал мастерскую. В помощники взял Виктора, парня 14 лет из местной школы. Виктор приходил после уроков и получал 50 рублей в час, а Сергей учил его всему, что знал сам, и аккуратно записывал отработанные часы.

— Мы начали с самых простых девятиструнных гуслей, — вспоминает Сергей. — Летом 2012 года приехали с ними на фестиваль реконструкторов «Воиновое поле». И там у нас купили первый экземпляр за 2000 рублей. Этот день мы считаем днём рождения нашей мануфактуры.

О недорогих, но качественных гуслях быстро узнали фолькло-

ристы. Инструменты стали раскупать — себе, детям, в подарок. Дела Сергея пошли в гору: он расширил производство, купил новые станки, обучил нескольких мастеров, вместо сарая построил двухэтажную мастерскую. И тут случился пожар...

— Мы думали, может, кто-то окуривать в стружку бросил или растворитель пролил. Но МЧС установило: поджог. Хотя врагов у нас вроде не было... — в голосе Сергея звучит растерянность.

Сразу после пожара сёстры Сергея написали в соцсетях грустный пост, что всё сгорело и тверских гуслей больше нет. И люди откликнулись — стали переводить деньги (только за первую ночь было пожертвовано 500 тысяч рублей), покупать оставшиеся инструменты, приезжать помогать отстраивать мастерскую заново, несмотря на тридцатиградусные морозы. Тогда Сергей поставил вагончики и возобновил производство гуслей.

— До пожара у меня было чувство, что мы навязываем гусли всему миру. После я убедился, что наше дело важно людям, и мы начали перезагрузку, — говорит Сергей.

Сегодня на мануфактуре работают 10 мастеров. В год здесь выпускают 2,5 тысячи инструментов, годовой оборот предприятия составляет 20 миллионов рублей.

Деревенские мастера

Вместе с Сергеем мы заходим в мастерскую. Теперь в ней три этажа. На первом — столярный цех, на втором — лакокрасочный цех и склад, на третьем на гусли натягивают струны, тут же устроена небольшая студия. Гудит станок, пахнет стружкой и лаком. Но поскольку сегодня суббота, то в цехе толь-



Мастера за работой



Сложная 12-струнная модель

изнутри на деревянные распорки, после чего инструмент шлифуют, покрывают морилкой и лаком. В самом конце устанавливают шпильки, колки и натягивают струны. Для корпуса гуслей Сергей берёт кавказскую ольху, реже — клён. Дека всегда еловая, её заказывают на производстве в Краснодаре. Лучшие струны — германские, для пианино. Изготовление стандартного инструмента занимает полтора дня.

Гусли должны звучать

Главная трудность и тайна — гусли должны зазвучать.

— В самом начале, когда я сделал первые образцы инструментов, они вроде звучали, но как только запустил их в поток, — замолкли. Я так и не понял, почему. Может, воском сильно натирал или ошибался в размерах — какой толщины должны быть стенки корпуса, какой — дека. Полгода я был в поисках звука. Но с опытом это пришло, — рассказывает Сергей.

— А у меня почти целый год был возврат, — продолжает Николай. — Шлемовидные гусли рвало, деки лопались. Однажды лопнули у девушки прямо в руках на концерте в Испании. Такой был удар по самолюбию! Я вроде был уверен в себе, а тут на тебе — «коза вылезла». Но мы с мастерами сели, подумали: как ведёт себя материал, какие силы действуют при натяжении струн, куда идёт напряжение? Это же физика, сопромат. Так что теперь, когда новые модели разрабатываем, никаких проблем. Запас такой можем дать!

Кстати, перед запуском в производство мастера обязательно показывают образцы профессиональным музыкантам-гуслярам. Так, самые первые модели Сергея проходили пробу у эксперта Ильи Ахромеева, а 17-струнный «Сирин» первым опробовал музыкант Егор Стрельников.

Сегодня на мануфактуре «Мир гуслей» производится более 30 моделей инструментов. Самые популярные — шестиструнные и девятиструнные «Авдоши», выполненные по образцу исторического инструмента, найденного в XX веке в одноимённом селе Псковской области. Но есть и эксклюзивные модели. Например, шестиструнный «Бахарь» — лировидные гусли, созданные на основе археологических образцов инструментов XI–XIII веков, найденных в Новгороде, или карельские кантеле, изготовленные по старинным традиционным финским технологиям из ценных пород дерева — клёна, бука, красного дерева. Шлемовид-



ный «Кит», у которого 22 струны и переключатель полутонов. Сейчас Сергей воссоздаёт псалтерий — средневековый европейский инструмент, под который христиане когда-то пели псалмы и в честь которого стали называть одну из книг Ветхого Завета — Псалтырь.

Но мало сделать гусли, надо ещё научить людей на них играть. В мастерской сыграть на гусях попробовала дочь Катя, которая знает гитару. Вот как она описывает свой опыт:

— Сначала было тяжело, как будто я разучилась плавать. Вроде держу инструмент — струнный, привычный, а когда пытаюсь что-то сыграть, ничего выходит. На гитаре нужно дёргать за те струны, которые зажаты, а тут всё наоборот. Левая рука глушит лишние струны, а правая играет перебор или бой. Аккорды получаются из открытых нот. Звук у гуслей звонкий, лёгкий, свежий. Когда я слышу его, представляю луг, на котором растёт молодая трава, покрытая росой, там же лесной ручей. К гуслям легко приспособиться. Моя неловкость прошла минут за десять. Я даже подобрала «Smoke on the water».

Гусли в «металле»

Про «Smoke on the water» — чистая правда. На гусях действительно можно сыграть не только народные наигрыши или древние былинны, но и классику рока, например. На YouTube-канале «Мир гуслей» выложено множество записей, как звучат «Beatles», «AC/DC» или «Nirvana», сыгранные на этом инструменте. А в 2019 году мануфактура приняла участие в фестивале «Нашествие» под девизом «Русский рок на русских гусях». Три дня фестиваля музыкант Евгений Летошников исполнял хиты Цоя, «Гражданской обороны», «Наутилуса» и прочих, да так, что даже охрип. Публика была в восторге, а некоторые русские рокеры сами обзавелись гусями, среди них Константин Кинчев. Но самое неожиданное — гусли Сергея Горчакова оказались в коллекции музыкантов «Metallica».

— Пару лет назад мануфактура получила заказ на шлемовидные гусли с росписью, — рассказывает Сергей. — Кто точно заказчик, мы не знали, но инструмент выполнили. А в сентябре 2019 года увидели в новостях, как фанаты дарят наши гусли Джеймсу Хэтфилду, Кирку Ли Хаммету и Ларсу Ульриху!

Музей в погребе

Впрочем, Сергей не ограничивается исключительно производством. В его планах — превратить мануфактуру в культурный и туристический центр. Печь в воротах — первый к этому шаг.

— Рядом с печкой мы поставим административное здание, — поясняет Сергей. — Мы зовём

его Ерихон, так как оно по форме будет напоминать древнерусский шлем. Здесь будут продаваться билеты, сувениры и, конечно же, гусли.

Кроме того, во дворе у Сергея есть небольшой магазинчик, где можно приобрести одежду в русском стиле, которую шьют его сёстры. По соседству — земляной погреб, где когда-то хранилась картошка и который теперь Сергей хочет переделать в музей русской нечисти — леших и домовых. Но главные работы он развернул на участке позади двора, который в шутку зовёт Северными землями.

— Здесь мы поставим круглый дом с купольной крышей. Сделан он будет по новой технологии — из блоков прессованного сена. Это недорого и экологично. В нём будем проводить фестивали, мастер-классы, устроим кухню и мастерскую, чтобы люди могли поработать с деревом и сделать простые гусли. Рядом построим баню с настоящей глинобитной печью, в которой можно будет мыться, как встарь, и посадим яблоневый сад. А ещё мы сейчас покупаем в деревне дом, в котором сделаем гостиницу примерно на 40 человек, — говорит о своих планах Сергей.

Другое направление — запуск онлайн-школы игры на гусях. Её цель — дать людям возможность в период пандемии, не выходя из дома, научиться играть или петь. Гусли для этого — самый подходящий инструмент. Простые мелодии может освоить каждый, уверен Сергей.

...Не секрет, что на протяжении веков к гусям и гусярам относились по-разному. В одни времена их считали вещим голосом богов. И даже библейского царя Давида изображали на иконах с гусями на коленях. В другие — например, при царе Алексее Михайловиче — гусяров приравнивали к скоморохам и гоняли, а инструменты сжигали на кострах. Даже сейчас, услышав о Сергее, некоторые люди вспоминают, что у него есть прозвище Яр-тур, и спрашивают, не язычник ли он.

— Мы светские, но с уважением относимся ко всем традициям, — отвечает Сергей. — К нам на подворье приезжают и кришнаиты, и солнцепоклонники, и священнослужители. А на берегу нашей речки Шоши мы проводим народные праздники — от Рождества до Масленицы и Ивана Купалы. Через музыку, историю, культуру мы стараемся объединить самых разных людей. И гусли, по-моему, отлично для этого подходят, потому что ложатся напрямки в душу каждого русского человека.

Алсу ГУЗАЙРОВА

Фото: Пётр Каменченко
Тверская область, д. Пушкино
<https://lenta.ru>



Сергей считает, что научиться играть на гусях может каждый

Вернуться в деревню и быть счастливой



Галина Никулина 10 лет назад уехала из родного села на Урал. И казалось, всё получается — хорошая работа, путешествия по миру. Но в прошлом году приехала на родину и осталась. Говорит, навсегда.

Теперь молодёжь под руководством Галины Никулиной создаёт картины и вставляет их вместо окон в заброшенных домах. Тимуровцы на новый лад — они называют себя пежмарята-блогеры — собирают мусор в селе, помогают с уборкой дров старикам, сделали несколько арт-объектов.

А началось всё с автобусной остановки, которая признана самой уютной в стране. Просто однажды Галина решила подмести и прибраться вокруг неё, здесь обычно тусовалась местная молодёжь. Но уборкой дело не ограничилось, на остановке появился ковёр. Потом абажур, затем провели электричество и подсветили надпись: «Возвращайся домой».

Так сделала сама Галина.

— Когда отпуск подходил к концу, я поняла, что не смогу уехать и оставить мальчишек и девочек, — объясняет она.

Теперь у Никулиной цель — создать в старой котельной место, где подростки могли бы собираться. На остановке зимой холодно. И потом, что это за место, несолидно для пежмарят и пежмарей. В новом помещении можно играть на приставке, смотреть кино и пить чай. Вообще-то есть клуб, но там не интересно, его часто закрывают из-за ковидных ограничений.

— 500 тысяч рублей, которые

мы собрали в интернете, уже пошли на ремонт крыши, новые окна, пол, двери. Но нужна примерно такая же сумма, чтобы завершить работы. Ещё нам много помогает Виктор Шорохов — директор местного крупного молочного хозяйства, — рассказывает Галина.

Именно Шорохов активно стал помогать активистке-землячке.

— Сначала я попросила мешки для мусора и телегу, а потом... спортивную площадку, — смеётся Галина. — Теперь у нас и спорт-площадка, и площадка для скейт-борда.

Никулина говорит, что вряд ли бы всё это появилось, вернись она в Екатеринбург. Сейчас у неё в чате 80 человек. Не только пежмарские, но и те, кто приезжает гостить сюда к бабушке. Всё выглядит красиво. Но на что жить-то?

— У меня были кое-какие накопления, — объясняет Галина. — Позже, когда заметили нашу остановку и заговорили про нас, у меня было несколько выступлений на форумах, за которые платили. В общем, на жизнь в деревне мне хватает. А все наши проекты мы делаем на деньги, которые собираем в интернете.

Но вообще-то Никулина рассчитывала получить в родном селе какую-то ставку, в Доме культуры, например. Но её, такую активную, здесь не очень-то ждали.

— Тут все закоренелое. Я работала немного с людьми и поняла, что мне не нужно такое. Лучше сделать так, чтобы всё вокруг работало, — поясняет Галина.

Никулина ведёт на экскурсию по родному селу. Вот набережная, здесь качели, которые делала команда Макара с девочками. Вот арт-объект с названием села Пежма, где обыгрывается буква «И» — есть растение пижма. Сначала архитектор посчитал, что такой арт-объект обойдётся в 50 тысяч рублей, но в итоге ребята сделали два за 15.

— Остаюсь навсегда, — заверяет Галина, сидя на берегу реки Пежмы. — Так решила. Мне тут интереснее. Столько дел появилось реальных. Там у меня была отличная работа на разных мероприятиях, в том числе на чемпионате мира по футболу. Я побывала в разных странах: от Голландии до Непала, а потом приехала до

мой, увидела траву, малину и речку, убрала мусор в округе и поняла, что не хочу уезжать опять.

Она соглашается: уезжать надо, чтобы получить образование. Но это не означает, что возвращаться не надо. Теперь у них есть набережная, точка для селфи с видом на пежемскую церковь, «окна РОСТА» — рисунки ребят, вставленные вместо окон в брошенных деревянных избах. Например, 8-летний Дима Вахромеев нарисовал, как на него напали осы и как он с папой заготавливает сено, а 12-летняя Аня написала картину, как два года назад в Пежме случилось наводнение.

— Я выложила фото рисунков в соцсети, так одна женщина захотела купить. Но мы решили, что это ведь Пежму должно украшать, и не стали продавать, — смеётся Галина.

Она показывает окрестные деревни. Удивительную Ширканду с настоящими русско-северными домами и древней часовней Киррика и Уилиты, восстановлением которой занимаются добровольцы из организации «Общее дело». Берег — она же деревня Притыкинская с баней, сложенной из исполкинских деревьев. Местная достопримечательность! Деревню Семёновскую с часовней Зосимы и Савватия XVIII века, стоящей на возвышенности...

Артём ЛОКАЛОВ
Архангельская область
<https://rg.ru>





«Посох дождя» из борщевика Сосновского

Существует, пожалуй, единственный способ полезного применения борщевика Сосновского — это изготовление занятого акустического аксессуара, который часто называют «посох дождя». Фактически это изделие представляет собой полую трубку с перегородками, наполненную сухим сыпучим материалом. При переворачивании «посох» издаёт звук, похожий на шум дождя или ручья. Другие названия — флейта дождя, хмара, рэйнстик.

Посох дождя использовали шаманы России, в том числе горного Алтая, а также Африки, Америки, Индонезии. Согласно легенде, он применяется для установления связи с «Вышним миром». Считается, что посох позволяет шаманам войти в транс, что в свою очередь помогает им управлять тучами и дождями.

Но в рамках данного материала оставим в стороне «магическую интерпретацию» и сосредоточимся на процессе изготовления этого инструмента. Качественно изготовленный посох может служить отличным подарком, украшением интерьера, интересным дополнением на этноярмарках и фестивалях, а также служить в качестве «звуковой машины» для спектаклей и вечеринок. Как и где его лучше применять — решать вам.

Изготавливать посох можно из различных материалов. Но чаще всего используется стебель именно борщевика Сосновского, так как благодаря его яркой фактуре изделие получает особый «этнический» акцент. Создание посоха требует определённых усилий и аккуратности: необходимо найти и срезать достаточно толстый стебель, правильно его высушить, чтобы не образовались трещины, затем очистить внутреннюю поверхность от загрязнений. Учитывая твёрдость и хрупкость сухого стебля, желательно избегать сильного надавливания.

Материалы и инструменты: сухой стебель борщевика, ножовка, зубочистки, шкурка, столовый нож, масса папье-маше (упаковка



от яиц), клей ПВА (можно строительный), крупа, жёсткая щётка, шило, блендер, дешёвая туалетная бумага. Дополнительно: акриловые краски, акриловый лак, морилки разных цветов.

Процесс изготовления. День первый.

Сбор стеблей.

Собирать борщевик можно с середины октября, всю зиму и в начале весны. Проще всего борщевик спилить ножовкой. Лучше выбрать стебель подлинней и потолще. Самое главное — нам нужен именно полностью высушенный стебель! Не используйте зелёный «июльский» стебель, это может быть опасно!

Чистка стебля.

Итак, мы запаслись несколькими палочками — основами будущих флейт. Теперь нам необходимо их очистить. Берём столовый нож с закруглённым концом и поддеваем верхнюю, ненужную «шкурку» растения. Не расстраивайтесь, если не получится счистить всё сразу. Остальное смываем водой.

В ванной под струёй воды жёсткой щёткой счищаем остатки. Должна получиться красивого цвета «соломки» фактурная палочка. Теперь нужно её просушить, так что оставляем будущую флейту в сторонку не меньше, чем на сутки, и идём готовить массу папье-маше. Для этого берём бумажную упаковку для яиц, разрываем её на мелкие кусочки и погружаем в воду, лучше тёплую.

День второй

Готовим папье-маше.

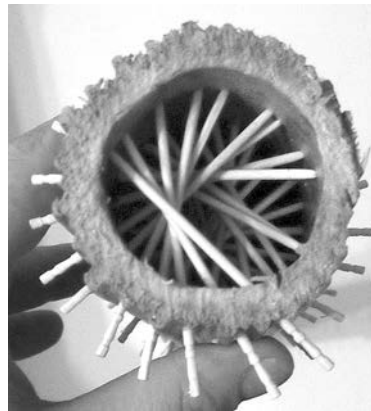
Хорошенько промешиваем руками будущее папье-маше, достаём всё содержимое из воды на полотенце, заворачиваем и отжимаем. Выкладываем получившуюся отжатую бумагу в глубокую тару, например, металлическую кастрюлю. Разделяем на более мелкие кусочки и заливаем клеем ПВА. Берём блендер и превращаем всё в однородную массу. После перекладываем в контейнер с плотной крышкой. Если мы хорошо отжали, то эта масса будет нам служить ещё очень долго. Она не будет высыхать и портиться. ПВА сохранит её надолго.

Создаём перегородки.

Нам понадобятся шило и проколотая палочка. Необходимо сделать проколы шилом по всей длине флейты, спускаясь по спирали. Для равномерности перегородок у любого края привяжем нитку, накрутим её по спирали в несколько витков по стволу и в конце закрепим её.

Распределим витки равномерно и начнём делать проколы с небольшим шагом. Когда дойдём до конца, снимаем нитку и вооружаемся зубочистками. Теперь нужно воткнуть зубочистки в каждую дырку от шила и утопить все зубочистки в противоположной стенке так, чтобы кончик зубочистки вышел наружу.

Когда работа закончена, обмываем все торчащие части зу-



бочисток. Далее берём кусочек шкурки и зашлифовываем каждую зубочистку, чтобы она была вровень с поверхностью.

Фиксация.

Нужно закрепить зубочистки в нашей флейте. Многие мастера проливают внутрь всё тот же клей ПВА. Можно обклеить поверхность флейты бумагой в два слоя. Получается очень прочно.

Создание «дна».

Дальше промазываем один конец флейты клеем и начинаем наклеивать его массой папье-маше. Очень важно закрыть только один конец. Второй закроем в самом конце.

Теперь будем ждать полного высыхания пробки. Зимой флейты можно сушить, обложив их на батарею или обогреватель. Оставляем флейту высыхать.

После двух-трёхдневного перерыва

Готовим крупу, ставим «флейту дождя» вертикально и начинаем



засыпать различную крупу. Подходят: рис, гречка, чечевица, иногда горох. Имеет смысл засыпать сразу разные виды крупы. Каждое зёрнышко даёт своё звучание. Рис шуршит по перегородкам, чечевица постукивает, и всё в сумме даёт неповторимое журчание дождя. По объёму обычно хватает от половины до полутора стакана крупы, всё зависит от толщины и длины «флейты дождя».

После того, как мы вдоволь насладимся звуком нашего «дождика», делаем пробку с другой стороны и опять оставляем сушить на 2–3 дня.

После окончательной просушки флейты остаётся ошкурить её и нанести узор (процесс исключительно «творческий»). Рекомендуют использовать морилки на водной основе, акриловые краски. Также можно покрыть изделие лаком.

<https://vk.com/borshevictory>

Несколько причин выращивать иву



1. Легко сажать, быстро укореняется.

Для посадки нужно брать черенки хорошего качества длиной приблизительно 20–25 см.

В первый год ива вырастает высотой 1–3 метра.

Ветки срезают в первый год и далее ежегодно или согласно выбранному циклу.

2. Приспособляемость ивы.

Ива может расти на различных почвах. Конечно, плодородная земля с обилием влаги будет

давать более высокие урожаи, но ива растёт и на более бедных почвах и даже на отравленной земле, где мало что может расти. Она терпима к суровым условиям, таким как продуваемые ветрами возвышенности и солёный ветер с моря.

3. Высокая продуктивность.

Ожидаемый ежегодный урожай от быстрорастущих разновидностей ивы составляет от 20 до 30 тонн свежего материала на гектар или 10–15 тонн сухого материала.

4. Ивовый кустарник как заградительное насаждение.

Поскольку ива быстро растёт и хорошо переносит воздействие ветра, она идеальна для использования в качестве заградительного насаждения.

Заградительные насаждения из ивы создадут защищённую область с хорошим микроклиматом для посадок, животных или людей, скроют от взгляда некрасивые строения.

5. Охрана окружающей среды.

Ива значительно улучшает почвенные условия, что приводит к увеличению ареала растений и животных. Сами посадки являются местом обитания разнообразных насекомых. Соцветия-серёжки, цветущие ранней весной, когда других цветов мало, станут пищей для пчёл и других опыляющих насекомых.

Насекомые привлекают птиц. Жизнь многих перелётных или постоянно живущих видов напрямую зависит от кустарниковых посадок, которые дают место для сна и гнездования, а млекопитающим — укрытие. Поэтому посадки ивы будут привлекательны и для хищников.

Огромный диапазон цветов, форм и размеров листьев и стволов, различие сроков цветения и характера произрастания в сочетании с быстрыми темпами роста делают иву лучшим средством для превращения неприглядной местности в красивую.

К тому же из растущей ивы можно делать живые скульптуры

— украшения, не вредящие окружающей среде.

6. Улучшение почвы.

Вы не найдёте лучшего перепроходца для бедных или истощённых почв, чем ива.

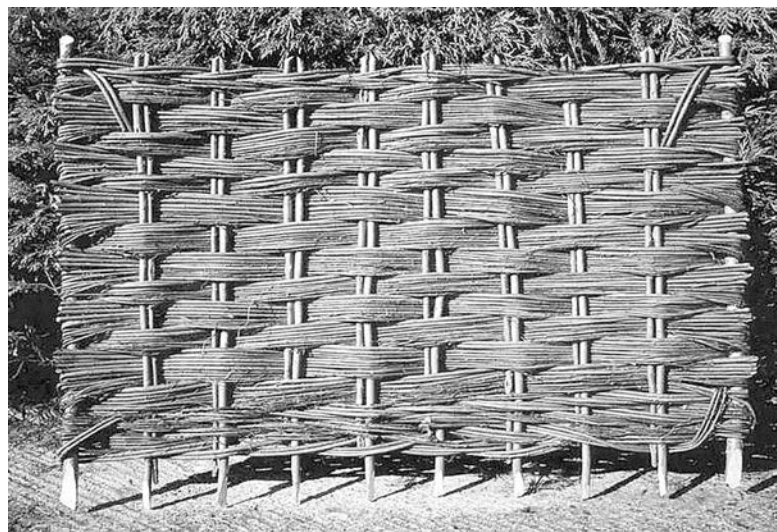
Её опавшая листва и корневая активность улучшат состав гумуса и почвенную структуру и увеличат

количество питательных веществ. Тем самым ива помогает укоренению других видов растений.

7. Ежегодный урожай.

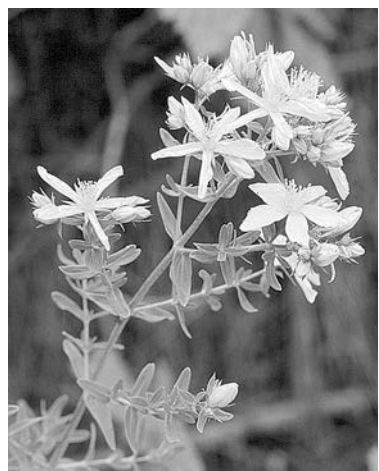
В отличие от урожая других видов древесины, урожай ивы можно собирать ежегодно. Лозу используют для плетения мебели, корзин, изготовления скульптуры и получают с неё регулярный доход.

<https://vk.com/pervorod>





Матрас и подушка из травы



В русских деревнях, когда наступала сенокосная пора, самым волнующим и бодрящим казался запах свежескошенной травы. Постепенно высохшее сено перевозили в деревню, устраивая в сенных сараях и на поветях душистые сеновалы. Художник К. Коровин с восторгом говорил: «До чего же хорошо спать на сухом сене! Никаких духов не сравнишь с нашим русским сеном». После сна на сеновале у человека возникает ощущение необыкновенной лёгкости и свежести. И в этом нет ничего удивительного — ведь за ночь через лёгкие проходит огромное количество чистого воздуха, настоящего на целебных травах, которые входят в состав любого сена.

Казалось бы, если набить матрасы свежим сеном, то и зимой можно будет чувствовать себя в

постели, как на сеновале. Однако буквально через несколько дней одна часть сена слёживается, превращаясь в жёсткий бугристый пласт, а другая перетирается в мельчайшую труху. Достаточно лишь слегка встряхнуть матрас, как над ним тут же поднимаются клубы сенной пыли, отнюдь не полезной для здоровья. Поэтому повсеместно матрасы набивали осокой и соломой, добавляя для аромата различные травы.

Заготавливали осоку в начале лета, до её цветения. На болотах и в других сырых местах, где обычно растёт осока, встречаются два основных вида растений — с крупными и мелкими листьями. Знающие люди заготавливают оба вида. Матрас, набитый осокой из мелких листьев, будет более мягким, но менее упругим, а значит, быстрее слежится. У крупнолистной осоки листья более широкие и грубые, но зато отличаются высокой упругостью.

Чтобы совместить лучшие качества той и другой осоки, на постель кладут два тонких матраса: сверху с мелкими, а снизу с крупными листьями. Матрасы из осоки надёжно служат в течение года. Разумеется, за это время их приходится несколько раз взбивать. Хотя осока растёт в сырых местах, сохнет она намного быстрее луговых трав. Скошенная ранним утром, в хорошую погоду уже к вечеру осока почти полностью высыхает, особенно, если её не забыли поворошить два-три раза в течение дня. Если осоку с весны

постоянно косить в одном месте, то до самой поздней осени можно иметь хороший набивочный материал без примеси побуревшей прошлогодней травы.

Подушки тоже набивают осокой, но только мелколистной, а также растительным пухом рогоза, чертополоха и бодяка. Рогоз заготавливают в августе и сентябре, когда его початки станут тёмно-коричневыми. Их срезают и укладывают для просушки на солнце, а в сырую погоду — под навесом. Как только кончики початков станут пушистыми, их кладут в наволочку, которую сразу же зашивают, оставив небольшую прореху. Наволочку с початками досушивают, положив на печку или же повесив рядом с ней. Когда початки высохнут окончательно и распутившийся пух заполнит наволочку, стебли рогоза осторожно вынимают один за другим через прореху. Убедившись, что в наволочке остался один пух, прореху зашивают, и подушка готова. Она может служить долгие годы. Раньше в некоторых местах пухом рогоза набивали даже перины. Не следует заготавливать пух рогоза весной, если его початки хорошо сохранились. В каждом из них устроили себе на зиму жилище личинки насекомых. Оказавшись внутри подушки вместе с пухом, они через некоторое время прогрызут ткань и выйдут наружу, оставив на наволочке сотни мелких дырок.

Если поблизости не было рогоза, то использовали пух растуще-

го на пустырях чертополоха и бодяка. Заготавливать пух этих растений достаточно сложно. Нужно не прозевать тот момент, когда растения только-только отцветут и на месте цветов появятся пушистые кисточки. Срезав достаточное количество головок, надев рукавицы, приступали к выдёргиванию пуха. Работа была кропотливой и требовала большого терпения. Когда наволочка заполнялась, её зашивали и клали сушить на печь.

В иных местах растительный пух предпочитали собирать с иван-чая или кипрея узколистного. К концу августа его кусты похожи на ёлочки с опавшей хвоей. Высокие тонкие стволы растения унизаны длинными семенными коробочками бурого-розового цвета. Некоторые коробочки, расположенные внизу, в это время начинают уже раскрываться. Во все четыре стороны раздаются дугообразные створки, освобождая белоснежный пух.

Сборщики пуха старались собрать коробочки, пока они ещё не раскрылись. Мешки с заготовленным сырьём клали в тёплое сухое место, например на печь, или же вывешивали на солнце. Когда коробочки высыхали и лопались, лёгкий и упругий пух заполнял мешок. Мешок били лёгкими деревянными колотушками и время от времени встряхивали. От встряски пух в мешке поднимался вверх, а более тяжёлые створки коробочек и семена опускались вниз, где находился узел мешка. Затем узел развязывали и высыпали скопившиеся отходы.

В середине октября, когда с молотью было покончено и на току громоздились горы сухой

соломы, крестьяне приступали к обновлению соломенных постелей. Из матрасов вытряхивали наполовину слежавшуюся, наполовину превратившуюся в мелкую сечку прошлогоднюю солому. В стороне от жилья, где-нибудь в дальних углах огородов, старую трухлявую солому сжигали. Матрасы стирали, просушивали и набивали свежей янтарно-жёлтой соломой. При набивке знающие крестьяне подкладывали в солому различные душистые цветы и травы, которые предусматривательно заготавливали ещё с лета. Некоторые из них собирали во время сенокоса. Кстати, выбирая из скошенной травы вредные для животных ветки зверобоя, они тем самым улучшали качество сена.

Для человека зверобой всегда был универсальным лекарственным средством, травой от 99 болезней. Считалось, что ветки зверобоя, положенные в матрас, способствуют более глубокому и здоровому сну. В некоторых местах в солому добавляли кроме зверобоя ещё и чабрец. Те же травы клали и в подушки. Соломенная постель с травяной начинкой была особенно полезна детям: на ней они быстрее засыпали и, надо полагать, до самого утра видели приятные сны. Подобные матрасы вместе с их содержимым были плотью от плоти травы, поскольку их к тому же шили из ткани, выработанной из волокон льна и других волокнистых растений.

Из книги Г.Я. ФЕДОТОВА

«Сухие травы: основы
художественного ремесла»
<https://vk.com/makestroy>



Дом-остров



29 лет назад семейная пара художников из Канады осознала, что своим искусством они никогда не заработают на собственную недвижимость. Тогда они решили построить её сами, и в результате появился необычный дом-остров, окружённый садом.

Дом-остров, созданный Кэтрин Кинг и Уэйном Адамсом, получил название «Бухта Свободы». Он расположен на озере в канадской провинции Британская Колумбия. Путь на лодке до ближайшего города займёт 45 минут.

Уэйн гордится не только тем, что построил всё сам, он сумел сделать это исключительно при помощи пилы и молотка без использования электроинструментов. Работа велась с 1992 года, и теперь на 12 соединённых между собой плавающих платформах разместились ярко раскрашенные жилые и хозяйственные по-



мещения, а также сад, пять теплиц, мастерская, скульптуры, художественная галерея и танцпол. Не пропадает ни один метр пространства: так маяк одновремен-

но является душевой комнатой.

«Бухта Свободы» является идеальным примером экологически чистой жизни: владельцы дома перерабатывают все отходы и

сами выращивают себе пищу, воду они берут из водопада на берегу летом и из снега и дождей в холодное время года, а электричество обеспечивают солнечные панели. После их поломки хозяевам пришлось использовать фотоэлектрический генератор, но возврат к солнечной энергии — лишь вопрос времени.

Супруги не только живут на своём острове на протяжении последних десятилетий: они вырастили там двух детей. Они изготавливают сувениры и произведения искусства, которые можно купить во многих магазинах этой области, пишут книги и музыку, танцуют и занимаются туристическим бизнесом. С июня по сентябрь в «Бухту Свободы» организуются туры; гости могут не только пожить в тишине, любя живописными пейзажами, но и взять напрокат лодку и каяк.

Кэтрин и Уэйн очень довольны своей жизнью на лоне приро-

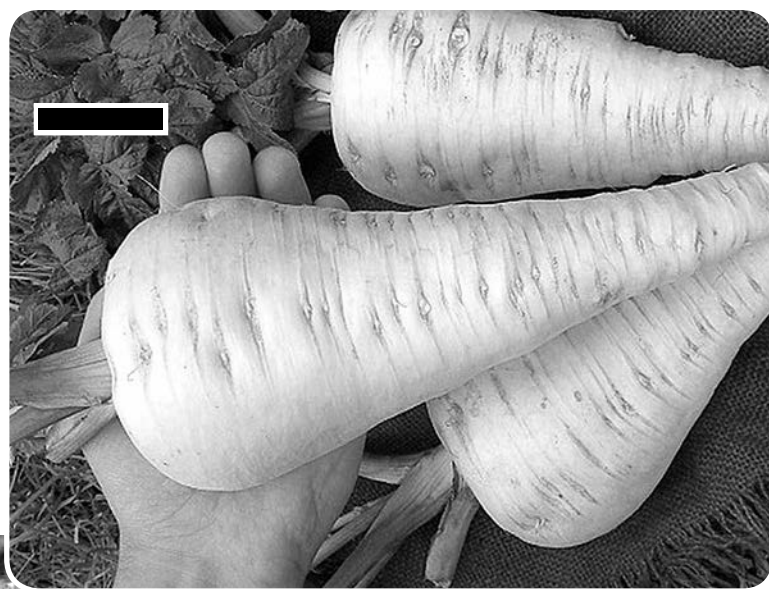
ды и вспоминают не так уж много проблем. В их числе — невозможность развести кур: эту попытку пресекли хищники. Кроме того, боры постоянно посягают на целостность конструкций. Однако это разумная плата за то, чтобы разделить с представителями мира фауны их уединение, считают создатели «Бухты Свободы».

<https://vk.com/event65215122>





Овощ с характером пастернак



Совсем недавно мне попалося на глаза такое выражение о пастернаке: «Кто знает, тот его любит, кто не знает, должен полюбить».

И действительно, как его не любить, если по полезным свойствам его можно сравнить с женьшенем.

Съев салатик с добавлением пастернака, вы сразу почувствуете, как значительно прибавляются силы, и вы уже готовы к новым подвигам. К тому же он совсем не привередлив при выращивании. Эта белая морковка с листьями петрушки надолго приживётся на вашем огороде, если вы вырастите пастернак хоть разок.

Биологический портрет

Семейство зонтичных, родственник укропа, петрушки и прочих зелёных, образующих соцветие — зонтик.

Пастернак посевной — многолетник или двулетник. Всходы его похожи на всходящую петрушку или сельдерея, но лист сразу крупнее. Обычно и по цвету насыщенней, но светлее (зависит от сорта).

Высота растения зависима от условий выращивания: типа почв; ухода; схемы посадки.

Влияет на высоту и выбор сорта. Пастернак поэтому может быть низеньким кустиком — 30 см, а может вымахать и до 2 м.

Форма корнеплода коническая, как у моркови, или округлая, как редька.

Образуется он в первый вегетационный год, что удобно огороднику.

На следующий сезон пастернак выгоняет цветоносные стебли («идёт в трубку»), даёт семена. Корнеплоды второго года не идут в пищу. Корень пастернака становится грубым, почти древеснеет.

Ценность культуры

Пастернак как приправа имеет многочисленных поклонников. Изысканный аромат и приятный вкус позволяют ему присутствовать в разных блюдах. Супы, добавка ко вторым блюдам, самостоятельные блюда, гарниры. Используются и при консервировании, заготовке овощей маринованными на зиму.

Пастернак вкусен, вдобавок — целебен:

- возбуждает аппетит своим ароматом;
- служит болеутоляющим при разного вида коликах: почечных, печеночных, желудочных;
- унимает кашель;
- повышает потенцию;

- оказывает мочегонное действие;

- помогает при водянке;
- лечит потерю аппетита;

- обладает успокоительным действием;

- регулирует обменные процессы за счёт насыщенности витаминами, минералами, кислотами органического происхождения;

- снимает спазмы сосудов;

- размягчает почечные камни;

- семена пастернака тоже целебны. Из семян в фармацевтике изготавливают препараты, применяемые в дерматологии. Лечат «пастернаковым» лекарством витилиго. Помогает оно и при псориазе, выпадении волос (облысении).

Пастернак — растение универсальное: и вкусом порадует, и здоровью польза.

Только неосведомлённость, занятость или нежелание извлечь пользу мешают огородникам уделять большее внимание пастернаку.

Культура эта заслуживает место на грядке любого участка. Кто выращивает, тот знает это.

Популярные сорта

Сортов пастернака много, отличаются они формой корнеплода и сроками созревания.

Гормон. Раннего созревания сорт имеет конусовидный корнеплод, готов к столу уже за 2,5 месяца от всходов.

Длина — в среднем 20 см, вес — больше 100 г. Ароматен, хорош как приправа.

Самостоятельное блюдо — жареный, тушёный или варёный — тоже не разочарует.

Гернси. Этому сорту потребуется больше времени на рост, почти четыре месяца. Он среднеранний. Холодостоек. Корнеплод конический.

Деликатес. Среднеранний сорт. Он и впрямь деликатес, очень вкусен, ароматен. Форма округлая, корнеплод может весить больше 300 г.

Круглый. Ещё один округлый по форме корнеплод. Форма, правда, округла только сверху, сам корнеплод удлинённый. Весит вдвое меньше предыдущего.

По вкусу уступает другим, по аромату — тоже. Зато спеет быстро: чуть больше трёх месяцев. Вдобавок неприхотлив к почвам: справится и с тяжёлой, вырастет и вызреет.

Лучший из всех. Среднеранний, готов за три месяца, на юге он вызревает всего за два месяца.

Ароматный, конический, до 150 г. Лёгкий — сеять можно рано, а чтобы хранить — в конце мая. Урожаен, вкусен, название своё оправдывает.

Белый аист. Считается среднеспелым, хотя поспекает примерно как Гернси — за четыре месяца.

Белый, похожий формой на морковку корнеплод. Вес 100 г



(средний).

Назначение пищевое, вкус отличный. Поспевание дружное, хорошо хранится: лежит долго без порчи.

Гладиатор. Среднеспелый, конический, белый. Урожаен, хорошо растёт. Крупные корнеплоды. Сорт кулинарного назначения.

Гавриш. Среднеранний, ему хватает меньше трёх месяцев.

Холодостоек, даже морозостоек, растёт нормально даже при низких плюсовых (5°C) температурах. Всходы выдержат пятиградусный недолгий мороз, подросшее растение стерпит заморозок и минус восемь.

Студент. Поздний (150 дней) урожайный сорт. Корнеплоды крупные, конусовидные. Длина 30 см. Вкусен, ароматен, с белой мякотью. Засухоустойчив.

Петрик. Диетический среднеспелый сорт. Ценен в кулинарии и лечебен, особенно для мужчин. Форма корнеплода коническая. Вкусен, ароматен.

Пастернак любого сорта, даже неокультуренный, — продукт, несущий целебные вещества организму человека. Свои полезные свойства пастернак проявит в пище и в специальных настоях для лечения.

Планируя набор культур для посева, не забывайте о нём.

Выращивание пастернака

Культура возделывается посевом в грунт или рассадным методом. Как удобнее, овощевод решает сам.

Не каждому огороднику удаётся получить всходы пастернака. Причина обычно в семенах. Зонтичные культуры в большинстве эфиромасличные. Семена, содержащие различные эфирные масла, хранятся недолго.

Лучший период посева — следующий год после сбора. Уже на второй сезон хранения всхожесть эфиромасличных резко падает, иногда до нуля.

Поэтому приобретайте семена у добросовестных продавцов,

в проверенных магазинах или выращивайте сами.

Сроки посева

Сроки посева пастернака варьируют. Влияют погода, регион и желание самого овощевода.

Пастернак холодостоек, он стерпит февральский посев, можно выбрать март, апрель, даже май.

Надо получить раньше — раньше и высевайте. Раньше всего удаётся пастернак при подзимнем севе.

Для зимнего хранения просчитайте сроки: когда в регионе начинаются устойчивые заморозки. Обратный отсчёт для поздних сортов — пять месяцев.

Посев

Подготовка семян. Семена пастернака туговсхожи. Прорастают они долго, поэтому оптимально готовить их заранее к посеву.

Сначала сутки вымачивают. Заливая водой, периодически её меняют, чтобы она оставалась свежей. Выдерживают в комнате.

После воду сливают, семена оставляют мокрыми в тряпочке, поместив её туда, где семена не высохнут (полиэтиленовый пакет, пластиковая ёмкость с крышкой).

Положить увлажнённые семена и просто ждать нельзя. Периодически, примерно через три дня, ткань с семенами вынимают, промывают прямо в ней семена свежей водой. Проверяют их состояние.

Годные семена не плесневеют, имеют обычный запах. Нежизнеспособные — портятся.

При просмотре семена проветриваются, аэрация тоже нужна. Затем тряпочку сворачивают, убирают опять во влажное временное хранилище.

Недели через полторы наклюнутся ростки. Это корешки. Семена жизнеспособны и почти подготовлены.

Осталась закалка. Поместив семена ближе к морозильной ка-

мере (не бойтесь заморозить, они выдержат) холодильника, готовьте почву.

Подготовка почвы. При выборе места учитываем: пастернак светолюбив, но к жаре не благосклонен.

Если высадка на юге, лучше предпочесть для культуры полутень, чем открытое жаркое место.

Весной нарезают неглубокие борозды, в них будет посеян пастернак.

Если почва тяжёлая, канавки под высев делают глубже. На дно их насыпают перегной.

Междурядья оставляют шириной до полуметра, ориентировка по сорту, типу почв, ожидаемой высоте растения.

Высев семян. Закалённые семена с мини-корешками аккуратно распределяют в бороздках, интервал — 12 см.

Предварительно бороздки проливают. Семена снабжены крыльчатками, это делает их больше, заметнее, высевать проще.

Можно подстраховаться и высаживать вдвое ближе, это заместит невзошедшие семена, но тогда потребуются прореживания.

Лёгкое прикатывание (можно прокладывать доску по длине или ширине грядки, придавливать её, потом переносить на участок рядом) поможет сцеплению почвы и семян.

Если почва недостаточно увлажнена, уплотнит её умеренный полив.

Если сев подзимний, сеют гуще, всходы изреживаются сами, так как всходят не все.

Заделка при любом выбранном сроке сева — 4 см, не глубже.

Посев на рассаду. Все корнеплоды пересадку не любят, переносит её тяжело.

Малейшее травмирование корешков, особенно центрального, и корнеплоды вырастут уродливыми: раздвоенными, искривлёнными, нестандартными. Поэтому пастернак не пикируют.

Подготовленные (пророщенные) семена высевают в ком питательной смеси, лучше в торфяном горшочке, чтобы вместе с ним потом высадить подросшее растение.

В горшочки сеют тоже с подстраховкой, по два семени, чуть отдавая их. Нужно это, чтобы потом, удаляя лишнее, не травмировать основное растение.

В горшочки пастернак высевают неглубоко, на 1 см.

Выращивание рассады. Субстрат в горшочках содержит увлажнённым, чтобы корешки развивались. Чрезмерно увлажнять недопустимо.

Пересыхания поверхности субстрата избежать можно, накрыв горшочки плёнкой. Каждый день проверять влажность, ожидая, когда взойдут ростки.



Взошли — обеспечьте светом, пастернак его любит. Если сев ранний, лучше подсвечивать, продлевая световой день. Тогда ростки будут крепкими, не вытянутся.

Месячная рассада готова к высадке. Посадка пастернака производится по принятой схеме посева. Отличие только в том, что сажают сразу на оптимальном расстоянии, прореживания не потребуются. И вместо бороздок — лунки. Опускать в них горшочки осторожно, не повреждая корни.

Горстка золы в лунке тоже не помешает. Тогда и приживаемость высока, и урожай порадует формой корнеплодов.

Уход за пастернаком

Неприхотливость растения делает уход несложным. Важно пройти первую фазу, особенно при высеве в грунт.

Содержать влажной почву, так как ростки вначале медленно растут. Пересохшая, покрытая коркой земля — преграда всходам.

Своевременно убирать сорняки: они быстро способны «забить» своим активным ростом молодой пастернак.

Рыхлить междурядья.

Как только всходы укрепились, поднялись, уход упрощается. Пастернак даёт приличную розетку листьев, начинает сам глушить сорняки. Листвой прикрывает землю, сохраняя влажность.

Можно дать одну или две подкормки (внекорневые, опрыскиванием или под корень с поливом), если почва небогата по составу. Вполне подойдут коровяк или разведённый перебродивший птичий помёт.

Вторая половина вегетации подкормок не требует, они даже вредны: корнеплод может растрескиваться (много «кушать» иногда и растениям не в пользу).

Дальше в основном поливы по необходимости, рыхление и чистка междурядий от сорняков.

Уход предпочтителен утром или вечером, не в жару.

На солнце пастернак выделяет из листьев эфирные масла, они могут действовать как аллергены. Аллергикам с этой культурой лучше работать в защитных перчатках в любое время.

Вредители и болезни

Пастернак — растение стойкое и врагов у него не много. Они общие с другими зонтичными. Но пастернак устойчивей, поражается меньше, поэтому и называют вредителей не его именем, а по названию сородичей: морковная муха, сельдерейная муха, полевой клоп, тминная моль, полосатый щитник, корневая тля. На пастернак они заглядывают, если основной, любимой культуры не находят или если делянки зонтичных неосмотрительно расположены рядом.

Морковная муха. Рыженькая, маленькая, но вред от миниатюрной полусантиметровой мушки велик.

Муха приспособилась откладывать яйца прямо в корневую шейку растения. Отрождаясь, личинки сразу вгрызаются в корнеплод и питаются им почти месяц. Успевают основательно продырявить пастернак ходами, портят его.

Нападают на повреждённый корнеплод и гнили, случается растрескивание.

Обнаружив муху на делянке любых зонтичных, измените тактику их выращивания.

- Чередуйте ряды пастернака

и лука. Получите двойную пользу: лук отпугнёт морковную, а пастернак — луковую муху. Подобную службу сослужит чеснок в междурядьях. Заодно уплотнит посадки. Так разумное размещение овощей делает их помощниками в защите от напастей.

- Пастернак принято сажать редко, не нарушайте правило. Морковная муха предпочитает влажные места. Редкие посадки хорошо проветриваются, мухе там некомфортно. Избегайте низин: там тоже застой влаги.

- Землю на небольшой делянке можно посыпать порошком горчицы. Это отпугнет муху.

- Если муха досажает, поможет опрыскивание разведённым нашатырным спиртом.

- Можно опрыскивать делянку едкими подручными настоями (картофельная или помидорная ботва, чеснок, полынь).

- Поможет и процеженный недельный настой репейника.

Сельдерейная муха. Поражает зонтичные, вредит и пастернаку. Муха тоже небольшая, как и морковная. Цвет бурый, с красным оттенком.

Поражает надземную массу: откладывает яйца внутрь, под кожу. Они прозрачны, незаметны. Если кладка многочисленна, образуется бугорок. Он меняет цвет на бурый.

При малом поражении пастернака сельдерейной мухой на этой стадии бугорки можно просто раздавить. Если стадия пущена, рождаются личинки. Питаются они тканями листьев, стеблей целый месяц. Листья вянут, гибнут. Личинки уходят в почву на окуливание.

Соблюдение агротехники, севооборота, правильное соседство культур защищают от вредителя.

Когда поражённых растений мало, целесообразно их убрать с участка, обезвредить, уничтожить. Если поражение массовое, применяют отпугивающие запахом вещества или биологические препараты.

Полевой клоп. Маленький серый, с зелёноватым отливом жучок. Вредит зелёной части, личинки рождаются внутри тканей и высасывают из них сок. Жучок ещё и ядовит для пастернака: его слюна содержит едкие токсины.

Поражённые растения если и завяжут семена, то бесплодные. Клопа можно уничтожить биологическими средствами, не опасными для человека и окружающей среды.

Тминная моль. Непривередливое насекомое: ест у пастернака всё. «Вершки и корешки» не упускают гусеницы этого вредителя. Если растению удаётся зацвести, доберутся и в цветки, «поточат», что возможно.

Бороться сложно, нужны предупредительные меры.

Подручный способ: настой помидорной ботвы. Половину ведра ботвы заливают доверху кипятком. Через сутки—двое процеженным раствором опрыскивают делянку с пастернаком.

Ботва томатов ядовита для гусениц: в ней присутствует соланин.

Полосатый щитник. Вряд ли кто-то не видел этого клопа. Яркая красная с чёрными полосами расцветка и очень неприятный запах.

Такой клоп не просто «гуляет» по огороду, это вредитель. Щитник обожает зонтичные, обязательно посетит зонтики моркови, укропа и, конечно, пастернака. Питается соками растений. Сам клоп ядовит, птицы не трогают его.

Большого вреда щитник не наносит, хотя питается на всех стадиях роста. Снизить численность можно ручным сбором вредителя, обработки не проводят.

Корневая тля. Насекомое мелкое, жёлтого или зеленоватого цвета.

Большинство тлей безкрылы, но часть — крылатые. Расселяются больше подвижными личинками. Для этого бродяжкам (личинкам) приходится выходить на поверхность, они подвижны, быстры, находят новых хозяев и опять углубляются ближе к корням, в почву.

Личинки питаются соками корней. Повреждая корни, открывают ворота разным инфекциям: грибам, бактериям, вирусным болезням.

Первым делом тле противостоит агротехника: севооборот, уборка растительных остатков. Помогут и биопрепараты.

Болезни пастернака

Преимущественно это гнили, вызваны они поселившимися на повреждённых (или находящихся в повышенной влажности) корнеплодах.

Гнили чаще возникают при хранении.

Мучнистая роса. Узнаётся болезнью по налёту белого цвета, покрывающему листья. Распространяется грибок быстро, листья погибают, урожай снижается или не формируется вообще.

Борются с гнилями профилактикой. Подготавливают хранилища (дезинфекция, просушивание), поддерживают оптимальную влажность, невысокую температуру в период хранения.

Мучнистую росу уничтожают препаратами меди, стараются не переувлажнять посеы, не загущать их, чтобы было проветривание.

В целом пастернак вынослив, болеет редко.

Уборка и хранение

Пастернак лоялен к низким температурам, убирать его можно «под занавес», перед морозами. Небольшие короткие заморозки не повредят корнеплоду.

Чтобы при выкопке повреждения были минимальны, лучше использовать вилы, не лопату. Ботва жгуча, нужны перчатки. Особенно, если уборка ранняя, в начале засыхания листьев.

Хранить пастернак непросто. Во влажном помещении ему комфортно, но комфортно и патогенной флоре, она может вызвать заболевания.

При сухости воздуха пастернак вянет, теряет сочность, вкус. Температуру надо поддерживать строго, диапазон невелик: от 0°C до 2°C.

Поэтому с хранением проще южанам: они могут оставлять корнеплоды невыкопанными, так как зимуют без особых проблем, просто выкапывать, когда нужно.

Полезный корнеплод растёт не у всех.

Незаслуженно отодвинутый, оттеснённый другими культурами, он пока ждёт возвращения былой продуктовой славы.

Если в вашем севообороте он пока не предусмотрен, не пожалейте немного места, посадите хотя бы пару рядков.

После уже вряд ли откажетесь от питательного, вкусного и целебного пастернака: он пропишется на участке к вашему удовольствию.

<https://syperdacha.ru>

Пермакультурная слоистая грядка

11 июля 2021 г. часть нашей команды продемонстрировала строительство слоистой гряды на мероприятии — Встрече озеленителей Петербурга, проходившей в рамках вечеринки «За дело».

Грядка, которую мы строили, похожа на грядку из фильма Джефа Лотона «Пермакультурные почвы», который просто обязателен к просмотру всем новичкам.

Такая грядка помогает быстро и эффективно восстановить структуру почвы, что очень актуально для переуплотнённой почвы в городе. Как раз такая почва нас ждала на будущем месте грядки.

Рецепт грядки

Грядка строится прямо на траве, ничего не перекапывается!

Если на целине есть высокие растения, то мы их подрезаем и укладываем первым слоем.

Далее выкладываются слои в следующем порядке:

- картон;
- любые бумажные отходы, не пригодные для переработки (втулки, салфетки, жирные бумажные пакеты из-под пирожных, пиццы, упаковки из-под яиц);
- сено высушенное;
- Поливаем: вода + ЭМ-препарат.

- пищевые отходы;
- зелёная, ещё свежая трава из газонкосилки (оставить немного для верха);
- высохшая трава из газонкосилки.

Далее нужно сделать небольшие (7 см) дырки острым ножом крест-накрест в нижнем слое картона, чтобы открылась земля, туда порционно засыпать плодородный грунт, в этот грунт высадить нашу рассаду. Затем посадку сверху мульчируем ещё небольшим количеством кошенки (она активно выделяет при разложении углекислый газ, который подпитывает наше юное растение).

Поливаем водой с растворённым ЭМ-препаратом.

Такую грядку в жару можно поливать точноно (под корень) два раза в неделю.

Кассовые чеки тоже можно класть, если овощи в грядке планируются выращивать на следующий сезон (если сразу начать выращивать, то есть вероятность, что бисфенол А из чеков всё же перейдёт в съедобные плоды).

Можно использовать любой ЭМ-препарат (Байкал, Сияние, Бокаши), какой вы найдёте (в магазинах садоводства, природного земледелия, в интернете).

Кошенка (травы из газонкосилки) по сравнению с обычным сеном более мелкая, порубленная, её удобно класть в верхние слои, она не будет стоять торчком, как сено. Но влагу кошенка удерживает хуже. Если вам нужен утренний эффект капельного полива, то сено в качестве мульчи будет лучше конденсировать из воздуха росу и передавать в почву.

Главный секрет грядки — чередование слоёв, содержащих азот, со слоями, содержащими

углерод, при этом стоит стремиться к соотношению углерода и азота 25:1 (на 25 частей углерода — 1 часть азота).

Материалы углеродистые, как правило, сухие и «коричневые» (сухая трава, картон, бумага, ветки, опилки).

Азотистые материалы влажные и «зелёные» (свежая трава, пищевые отходы, навоз).

Азот запускает процесс горения, и в грядке начинают активно размножаться бактерии, что сопровождается выделением тепла. Тепло и активное размножение аэробных бактерий полезны для растений.

Преимущества слоистой гряды

- Не надо копать, можно строить сразу на целине.
- Такая грядка полезна для деградированной, переуплотнённой городской почвы, она хорошо восстанавливает почвенную структуру.
- Питает растения благодаря тому, что построена из органических остатков, которые постепенно перерабатываются.
- Выделяет тепло, стимулирующее рост растений.
- Привлекает червей, оздоравливающих почву.

В первый и второй годы на грядке можно выращивать растения, которые любят хорошее питание — тыкву, кабачки, огурцы, и теплолюбивые культуры — томаты, баклажаны, перцы. Питания в грядке хватит на три-четыре года.

Важные моменты

- Если у вас наблюдается уклон, то расположите грядку поперёк, чтобы она равномерно увлажнялась по всей длине.
- Если уклона нет, то можно расположить с севера на юг для равномерного освещения.
- Если у вас выпадает очень много остатков, а почва глинистая и плохо пропускает влагу, то не забудьте сделать дренаж. В случае слоистой гряды идеально подойдут более крупные ветки в нижнем слое, которые будут постепенно разлагаться, отдавая тепло и питательные вещества, и одновременно отводить излишки влаги.

Желаем практики и ещё раз практики!

<https://vk.com/@organicworld-permakulturnaya-sloistaya-gryadka>





Проращиваем семена

Перед посевом семян их необходимо прорастить, это очень важная операция. Посев семян сразу в грунт, садоводы часто обнаруживают, что проросла только часть семян, и приходится сеять повторно. Если семена предварительно прорастить, то можно ещё перед посевом в грунт убрать невсхожие семена. Также вы имеете возможность отобрать самые сильные ростки. Посев наклюнувшимися семенами даёт 100% всхожесть.

Главное — предварительно пророщенные семена обладают большей энергией роста. Растения, выращиваемые из таких семян, лучше развиваются и дают больший урожай.

Испытав около десяти способов проращивания семян, мы выбрали те, при которых семена прорастают раньше.

Поливаем

Если вы допустите ошибку в каких-либо других приёмах выращивания рассады, то у вас будут слабые растения. Но если будете переливать или часто поливать рассаду, то растения могут погибнуть.

Каждую весну в наш центр

приходят садоводы с рассадой, у которой потемнела и высохла часть стебля, и она упала. Они считают, что это чёрная ножка. Мы отдавали на анализ почву с такой рассадой, и возбудителей чёрной ножки обнаружено не было. А причиной гибели рассады всегда было её переувлажнение.

При излишнем переувлажнении в почве активно развиваются бактерии, выделяющие сероводород. Кроме этого почва на дне стакана, где находятся корни растений, переуплотняется и затрудняет доступ воздуха. Это приводит к тому, что корни «задыхаются» и стебель растения пересыхает на уровне почвы.

Как избежать подобных случаев?

Первое — во время пикировки ком земли с корневой системой разместить на 2–3 см выше дна стакана.

Второе — поливать рассаду при сильном подсыхании верхнего слоя почвосмеси и первых признаках увядания растения.

Третье — при выращивании рассады использовать почвосмесь с добавлением биогумуса и кокосового субстрата. Эти органические материалы накапливают в себе большое количество влаги и долго её сохраняют, что исключает необходимость частых поливов. При этом они остаются в рых-

лом состоянии и обеспечивают доступ воздуха к корням.

Исключает возможность переувлажнения почвосмеси применение капиллярных матов. Они представляют собой синтетический материал, обладающий высокой влагоёмкостью. Мат укладывают гладкой стороной вниз, а сверху закрывают защитным покрытием полосами вниз.

Покровитель защищает мат от загрязнения и прорастания в него корней. В поддон наливают воду, пока мат ею полностью не напитаётся. В поддон ставят стаканы (таблетки) с растениями. Вода проходит через отверстия в защитном покрытии и смачивает почвосмесь на дне стакана и таблетки. Важно увлажнить почвосмесь до их размещения в поддон, тогда капиллярный автополив растений будет идти сразу.

Досвечиваем рассаду

Томаты, перцы и баклажаны — субтропические растения с периодом вегетации 5–6 месяцев, поэтому мы и выращиваем рассаду весной на подоконнике. Но в субтропиках растения получают много солнечной энергии, а у нас весной световой день короткий, и растения недополучают энергии света, необходимой им для фотосинтеза. По этой причине у рассады бледный, нездоровый цвет листьев, она вытягивается и имеет длинные междоузлия. Всё это сни-



Рис. 11

жает урожайность растений.

Улучшить освещённость рассады можно целым комплексом методов. Семена на рассаду сеять на 2–3 недели позже обычного, и растения будут развиваться при более длинном световом дне.

Рассаду лучше всего размещать на южном окне, но проблему это не решает. В естественных условиях растения получают прямой свет с одной стороны (юг) и отражённый ещё с четырёх сторон (восток, запад, север, зенит). На южном окне поток света идёт вместо пяти сторон только с одной, и свет рассада получает в разы меньше, чем нужно. А на северных окнах — ещё меньше.

Поэтому подсветка рассады является необходимым условием получения здоровых растений с короткими междоузлиями. Подсветка ведётся двумя способами — пассивным и активным методами.

При пассивном методе в оконном проёме между рассадой и комнатой размещается светоотражающий экран.

Свет из окна отражается от экрана и подсвечивает растения со стороны комнаты. В качестве экрана применяют белую ткань, бумагу, фольгированный рулонный утеплитель. Без подсветки растения тянутся к окну.

При активном методе рассаду сверху и со стороны комнаты освещают лампами. Существует три вида ламп, которые можно применять для досвечивания растений: люминесцентные фитолампы синего спектра «Флора», светодиодные лампы красно-синего спектра «Алмаз» и натриевые лампы жёлтого спектра «Рефлекс».

Самое экономичное решение подсветки — фитолампа, а светильник лучше использовать с отражателем. Цена её незначительная, расход электроэнергии минимальный. Но лучшее развитие растений идёт под двумя другими видами ламп.

Обогреваем рассаду

Часто бывает, что рассада очень плохо развивается или не растёт совсем. Обычно это связано с низкой температурой на подоконнике.

Для нормального развития рассаде необходима температура 23–25°C. Но если даже температура воздуха в квартире 23°C, то на подоконнике будет только 13–15°C. При такой температуре корневая система тормозится в развитии, и рассада перестаёт расти.

Повысить температуру в стаканах с растениями можно так. На

подоконник поперёк укладывают бруски, сверху на них размещают прямоугольную полосу из фанеры, ДВП или ОСП. Полоса имеет такую ширину, чтобы перекрыть подоконник и выступать над батареей отопления. На полосу размещают рассаду (рис. 9). Тёплый воздух от батареи будет проходить под полосой и нагревать её. Температура почвосмеси в стаканах повысится, и растения будут хорошо развиваться.

Другой способ — вырезать прямоугольную полосу из утеплителя — фольгированного вспененного полиэтилена (он есть в продаже в магазинах отделочных товаров). Полосу загибают буквой П, причём одну сторону делают длиннее другой. В длинной стороне канцелярским ножом прорежают отверстия по диаметру стаканов. Полосу ставят на подоконник и длинную часть загибают так, чтобы она выступала над батареей отопления и перекрывала её верхнюю часть. В отверстия помещают стаканы с растениями (фото 10). Тёплый воздух будет заходить внутрь полосы и обогревать почвосмесь в стаканах.

Кормим рассаду

При выращивании рассады применяются два вида подкормок: биогумус и биококтейль.

Биогумус содержит много питательных элементов, необходимых для нормального развития рассады. Биогумус добавляют в почвосмесь при её приготвлении. Кроме этого поливают растения жидким его раствором (две столовые ложки биогумуса растворяют в литре воды и настаивают сутки) раз в неделю.

Биококтейль содержит полезные микроорганизмы, а также вещества, повышающие иммунитет растений и ускоряющие их развитие.

Для приготовления биококтейля в одном литре воды растворяют:

- по две гранулы препаратов «Здоровый сад» и «Экоберин»,
- две капли препарата «НВ-101»,
- чайную ложку разведённого препарата «Сияние».

Чтобы получить раствор препарата, чайную ложку субстрата «Сияние-2» и чайную ложку сахара растворяют в 300 мл тёплой отстоянной воды и настаивают 12 часов (рис. 11). Биококтейлем поливают раз в неделю.

Высаживаем

В домашних условиях рассада находится в экстремальных условиях. Для нормального развития ей необходимо большое количество света, а также объём грунта. Какой бы питательной ни была почвосмесь в стаканах, растениям по мере развития её требуется всё больше.

Если посмотреть на рассаду, которую во время пикировки высадили в ёмкости разного объёма, то можно убедиться, что разница в развитии растений значительна.



Рис. 9



А в поселенье нашем доброта...

Мы, жители поселения Серебряные Росы (Брянская область), предлагаем начать в газете «Родовая Земля» новый проект, в котором могут принять участие все представители поселений Родовых поместий России, желающие поделиться Радостью от проживания в поместьях и усилить Свет и Радость на всей Земле-Матушке. Этот проект даст возможность поближе познакомиться с людьми, создающими свои Про-

странства Любви, почувствовать общий настрой внутри поселений, получить ответы на вопросы о жизни поселений, обменяться положительным опытом между создателями РП. Возможно, этот проект поможет кому-то найти своё поселение РП, своих друзей и сделать первый шаг в новое прекрасное будущее нашей Великой Родины!

Предлагаем несколько зарисовок из поместий нашего поселения Серебряные Росы.

вуют во всех общественных делах поселения, стараются помочь делом и советом. Равнодушных нет! И мне очень нравится в нашем поселении то, что мы, люди всех возрастов, сумели подружиться, объединиться, понять и принять друг друга. У нас среди соседей даже обращение друг к другу такое появилось: «родные души», «друзья».

Конечно же, нас объединила идея, мечта Анастасии. Конечно же, высказывания Анастасии помогли нам разобраться, что для нас важно и как нам действовать (мы до сих пор обращаемся к этим зелёным книжечкам). И наши основатели поселения сыграли свою весомую роль в становлении отношений между соседями. Поэтому теперь всем нам уютно и интересно вместе проводить праздники, трудиться на субботниках, петь песни у костра, ходить друг к другу в гости, помогать друг другу и просто прогуливаться по нашим зелёным уютным улицам, наблюдая и радуясь новым достижениям наших соседей.

Мы все разные, но каждый из нас понимает, что только дорожа друг другом (как в семье) и преодолевая свою гордыню (тот самый смертный грех, о котором нам очень часто напоминает Анастасия), можно дружно идти до цели. Мы создаём вместе с Анастасией нашу новую счастливую реальность, мы уже живём в этой реальности, и она действительно счастливая, ПРОВЕРЕНО!!!»

(Светлана ПАВЛОВА,
в РПП Серебряные Росы с 2004 г.)



«А в поселенье нашем доброта... Мы тут живём и учимся творить. Сюда пришли отныне на века, С пространством милым чтобы говорить. И на одной волне с друзьями быть, А на второй волне Отца благодарить За знания Анастасии нашей: Планета год от года только краше. В Серебряных Я Росах проживаю И счастье на поместье приглашаю. Поместие по имени Го-Ра...

Здесь солнце светит-греет нам с утра,
Пичужки и зверюшки озорные Приветствуют:
теперь мы все родные.
Растут в лесах берёзы и дубы,
Рябины гроздья, скромные цветы,
И великаны-сосны, распушаясь,
Мне тоже шепчут:

«Привет, родная».
Благоухает всё в моём поместье,
Всё для меня, со всем я вместе.
Так радостно на сердце и в душе,
И поселение парит на вираже.
Здесь праздники проводим и советы,
И поселение искрится чистым светом.

Вокруг всё для меня,
всё мною дышит
И мысли все благие Отче слышит,
С Ним за руку грядём
опять теперь
И будущее широко

открыло дверь.
На Брянщине Серебряные Росы
Решают очень просто
все вопросы.

Совместно, как бы общию душой,
Мы сотворяем утром образ свой,
И край сияет дивной красотой,
Ему я говорю: «Привет, родной!»
Мы разом здесь и цель у нас одна:
Прекрасных жителей

прекрасная страна.
Планете всей
мы шлём поклон земной:
Живи, родная, мы всегда с тобой!
С галактиками,
с Богом мысль едина —
Вселенной нашей
мирная картина.

Весь космос мой навек живой,
Ему я говорю: «Привет, родной!»
Во Вдохновении,
Согласии и Счастье
Росинки собрались для соучастья,
В благах совместных
действенных трудах
Росинками останемся в веках».
(Евгения ПОЛОСЕНКО,
в РПП Серебряные Росы с 2018 г.)



«В поселении Серебряные Росы мы с женой взяли участок в 2016 году. Нам очень понравилась местность: наши участки расположены на поле, а вокруг лес, богатый грибами и ягодами. В этот же год начали обустривать наше поместье: сажать изгородь, сад и строить дом, чтобы можно было жить постоянно в своём Родовом поместье. Мы узнали, что в поселении есть такая практика — дарить саженцы на день рождения и сажать их вместе с соседями. Кроме того, это был отличный способ поближе познакомиться с соседями.

И вот на мой день рождения мы с женой пригласили всех соседей к нам в поместье. Погода была



«Добра и здоровья всему свету! Расскажу о поселении Серебряные Росы.

Серебряные Росы — это безусловно и несомненно место мощи и силы. В поместье не чувствуешь усталости, будто паришь над землёй. И даже когда возвращаешься в город, заряд бодрости сохраняется неделю. Ты как будто выходишь на новую высоту. Энергетика более возвышенная.

В Серебряных Росах очень тонкая и глубокая связь с землёй. Когда я чуяла, какой участок выберет меня, по совету дорогих соседей полежала на земельке. Физическое ощущение — как на руках у матери баюкали. Под каждый изгиб тела земелька ладошку подставила. Я даже задремала. А когда пришёл час уходить, ветерок зашелестел в другой тональности и разбудил меня. Все воедино.

Тут живут единомышленники, создавшие в Серебряных Росах атмосферу Любви, покоя, сотворения. Люди в поселении очень открыты, гостеприимны, доброжелательны, щедры. Я в восторге от этого народа! Они всегда помогут, подскажут, поделятся опытом. Каждый поселенец развивает свои таланты и учит желающих.

Эти благодатные места окружены изумительными, богатыми лесами. В чистых родниках вода мягкая, животворящая. В Серебряных Росах воздух напоен ароматами, свежестью и настоян на луговых травах медвяных. Волшебное место.

Каждый приезд в поселение — как свидание с Добром и Любовью. Ты сам становишься чище, спокойнее, сильнее.

Серебряные Росы — незыблемая основа для истоков Родины. Место, откуда берёт начало крепкий, ветвистый, талантливый Род».

(Наталья Рубайло, в РПП Серебряные Росы с 2021 г.)
«Я очень благодарна всем соседям и Вселенной за то, что у меня есть своя земля, где я сажаю растения, люблю природу, солнцем, звёздами. Мне радостно жить в сообществе единомыш-

ленников, собираться у костра, доброжелательно решать все наши текущие вопросы, петь песни, устраивать праздники, строиться, любить, вообще жить в ладу с миром и с собой.

Мне нравится, что мы стараемся сделать жизнь более прекрасной и нашим детям. Здорово, что в нашем поселении есть детский театр «Жар-Птица», где детки с удовольствием раскрывают в себе творцов и с радостью участвуют в наших общих праздниках.

Я рада, что всех нас вдохновляет идея и ведёт любовь Анастасии к прекрасному творению будущего.



В нашем поселении есть замечательная традиция: на день рождения и не только приходят соседи, несут саженцы, и мы вместе сажаем деревья, кусты и цветы. Вот и прошлой весной на мой день рождения пришли гости, и так было радостно, мы сажали и пели песни, водили хороводы, и солнышко улыбалось нам.

Желаю каждой семье нашей Родины иметь и творить своё Пространство Любви на благо всего мира. Благодарю всех и желаю всем счастья на нашей любимой планете».

(Светлана РАДОСТИНА,
в РПП Серебряные Росы с 2020 г.)

«Нашему поселению Серебряные Росы 17 лет. Создали его люди, вдохновлённые идеями книг В. Мегре и пожелавшие воплотить мечту главной героини книги Анастасии в реальность. На тот момент нашим основателям было от 45 до 65 лет. Они на своём примере научили нас (молодёжь) трудиться, дружить, уважительно относиться друг к другу, твёрдо верить в мечту, идти к ней, не сомневаться и не останавливаться! Сегодня мы принимаем их эстафету и уверенно продолжаем развивать наше поселение Родовых поместий под их контролем, конечно!

Наши «ветераны» — сильные и смелые люди, они и сейчас участ-





дождливая (для саженцев в самый раз). Но, несмотря на погоду, соседи дружно собрались, принесли в подарок много посадочного материала и добрых пожеланий. За один день мы все вместе посадили очень много растений в изгородь нашего поместья. Очень приятные чувства остались у меня от этого совместного дела. Сегодня все эти посадки уже подросли, и, глядя на них, я вспоминаю мой первый день рождения в поселении и наш дружный коллектив единомышленников. И я снова ощущаю те тёплые чувства, которые родились в моей душе в тот день.

Нам с женой очень нравит-

ся жизнь в поселении Серебряные Росы: участвовать в душевных праздниках, сажать деревья всем поселением на день рождения соседей, участвовать в субботниках по обустройству нашего поселения, посещать читательские встречи, знакомиться с новыми соседями и помогать им обустраиваться в своих поместьях. Мы здесь все вместе!»
(Григорий Биба, в ПРП Серебряные Росы с 2016 г.)

Приезжайте к нам в Серебряные Росы!

Телефоны для связи: 8-960-555-0852 — Светлана, 8-930-720-2779 — Вера.

Страничка в Вконтакте: <https://vk.com/serebrosa>



Для радости и счастья в Радосвете!

Жители поселения Радосвет (Краснодарский край) посадили кедры и сливы на территории школы «Счастье», где уже кругами посажены яблоневый, грушевый, вишнёвый сады. Каждое плодовое дерево было выращено из семечек.

Десятилетними кедрами высажены слова «Русь» и «Счастье», а также берёзами — слово «Любовь». Слово «Русь» высадили, чтобы идентифицировать это место в глазах Вселенной. Слово «Счастье», чтобы открыть это пространство и объединить энергии садов. Слово «Любовь» — потому что именно она делает людей счастливыми.

Кедры — самые значимые деревья на планете Земля, они накапливают космическую энергию и помогают людям быть бодрыми духом и телом, дают возможность использовать разум Вселенной, помогают легко проживать страдания и трудности.

Жители сажают сады для любви, вечности, жизни, для Земли-

Матушки, чтобы все беды и эпидемии закончились и на земле жили добрые и счастливые люди, которые будут дышать свежим воздухом и наслаждаться жизнью.

В этом пространстве возник-

нет мощная, пульсирующая, осязаемая ментально и физически энергия, важная для каждого человека. Но особое влияние школа «Счастье» будет оказывать на детей, ведь современные дети сла-

беют умственно и физически, развиваясь в многоквартирных домах мегаполисов, гаджеты им заменяют жизнь.

Чтобы возродить всё природное в ребёнке, вдохнуть жизнь в его затуманенное сознание, ему нужно подзарядиться энергией в школе «Счастье». Ребёнок воспрянет духом и оживёт телом, станет радоваться жизни, проявлять природное любопытство и активность. А ещё дитя станет добрее и умнее, впитывая с энергией законы Вселенной. Чем больше времени дети будут проводить в школе «Счастье», тем лучше будут понимать и чувствовать Вселенную, а значит, их поступки станут правильными, помыслы глубокими, а намерения чистыми.

Вот для чего жители Радосвета высаживают сады школы «Счастье»!

<https://vk.com/radosvet23>



Здравушкины рецепты •

■ Оксана Мицкевич

г. Бобруйск, Беларусь

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

https://www.instagram.com/oksana_mitskevich/

Тёплый чечевичный салат

Однажды дочь предложила приготовить тёплый чечевичный салат. Но когда его стали готовить, даже не подзревали, насколько получится вкусно!

Правда, ещё во время съёмки изрядно проголодались. Только собрались ужинать, как на минутку заскочила соседка.

— А мы тут новое блюдо изобретаем! Хочешь попробовать?

— М-м-м, девочки, как это вкусно! Вроде ничего особенного — чечевица, помидорки, брынза... М-м-м, прелесть!!!

Вдохновлённые такой реакцией, попробовали — действительно прелесть! Так что настоятельно рекомендую последовать нашему примеру.

Для его приготовления я взяла:

- 100 г чечевицы (в сухом виде);
- 50–100 г свежих овощей (помидоров, пекинки);
- 100 г брынзы или тофу;
- немного зелени (укроп, петрушка, зелёный лук);
- при желании можно добавить репчатый лук.

Чечевицу отвариваем до готовности. Овощи нарезаем, как на салат. Брынзу (тофу) режем кубиками.

Сама по себе брынза солёная. Если вы возьмёте тофу, тогда дополнительно добавьте соль (соевый соус) и сбрызните лимоном для яркости вкуса. Мне ещё хочется добавить остроты лука.

В холодную пору этот салат — то, что нужно!

Уютного вам января!





Жуйте сушёную гвоздику!

Необычные на вид почки гвоздичного дерева славятся не только жгучим вкусом и пряным ароматом, но и своим лечебным действием. Эту специю давно используют в рецептах народной медицины для профилактики и даже лечения некоторых заболеваний.

Химический состав гвоздики необычайно велик. Её полезные свойства объясняются высоким содержанием витаминов, минералов и, конечно же, эфирного масла.

Витамины бутонов гвоздики: провитамин А (бета-каротин), витамины группы В (В1, В2, В3 или РР, В4, В6, В9), витамин С (аскорбиновая кислота), витамин Е (токоферол) и витамин К (филлохинон). Гвоздика содержит полезные минералы: калий, кальций, натрий, магний, фосфор, железо, марганец, медь, селен, цинк.

Немалое содержание в ней Омега-3 и Омега-6 полиненасыщенных жирных кислот. 20% одного бутона составляет эфирное масло, содержащее ароматические вещества эвгенол, кариофиллен, иланген и др.

Столько же в гвоздике и дубильных веществ, а ещё гликозиды и слизи. Если рассматривать содержание белков, жиров и углеводов, то в гвоздике протеинов 6%, липидов 20%, углеводов около 27%. Приблизительно 30% пряности — это клетчатка.

Полезные свойства гвоздики

Гвоздика обладает бактерицидным, антигельминтным (глистогонным); противогрибковым (фунгицидным), обезболивающим, спазмолитическим, ранозаживляющим, ветрогонным (при метеоризме), антиканцерогенным действиями.

Гвоздику боятся многие болезнетворные микроорганизмы: например, золотистый и белый стафилококк, дифтерийная палочка и даже возбудитель сибирской язвы и др. Душистая гвоздика подавляет размножение туберкулёзной палочки. Эффективно применять гвоздику с целью профилактики гриппа.

При употреблении гвоздики в пищу происходит стимуляция вы-

работки пищеварительных соков, что полезно при гастрите с пониженной кислотностью, сниженном аппетите. А вот при повышенной кислотности и язве желудка применение этого средства противопоказано.

Гвоздику используют при лечении воспаления в толстом кишечнике (колит), кишечных коликах, метеоризме (ветрогонное действие), заболеваний прямой кишки, печени.

Когда широко были распространены производственные аптеки, готовились специальные стоматологические обезболивающие и бактерицидные средства с эвгенолом, входящим в состав душистой гвоздики.

Эта пряность способна снять зубную боль, благотворно влияет на дёсны, применяется при гингивите и пародонтите. Сушёные бутоны гвоздики — прекрасная альтернатива жвачке, так как нейтрализует вредные бактерии и устраняет неприятный запах изо рта.

Комплекс витаминов группы В, который так необходим нашей нервной системе, можно получать из любимой пряности.

Гвоздика за счёт содержащегося в ней эвгенола эффективно борется с ростом раковых клеток. Это показали последние исследования учёных в области антиканцерогенных средств.

Удивительно, но гвоздика обладает сразу двумя противоположными действиями: она тонизирует и снимает спазмы. Она способна расслабить и привести в тонус одновременно. С одной стороны, гвоздика способна снять спазм мускулатуры желудочно-кишечного тракта, с другой же — тонизировать мускулатуру матки и поднять артериальное давление (поэтому гвоздика противопоказана людям с артериальной гипертензией). Весь вопрос, как всегда, в дозировке.

Рецепты

При проблемах полости рта, зубной боли, воспалении дёсен, стоматите, неприятном запахе изо рта полезно жевать бутоны гвоздичного дерева. Эти же действия предотвратят начинающуюся ангину.

Для стимуляции пищеварения за 15 минут до еды тщательно разжевывают 1–2 бутона гвоздики с 1 чайной ложкой мёда. Однако это противопоказано при язве желудка и двенадцатиперстной кишки,

а также повышенном кровяном давлении.

При гипотонии также можно разжёвывать несколько бутонов гвоздики, эффект будет не меньше, чем от кофеина.

Гвоздичное масло эффективно при лечении гнойничков и фурункулов. На фурункул наносят 1 каплю концентрированного эфирного масла. При проблемной коже принимают ванны с эфирным маслом гвоздики.

Широко применяют гвоздичное масло при артритах и артрозах. Оно способствует снятию боли и воспаления. Для этого делают массаж больного сустава разведённым эфирным маслом гвоздики (на 1 столовую ложку массажного масла 15 капель эфирного масла гвоздики).

Как выбрать гвоздику

Ломкий, чересчур сухой бутон свидетельствует об отсутствии эфирных масел. Когда качественную почку бросаешь в воду, она плавает вертикально, ножкой вниз или же опускается на дно стакана. Если же «гвоздика» лежит горизонтально на поверхности воды, то эфирных масел в ней нет. Такая гвоздика для лечебных целей не пригодна.

<https://econet.ru>

Корень лопуха вместо зимних овощей



Среди популярных зимних овощей в нашем рационе почётное место занимают три продукта: картошка, капуста, морковь. Но раньше наши предки употребляли совсем другие продукты, в основном репу, конопляное масло и, как ни странно, корень лопуха.

В Европе в самых обычных супермаркетах продаются корень лопуха, кольраби и по-настоящему сладкая репа. В Азии, где обычный картофель так и не прижился, слава отдаётся рису, а из свежего корня лопуха делают салатики. В Швейцарии на обед варят репу и очень удивляются, когда русские туристы спрашивают: «А с чем вы это едите?»

А у нас репа осталась только в сказках да пословицах («проще пареной репы» — так в нашей культуре говорят), мы и вкуса её не знаем. То, что лежит у нас в гипермаркетах, поверьте, это не репа, это гибрид «жёсткой пятки слона». Репа должна быть сочной, сладкой и ароматной! В каком-то смысле её напоминает возрождающаяся сейчас у дачников культура кольраби.

Именно в нашей, русской традиции корень лопуха подавали

на первое, второе и вместо хлеба. Да, было это совсем не так давно, какие-то сотни лет назад. Знания утеряны. Мы даже не знаем, как этот корень выглядит, за редким исключением профессиональных травников.

А ведь жили наши предки долго и не болели именно потому, что ели лечебные продукты каждый день. Репа — для костей, лопух — для всего организма, он даже лечит гепатит (!), кедровые орехи — вместо молока, староверы до сих пор эти орехи хлебом называют, о пользе конопляного масла ходят легенды...

Давайте внесём некоторое разнообразие в наш рацион и попробуем приготовить что-нибудь традиционное и полезное.

Салат с корнем лопуха

По вкусу корешок лопуха нежный, сочный, вместе с тем хрустящий и слегка отдающий целебными травами. Морковь в сравнении с ним гораздо грубее по вкусу. Отсюда мои личные рекомендации: если вы используете морковь, то слегка промаринуйте её перед добавлением в салат с корнем лопуха.

С ним прекрасно будут сочетаться яблоко, стебель сельдерея,

огурец, тёртый имбирь, кольраби. Мой вариант:

- корень лопуха — 7–8 очищенных больших корешков,
- яблоко — 1 шт.,
- огурец — в половину меньше по объёму, чем корень лопуха,
- листья салата — для того, чтобы на них выкладывать готовое блюдо,
- ягоды годжи — по вкусу,
- сок лимона — 1 столовая ложка.

Полезный майонез из сырых растительных ингредиентов к нему:

- миндаль или кешью — 1 чашка (250 мл), предварительно замочить,
- сок примерно половины лимона,
- мёд — 1 десертная ложка,
- 1 долька чеснока,
- морская соль — по желанию,
- вода — достаточное количество для консистенции сметаны,
- если хотите поострее, добавьте чуточку молотых семян белой горчицы.

Приготовление салата из лопуха

Очистить кожуру у корня лопуха. Это легко сделать при помощи картофельной чистки. Промойте его от остатков земли.

Затем нарежьте его удобными кусочками, например, как в корейской моркови, или по желанию. Добавьте в миску, сбрызните лимоном.

Огурец и яблоко порежьте на этот же манер. Добавьте ягоды годжи. Можете их слегка замочить перед этим в апельсиновом соке. Мне нравятся хрустящие, я пропускаю этот момент. Всё перемешать.

В блендере все ингредиенты для майонеза довести до однородности. Должен получиться как настоящий майонез, только вкуснее.

На тарелку выложите листья

салата, затем готовый салат, подавайте с майонезным соусом.

Целебные свойства лопуха

Напоследок информация от прекрасной травницы Елены Фёдоровны Зайцевой, которая рассказывает об истинных свойствах лопуха.

«Однажды я читала лекцию и сказала:

— Есть такой академик, который лечит все заболевания. Сидит в земле академик-лопух и ждёт, когда его человек возьмёт и будет им лечиться.

Сейчас люди почти все больны. Рак просто косит людей. А лопух лечит все онкологические заболевания, сахарный диабет, бронхит, гайморит, ревматизм, подагру, артрит, остеохондроз, перелом костей, межпозвоночные грыжи, атеросклероз, заболевания уха, хроническую коронарную недостаточность.

Лопух лечит гепатит! В Москве много людей, особенно мужчин, болеют гепатитом. Даже стойкий гепатит С вылечивается лопухом без следа. Через два-три месяца применения нет никакого гепатита. Корень лопуха справляется с опухолями и даже циррозом печени! Лечит холецистит, болезни почек, дробит камни в почках и желчном пузыре.

Излечивает кожные заболевания: ожоги, пролежни, экземы, трофические язвы, выпадение волос, гнойные раны, псориаз, красную волчанку и так далее. Никто из «кожников» не может лечить все кожные заболевания, а он может!

Во время эпидемии гриппа люди бегут к врачам, те назначают антибиотики. А корень лопуха лечит грипп, снимает температуру.

В войну у нас не было обуви. Уже морозы, а мы все ходим босиком. Порой простывали, поднималась температура. Мама даст нам ко-

рень лопуха и цветки липы, тепло укутает. Мы пропотеет, и никакой температуры у нас нет.

Мы из этих корней пекли хлеб, варили каши, делали заправки. Из молодых листьев лопуха готовили суп и салаты. Корень жарили, пекли, делали из него кофе. Когда меня в гостях угощают кофе, я пью и думаю: разве это кофе? Кофе надо делать из корней цикория, лопуха и пырея. Мама готовила такой кофе, и он был просто безподобным!

В моей практике был случай: я лечила одного батюшку в Сергиевом Посаде, у которого были большие грыжи позвоночника. Ему должны были делать операцию медицинские светила в Москве.

Я сказала ему: — Пусть ваши светила один месяц подождут.

Он пил настойку корней, через месяц я его увидела: от машины идёт ко мне свободно и говорит:

— У меня нет никаких грыж!

Как готовить лекарство из корней?

Самые ценные корни — ранней весной, но их можно копать и осенью. Лопух — двухгодичное растение. Следует выкапывать одногодичный лопух, у которого молодые листья — этот корень очень сильный. А лопух с сухими листьями и репьями уже бесполезен, он отдал всю силу цветению. У него можно собрать репья, настоять и полоскать больные зубы — снимет боль.

Корни выкопать, вымыть, просушить. Корень лопуха толстый, поэтому его надо порезать. Одну столовую ложку сухих измельчённых корней залить двумя стаканами кипятка. Кипятить десять минут. Два часа настоять. Процедить и пить по полстакана три раза в день за 10–15 минут до еды. Когда пьёте лечебный настой до еды, кровь его сразу впитает и разнесёт по всему организму.

Можно пить сбор корней лопуха, пырея и одуванчика в равных пропорциях или по одному корню: неделю — лопух, неделю — одуванчик, неделю — пырей».

Айлада РААС



В лес за отрицательными ионами!



Исследуя электромагнитные поля, учёные обнаружили, что они буквально сотканы из положительно и отрицательно заряженных частиц, называемых ионами, которые являются настолько микроскопическими, что могут проникать сквозь землю, воздух и т.д. Опыты учёных показали, что положительный или отрицательный заряд ионов влияет специфическим образом на психофизические функции организма. Поэтому, если человек способен управлять этими энергиями, он может контролировать свою психику и своё физическое тело.

Как показали исследования, преобладание отрицательных ионов оказывало стимулирующий и заживляющий эффект на тело, в то время как большое количество положительных ионов подавляли иммунную систему: люди впадали в летаргическое состояние, раздражались, их беспокоили головные боли, возникали проблемы с дыханием. С увеличением массы отрицательных ионов жизненные силы быстро восстанавливались, и люди выздоравливали. Так было установлено, что ионизированная атмосфера играет важнейшую роль в жизни. Если бы не было ионов, ни одно существо не могло бы выжить.

Присутствие положительных и отрицательных ионов в живой системе воздействует в конечном счёте на все механизмы тела. Они оказывают влияние на нервную систему, ритм дыхания, пищеварение, регулирование эндокринной системы, а от всего этого зависят наше мышление, речь и, наконец, сама судьба. Поэтому поглощение положительных и отрицательных ионов из воздуха, которым мы дышим, предопределяет состояние наших дыхательных органов.

Когда мы покидаем город и все его промышленные комплексы и отправляемся в горы, в лес или на берег реки, то всегда чувствуем себя бодрее. Это происходит главным образом благодаря естественному скоплению в таких регионах отрицательных ионов. Когда мы говорим «дыши свежим воздухом», это в действительности означает вдыхание отрицательных ионов. Городской воздух насыщен положительными ионами, и потому в этих условиях сохранять бодрость непросто. Современная технология безрассудно

истребляет, особенно в густо населённых областях, естественное равновесие ионов в атмосфере.

Пониженная концентрация отрицательных ионов губительно воздействует на всё живое и является сегодня главным фактором распространения болезней и страданий людей. Каким образом человек сможет жить и мыслить правильно, если его психика и тело вышли из равновесия? Поэтому любая система йоги прежде всего советует ученику жить там, где есть чистый воздух и простая обстановка.

В первых экспериментах Чижевского подопытные животные, вдыхавшие отрицательные ионы кислорода, жили на 42% дольше своих собратьев, причём продлевался период активности и бодрости.

Многочисленные наблюдения показывают, что ионизация отрицательной полярности резко улучшает физиологическое состояние подопытных животных, в то время как преобладание положительных зарядов при дефиците отрицательных оказывается для них вредным.

Как известно, действие ионов было открыто и использовано ещё в начале прошлого века учёным Чижевским. Он предложил обогащать воздух в помещениях отрицательными ионами с помощью сконструированных им ионизаторов воздуха — генераторов отрицательных ионов. Он считал, что особенно важно это делать в каменных зданиях, содержащих избыток положительных ионов и недостаток отрицательных.

После ряда опытов Чижевский пришёл к выводу, что аеро ионизация может стать существенным фактором в решении проблемы сохранения здоровья и удлинения жизни человека.

Из-за загрязнения воздуха отрицательных ионов становится ещё меньше. В городском воздухе опасно мало отрицательных ионов, нарушено естественное соотношение положительных и отрицательных ионов — 5:4, поэтому люди неизбежно и постоянно отравляются положительными ионами. Более половины городского населения страдает, не осознавая, почему они чувствуют себя не лучшим образом.

Многочисленные электрометрические наблюдения на разных территориях показали содержание отрицательных ионов (в 1 см³ воздуха):

- дикий лес и естественный дождь — 10 000 ионов/см³,
- горы и морское побережье — 5000 ионов/см³,
- сельская местность — 700–1500 ионов/см³,
- центр городского парка — 400–600 ионов/см³,
- парковые аллеи — 100–200 ионов/см³,
- городская территория — 40–50 ионов/см³,
- кондиционируемые закрытые помещения — 0–25 ионов/см³.

Концентрация отрицательно заряженных ионов и её влияние на здоровье человека:

- 100000–500000 ионов/см³. Достигается естественный терапевтический эффект.
- 50000–100000 ионов/см³. Обретается способность стерилизации, дезодорирования и уничтожения токсинов.

• 5000–50000 ионов/см³. Благоприятное влияние на укрепление иммунной системы человека, помогающей бороться с болезнями.

• 1000–2000 ионов/см³. Обеспечение основы для здорового существования.

• Менее 50 ионов/см³. Предпосылка для психологических расстройств.

В загородном воздухе присутствует около 6000 частиц пыли на 1 мл, а в промышленных городах в 1 мл воздуха — миллионы частиц пыли. Пыль разрушает аэроионы, укрепляющие человеческое здоровье. И в первую очередь пыль «съедает» отрицательные ионы, так как пыль заряжена положительно и притягивается к отрицательным ионам, при этом лёгкий отрицательный ион превращается во вредный тяжёлый ион. Регулярные измерения на главных улицах Санкт-Петербурга, Дублина, Мюнхена, Парижа, Цюриха и Сиднея показывают, что в полдень остаётся всего 50–200 лёгких ионов в 1 см³, это в 2–4 раза ниже нормы, необходимой для нормального самочувствия.

Как действует ионное истощение в закрытом пространстве, ещё в конце 30-х годов прошлого века продемонстрировали японские учёные Имперского Университета о. Хоккайдо. В комнате можно было изменять температуру, количество кислорода и влажность, а отрицательные ионы постепенно удалять. 14 мужчин и женщин 18–40 лет находились в этой комнате. Уровень температуры, влажности

и кислорода был на оптимальном уровне, а отрицательные ионы из воздуха начали удалять. Испытуемые почувствовали недомогания от простой головной боли, усталости и усиленного потоотделения до чувства обеспокоенности и понижения давления. Все заявили, что комната душная с «мёртвым» воздухом.

Вторая группа находилась в кинотеатре, где в полном зале из-за пыли и большого количества людей почти не осталось лёгких отрицательных ионов. После окончания фильма зрители чувствовали неприятную головную боль и потливость. Этих людей проводили в комнату, в которой генерировались отрицательные ионы, и скоро они почувствовали себя легче, головная боль и потоотделение исчезли.

В следующий раз учёные направили людей в заполненный кинозал, а когда многие стали жаловаться на головную боль и потоотделение, в воздух зала из нескольких мест выпустили отрицательные ионы. Количество отрицательных ионов достигло 500–2500 в 1 см³. Через 1,5 часа фильма страдавшие головной болью и потоотделением совершенно о них забыли и чувствовали себя хорошо.

Психиатры и психологи последние 20 лет говорят об огромных размерах проблемы «обеспокоенности». До некоторого уровня беспокойство — это нормальное явление, основа для выживания человека. Но уровень беспокойства стал намного выше «здорового».

Талая вода

Обычная вода (водопроводная, из источника и т.п.) состоит из пресной воды (так называемой «живой»), её температура замерзания -0°C; «тяжёлой» воды (или так называемой «мёртвой», в которой вместо атомов водорода содержатся атомы дейтерия и трития), её температура замерзания +3,8°C, и рассола (примеси в виде растворимых солей, органических соединений и ядохимикатов), его температура замерзания колеблется в зависимости от концентрации веществ от -5 до -10°C.

При медленном охлаждении сначала замерзает тяжёлая вода, затем пресная и в последнюю очередь рассол со всеми примесями. Это даёт возможность отделить тяжёлую воду и очистить пресную.

Талая вода — это растаявшая вода после заморозки. Талая вода отличается от обычной своей структурой, более сходной со структурой протоплазмы наших клеток. Талую воду можно получить путём медленного замораживания и оттаивания. Если в процессе замораживания удалить первый лёд (тяжёлую воду), а при размораживании убрать лёд с примесями, то мы получим талую протиевую чистую воду.

Заполняем ёмкость обычной, неструктурированной водой, закрываем её крышкой и ставим в морозильную камеру холодильника на подкладку, например, из картона (для теплоизоляции дна), и лучше, если в это время в моро-



зилке не будет различных продуктов, особенно животного происхождения. Примерно через 5 часов (время определяется опытным путём) в ёмкости появляется верхняя замёрзшая корка льда, под которой будет незамёрзшая вода.

Эту верхнюю корку льда (дейтериевый лёд, его получается примерно 150 мл на литр) необходимо выкинуть, так как в ней содержится тяжёлая вода. После этого ставим лоток обратно в морозилку. На этот раз наша задача — заморозить воду наполовину или в соотношении 2/3. По прошествии определённого времени (также определяется опытным путём) вынимаем ёмкость из морозилки, открываем крышку и воду, которая осталась внутри незамёрзшей, выливаем в раковину — в ней содержатся нерастворённые вредные примеси и тяжёлые металлы.

Лёд, который остался, если он прозрачный, — это будущая та-

Симптомы отравления положительными ионами очень похожи на те, с которыми обращаются к врачам при психоневрозе без покоя: неразумное беспокойство, бессонница, необъяснимая депрессия, раздражительность, внезапная паника, приступы абсурдной неуверенности и постоянные простуды.

Врач Католического Аргентинского университета лечил пациентов, страдающих классическим беспокойством, с помощью отрицательных ионов. Все они жаловались на необъяснимые страхи и напряжённость, типичные для психоневроза без покоя. После 15-минутных сеансов лечения воздухом с отрицательными ионами (курс — 10–20 раз) у 80% пациентов симптомы беспокойства исчезли полностью.

Вот СНИП № 2152-80, разработанный ещё в СССР и который никто не отменял. В нём говорится, что в одном кубическом сантиметре воздуха в производственных и общественных помещениях должно быть от 3000 до 5000 аэроионов. Минимум, который в самом крайнем случае допустим, — 600 ионов. А что мы имеем на самом деле? В городских квартирах аэроионов катастрофически мало — от 50 до 100! Открываем форточку, чтобы подышать чистым воздухом. Но и на улице их не намного больше: 200–300 в кубическом сантиметре.

Аэроионное голодание — это неутешительная реальность, но она невидима, незаметна.

Чаще бывайте на воздухе, уезжайте подальше от города — в лес, в поле, к водоёмам, наполняйтесь ионами на здоровье!

<https://vk.com/prirodniputrazvitiya>

<https://vk.com/pzpd27>



Любовь к падающему фонтану



До отхода поезда в Севастополь ещё два часа. Я выехал с запасом, чтобы не переживать в московских пробках. В принципе, до вокзала можно добраться за 40 минут. Однако в последнее время предпочитаю ждать, но не догонять. Возраст, что ли?

Кстати, откуда это крылатое выражение: «Самое худшее — ждать и догонять»? Когда ты ожидаешь чего-нибудь — это зависимость, а зависимость рождает страх. И чем больше ждёшь чего-то от будущего, тем больше переживаешь о нём и от него зависишь. А когда догоняешь, боишься не успеть, и опять возникает страх перед будущим. Снова та же тема поклонения будущему.

Я научился ожидать, не надеясь, и догонять, не переживая. Делать всё быстро и не спешить при этом.

Я помню, как пару лет назад улетал из Волгограда. До отлёта было полтора часа, ехать до аэропорта — около часа. Я уже начал нервничать, но сын моей знакомой, который должен был меня везти, успокоил: «Не волнуйтесь — поднажму, и за 40 минут долетим». И вот мы садимся в машину и отправляемся в аэропорт.

Сначала за окном автомобиля вечерний город, потом — трасса. Через 40 минут я смотрю на часы. Водитель замечает мой жест и поддаёт газу. До вылета остаётся полчаса. Мы проезжаем какую-то тёмную, заброшенную деревню.

Я предлагаю остановиться и узнать, где дорога на аэропорт. Оптимизма у парня поубавилось, через пять минут он вернулся и сообщил, что мы проехали лишних 40 км.

Раньше я бы сразу начал сожалеть о том, что позволил себе зависеть от мнения другого. Поскольку выехали мы с опозданием, то начали спешить, а когда человек спешит, он теряет контроль над ситуацией.

Я начал бы сожалеть, раздражаться и потихонечку ненавидеть того, кому поверил, а потом и себя за то, что позволил себе зависеть от другого. Сейчас я вижу одно: если буду переживать, водитель будет спешить ещё больше.

Я устраиваюсь на сиденье удобнее и похлопываю водителя по плечу. Первое правило: ни о чём не сожалеть.

Второе правило: никуда не спешить, но ехать быстро.

Третье правило: всё, что произойдёт, определяется не нами.

Мы делаем всё, что можем, и не берём на себя лишнего.

— Включай музыку, — гово-

рю я.

За десять минут до отлёта мы подъехали к аэропорту. Я успел зарегистрироваться, причём заметил, что у меня такое же ровное настроение, никакой безумной радости по поводу того, что успели. Хотя если бы я опоздал, была бы куча проблем.

Очень хорошее чувство — присутствие высокой энергии.

Вместо разрушения все силы пошли на созидание.

Я понял, как люди добиваются успеха в жизни.

Нужно правильно вести себя в критических ситуациях.

При стрессе, во время выброса энергии, открывается подсознание.

Таким стрессом являются опасная ситуация, физические и температурные перегрузки, влюблённость, половое созревание, первая любовь, женитьба, рождение детей — всё это сопровождается огромным выбросом энергии.

И то, как мы ведём себя в этих ситуациях, формирует нашу судьбу.

Весь наш сознательный опыт прессуется в эмоцию. И если эмоция контакта с окружающим миром гармонична, мы развиваемся.

Всё наше мировоззрение также сжимается в эмоцию.

Вот этот эмоциональный образ и является матрицей нашей реакции на окружающий мир. Этот образ распределяет энергию, которая проходит через нас.

Наши инстинкты — это тоже образы, без этого образного восприятия мира обратная связь неэффективна. Для того, чтобы реагировать на возникшую ситуацию, нужно огромное количество информации, поступающей к нам, сжать в образ.

Любая информация — это событие на отрезке времени. Нужно все временные пучки сжать до одной десятой секунды, и тогда образ оживёт, заработает. И хотя такая образная эмоция работает лишь десятую долю секунды, на её формирование уходят многие годы.

Какими бы большими ни были объём информации и временные отрезки, всё это должно быть сжато в десятую долю секунды. Всё, что не прессуется, должно быть выброшено.

У одного человека плотность образа может быть чрезвычайно высокой, а у второго — слабой. Но эмоционально эти люди могут быть похожими.

В последние столетия люди активно считали, что развитие — это накопление знаний и опыта, что это в первую очередь интеллект.

На самом деле развитие кроется в богатстве наших эмоций.

Мысленная информация не прессуется. Такие вещи, как поэзия, живопись, театр, помогают перевести мысль в чувство и делают возможным дальнейшее развитие человеческой души.

Если культурные и религиозные тенденции в обществе ослабевают, гипертрофированное сознание не переходит в свою противоположность — чувство, а начинает истреблять его.

В природе невозможны половинчатые процессы. Любой процесс, дойдя до определённой стадии, переходит в свою противоположность. Мысль должна превратиться в эмоцию, а эмоция потом раскрывается в мысль, хотя на глубинном плане мысль и эмоция — это одно и то же.

Жизнь тоже должна превратиться в свою противоположность — безтелесное существование в других мирах. Смерть на самом деле не является противоположностью жизни — это граница между двумя формами существования души.

Закон единства и борьбы противоположностей отражает структуру времени. Упрощённая модель времени — это кольцо, и любой процесс идёт по кольцу: выходит из точки и идёт по дуге. Доходит до противоположной точки и идёт в обратном направлении, затем возвращается в исходную точку.

Первая половинка круга — это одна противоположность, и ей противоречит вторая. Поэтому в любом процессе во Вселенной присутствуют две противоположные тенденции: одна явно, вторая незримо. В любом накоплении кроется будущая потеря, в любой радости — будущее огорчение. Чем сильнее мы поклоняемся добру, тем быстрее оно становится злом.

Если фонтан выбрасывает воду вверх, она неизбежно должна упасть вниз. И тот, кто пытается разделить противоположности, начинает ненавидеть воду, падающую вниз, и поклоняться воде, устремляющейся вверх.

И для того, чтобы наслаждаться фонтаном, который украшает окружающую зелень и залитый солнцем парк, нужно не бороться с падающей водой, просто необходимо вовремя подавать новые порции воды.

Представьте себе гейзер — сначала происходит выброс воды, а затем вода падает назад. Так же и наша жизнь.

Мы получаем порцию Божественной энергии, она преобразуется в наши духовные и материальные блага, которыми мы наслаждаемся, а затем постепенно начинает падать вниз.

Так вот мы привыкли сожалеть по поводу падения, то есть потерь, находить и ненавидеть виноватых в этом. А нужно, чтобы порции воды поступали непрерывно и гейзер стал фонтаном. То есть вместо сожаления и обид нужно научиться любить.

У любви нет противоположности, и те, кто говорит, что ненависть — это противоположность любви, просто не умеют мыслить.

Ненависть — это противоположность привязанности и поклонению.

Ненавидящий хочет разрушить, а поклоняющийся хочет удержать в неприкосновенности.

Поклонение и ненависть тесно связаны друг с другом.

Если у человека нет привязанности и поклонения, чувство ненависти будет ему не знакомо.

У любви нет противоположности, потому что она абсолютно гармонична. Любовь сама создаёт противоположности. Она даёт огромное счастье и огромную боль одновременно. Любовь не только даёт, но и отбирает.

Одни, столкнувшись с любовью, становятся здоровыми и счастливыми, на других сыплются несчастья, и они умирают. И когда люди пытаются представить любовь в виде одной половинки, в виде только счастья, стабильности, исполнения желаний, то любовь тут же превращается в привязанность, а из-за её плеча уже выгладывает ненависть.

Если наша контактная эмоция, наш образ, взаимодействующий с миром, представляет себе любовь однобоко, то страдания, болезни и несчастья нам обеспечены. Неправильные мировоззрение и эмоции рождают неправильные мысли и поступки.

Они формируют наши привычки и характер, а потом всё это впечатывается в судьбу. И человек многие десятилетия, а иногда и жизни мечется от поклонения к ненависти.

И в один прекрасный день после тяжёлой болезни он начинает умирать. Он становится слабым и беззащитным. У него уже нет сил на ненависть, он уже не может поклоняться — энергии не хватает ни на то, ни на другое.

И обезсиленная и безплотная душа вдруг чувствует любовь и начинает воссоздаваться заново, и понимает, что поклоняться можно только любви, и получает новую порцию энергии, и вот она уже готова к следующей жизни.

И опять бьёт фонтан гейзера вверх, а затем рушится вниз. Чем большее чувство любви испытывает человек, тем больше земного счастья он может получить, и тем большей болью оно должно уравновеситься.

Некоторые боятся падающей воды и уменьшают высоту фонтана. Некоторые решают вопрос ещё проще: сидят возле лужи, там нет падающей воды, потому что нет фонтана как такового.

Чтобы подняться над левым и правым, нужна концентрация на любви, и чем выше интенсивность любви, тем легче примирить любые противоположности.

Перед моими глазами всплывает Казанская икона Божией Матери — высшая скорбь и высшая радость одновременно. Радость от рождения ребёнка и скорбь от того, что Она предчувствует Его гибель. Радость от того, что Он спасёт души людей, и скорбь от того, что Он будет распят.

У католической же Девы Марии в глазах только радость, только счастье от того, что инстинкт продолжения рода реализовался.

Психологи говорят, что человек не может одновременно испытывать две противоположные эмоции, и они по-своему правы. Это справедливо для тела. И если психика — это функция тела, то всё правильно.

Но у человека есть душа, от которой тело зависит, и, более того, эта душа не может существовать без любви к Творцу, тогда мы признаём, что душа не может существовать без двух противоположных эмоций.

Душа совмещает противоположности. В ней кроется этап под названием жизнь, и одновременно в ней присутствует период, который начинается после смерти.

Чтобы ощутить Божественное, нужно испытывать одновременно две противоположные эмоции, потому что истинное познание Бога идёт через любовь.

С. Н. ЛАЗАРЕВ,

«Диагностика кармы», книга 12

Мороз и повозка

По дзэнской притче

Зимой подвозил из деревни в деревню
С ребёночком женщину как-то старик.
Последние годы был путь повседневным,
И к просьбам нуждающихся он привык.

Но больно холодным их утро застало.
Успели проехать всего полпути.
Внезапная стужа троих всех достала.
В дороге никак от неё не уйти!

Пугала своим непредвиденным видом
С замёрзшим ребёнком замёрзшая мать.
Лицо посинело у женщины мигом,
Вот-вот и сознание ей потерять.

Глядишь, станут льдинками малые слёзки.
Ребёнка взять на руки деду лишь смочь.
Вот так поступил он, а дале с повозки
Лишь вытолкнул мамку, помчался уж прочь.

Мгновенно очухалась женщина-мама.
Одно в голове — за телегой бежать!
Кричала, вопила, проклятий немало...
Где их находила, одной лишь ей знать.

Чрез полкилометра повозка вдруг встала.
Дед тёплому чаду почти стал отцом.
Дождались и маму, пред ними предстала
С тяжёлым дыханьем, но... с красным лицом!

«Влезай на телегу, нам ехать немного!» —
А что ей ответить, заранее знал.
Когда за плечами осталась дорога,
Вздыхнул: «Не поверишь, Господь подсказал!»

Владимир ШЕБЗУХОВ



Прогрессивная мышечная релаксация

Страх, гнев, тревога, паника и беспокойство сопровождаются мышечным напряжением, и если его убрать, то можно повлиять на эмоциональное состояние, то есть добиться успокоения.

Эту взаимосвязь обнаружил американский учёный и врач Эдмунд Джекобсон в своих исследованиях в 1922 году. Он занимался изучением проявления эмоций у своих пациентов. Одним из способов оценки эмоционального состояния служили замеры тонуса напряжения мышц. В результате он получил подтверждение связи между эмоциональным и физическим напряжением.

Джекобсон доказал, что расслабление мышц помогает снять состояние возбуждения нервной системы, помогая ей отдохнуть и восстановить равновесие. Основываясь на этом факте, Джекобсон разработал простую и эффективную методику, именуемую «Прогрессивная мышечная релаксация».

Благодаря ей он помогал сво-

им пациентам избавиться от нервно-мышечного напряжения, а также справиться с различными заболеваниями, такими как бессонница, заикание, депрессия. Результаты своей работы Эдмунд Джекобсон опубликовал в 1929 году в книге «Прогрессивная релаксация» и продолжал совершенствовать её до 1948 года.

Метод прогрессивной мышечной релаксации по Джекобсону получил широкую популярность и активно применяется психотерапевтами во всём мире.

Кому подойдёт методика релаксации по Джекобсону:

- Людям, страдающим любыми тревожными расстройствами. Например, если вы боитесь летать на самолёте, перед посадкой на борт, прямо в аэропорту, попробуйте применить методику релаксации. Она поможет снять панический приступ, и вы почувствуете, что можете совладать со своим тревожным состоянием.

- Людям, страдающим социальными фобиями. Например, если вы боитесь публичных выступлений, а

вам предстоит выступить с докладом о проделанной работе перед коллегами, применение методики релаксации непосредственно перед событием может дать хороший успокаивающий эффект, и перед аудиторией вы предстанете менее напряжённым.

- Всем людям для снятия фоновых напряжений. Например, если вы весь день работаете, не поднимая головы, решаете сложные задачи, а вечером приходите домой взвинченным и скидываете свой гнев на близких, регулярное использование методики релаксации (3–5 раз в течение рабочего дня) позволит снимать напряжение, а не копить его.

- Всем людям для преодоления волнения. Даже если вы не страдаете тревожными расстройствами, но у вас иногда случаются ситуации, вызывающие беспокойство, нервное состояние, это естественная реакция. Однако применение методики релаксации поможет вам успокоиться в нужный момент.

Преимущества прогрессивной мышечной релаксации по Джекобсону:

1. Эффективность. Является способом самопомощи, призванным сбавить обороты эмоционального напряжения и привести себя в норму.

2. Простота. Состоит из комплекса простейших упражнений и легко усваивается.

3. Универсальность. Не требует идеальных окружающих условий и приспособлений для применения.

4. Скорость. Если практиковать методику 3–4 раза в день в течение трёх недель вне стресса и паники, просто ради тренировки,

организм её запомнит и сможет применять автоматически в случае необходимости.

Как работает методика

После интенсивного напряжения любая мышца автоматически глубоко расслабляется, а вместе с мышечным расслаблением происходит эмоциональное успокоение. Вы получаете возможность влиять на эмоциональное переживание и на те мысли, которые окрашивают его, с помощью простых упражнений.

Упражнения состоят из последовательного напряжения и расслабления разных групп мышц, что приводит к общему успокоению.

Напряжение длится 7 секунд, расслабление — 30–40 секунд, при этом, расслабляясь, нужно постараться сконцентрироваться на ощущениях, которые возникают в тех частях тела, с которыми вы работаете. Это может быть ощущение тепла, лёгкости, тяжести, покалывания.

Каждый раз после расслабления к рабочей группе мышц добавляется новая группа. Упражнение желательно выполнять сидя.

1. Сожмите изо всех сил кулаки, держа их на уровне груди. Почувствуйте напряжение в кистях.

2. Расслабьтесь. Какие у вас ощущения в мышцах? Постарайтесь воздержаться от любых движений 30–40 секунд.

3. Сожмите кулаки, согните руки в лучезапястных суставах. Почувствуйте напряжение в предплечьях.

4. Расслабьтесь. Какие у вас ощущения в мышцах? Постарайтесь воздержаться от любых дви-

жений 30–40 секунд.

5. Сожмите кулаки, согните руки в лучезапястных суставах и в локтях, напрягите бицепсы.

6. Расслабьтесь. Какие у вас ощущения в мышцах? Постарайтесь воздержаться от любых движений 30–40 секунд.

7. Сожмите кулаки, согните руки в лучезапястных суставах и в локтях, напрягите бицепсы, сведите лопатки и опустите их вниз. Почувствуйте напряжение в верхних мышцах спины.

8. Расслабьтесь. Какие у вас ощущения в мышцах? Постарайтесь воздержаться от любых движений 30–40 секунд.

9. Вытяните ноги перед собой, сведите носки, а пятки расставьте, при этом пальцы ног согните, чтобы они смотрели в пол. Согните голеностопный сустав, чтобы носок тянулся к вам, и теперь оторвите выпрямленные в коленном суставе ноги. Почувствуйте напряжение в мышцах голени и бёдер.

10. Расслабьтесь. Какие у вас ощущения в мышцах? Постарайтесь воздержаться от любых движений 30–40 секунд.

Чтобы организм расслабился, чтобы вы испытали спокойствие, а тревожные мысли ушли на второй план, повторите эти упражнения 4–5 раз.

Методика мышечной релаксации по Джекобсону способна воздействовать на человека, как аспирин для снижения температуры.

Лечебного эффекта она не даёт, а просто снижает симптомы болезни. Но её всегда можно использовать в качестве козыря в борьбе с тревожностью и стрессом. Освоив методику, вы сможете привести себя в форму сами: будете чувствовать безопасность и ощущать контроль над ситуацией.

Взято из открытых источников

www.sunhome.ru/psychology/114186



Система Томаса ДеЛорме для борьбы с атрофией мышц

Когда в 1945 году ДеЛорме предложил использовать силовые тренировки для восстановления после травм, это противоречило всем традиционным терапевтическим методам. До сих пор можно встретить страхи, что силовые тренировки с возрастом небезопасны или неэффективны.

Вспомним историю жизни Милона Кротонского (540 г. до н.э.), самого известного олимпийского борца тех времён. Существует легенда, что Милон развил свою огромную силу посредством интересной стратегии. Недалеко от дома Милона родился телёнок. Атлет поднял его и пронёс на плечах. На другой день он снова проделал то же самое действие. Следующие четыре года Милон поднимал животное на плечи каждый день по мере его роста. В итоге атлет поднимал уже не телёнка, а 4-летнего быка.

Не знаю, миф это или реальная история, но это яркое образное описание современной эффективной стратегии тренировок. Её можно применять для роста мышц, восстановления атрофированных мышц и борьбы со слабостью и потерей мышечной массы с возрастом.

Клинически доказал этот основополагающий принцип успешных тренировок американский военный врач Томас ДеЛорме в середине прошлого века. Жиз-

ненный путь ДеЛорме очень интересен, но расскажу о его самом большом достижении.

В последние годы Второй мировой войны количество американских военнопленных, получивших ортопедические травмы, превышало вместимость военных госпиталей страны. Это отчасти объяснялось большим количеством раненых солдат, но сильно усугублялось протоколами реабилитации. На восстановление после многих травм уходило от 6 до 9 месяцев.

26 февраля 1944 года недавно закончивший учёбу молодой доктор Томас Ланье ДеЛорме прибыл на службу в один из таких госпиталей — общий армейский госпиталь Гардинер в Чикаго. Он быстро понял, что не недостаток врачей ответствен за огромное количество пациентов в больнице. Острая необходимость заключалась в том, чтобы найти более быстрый метод реабилитации пациентов.

Протоколы терапии обычно состояли из отдыха, тепла и упражнений с использованием большого количества повторений с минимальным сопротивлением или без него. «Упражнения... никогда не следует продолжать после достижения умеренного утомления», — советовали тогдашние профессора медицины.

ДеЛорме же, будучи сам любителем силовых тренировок, разо-

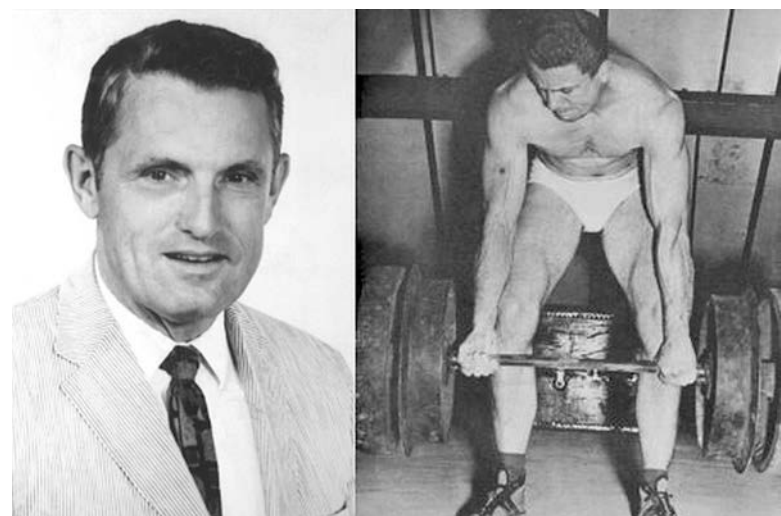
рвал существовавшие шаблоны и с успехом вылечил сначала одного «безнадёжного» пациента, потом второго... Вскоре к нему шёл целый поток мужчин, желающих вернуться к нормальной жизни после ранения.

После нескольких лет впечатляющих успехов в лечении, докладов на научных конференциях и научных публикаций все армейские терапевты получили приказ использовать протокол ДеЛорме с тяжёлым сопротивлением для реабилитации пациентов.

Сегодня силовые упражнения в реабилитологии — это норма, но за это пришлось побороться!

ДеЛорме объяснил научному сообществу, что принцип упражнений с тяжёлым сопротивлением и малым числом повторений лучше подходит для развития мышечной силы, чем такие упражнения, как езда на велосипеде и подъём по лестнице, которые в первую очередь повышают выносливость.

Впоследствии он ещё усовершенствовал свою систему, назвал её «Техника прогрессивных упражнений с отягощениями». Его новая модель тренировки состояла из трёх подходов по 10 повторений. Первый подход должен был быть выполнен при 50% от 10ПМ пациента, второй — на 75% и, наконец, третий — на 100% от 10ПМ. Как только пациент мог выполнить более 10 повторений в по-



следнем подходе, веса соответственно «прогрессировали».

Знакомо? Три подхода по 10 повторений быстро вышли за рамки реабилитации и стали «нормой» для фитнеса и спортивных тренировок. Впоследствии эффективность системы ДеЛорме была неоднократно доказана другими медиками. Так, её применяли для помощи больным полиомиелитом, который стал эпидемией в 1950-х годах.

Один из подобных экспериментов прошёл в 1988 году в Гарвардском реабилитационном центре по проблемам старения. В нём приняли участие 10 слабых жителей дома престарелых в возрасте от 86 до 96 лет.

За восемь недель их мышеч-

ная сила увеличилась вдвое или втрое, увеличился размер мышц, улучшилась функциональная подвижность. Двое из них выбросили свои трости. Когда силовые тренировки прекратились, они быстро утратили полученные преимущества.

Затем последовали многие другие, более крупные исследования. В итоге эта группа учёных пришла к выводу, что чем старше человек, тем выше вероятность того, что он продемонстрирует клинически значимое улучшение силы после такого рода упражнений.

Юрий СПАСОКУКОцкий,
фитнес-тренер
Яндекс Дзен



20 откровенных тезисов о воспитании

Для многих родителей книги швейцарского психотерапевта Алис Миллер стали настоящим откровением, они смогли по-другому взглянуть на своё детство и пересмотреть свои взгляды на воспитание детей. Она утверждает, что то, что заложено в нашем детстве, во взрослой жизни определяет наши действия и поступки. Неизлеченные детские травмы ведут за собой проблемы в личной и социальной жизни человека и могут приводить к психическим заболеваниям.

Её книга «Драма одарённого ребёнка», посвящённая изучению детских психологических травм, стала мировым бестселлером.

Вот отрывок из её книги, где Алис Миллер указывает на основ-

ные положения о воспитании детей.

1. Тиран — это травмированный в детстве ребёнок, которого били и унижали родители. Если человеку с детства было позволено чувствовать себя свободным и сильным, то впоследствии у него не возникнет потребности унижать других.

2. Взрослые думают, что живая душа ребёнка представляет опасность для их власти.

3. Именно то, что родители скрывают, больше всего волнует ребёнка.

4. Травмированные дети навсегда остаются привязанными к родителям и не достигают эмоциональной зрелости.

5. Человеческая душа практически не поддаётся разрушению,

а её способность возрождаться из пепла остаётся до тех пор, пока тепло дышит.

6. Человек должен иметь право на свои собственные истинные чувства и на их выражение.

7. Для большинства людей мысль о том, что родители их не любили, попросту невыносима. Чем больше свидетельств нелюбви, тем сильнее люди цепляются за иллюзию того, что они были любимы.

8. Большинству людей легче умереть (буквально или символически, через убийство своих чувств), нежели вновь ощутить всю беспомощность, от которой они страдали, будучи детьми.

9. Требования «хорошо себя вести» не имеют ничего общего ни с эффективной терапией, ни

с самой жизнью. Многим людям эти установки перекрывают путь к свободе.

10. Тело использует депрессию как способ выразить протест против предательства нами самих себя.

11. Морализаторство только уводит детей с верного пути и перекрывает им путь к самопознанию. Тело, в конце концов, не понимает моральных заповедей.

12. Лицемерие — универсальное средство овладения человеческими душами, в том числе и в педагогике.

13. Лжец не может уважать себя, а тот, кто не уважает себя, не уважает и других.

14. Гнев родителя — следствие его собственных проблем. Но вину за них взрослый возлагает на

ребёнка.

15. Полное подчинение воле воспитателей влечёт за собой готовность взрослого человека полностью подчиниться чужой политической воле.

16. Любое воспитание приносит вред.

17. Люди, приученные молчать, страдают от этого осознанно или, чаще, неосознанно.

18. Отношение родителей к ребёнку влияет на последующее отношение ребёнка к себе самому.

19. Неспособность почувствовать собственные страдания, перенесённые в детстве, приводит к тому, что человек может оказаться невосприимчивым и к страданиям других.

20. Плохое поведение — один из немногих способов, которые использует ребёнок для наказания взрослого.

Алис МИЛЛЕР,
«Драма одарённого ребёнка»

Карман для Бога

Мне всегда хотелось красивой жизни. Когда был студентом и денег не хватало даже на гречку, мыло я покупал обязательно «Камей». Пусть голодный, но зато хорошо пахнущий.

Потом — зажигалка Zipro. В 93-м, когда я её купил, она стоила целое состояние. Но она того стоила. Круто было. Как у Микки Рурка в фильме «Харли Дэвидсон и Ковбой Мальборо» или у Брюса Уиллиса в «Крепком орешке».

Ну и «маст хэв» конца девяностых и всей доайфоновской эры — мобильный телефон последней модели.

Я окончил Театральную академию, стал диджеем на радиостанции «Европа плюс» и желанным гостем самых модных ночных клубов северной столицы. Потом — арт-директором одного из таких клубов. Занимался набором красивых девушек для стриптиза и постановкой шоу-программ.

Жизнь, что называется, удалась! Она превратилась в сплошную вечеринку — все весёлые и красивые, много смеха, танцев и денег.

Днём я спал, ночью помогал поселиться другим и веселился сам.

Однако всё равно чего-то не хватало. Было ощущение пустоты, тревоги, прохладного сквозняка, который я ощущал прямо внутри себя.

Праздника требовалось всё больше и больше, и я создал свою фирму по организации мероприятий. Теперь праздник стал моим бизнесом.

А потом... Потом наступил новый, 2005-й год. Приболевшая дочь, врач, анализы, срочная госпитализация и диагноз — острый лимфобластный лейкоз. Рак крови, если проще. Первая детская городская больница. Белая палата, белый коридор, врачи. Тишина. Стерильность.

Дочке чуть больше года, в маленькой ручке — маленький катетер. Химиотерапия, гормоны, она теряет волосы и стремительно толстеет. Лысая голова, печальные глаза. Стоматит.

В руке с катетером — сосиска. Сама почти круглая, потому что всё-время ест, ест, ест...



В больнице мы жили полгода. Я — в режиме «помощник», жена — в режиме «постоянно». Их госпитализировали 23 декабря, в самый разгар новогодних корпоративов.

Мы с женой каждый вечер выезжали на банкеты — работать то всё равно надо было, оставляя с ребёнком бабушек. Жена в красивом костюме пела «Happy New Year», я шутил и поздравлял всех «с Новым годом и новым счастьем». Туда приходили нарядно одетые женщины с вечерним макияжем и тщательно уложенной причёской. Они приносили с собой туфли на высоком каблуке, переодевались в гардеробе и шли танцевать под Рики Мартина или Тома Джонса.

Прямо с банкета мы ехали в больницу. В холодную белизну палат, к детям без улыбок, потому что вся нижняя половина лица — белый прямоугольник маски, над которым большие грустные глаза. Детские маски были в дефиците, поэтому детям надевали взрослые, завязав резинки узелком. Оглушённые ненакрашенные мамы в спортивных штанах и тапках. Это была совсем другая жизнь. Непонятная, страшная, некрасивая.

Некоторые дети уходили домой. Некоторые просто уходили.

Телефоны замолчали, все «друзья» куда-то пропали, — наверное, звонить нам было совсем не весело. Было очень страшно, и мучил вопрос — за что? Деткам-то — за что?!

Единственное, что я умел делать на тот момент, — это устраивать праздники.

Прямо в больнице я организовал детскую Ёлку, на которой здорово отработали мои друзья — «Театр странствующих кукол господина Пежо», а сам выступил в роли Деда Мороза. Пожалуй, это было одно из первых мероприятий за последние годы, где на меня смотрели трезвые глаза. Праздник состоялся прямо в холле отделения химиотерапии, дети собрались у наряженной ёлки, все в масках — правда, не маскарадных, а стерильных, — но они смеялись и были счастливы, и вместе с ними радовались родители, и это было... красиво и тихо. Впервые за многие годы без алкоголя в душе была тёплая тишина. Будто наконец дверь моего сердца прикрыли плотнее, и сквозняк прекратился.

Потом я пошёл в те палаты, в которые мне было можно (в сте-

рильные боксы нельзя), как Дед Мороз, и поздравлял с Новым годом детей, которые не могли ходить. Я знал, что некоторые из них почти наверняка из этой палаты уже никогда не выйдут, и это было

жил слепым, глухим и парализованным.

Мне самому была нужна реабилитация, я заново учился жить, и моими учителями стали дети-инвалиды. Они очень красивые.

* * *

С тех пор прошло больше 10 лет.

Сегодня я отец троих здоровых детей, актёр кино, любимый и любящий муж, спортсмен. Дочь давно выздоровела, инвалидность сняли. Она — умница, красавица и отличница. Я давно не работаю в ночных клубах, красивая женщина ждёт меня дома, совсем недавно жена получила корону «Миссис Санкт-Петербург». Зажигалка мне не нужна, я не курю много лет, а телефон... Телефон у меня кнопочный. И батарея у него отлично держит!

Моя трудовая книжка до сих пор лежит в Центре социальной реабилитации. Много лет я веду мероприятие «Созвездие героев», в котором мы вручаем премию «Золотое Солнце» людям, которые не сдались, оказавшись в сложной жизненной ситуации. Это настоящие герои, которые, как подорожник, пробивая асфальт всех сложностей и ограничений, стремятся к свету, даря надежду и силы всем, кто рядом.

Чем крепче асфальт, тем сочнее подорожник! Мне важно об этом помнить.

Всё то, что я особенно ценю сегодня, стало следствием именно тех самых проблем и сложностей, которые пережила наша семья. И болезнь дочери была важным этапом нашего взросления.

Можно ли было без этого? Не знаю. Вряд ли. Видимо, по-другому я не понимал.

Причина событий может быть не в прошлом, а в будущем, и вопрос «за что» меняется тогда на вопрос «для чего». Боль — хороший учитель и прекрасный доктор.

И какие бы испытания ни предлагала мне жизнь сегодняшняя (их, поверьте, хватает), я верю, что эти испытания — как карман. Карман для Бога, в который Он обязательно положит столько конфет, сколько влезет, — и других угостить хватит, и ещё вываливаться будут. В нашей семье так и произошло.

Возможно, завтра снова будет очень больно, возможно. Я молюсь только об одном — не забыть, что чем глубже карман, тем больше конфет...

Никита ПЛАЩЕВСКИЙ



Каждый день — как подарок

— Может, сто? — совершенно серьёзно подсказывает Даня.

Я беру на заметку поговорить с сыном о возрасте и «невоспитанных» вопросах.

— Сто! Скажешь тоже! — дедушка совсем не обиделся и опять хохочет. Катюня немедленно вступает в оркестр своей улыбкой, отчего дедушка смеётся ещё заливистей.

Такой он классный, такой жизнерадостный несмотря ни на что. Например, на боль в ногах, из-за которой мы сто метров идём уже 10 минут. Или на то, что ему некогда помочь купить продукты. Или на то, что рис он вынужден покупать по акции.

— Мне в этом году стукнуло... — дедушка сделал достойную мхатовскую паузу и торжественно объявил: — девяносто!

— Ого! — восклицаем мы с сыном в один голос.

— Ну вот, значит, скоро сто, — поясняет Даня.

Нет, я определённо поговорю с ним об этике в разговоре о возрасте.

— А где ваш сын, тот, которому шестьдесят? — аккуратно спрашиваю я. Не хочу обидеть дедушку, но и понять хочу: почему он, еле стоящий на ногах, сам ползает себе за продуктами.

— Сын у меня живёт в Лондоне, — с гордостью говорит дедушка. — А другой — в Абхазии. Пораскидало их, конечно. Далекое. Сложно оттуда помогать, — дедушка понял подтекст вопроса и ответил честно и по существу.

— Ясно. А вы, значит, совсем один в девяносто лет? — уточняю я. — И помочь некому?

— Почему же один? Говорю же: у меня жена молодая!

— А, да? — обрадовалась я. — Молодая? Значит, есть кому помочь?

— Ну, скажем так, есть с кем поговорить. Ей 85, инвалид первой группы, не ходячая.

— Молодая, — вздыхаю я.

— Ну, в 90 лет 85 кажется почти юношеством. Только не ходит она. Это вот тяжело, да...

— А кто же тогда...

— Сиделка к нам приходит по вторникам. Моет её. Соседи хорошие. Да и я не позволяю себе раскисать. Сам стараюсь ходить в магазин и по делам...

— Вы невероятный молодец, Михал Михалыч!

— Я же участник войны! Ветеран труда. Я в жизни повидал такое, что сегодняшняя трудная жизнь уже кажется мне ерундой, — весело сообщает мне Михал Михалыч. — И вообще у меня семь медалей есть!

— Семь медалей! Вот это да! — я не знаю, много это или мало, но мне так нравится зеркалить такой живой, такой искренний восторг дедушки, что мы со стороны, наверное, действительно выглядим влюблённой парой: идём с детьми, обнявшись...

Михал Михалыч рассказывает мне свои нехитрые новости. Что зимой гулять сложнее, чем летом. Что мандарины пока не вкусные, кислые. Что у жены Варюши (Варюша — как мило!) портился характер. Что сосед сверху совсем спился. Что скоро Новый год. Что у него есть ёлка, и он обязательно нарядит её для себя и Варюши...

Такой он уютный, такой хороший, этот Михал Михалыч.

Я обожаю людей, способных не видеть плохого там, где его много, и культивировать хорошее там, где его мало. Ведь это талант.

Вот к кому нужно ходить на мастер-классы и учиться оптимизму — к Михал Михалычу.

Ему 90 лет. У него есть опыт. Он может научить простому бытовому счастью. Счастью просто быть. Жить. Идти. Нет, ползти. Нет, всё-таки идти. Медленно, но идти и никуда не торопиться. Потому что всё уже успел. Купил рис. Увидел снег. Поболтал с людьми. Поделился хорошим настроением.

А дома его ждёт жена, его Варюша. Ей 85, она инвалид, но это не мешает ему любить её и говорить о ней с нежностью. И варить ей рис. И наряжать ёлку, чтобы у Варюши в Новый год было хорошее настроение.

А она, наверное, смотрит сейчас телевизор и ждёт своего Мишку. Переживает: что он там так долго. А то снег, почти метель. Как бы не упал, не поскользнулся...

Мы провожаем Михал Михалыча до подъезда. Пока я с трудом затаскиваю тележку на третий этаж, Даня и дедушка присматривают за Катюней.

— А как же вы подниметесь? — переживаю я.

— А я ещё погуляю... Не так часто выбираюсь, — Михал Михалыч присел на скамейку перед

подъездом. — Посмотрю снег. Подышу. Все мои друзья уже там. А я ещё живу. И хорошо живу. И Варюша моя жива. Что ещё хотеть? Ты иди, детка, иди. Малышка твоя замёрзла. А Даня — герой, сильный мальчик. Спасибо, Даня. А я посижу. Снег посмотрю... Подышу. Каждый день, он как подарок...

Мы пошли домой. Катюня и правда замёрзла.

Пройдя метров 10, я оглянулась на дедушку и чуть не расплакалась. Он сидел на скамейке, укутанный снежной метелью, такой счастливый, такой не одинокий...

Вот мне говорят, что когда я пишу про такое, то занимаюсь самолюбованием. А мне кажется, что очень важно рассказывать про таких дедушек. Потому что эта история про добро. Такое оглашение добра. И оно нужно.

Напомнить людям, что наши старики — наши хранители мудрости. Их надо смотреть, как кино, и учиться у них.

И чтобы мы, люди, не забывали своих стариков. И где бы мы ни были, в Лондоне или в Абхазии, чтобы звонили хотя бы спросить, как дела. Чтобы им, нашим старикам, было кому рассказать, какая погода, пьёт ли сосед и кислые ли апельсины...

Дорогие мои старики, Дайте я вас сейчас расцелую.

Молодые мои старики, Мы ещё, мы ещё повоюем...

Спасибо, Вселенная, за такой потрясающий подарок на мой день рождения. А то вроде праздник, а у меня — хандра самая настоящая. Не хочется веселья. Не в смысле, что мне плохо. А в смысле, что праздник — это состояние души. А моя душа хочет тишины и покоя. Впервые за 35 лет я почему-то хочу провести этот день одна. Кризис, что ли, среднего возраста?

И, гуляя с детьми, я думала о том, что не хочу подарков, поздравлений, слов. Хочу весь день промолчать, продумать. Хочу каких-то итогов, осознаний, озарений.

А потом мы познакомились с Михал Михалычем — замечательным улыбчивым дедушкой, посланником Вселенной.

Он хочет мне сказать важное. Нет-нет, не про рис и не про кислые мандарины. А про то, что надо жить. Просто жить и радоваться. Всегда есть чему радоваться. Потому что каждый день, он уже подарок, и его надо ценить, и смотреть на снег, и дышать зимой, и любить жену, и идти вперёд, и не помнить зла, и не унывать. Просто ждать чудес.

Ольга САВЕЛЬЕВА

Фото автора

<https://vk.com/detiroditeli>

Мама, я хочу с тобой...

Она забирается ко мне на колени и говорит:

— Мама, я хочу с тобой...

И это самое прекрасное и самое ужасное, что мне когда-либо говорили.

Это счастье и тепло. Всегда быть рядом, всегда быть для неё. Маленькие тёплые ладошки в моих руках. Круглый носик, упругий и мягкий, пружинящий под моими губами.

Это боль, потому что в тот момент, когда она произносит эти слова, я уже понимаю, что всё закончится. Что она вырастет, и больше не будет этого «я хочу с тобой». И я думаю, что, наверное, не справляюсь. Что я всё чаще говорю: «Подожди, пожалуйста, мне нужно закончить одну вещь».

Одну вещь за другой. А время уходит. И маленький человек становится большим. И с каждой минутой она всё дальше. И постепенно превращается в незнакомку. А с ней уходят в прошлое все непрочитанные сказки, не сделанные поделки, не пройденные километры и не измеренные лужи, на которые так и не нашлось времени.

Это страх. Страх, что я уже не с ней или меня не окажется рядом, когда я буду очень нужна. И что маленькая девочка на самом деле очень одинока.

Это изумление. Как такое маленькое существо смогло настолько заполнить мою и без того не пустую жизнь, мои интересы и отношения, работу и достижения, страхи и

чувства, приключения и впечатления. Как всё это ужалось и стало частью её или стыдливо уползло на второй план?..

Это восхищение и благодарность за возможность побыть рядом с чудом, поддержать его в руках. Абсолютная уверенность в том, что каждое движение и слово — совершенны, всё в ней — прекрасно.

Это любовь. Я люблю её шалости и поделки, её открытия и разочарования, её ошибки и неумения. Я люблю её капризы и непослушание. Её радость и восхищение. Её преодоления и попытки. Её смех и слёзы.

Как можно дольше слышать, навсегда запомнить, как она забирается ко мне на колени и говорит:

— Мама, я хочу с тобой...

Дина ИВАНОВА

Иллюстрация Снежанны Суш
<https://vk.com/detiroditeli>





Матери для неродных детей



В первом ряду: Сергей-младший, Татьяна, Сергей-старший и Ксения с детьми

В деревне Бархатово Кемеровской области нет ни предприятий, ни школы. Несмотря на это, почти треть её населения из 230 с небольшим человек сегодня — это дети, каждый второй из них — приёмный. 20 лет назад местные стали брать их на воспитание из детских домов, и за это время семьи нашли 126 ребят. Одни из пионеров опекуна на селе — семья Фадюшиных. Они приняли, как родных, 31 ребёнка.

— Плохо, что ли? Всё своё — овощи, ягоды, дом большой! — Сергей Фадюшин сдержанно, но всё же так заразительно радуется, что с ним невозможно не согласиться. В доме всё рассчитано на большую семью: много одежды, игрушки, огромная кухня, в которой таких же внушительных размеров столы.

Вместе они с Татьяной уже 45 лет, воспитали троих родных детей и ещё 20 приёмных. Сейчас в доме трое школьников — восьмиклассник Алексей и девятиклассницы Кристина и Вера, остальные уже студенты или совсем взрослые — сами стали родителями.

В небольшую деревушку Бархатово переехали к родителям Сергея в 1994 году из Узбекистана, откуда родом Татьяна. Место тихое, такие сёла горожане обычно называют глушью.

Просёлочная дорога до Бархатово уходит почти на 30 км от трассы между Кемерово и Новосибирском, местные говорят — зимой заметает так, что не проехать. Здесь до сих пор нет ни сотовой связи, ни интернета, зато рядом две речки, вокруг лес и красота.

Где один, там и 20!

— Мы в городе там жили, приехали в деревню, сюда, специально, чтобы на земле пожить, — объясняет Татьяна.

На участке — две теплицы, под снегом — около 30 соток чернозёма.

— Урожай собрали, я и сок томатный сделала, огурцов намариновала, у меня полное подполье заготовок, банок 500 в общей сложности. И дома едим, и студенты мои приезжают на выходные,

берут. Девять коз у нас.

Приёмные дети стали появляться у Фадюшиных в 2001 году. Тогда в Бархатово ещё было хозяйство, Татьяна работала бухгалтером, а Сергей — кладовщиком. Идею взять ребёнка из детского дома подала старшая дочь — увидела по телевизору социальную рекламу.

— Муж на работе был, а мы с дочерью дома. По телевизору была реклама акции «Мама, найди меня». Мне Оксана говорит: «Мам, возьмите. А то скоро одни останетесь». Ей тогда уже 18 лет было. Первым взяли Сашу, ему было 11 месяцев, а мне — 41 год.

Почти через год Фадюшины задумались о следующем малыше из детского дома. Родные дети и правда выросли, и маленькому Саше доставался максимум родительского и соседского внимания.

— Мы подумали, что Сашка будет избалованный, эгоист. Не дай Бог, вырастет шпана. Всё внимание ему было, вся деревня его любила, хорошенький был пацан. Так и взяли второго ребёнка — Андрея, ему на тот момент было два года, сейчас уже в институте учится. Они с Сашей ровесники, оба в 2000 году родились.

После двухлетнего Саши в доме у Фадюшиных появилась и первая приёмная девочка — Настя, «идеальный ребёнок, почти отличница», вспоминают про неё супруги.

— Придёт из школы, все уроки сделает, помогала мне кушать варить, — говорит Татьяна и тут же себя поправляет: — Они вообще все мне помогают, и не только готовить.

Это видно и без слов: пока мы знакомились, младший (20-й из приёмных и 23-й из всех) сын Фадюшиных Лёша очистил двор от снега и уже играл на улице с собакой, в Сибири в ноябре сугробы в человеческий рост.

— Наш поскрёбш, — ласково говорит мать, наблюдая в окно. — Самый младший у нас, да и ростом маленький, хотя на неделе уже паспорт получать.

Вскоре из школы возвращаются и старшие дочери, сами накрывают стол и садятся за обед.

— Они после детского дома



Деревня Бархатово

ничего не умели. Даже не имели понятия, как зубы почистить. Приходилось всему учить. Бывало, вставала рядом и контролировала, как зубы они по очереди чистят, — вспоминает Татьяна.

Со временем детей становилось всё больше, хотя в 2000-х с работой на селе было сложнее: совхоз ликвидировали, люди стали из деревни уезжать. Татьяна устроилась в местное небольшое ателье приёмщиком, Сергей ездил на работу в район.

В то время только ленивый не упрекнул их в том, что малышей они берут под опеку из-за денег, ведь на каждого от государства полагаются выплаты. Сейчас — чуть больше 7 тыс. рублей, в те времена — в 10 раз меньше.

— Долго говорили, что мы взяли детей из-за денег, в карманы наши заглядывали. Завистников было много. Но, как видите, мы не нажились на них. Ни золота, ни машин, ничего у нас нет, — Татьяна обводит рукой кухню, а фактически — всё своё незамысловатое деревенское хозяйство.

В доме уютно, но без изысков. Всё необходимое, без чего большой семье не обойтись, есть. Несмотря на трудности, работой воспитание приёмных ребят супруги никогда не считали, делали это просто потому, что хотелось поделиться тем, что у них было, — домом, заботой и счастьем жить в дружной семье.

— Думали, ну, возьмём ещё двух-трёх детей, всё к лучшему, чтобы и эти дети не в детдоме росли. Они мне все родные, мне за каждого больно. Они что-нибудь

натворят, а у меня вот здесь болит, — Татьяна непроизвольным движением прикрывает сердце.

До 18 и старше

За 20 лет, что Фадюшины — приёмные родители, бывало всякое, не только финансовые трудности. Воровство, враньё, детские капризы, эгоизм — было всё. Приходилось многому учить, разговаривать, доказывать собственным примером. Но сомнений или сожалений о своём выборе никогда не было.

— Чтобы кого-то обратно в детский дом вернуть — даже мысли не было. Я сразу сказала: будет хоть как мне тяжело, кусок хлеба я всегда им найду. Одно время и денег не было, даже по 700 рублей (опекунах) нам не платили, держивали. Я хлеб сама стряпала, мешок муки купим — три булки на день. Корова была своя, были масло, молоко, сметана, всё своё, — вспоминает Татьяна, ставя на стол целый поднос с пирогами, которые напекла накануне, и кувшин с молоком от собственной козочки.

— Чай или кофе будете? — спрашивает Татьяна, не переставая хлопотать за столом. — Я кофе люблю, кофемашину мне подарила приёмная дочь Наташа, она уже в институте учится. Я хотела в кредит купить, а она говорит: «Мам, держите деньги с папой, кофемашина — с меня, вопрос снят». Подарок такой на Новый год нам сделала. Старший приёмный сын Андрей мне колечко золотое подарил на 8 Марта. Мы их тоже никогда не забываем.

Мамой и папой Фадюшиных называют все 20 приёмных детей.

— Мы никого не приучали к этому, все как-то сами. У нас только Настя на второй день дома разрешения спросила: «Можно я вас мама и папа буду называть?» — вспоминает Татьяна. — «Конечно, можно, а почему нет?».

Старший приёмный сын Андрей сейчас учится в Кемерово, навещает по выходным, но обещает, что после армии вернётся не в город, а приедет в Бархатово с женой. Со ставшими родными мамой и папой приёмные дети связь поддерживают даже после совершеннолетия. Соседи иногда удивляются: зачем? Ведь формально опека после 18-летия уже закончилась.

— Была у нас здесь, в Бархатово, семья, они брали детей и говорили: «Это наша работа». Она мне всё время говорила: «Ой, ну зачем ты так прикипаешь к ним? Воспитывай до 18 лет — и всё». Я не могу так. Это не работа — они все мои, всех любим. И они тоже. Приедут, только руки помогут — сразу обниматься, уезжают — так же. А потом звонят, каждый божий день звонят.

— Они — наша опора, — немногословно, но точно добавляет муж Сергей.

Второе поколение

Чуть дальше по центральной улице в Бархатово — ещё один дом Фадюшиных, но уже младших, там живёт родной сын Татьяны и Сергея, тоже Сергей, с женой Ксенией и десятью детьми. Сами родили только семилетнюю Вику, остальные — приёмные. После Нового года семья должна стать ещё больше — родится сын.

Продолжить дело родителей решились по инициативе Сергея-младшего, для него это привычно, и ничего пугающего он в многодетности не видит. С Ксенией они познакомились в Кемерово, и семейная история девушку сначала шокировала.

— Он мне рассказал, что у его родителей приёмная семья, я вообще впервые о таком услышала, — делится Ксения. — Потом мы познакомились с родителями и с детьми. Мы с ними хорошо со всеми общались, дети все ко мне тянулись, мне было интересно с ними.

Молодые супруги тогда жили на съёмной квартире в Кемерово, а потом узнали, что в Бархатово продаётся дом, и переехали поближе к родителям. Ксения устроилась на работу в местный клуб, где учит детей танцам. Родилась дочь, а потом появилась ещё одна, приёмная.

— Подруги, конечно, звонили и говорили, что я с ума сошла, — улыбается Ксения. — Но я не обижалась, они просто этого не понимали. Там, где я выросла, рядом таких семей нет. Переживали в итоге зря, мы с приёмной дочерью хорошо ладили, многое вместе делали, она мне доверяла, очень много фотографий в архиве осталось совместных. Ей все завидовали, говорили: «Ничего себе, у тебя мама такая молодая». И она как-то этим гордилась, мы с ней были дружны.

Переживала первое время и сама Ксения. Особенно её тронуло, когда приёмные дети стали называть её мамой. Как и свекровь, она их об этом не просила — так решили сами.

— Когда подходит взрослый ребёнок, которого ты не рожала, и говорит тебе «мама», это совсем другие ощущения, чем когда «мама» — первое слово у родного ребёнка. Это приятно и ответственно, значит, действительно ребёнок с таким доверием к тебе отно-



сится, что он именно мамой может тебя назвать. Это дорогого стоит, — делится многодетная мать.

Потом органы опеки предложили Фадюшиным взять к себе ещё троих детей — двух мальчишек и девочку, сначала ненадолго, погостить и присмотреться.

— Прошлая приёмная семья от них отказалась, их даже в детский дом не успели определить, — говорит она. — В опеке предложили: пусть у вас в гостях побудут, если им у вас не понравится, тогда их в детдом. Я хоть и не знаю, что у них там в семье произошло, но мне их так жалко стало. Мальчишкам было по 12 лет, а девочке — семь, так они и остались у нас.

Росла семья — становился больше и дом: к нему пристроили большую кухню и несколько комнат.

— Места стало много, мы и подумали, что сможем ещё детям предложить дом, — продолжает Ксения и отвлекается на одного из своих школьников — потребовалась помощь с уроками.

Со стороны она не только внешне больше похожа на старшую сестру, с детьми особо не строится, к каждому находит подход и ласковое слово.

— Я стараюсь больше вообще в разговорах воспитывать, особенно девочек. Мальчишкам, конечно, мужское слово нужно. Я пока пропищу что-то им, они могут посмотреть ровно и не услышать, — рассказывает Ксения. — А отец только скажет: «Так, пацаны...» — и сразу все пошли за ним.

О самом главном

Наблюдая, как в суете проходит вечер в многодетной семье, невольно думаешь: как много сил и терпения отнимает такая большая материнская забота. Наверное, приходилось и плакать?

— Было дело. Где беру силы? Дети дают. От них радость, — открыто и не задумываясь говорит Ксения. — То, что к ним чувствуешь, — это привязанность и любовь. Даже если сначала это не всегда понимаешь, когда берёшь ребёнка в семью. Переживаешь за него, трясешься, это всё же ответственность. А со временем уже понимаешь, что главное, чтобы с ним ничего не случилось, не потому, что ты за него отвечаешь, а потому, что просто думаешь, как он там. Особенно, когда они вырастают, переживаешь, как он в общении студенческом живёт, найдёт ли он общий язык с новыми друзьями, вдруг проблемы, а он не скажет. Тогда начинаю звонить и писать не по расписанию. Душа волнуется, а когда всё хорошо — радуется.

Когда все уроки сделаны, Фадюшины-младшие вместе с детьми собираются в гости к старшим, там их ждут чай и бабушкины сладости. Пока дети одеваются, нас выходит проводить глава семьи.

Всё это время Сергей сидел за столом рядом с женой. Как и отец, разговоры о материнстве и детях слушал молча, но напоследок уже на улице спросил:

— Знаете, что самое главное? Самое главное — чтобы правильное понимание семьи было. Чтобы они знали, в чём сила семьи, и никогда не пошли по стопам своих кровных родителей. Чтобы своих детей смогли воспитывать сами и жили семьёй. Помогали друг другу в семье, жили без ссор, без ругани и были добрыми.

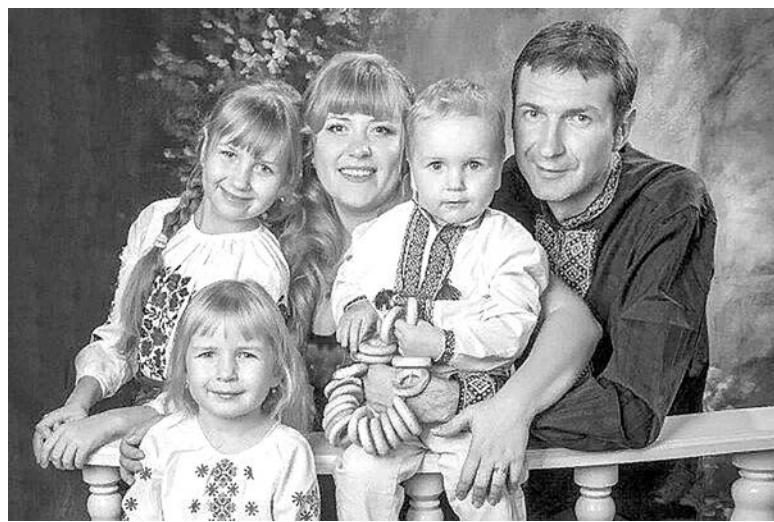
Мария ПИМЕНОВА

Фото: Максим Киселёв

Кемеровская область

<https://tass.ru>

Главный источник энергии в семье



У женщины только одна истинная функция — быть энергетическим источником для семьи.

Женщина должна делать только одно дело — накапливать энергию. Накопление и со-

хранение энергии — это миссия женщины.

Муж, приходя домой, припадает к этому источнику энергии, чтобы пополнить свои энергетические запасы. Уставшая жена ему не нужна.

Это заблуждение, что жена должна работать по дому. Не получив энергии от жены дома, муж быстро устаёт, и его дела идут плохо. Работаящая жена, будь то даже простая домашняя работа, истощает и подтачивает силы мужа, даже подметённый пол может обернуться неприятностями в делах мужа.

Жена должна иметь только те занятия, которые повышают её энергию и которыми она занимается ради удовольствия. Жена не должна делать ни одного дела в доме, не получая от него радости и удовольствия.

Хочет она рисовать — пусть рисует, хочет вышивать — пусть вышивает, хочет петь — пусть поёт. Но если не хочет, пускай не делает.

У неё только одна истинная функция — быть энергетическим источником для семьи. Горе тем мужьям, которые упрекают жену: «Ты весь день перед зеркалом

просидела, лучше бы делом занялась». Женщина — это земля, которая принимает семья. А земля должна отдыхать, чтобы родить урожай, как и цветы, чтобы зацвести весной, должны зимой отдохнуть. Так и женщина, чтобы родить и зачать, должна напитываться энергией. А что лучше может быть для женщины, чем зеркало и любовное собою.

Хороший и умный муж и худую жену похвалит, а та, что кошка, замурлыкает, засветится, да и на самом деле хорошесть начнёт так, что даже и соседи её не узнают.

Женщина — это очаг в доме, а без огня разве это очаг?

Женщине тоже не стоит беспокоиться о занятиях. Нет ничего в мире ценнее энергии. Её и за деньги бывает, не купишь. Поэтому и бросают к ногам женщин состояния, земли, покой и саму жизнь.

Наталья ТРУХАН

Десять тайн великопепной женщины

1. Великопепная женщина привлекает мужчин своим внутренним состоянием — в первую очередь. Внешность, ум, возраст, социальное положение, качества характера — всё это, по сути, глубоко вторично. Состояние, привлекающее мужчин, — это твоё наслаждение собой и своей жизнью. Наслаждаться собой — это непростое искусство, но, освоив его, ты становишься сильнее магнитом.

2. Любовь к мужчине начинается с любви к себе. Обычно же мы думаем наоборот: «Когда кто-то меня полюбит, тогда и я полюблю себя». Но до тех пор, пока у женщины не случится роман с самой собой, каждый мужчина будет для неё всего лишь психотерапевтом, пытающимся излечить её от неприятности самой себя и страха остаться одной. Истинная, глубокая любовь возникает из состояния наполненности собой. Тогда любовь к мужчине родится в своём высшем проявлении — как дарение себя ему, а не как отчаянная попытка быть кому-то нужной, чтобы ощутить собственную полноценность.

3. Мужчина любит не саму женщину, а своё состояние рядом с ней, СОСТОЯНИЕ. Женщина, которая создаёт у мужчин особое состояние — мужское, всегда будет иметь успех и поклонников. К этому особому состоянию мужчина будет тянуться, как к магниту. Настоящая женщина культивирует в себе женственность, чтобы одаривать ею мужчин (любимого, поклонников, друзей, знакомых, просто прохожих).

4. Желание любить рождается внутри. Оно, как правило, не имеет никакого отношения к тому, есть ли достойные для этого объекты в окружении настоящей женщины. Когда женщина думает, что «не из кого выбирать» и что вокруг неё нет мужчин, достойных её любви, это может говорить о том, что она пока не готова любить. Она хочет чего-то другого. Она, возможно, боится любить. И те «недостойные» мужчины, которые есть вокруг, только

отражают её внутреннее состояние. Как только женщина созревает до истинной глубокой любви, вопрос «достойн — не достоин» перестаёт иметь первостепенный характер.

5. Щедрость женщины на любовь привлекает к ней любовь. Если женщина хочет быть любимой, она должна уметь насыщать любовью всё, с чем соприкасается. Дарить её, наслаждаться ею, проявлять её, думать и говорить о ней. Любовь должна быть вдохом и выдохом, а не только вдохом. Если ты выдыхаешь любовь, она найдёт тебя естественным образом.

6. Мужчины — это боги. Любимый мужчина — бог. Именно так. Если он не производит на вас впечатление бога, значит, вы «смотрите глазами» критического разума. Бог может быть проявлен в нём только на один процент. В его жизни ещё не встретила такая женщина, которая вдохнула бы в него веру в себя. Настоящая женщина видит в мужчинах богов. Настоящая женщина не конкурирует с мужчинами и не доказывает им своего совершенства. Она их не переделяет и не воспитывает. Она видит всё лучшее, что есть в каждом из них. Настоящая женщина лю-

бит, ценит и уважает мужчин ВО-ОБЩЕ. Такая позиция создаёт в её жизни пространство для интересных и достойных мужчин.

7. Чтобы очаровывать мужчин, женщина сама должна быть очарована. Если женщина хочет вдохновлять мужчин, она должна сама пребывать в состоянии вдохновения. Если женщина хочет воспламенить их, она сама должна быть маленьким пламенем. «Очарованность» женщины — это её влюблённость в жизнь, в свои маленькие тайны. «Очарованность» создаёт внутренний свет, который невозможно не почувствовать.

8. Рядом с женщиной всегда есть место подвигу. Она его создаёт. Женщина возбуждает в мужчине желание проявить себя сильным, не навязывая ему обязанности «ты должен», но мягко приглашая в сказку «Герой и Принцесса». Она создаёт иллюзию трогательной беззащитности и ранимости, пробуждая в мужчине желание для совершения поступков, результатом которых будут её восторженные глаза и восхищение им. Настоящая женщина подготавливает мужчину к совершению поступков постепенно и незаметно, ничего для этого не делая, просто пребывая в образе нежной барышни.

9. Великопепная женщина не участвует в феминистических женских клубах. Не будет делать обобщений типа «Все они...». Она знает, что все мужчины — разные. Каждая женщина создаёт свою Вселенную, и её окружают те мужчины, которых она привлекает в свою жизнь. Она не будет раздувать костёр межполовой войны и упиваться несовершенством мироздания. Разговаривая с подругами о своём мужчине, она не будет делать акцент на его недостатках, критиковать и обесценивать.

10. Женщина даже нелюбимые вещи умеет говорить корректно и доброжелательно. Она говорит их мужчинам так, что это не унижает их, а подталкивает к изменению к лучшему. Это большое женское искусство — быть доброжелательной даже тогда, когда надо сказать о недостатках и ошибках. Важно не то, что говорит женщина, а то, как она это говорит. Она говорит, сохраняя чувство собственного достоинства и достоинства того, кому она это говорит. Она знает, что даже критику можно подать так, что это вдохновляет на подвиг. Однако она всегда оставляет мужчине возможность выбора: меняться или нет.

www.tayni-mirozdaniya.ru





Пластуны — казаки без коня. Принято считать, что слово «пластун» произошло от древнеславянского «плазати» (ползать), так что такая специализация появилась ещё у наших предков-воинов, о которых древнеславянские источники говорили, что они могут «врага руками поаясти».

Как боевое подразделение пластуны появились в XVI веке. Среди различных казачьих куреней был отдельный, Пластунский. Именно пластуны на самой границе Дикого поля отслеживали передвижение турок, татар, поляков. И пластунам же доставалось право быть главной силой внезапной атаки. Они были проводниками в безкрайних степях, в походе — глазами и ушами основного войска, а на привалах обеспечивали надёжную охрану. Официальная история пластунов на государственной службе началась в 1787 году. Екатерина Великая переселила запорожцев на Кавказ. Во-первых, в качестве награды за их заслуги в Русско-турецкой войне, а во-вторых, по их личной просьбе, и самое главное — для охраны рубежей государства. Так пластуны стали Черноморским казачьим войском, территория которого простиралась от реки Кубани до Азовского моря, до Ейского городка.

Новая богатая и плодородная земля требовала постоянной защиты от воинственных соседей. Спокойной жизни не было, и казакам пришлось вырабатывать новую тактику. Они не гонялись за абреками на взмыленных конях, а сделали разведчиками, пешими следопытами и научились воевать небольшими силами. В среде казаков появились воины, ничем не уступавшие врагу и способные самостоятельно ходить на его территорию. Такая приграничная война продолжалась 70 лет, и она сформировала замечательных воинов. Терпение в поиске, смелость в стычках, изворотливость, смекалка, меткость сделали пластунов опасными противниками. Служба Отечеству у пластунов не ограничивалась только Кавказом. Первоначально в «больших» войнах были задействованы в основном конные подразделения казаков, а пешие — в меньшей степени. Мастерство пластунов сводилось в основном к охране границ. Поворотным событием стала Крымская война 1853–1856 годов. Защита Севастополя потребовала новых приёмов боя. Технически английские и французские войска были вооружены лучше, винтовки стреляли дальше и, естественно, приводили к большим потерям. Понадобились люди, которые могли незаметно пробраться к вражеским окопам, молниеносно уничтожить солдат противника или разгромить батарею. Такими людьми стали кубанские пластуны.

Сначала в Севастополь прибыло два батальона, но они вели такие успешные боевые действия, что командование потребовало дополнительные подразделения. В хрониках обороны Севастополя приводится случай, когда пластуны захватили мортирную батарею и на пленных французах утащили три тяжёлые пушки. Боевая работа пластунов была высоко оценена авторитетами той войны, а сами пластуны говорили: «Хвалили нас в Севастополе бог весть за что. А мы привыкли служить нести и сроду промаха не давали».

К концу XIX века пластунские батальоны — важная составляющая русской армии. Они насчитывали по штату четыре-пять со-

Казак-пластун



тен по 180 человек. В Русско-японской войне 1904–1905 годов в боевых действиях принимали участие шесть пластунских батальонов 2-й Кубанской пластунской бригады. В Первую мировую войну 20 тысяч пластунов Кубанского казачьего войска сражались на фронте. Это были первоклассные стрелки и разведчики.

Пластунские особые отряды, их функции и задачи

Пластунские казачьи подразделения специального назначения занимались разведывательными, диверсионными и поисковыми мероприятиями.

На Кубани пластуны являлись главнейшими стражами Кордонной Линии. Они были разбросаны по всем постам особыми партиями и всегда держались на самых передовых притоках, батареях, где имелись сигнальные пушки.

Когда неприятель наступал слишком быстро и в больших силах, пластуны падали «на гасло», стреляли на тревогу. Подражая походке и голосу разных зверей, они умели подходить и выть по-волчьи, кричать оленем, филином либо дикой козой, петухом, и по этим сигналам подавали друг другу вести, собирались в партии.

От прочих казаков пластуны отличались как по виду, так и по одежде, даже в походе. Ходили неуклюже, переваливаясь, как бы нехотя; из-под нависших бровей глаза глядели сурово, лицо совсем бронзовое от загара и ветров; череска на пластуне истрёпанная, вся в заплатках; папах порожелая, вытертая, хотя всегда заломленная на затылок; чуваки из кожи дикого кабана, щетиной наружу. Таков был старый пластун на Кубани, под Севастополем, на берегах Дуная.

За плечами у него сухарная сумка, в руках добрый штуцер с тесаком, на поясе разная мелочь: пороховница, пулечница, отвёртка, шило, иногда котелок, иногда балалайка или скрипка.

Пока не было за Кубанью укреплений, пластуны проникали в горы, сторожили неприятельские партии, следили за их передвижениями.

При этом скрывали свой собственный след: они то пятались назад или топчутся на месте; по следам же неприятеля узнают силу партии, когда она прошла и куда направит первый удар. В закубанских укреплениях пластуны проводили дни, а ночи в поисках, обе-



Государь Император среди офицеров-пластунов.
(Из издания Министерства Императорского Двора: «Его Императорское Величество Государь Император Николай Александрович в действующей армии. Выпуск III. Январь—июнь 1915 г.»).

регали пастбища, сенокосы, рубки дров и огороды. Нечаянные нападения стали делом невозможным.

Когда начальство снабдило укрепления на случай штурма ручными гранатами, пластуны стали брать их с собой на поиски. В крайности, если не было иного спасения, они зажигали гранату, швыряли в нос шапсугом, а сами давай Бог ноги, с приговором: «Ну-то ж, ноги, та не пускайте!»

В прежнее время пластуны принимали к себе в товарищи по собственному выбору.

Кроме сметки и терпения пластун должен хорошо стрелять, потому что один потерянный выстрел губит всё дело. Он должен быть хорошим ходоком, что необходимо для продолжительных поисков в лесах, болотах или закубанских тонях. Впрочем, бывали случаи, что пластуны сами зазывали к себе какого-нибудь неострелянного «молодика». Значит, его отец был славший пластун, сложивший свои кости на плавне.

Вообще у пластунов имелись свои совсем особые обычаи, поверья, приметы. Они имели медицинские навыки, умели лечить самые опасные раны, останавливать кровь. В поверье вошли заговоры от вражеской пули и укушения гадюки.

К своей трудной службе пластуны подготавливались в той же школе — в плавнях, в лесах, где водились в изобилии дикий кабан, олень, дикая коза, волк, лисица, барсук, выдра. На охоте за ка-

Казаки-пластуны во время Великой Отечественной войны. Казачий спецназ

С началом войны многие казаки добровольно вступали в Красную армию. Только Краснодарский край дал в августе 1941 года до 177 тысяч добровольцев из казачьих станиц.

В годы Великой Отечественной войны казаки принимали участие почти во всех крупнейших операциях: отражали наступление немцев на Москву, окружали группировку Паулюса в Сталинграде, жгли фашистские танки на Курской дуге. Они выбивали гитлеровцев из Крыма, из Украины, Молдавии, Беларуси, брали Берлин и штурмовали опорные пункты врага в Восточной Пруссии. А после схватки с гитлеризмом добивали самураев на Дальнем Востоке. Ратный труд 100 тысяч казаков был отмечен за годы войны

баном требуется подчас хитрость, подчас отвага.

Есть и другие промыслы, где казак привыкает к тому, что его ждёт на службе. Около табунов, незнакомых со стойлом, он делается наездником; около стада, угрожаемых зверем, — стрелком.

С малолетства он свыкается с невзгодами пастушеской жизни. В поисках за своим стадом изощряется распознавать места, как в ясный день или тёмную ночь, так в дождь или туман. В степном одиночестве казак учится терпению, становится чуток, зорек, что идёт ему на пользу после, в одиночных караулах, засадах. Из таких-то казаков набирали в батальон или дивизию пластунов.

орденами, а 267 казаков получили звания Героев Советского Союза.

Дивизия же казаков-пластунов была особым подразделением Красной Армии, созданным по специальному распоряжению Верховного Главнокомандующего И. В. Сталина. Казаки-пластуны отличались сплочённостью и высокой боевой готовностью.

Девятую пластунскую Краснодарскую Краснознамённую горнострелковую дивизию создавали как подразделение лучших казаков-пограничников, некогда охранявших рубежи России. Пешие казаки проводили разведку, среди них было много снайперов и специально обученных для штурмовых действий бойцов. В состав





дивизии входило три батальона плюс артиллерийское подразделение и дивизион противоздушных оборон. Общая численность «казачьего спецназа» доходила до 41 тысячи человек. Среди пластунов служили и старые казаки, получившие свои Георгиевские кресты ещё в Первую мировую. Решение о введении дивизии в бой принимала только Ставка Верховного Главнокомандования, пластунов берегли и без особой необходимости в сражении не бросали. Отличительной стороной дивизии пластунов было то, что в казачьих сотнях (ротах) служили в основном односельчане, многие из которых были к тому же и родственниками. Выдержка, сплочённость, взаимовыручка, неспособность к предательству значительно повышали боеспособность таких подразделений.

До весны 1944 года местом основной дислокации дивизии была Кубань, непосредственно в боях принимали участие лишь некоторые её подразделения. К примеру, пластуны отличились в сражениях по освобождению Керчи — штурмовиками дивизии были очищены от фашистов несколько улиц этого города. В 1944 году пластуны воевали в составе Первого Украинского фронта. Оказалось, что они очень эффективно умели сражаться с бандгруппами коллаборационистов из ОУН и бандеровцев: от советских солдат, призванных из Западной Украины, толку в этом деле было мало, а казаки, напротив, действовали умело и решительно. В конце лета 1944 года дивизия пластунов в составе других подразделений Красной Армии участвовала в освобождении Польши. Казачьи подразделения сражались в том числе и против танковых соединений противника. Ожесточённо сопротивляясь, гитлеровцы по громкоговорителям систематически оповещали пластунов о щедрой награде, гарантируемой тому, кто доставит им командира казачьего полка. Бойцы одного из окружённых пластуновских батальонов, прорывались, сходясь с немцами в рукопашные схватки. Один из оборонительных рубежей противника пластуны взяли, используя снопы на поле. Замаскировавшись в них, казаки сумели незаметно подобраться к вражеским позициям и выбить с них немцев.

В феврале победного 1945 года дивизия пластунов воевала в Германии. Против них сражались отлично подготовленные и превосходно экипированные подразделения горных стрелков, имеющих миномёты и танки. Бои на одерских плацдармах были для пластунов самыми кровопролитными. Сражения в районе Нейсдорфа запомнились казакам особенно — эта деревня неоднократно попеременно занималась то казаками, то гитлеровцами. В сражениях в Германии против пластунов воевали части эсэсовцев, сопротивление которых в итоге было сломлено. В этих боях погибли два командира казачьих батальонов и помощник начштаба. До окончания войны пластунская дивизия участвовала в боях в Чехословакии, казаки освобождали Моравск-Оставу и Прагу. На родину в Краснодарский край девятая дивизия пластунов вернулась только в сентябре 1945 года.

Подвиг казаков-пластунов был отмечен 13 986 орденами и медалями. Дивизия за войну получила шесть благодарностей от Верховного Главнокомандующего.

https://vk.com/@georgij_sidorov-kazaki-plastuny



Домовой — невидимый член семьи

В течение тысячелетий жилище человека органически вписывалось в природную среду. Передвигаясь со скоростью 5–6 км в час, наши прадеды видели то, что сегодня не улавливает наш глаз.

Наши органы чувств в одинаковой мере не в состоянии уловить как суперскорость нейтринно, так и неуловимое перемещение планет на небесной сфере. Да и в водовороте жизненных хлопот разве часто обращаем мы внимание, скажем, на малое насекомое, находящееся на тропинке? Что же говорить о формах жизни микроскопических, а тем более полевых?

Энтузиасты в различных концах света собирают сведения о появлении всяких «барабашек», «НЛОшек», в Испании одним энтузиастом проведена серия экспериментов по фотосъёмкам воздуха в ультрафиолетовом и инфракрасном спектрах, но серьёзного научного подхода к изучению полевых форм жизни всё-таки нет. И это довольно странно при современном развитии физики и измерительной техники.

Бабушка в детстве не раз говорила мне:

«Если увидишь домового или его деток, не смотри на них, и тогда они исчезнут. Если же ты будешь смотреть, они начнут расти, будут становиться всё большими и большими, и в конце концов ты увидишь, как они плачут, потому что им очень больно, когда они вот так быстро растут. Они этого не хотят. Они хотят жить тихонько где-то там за печкой на чердаке или в погребе, хотя имеют свой маленький кусочек хлеба, немножечко молока да щепотку табака на праздники, за это они следят за тем, чтобы в хозяйстве был порядок, а в семье — покой и согласие. Они тонко ощущают, когда хозяева добры, они хотят, чтобы их любили и не трогали. А если кто на домового накричит или как-нибудь по-иному обидит, он уйдёт прочь к другому человеку, к ум-

ным людям, но перед тем такое сделает, что и крыша на доме дыбом станет. Это большое счастье, когда домовые приходят жить в хозяйство, и огромная беда, когда их заставляют идти прочь».

Эти бабушкины слова вызвали огромное любопытство, будили и без того неугомонное детское воображение, и, конечно, я старался «разглядывать» домовых. Детские воспоминания потерялись в глубинах памяти, но, когда в зрелом возрасте начал проводить эксперименты, разрабатывая систему Спас, наблюдения оказались довольно интересными.

По моим наблюдениям, домовый — это энергетическое облачко, которое обладает способностью под концентрированным взглядом становиться гуще, тяжелее, опускаться на землю и приобретать очертания согласно тем мыслеформам, которые создаёт наше воображение.

Как-то я провёл эксперимент с домовичком, живущим в нашей квартире. На первых порах рассеянное энергетическое облачко, висевшее в верхнем углу комнаты, сгустилось, и на пол опустился шарообразный сгусток. Я представил образ домового — маленького симпатичного мальчика. Под концентрированным взглядом сгусток-шар стал изменять свою форму и постепенно превратился в маленького, очень симпатичного мальчика, который кротко смотрел на меня широко раскрытыми глазёнками, улыбаясь и переливаясь радужными тонами. Я изменил мыслеформу. Мальчик постепенно превратился в серьёзного человечка, потом — старичка наподобие персонажей, известных каждому из мультфильмов. Когда же я начал воображать его в виде злого горбуна-тролля, он весь задрожал, сморщился, заплакал, сердито замахав ручками, превратился в шарообразный сгусток, мгновенно взлетел с пола в свой уголок под потолком и там... К моему удивлению, он исчез совсем, а я в тот же миг ощутил энергетиче-

ский удар в правый глаз.

Так он мне дал понять: домовичок добрый, он хороший! Он не хочет быть злым по сути и безобразным по форме.

После этого «конфликта» мой домовичок около двух недель не показывался на глаза. Долго пришлось мне перед ним мысленно извиняться, уверять, что это была лишь шутка, пока он снова не появился. Мы продолжаем «дружить» до сих пор, но я стараюсь больше не выходить с ним на прямой контакт, не нарушать его покоя.

Много времени я проводил в поисках подобных явлений, наблюдал в помещениях различного назначения как в городе, так и в сельской местности. Оказалось, что в сельской местности для домовых существуют наиболее благоприятные условия. Там домового можно обнаружить в девяти домах из десяти. В городских домах и квартирах они встречаются довольно редко.

Рассказывая о домовом, бабушка не раз повторяла, что необходимым условием для того, чтобы он поселился в доме, являются чистота и уют. Второе — дружелюбные, а главное — откровенные, честные взаимоотношения в семье. В жизни всякое бывает: и хорошее, и плохое, от этого куда не денешься, но взаимоотношения в семье должны быть честными.

Домовой — это, по сути, невидимый член семьи, который выбирает семью себе сам.

Самое большое влияние на домового имеет хозяйка. Каким бы активным в жизни, на работе, на службе ни был мужчина, в доме хозяйка — женщина, жена. Её энергетикой наполнен весь дом, все его уголки и закоулки, она и является главным авторитетом для домового, а мужчину он воспринимает как необходимость, с которой нужно мириться. Домовой никогда не поселится в семью, где господствует пьянство, происходят постоянные распри, звучит ругань. Не поселяется он и в том

доме, где процветает обман, где нет душевной гармонии, где женщина по складу характера не является хранителем семьи, дома.

Для чего нужны домовые и прочие домашние божества? Какие функции в природе они выполняют?

С позиции науки Спаса это объясняется следующим образом.

Домовые — это энергетические собаки, которые дают энергетических волков и лисиц, могут остановить злого человека. Это энергетические коты, которые ловят энергетических крыс и мышей, а при случае и энергохорьков, ласок и кунит, это энергетические чайки, которые чистят дом от энергетического мусора человеческой деятельности.

В особенности много энергомусора образовывается, когда в доме кто-то болеет. Высокая температура, бредовые мысли в горячке, испарения кожи создают много энергомусора. Этот мусор необходимо собрать, вынести из помещения, снять с тела человека жгуты болезненных мыслеформ.

Эту работу и выполняют домовые, а если не справляются, то призывают на помощь более сильные энергетические субстанции, которые легко наблюдаются в тех больницах, банях, парикмахерских, где поддерживаются соответствующие санитарные условия.

Такая более мощная, чем домовая, полевая субстанция приближается очень близко к постели больного, зависает над головой, вбирая в себя «грязную» энергетику, и наблюдается как сильно сгущённое энергетическое облако. Вероятно, выражение «смерть за плечами» и возникло потому, что люди издавна наблюдали это явление у тяжело больных.

Почему домовые не любят обычной грязи? Потому что физическая грязь собирает на себе сгустки энергии сероватого цвета, которые, «налипая» на организм человека, закрывают энергопоры, задерживают энергоциркуляцию. Когда человек проводит обычную уборку своего жилья, он одновременно убирает его и энергетически: мощными энерго- и биоэнергиями своего базового организма и своими «спутниками». Каждый из «спутников» на несколько порядков превосходит по мощности энергетику домового и пользуется его «услугами» значительно чаще, чем базовая система. В свою очередь и домовые тянутся к людям: получая от них энергетическую поддержку, они тут же и помогают своим друзьям-хозяевам.

Из книги «Спас.
Тайная казачья наука»,
А.М. СКУЛЬСКИЙ

https://vk.com/slavyanskaya_zdrava





Один день на Тормансе

Рассказ адресован в первую очередь потомкам, которые будут изучать нынешние времена, пытаясь понять, как такое вообще было возможно. Это хроника наших дней глазами обычного человека. (То-ха Ха)

Утро

Раннее утро. Собираюсь на работу. Всматриваюсь в окно с целью узнать, что сегодня надеть на свидание с непостоянной ветреной красоткой осенью. На термометре ноль градусов. Ночью выпал первый снег. Лежит теперь, горемычный, и не знает, что ему делать: то ли таять, то ли нет. Куда повернёт погода, в какую сторону? Белеть ему дальше на свете или превратиться в грязь? Вот и я, глядя на обновлённый припудренный мир, начинаю задаваться теми же вопросами. Что будет дальше, куда повернёт?

...В окне дома напротив замечаю такого же человека, собирающегося на работу. В зале позади него висит огромный плазменный телевизор. Настолько огромный и плазменный, что мне из соседнего здания отчётливо в HD-качестве виден выпуск новостей. Видно. Но не слышно. На экране — говорящая голова, привязанная галстуком к строгому костюму. Костюм, глаза, физиономия — всё строгое. Ведущий новостей жестикულიровал руками, что-то объяснял, доказывал, играл напряжённым лицом, щурился, кривил рот. Я видел это миллион раз. Включите телевизор в любой точке планеты — и перед вами возникнет точно такая же голова, возможно, с другим цветом кожи и разрезом глаз, но с точно такой же, как под копиру, мимикой. Я улыбнулся: врешь, не возьмёшь! Не долетают из твоего чёрного рта до меня твои словесные пули.

И вдруг, не слыша ни звука, я начинаю ясно понимать, о чём говорит ведущий!

«Бойся! Бойся! Бойся короновирусов и своего непривитого соседа! Бойся кризиса и войны. Бойся цены на нефть, бойся индексов ММВБ! Бойся выйти на улицу, бойся сказать, бойся дышать! БОЙСЯ!» — читается в каждом движении дик(та)тора.

И стало мне одновременно и горько, и смешно: как эта телевизионная шутовина смогла запугать, разделить и оболванить весь мир!

...Иду к остановке. Повсюду куда-то спешат люди с похищенными лицами. Под их ногами хрустит снег. Держится, не тает. Держусь и я, не раскисаю. Бдительные камеры видеонаблюдения, растущие из стен аптек, ломбардов и пивнушек, с любопытством снимают каждый мой шаг. Я ощущаю на себе их недобрые одноглазые взоры со всех сторон. «Мы следим за тобой, мы везде!» Наверное, если постараться и смонтировать все кадры того утра с моим участием, получится целое немое кино. Сюрреализм. Шоу Трумэна, не иначе. Я вдруг почувствовал себя главным героем какой-то комедии абсурда, захотелось выкинуть какую-

нибудь дикую штуку, например, пройтись походкой Чарли Чаплина со скоростью 16 кадров в секунду и развеселить случайных прохожих, но, вспомнив, что у них давно уже нет ни улыбок, ни даже лиц, я передумал.

...На остановке безликие обсуждали новости о том, что скоро без QR-кода и паспорта в транспорт не пустят. Что по миру гуляет очередной штамм. Что кислорода в местном госпитале осталось на

— Всё просто: молитва лучше, чем сон.

Ильгиз — настоящий мусульманин: пять раз в день читает намаз, не приемлет спиртного и постоянно цитирует Коран. А ещё он большой размышлятель, как и я. Он часто любит повторять свой девиз по жизни: «Если толпа бежит в одну сторону, разворачивайся и иди в обратную». Последний из могикан: у него нет не только QR-кода, но и снисла, ИНН и да-

ская: плитку класть — это тебе не книжки писать, — похлопал меня по плечу Ильгиз. — Хватит всякой ерундой заниматься.

— Отлично, но есть одно маленькое «но»: я никогда не клал плитку.

— Научисься.

Так я был принят в его небольшой индивидуально-предпринимательский коллектив. Работа и правда оказалась творческой и заняла всё моё свободное время,



два дня. Когда я слушал их безрадостные разговоры, мне показалось, что мы собрались здесь не в ожидании автобуса, а в ожидании конца света.

Ильгиз

В назначенном месте меня уже поджидал Ильгиз. Ильгиз — мой новый напарник, высокий татарин с красивым восточным лицом. Когда я смотрю на него, мне невольно вспоминаются картинки древних воинов-кочевников из школьного учебника по истории. Широкие волевые скулы, маленькая остроконечная борода, чёрные росчерки бровей, узкие сосредоточенные глаза, словно всё время высматривают вдалеке врагов или целятся в кого-то из лука. А когда Ильгиз говорит и начинает при этом оживлённо размахивать рукой, мне почему-то представляется, что он держит в кулаке невидимую саблю.

Увидев меня, глаза «воителя» перестали выглядывать врагов и мгновенно подобрели. На его лице появилась особая радушная улыбка, такая, которая бывает только у восточных людей. «Мой дом — твой дом», — без слов читается в этой искренней улыбке.

— Давно ждёшь? — виновато спрашиваю я.

— Нет. Минут сорок всего.

— Хорошая шутка. Почему ты всегда приезжаешь к месту раньше меня, в чём твой секрет?

же банковской карты. Полное взаимодействие с системой. Ещё немного, и я не удивлюсь, если Ильгиз откажется от паспорта.

— Вот и первый снег выпал. Как думаешь, растает? — спрашиваю я для поддержания беседы.

— Может, не растает. Что-то ты сегодня выглядишь неважно. Наверное, опять рассказы свои писал до 12?

— До двух.

— Делать тебе нечего. Ладно, айда, поехали!

— А как прошёл твой выходной? — интересуюсь я на ходу.

— Утеплили стены соседу, помог с электрикой родственникам, ну и у себя забор поправил, снегозадержатели поставил на крыше, машину на зимнюю резину переобул. В общем, отдыхал.

Ильгиз — мастер на все руки, очень востребованный человек, очередь из клиентов в его записной книжке расписана на несколько месяцев вперёд. Если вы хотите сделать ремонт качественно и недорого — большая удача, если вы окажетесь в этом списке. Мне же повезло ещё больше: мне выпала честь стать его компаньоном, первым и единственным за все 15 лет его строительной карьеры. Как так вышло — история длинная. Если коротко, то, переехав в Россию, мне нужна была работа, а Ильгиз был, наверное, один человек в этом городе, кто читал «Липкую ленту» и «Зри-тель № 53».

— Работа у тебя будет творче-

не оставив места для всякой ерунды, вроде музыки и литературы.

В магазине

...По дороге вспоминаем, что нужно купить кое-что для затирки швов. На входе в строительный магазин с душевным и родным названием «Берёзка» нас поприветствовали ожидаемым:

— Ваши QR-коды, пожалуйста.

— Конечно!

Ильгиз невозмутимо полез в карман. На экране его мобильного высветился известный код в форме выложенной из кубиков свастики, перечёркнутой двумя красными линиями, и надписью «Stop vaczism».

Безликий охранник с татуированными руками ни на секунду не смутился:

— Такой не пойдёт, — холодно ответил он и встал перед нами, показывая видом, что в магазин мы зайдём только через его оконеченный труп.

— А на основании чего вы требуете от меня личную информацию?! — вспыхнул Ильгиз и замалхал невидимой шашкой. — Вакцинировался я или нет — это медицинская тайна. Может быть, ты доктор? Что-то мне подсказывает, что вряд ли. Ты кто вообще такой здесь?!

Услышав шум, нас тут же обступила толпа безликих продавцов и консультантов.

— Пройдёмте, — вежливо

пригласила старшая из них, — я вам сейчас всё покажу.

В сопровождении магазинного конвоя мы проследовали к кассе. Ильгиз включил на телефоне камеру.

— Вы не имеете права нас снимать! — возмутился татуированный охранник.

— Очень даже имеет: это общественное место, вы же нас снимаете, — я указал на камеры, подглядывающие за покупателями по всему магазину.

— Это другое!

— Вот, читайте, — победоносно сказала главная продавщица и протянула нам ксерокопию, где на двух листах людям без кода запрещалось посещать всё на свете.

— Но постойте, здесь же нет подписи! — наигранно удивился я (о том, что там нет и не может быть подписи, я знал заранее). — Это филькина грамота. Я вам таких постановлений могу пачку выписать за 10 минут.

— Это всё незаконно! — подтвердил Ильгиз и вернул бумагу. — Государство не принимало законов о QR-кодах.

— Ну ладно! — потеряла терпение управляющая, вся её фальшивая вежливость тут же испарилась. — Нажимай на тревожную кнопку! — скомандовала она охраннику. — Вызывай ГБР.

Безликий с радостью выполнил приказ и залыбил так, что это было видно через его чёрный плотный намордник.

— Значит, вот так вы решаете вопросы? Вы хоть знаете, сколько статей Конституции нарушаете: «Право на свободное перемещение», «Превышение должностных полномочий», «Равенство прав граждан, независимо ни от каких обстоятельств», «Никто не может без добровольного согласия быть подвергнут медицинским, научным и иным опытам»... — начал перечислять Ильгиз.

— Уже давно перечёркнуты базовые права человека на труд, образование, отдых, — подхватил я. — Неужели вы не видите, как на наших глазах возрождается фашизм?

— Я никакого фашизма не вижу, только хамство отдельных личностей! О вас же заботимся.

— Да вы бы и в Германии тридцатых годов никакого фашизма не заметили бы. Но там всё начиналось точно так же. Разделение граждан на высших и низших. Аусвайсы. Людям второго сорта запрещалось входить в магазины, кинотеатры и транспорт. Потом на них тоже накололи коды-номера. А дальше были концлагеря, эксперименты и миллионы трупов. Фашизм всеяден, сегодня он нашёл лазейку в медицине, и это, возможно, грозит ещё более опасными последствиями.

Меня понесло, но никто уже не слушал наши сумбурные доводы.

— Ну при чём здесь фашизм? Пока вы тут спорите, в больницах умирают сотни людей. Разве вы не боитесь коронавируса?

— Бояться нужно всевышнего. Только его я боюсь! — твёрдо сказал Ильгиз. — А вся эта «пандемия» вылеплена из лжи.

— Ну что вы от нас-то хотите? Вы знаете, какие мы штрафы платим из-за таких, как вы, это ведь всё не наша прихоть, все претензии к власти, — плаксивым голосом посетовала кассирша.

— Нет, все претензии именно к вам. «Воистину, Аллах не меняет положение людей, пока они сами не изменят себя». Государство не принимало законов о QR-кодах. А штрафы вы можете с лёгкостью обжаловать в суде.



— Просто подумайте, почему губернатор не поставил свою подпись под этим «документом»? Что ему мешало это сделать? — не унимался я.

...ГБР мы ждать не стали, оставив продавцов с этим вопросом наедине, мы вышли вон.

— В интересное время живём: поход в магазин — это уже маленькое приключение, — задумчиво пробормотал Ильгиз.

— Прогнали клиентов и радуются, — пожал плечами я.

— Ничего, если хотя бы каждый десятый будет объяснять им и защищать свои права, они сломаются.

— Больше никогда не пойду в «Берёзку».

— Я тоже.

Ничего не понятно, но очень страшно

...Мы работали уже несколько часов. Объектом ремонта был большой частный коттедж с двумя просторными этажами и изящной винтовой лестницей между ними. Вдруг где-то за стеной в дальней комнате раздалась приглушённые звуки, нельзя было разобрать ни слова, но было ясно одно — в доме спорят и даже ругаются.

— Заказчики, что ли, повздорили? — насторожился Ильгиз.

— Ага, — навострил уши я, — хоть бы не подрались там ещё.

Было это весьма странно, поскольку хозяева усадьбы зарекомендовали себя очень порядочными и набожными людьми. И всё же сомнений не было: кто-то кому-то явно угрожал за дверью в столовой. Атмосфера стала напряжённой, неприятной, тревожной.

— Стоп. Да это же телевизор работает!

Прислушались. Точно, он самый. Двенадцатичасовые новости, да ещё на всю громкость — это хозяева особняка сели обедать.

— Разве можно так подавать информацию? — Ильгиз принял ко-пировать интонацию диктора, резонируя и сливаясь с его невнятными бу-бу-бу: — В Воронежской области кошка Мурка родила котят! — начал он, нажимая на каждое слово и всё больше нагнетая последующие. Сказано это было так умело и похоже, что по моей спине пробежал холодок.

— Два беленьких и один чёрненький! — не унимался Ильгиз.

— Бррррр! Хватит! Как они это делают? Ни слова не слышать, а мороз по коже. Бывает так страшаят, что кажется, выйдешь на улицу, а там солнце не взошло.

— Когда моя дочь была маленькой, у нас в доме ещё стоял телевизор, однажды вот так же шёл выпуск новостей, кроха перепугалась и как закричит: «Папа! Мама! Ничего не понятно, но очень страшно!!!»

— Как говорится, устами младенца... — сказал я и вдруг осознал, что в этой наивной детской фразе поистине выражена вся суть телевидения: телевизионщики уже давно работают только на то, чтобы было «ничего не понятно, но очень страшно».

— Дети чувствуют всё намного лучше взрослых, — заключил Ильгиз, — а мне понадобилось ещё несколько лет, чтобы осмыслить эту простую вещь и избавиться от зомбоящика навсегда.

Обед

Перерыв на обед. Два местных котика оживились вокруг нас, предчувствуя угощение. Пятнстого в силу последних событий

мы прозвали Куар Кот, полосатого — Штрих Кот. Настырнее и навязчивее был пятнистый. Отправив за дверь шерстяных попрошайек, сажусь за стол. Ильгиз не ест:

— Понедельник: ураза, — коротко поясняет он и устало ложится на лист пенопласта.

Я молча сажу рядом с телефоном в руке.

— Почитай, чего плохого сегодня произошло в мире, — зевает Ильгиз.

Легенды о том, что когда-то новости могли быть хорошими, остались в далёком прошлом.

— Ты же в курсе. Уже два года, как мы не знаем, что происходит в мире. На информационных сайтах только футбол и коронавирус. Через такую ширму не пробиться. Истинное положение дел спрятано за семью печатями.

— Да, это так. Но всё же почитай, что там пишут, — сонно попросил напарник.

— Ты опять заведёшься.

— Нет. Обещаю. В этот раз буду держать себя в руках.

Начинаю зачитывать заголовки:

«Сегодня зафиксировано столько-то заразившихся...».

«В России стартовал розыгрыш призов среди вакцинированных...».

«В РФ увеличился спрос на вакцино-туры...».

«Верховный суд разрешил штрафовать нарушителей без маски по фото».

С каждой последующей новостью лицо моего коллеги принимает страдальческий вид всё сильнее.

— «Врач и телеведущий Александр Мясников назвал страх перед вакцинацией нелогичным и призвал «не слушать идиотов».

— Естественно «нелогично», а колоть экспериментальную жижу, которая не прошла исследования, очень даже логично, — взрывается Ильгиз. — Они говорят, что власти озаботились здоровьем народа, тогда по-чему сигаретами торгуют на каждом углу? Где здесь логика? Возможно, я бы поверил в их доброжелательность, если бы они объявили по всем своим телепомойкам: «Граждане, у нас в стране пандемия, следовательно, весь табак и алкоголь теперь под запретом, поскольку спиртное сажает иммунитет, столь необходимый для победы над короновирусной заразой. Берегите себя, питайтесь правильно, занимайтесь спортом, живите трезво!» Этого нет! Напротив. Бухломаркеты работают без перебоев, когда даже парки закрыты были. Где здесь логика? Да, возможно, я тот самый идиот, которого, по словам телеврача, не следует слушать. Но как я могу верить в их добродетель? Я же вижу: им не нужны здоровые, им нужны вакцинированные. И весь этот информационный террор. Тому, о ком заботятся и желают здоровья, так информацию не подают. Сплошная истерия и ложь. Почему всё так однобоко?..

— «Гинцбург сообщил о росте детской заболеваемости COVIDом, — читал я следующую новость. — Директор Гамалеи призвал сделать вакцинацию от COVID-19 обязательной. По словам учёного, с малых лет нужно приучать россиян к тому, что поставить прививку — такая же норма, как и помыть руки, почистить зубы или поздороваться. Чтобы в обществе быть нормально воспринятым и быть полноценным гражданином того общества, в котором живёшь. Потому что если ты будешь невакцинированным, то ты не только

наносишь вред себе, но и своим близким, всем окружающим. Невакцинированным так же нехорошо быть, как, допустим, извините, плевать или ходить с грязными руками».

— Знаешь, Тоха, я мирный человек, но дети — это последний рубеж. Если они придут за нашими детьми, то клянусь... — Ильгиз сжал в кулаке невидимую саблю. — У меня свои красные линии.

— Не всё так плохо. Мы понимаем, что происходит на самом деле, и никакие СМИ не закроют нам правду.

— И в чём же эта правда?

— Маленькой горстке сатанистов, управляющей нашей планетой, срочно нужно перепрыгнуть из точки «А» в точку «Б», из старого бытия в «новый дивный мир». Возможно, ты видел в кино: когда за кем-то гонятся и убегающий забирается на крышу небоскрёба. И вот персонажу фильма, чтобы уйти от погони, нужно перепрыгнуть с одной крыши на другую, а между зданиями — глубокая пропасть этажей в сто. Беглец отчаянно разгоняется и сигает в пустоту. Глобальщики сейчас находятся в таком же состоянии. Они взлетели высоко и возомнили себя чуть ли не богами. Но чем дальше, тем больше понятно, что до точки «Б» они не допрыгнут. С каждой секундой эти мерзавцы будут всё ниже и ниже. А отступать им уже некуда.

— В прыжке невозможно вернуться в начальное положение.

— Именно. Вот они и прут изо всех сил: устанавливают фашистский режим и медицинский безпредел. Но желанный «дивный» мир промелькнёт перед их глазами в шаге от них, а затем — стремительное падение и конец.

— Это твои мечты. Почему ты решил, что кукловоды не допрыгнут?

— Много почему. Они потеряли голову и не снимают обратную связь. Не считаются с мнением народа.

— Они и раньше никогда не считались.

— Сейчас не та ситуация. Миллионы людей благодаря их действиям проснулись. Каждый такой человек своим неприятием вешает им гирьку на ногу. И гирек там уже ой как много. Есть там и наши гирьки, наш вклад. С таким грузом им ни за что не допрыгнуть.

— А от кого они так трусливо удирают?

— От Закона Времени.

— От кого?

— Долго объяснять.

— Ну тогда айда за работу, что-то мы засиделись.

Мечты

...Вечер. Работаем мы, как правило, допоздна, без перекуров и частенько без обеда: Ильгиз не может стоять на месте ни минуты, он — настоящий фанат своего дела. Мне кажется, если бы по радио объявили, что до конца света остался час, он бы сказал: «Отлично, ещё успеем выработать один замес!» Сложно посчитать, сколько ремонтов Ильгиз сделал за свою жизнь. Только один ему уже много лет никак не по силам. В собственном доме. Каждый день, проходя по безконечным замкнутым циклам, в редкие моменты отдыха мой неугомонный друг делится своими мечтами о пасеке, о сельском хозяйстве, о жизни на природе.

— Строительство — это не долго: здоровье уже не то, да и зрение подводит. Однажды, Тоха, я выберусь из этого города, — воодушевлённо говорит он.

Ильгиз родился в глухой деревне. Когда-то давно его матери, ветерану труда, отдавшей 40 с чем-то лет тяжёлому производству и при этом поставившей на ноги семерых детей, начислили минимальную пенсию. Сын пытался исправить эту несправедливость, началась долгая война с чиновниками, завершившаяся полным поражением Ильгиза. С тех пор он поклялся, что не заплатит этому государству ни единого налога. 25 лет титанического труда и чистая, незапятнанная трудовая. Сколько ещё таких работяг-гастарбайтеров в странах бывшего СССР, отдавших свои силы и время нелегальному, ненормированному и неблагодарному труду на стройках, предприятиях и заводах, вдалеке от дома и семьи? Но к концу жизни, кроме подорванного здоровья, у них, как правило, не остаётся ничего. Ни выслуги лет, ни наград, ни грамот, ни почёта, ни пенсии...

— Что же ты будешь делать в старости? — спрашиваю я Ильгиза.

— Вернусь в деревню, заведу баранов и пчёл. Натуральной еды сейчас крайне мало, у меня будет куча клиентов, я ещё составлю конкуренцию продуктовым корпорациям с их химозой на прилавках супермаркетов.

Звонок

...Звонок телефона будто разбудил меня от какого-то кошмарного сна наяву.

— Привет, — услышал я знакомый голос. — Меня сегодня с работы пораньше отпустили.

— Что-то случилось?

— Не перебивай, мне нужно выговориться... В общем, я сегодня вакцинировалась... Алло. Я знаю, ты расстроился. Скоро у меня будет код, как у заключённого. Нет, они бы меня не заставили! Хотя давят каждый день. Причина не в этом. Просто два года уже длится это безумие. Надоело. Понимаешь? Надоело постоянно чувствовать себя виноватой. Когда заходишь в магазин без маски, все бросают на тебя укоризненные взгляды, как на преступницу. Я устала объяснять каждому охраннику, что у меня астма. Покажи им код и всё такое. Постоянно как будто оправдываешься за факт своего существования. Вчера меня выгнали из автобуса, как прокажённую, как человека второго сорта. На проходной мне в голову каждое утро целятся из градусника, как из пистолета. Меня всё время грозятся уволить, если не уколуюсь. Наш театр распустили. Праздников больше нет. Вместо роддома пустует инфекционное отделение, при стопроцентной посещаемости закрыли школу на карантин. По телевизору лишь одно. Моя соседка сказала, что из-за таких, как я, умирают люди. Что это всё я. Я! А я не хочу, чтобы из-за меня кто-то страдал. И ещё я больше не дорожу жизнью. К чёрту такую жизнь!

— Ну что ты. Всё будет хорошо. О нас заботятся. Это для нашего же блага. Будем жить...

...Я посмотрел на небо. Чёрное, сырое, холодное, непроглядное небо. Как же бесконечно далеко отсюда планета Земля! Ещё один день на Тормансе подходил к своему завершению. Скоро будет зима. Где же ты, Фай Родис?!

Тоха Ха

Октябрь — декабрь 2021 г.

Публикуется в сокращении
<https://vk.com/@toxaxa-odin-denna-tormanse>

Защита от информпотоков

Есть такая поговорка «Ты то, что ты ешь». Она довольно точно отражает действительность. Я бы переделал эту поговорку в «Ты то, какую информацию получаешь и принимаешь». Информационный поток — это вся информация, которая нас окружает: при общении с людьми; книги, музыка, фильмы, различные СМИ, интернет; изображения; образы, мысли в голове; эмоциональное состояние людей вокруг и т.д. К сожалению, 99,9% людей так или иначе подвергались или подвергаются воздействиям негативных информационных потоков. Это сильно портит их уровень жизни и осознанности, здоровье и т.д. Важно научиться выстраивать чистый и очень качественный информационный поток в своей жизни.

Как это сделать?

Осознанно подходить к фильтрации информационных потоков, самостоятельно отбирать ту информацию, которая будет развивать и защищать от негатива.

Осознанность.

Важно понимать, что каждый человек, с которым вы контактируете и на которого направляете своё внимание, оказывает на вас влияние. Например, при просмотре фильма вы переживаете эмоции героя и программируете внутри своего подсознания определённые модели поведения.

Всё — вы в ловушке! Это программирование в обход сознания. Куда ваше внимание, туда и вы. Чем больше ваше внимание сфокусировано на неудачниках, тем больше у вас проблем. Поэтому важно в каждую секунду времени делать осознанный выбор направления вашего внимания: полезную информацию, успешных и здоровых людей, самосовершенствование.

Ваше внимание — это ваша энергия, самый ценный ресурс, который нужно тратить с умом и ответственностью. Люди, которые научились управлять своим информационным потоком, управляют своей жизнью, все остальные плывут по течению.

Выбор информации.

Важно выбирать информацию, которую вы принимаете: фильмы, книги, тренинги и т.д. Все эти ресурсы должны вас развивать.

Формируйте своё виртуальное окружение правильно, и оно будет формировать вас. Это часть общего информационного потока.

Защита.

Защищайте себя от негативных информационных потоков, не допускайте в свою жизнь различные фильмы, сериалы, которые не несут никакой смысловой нагрузки. Следите за своим вниманием. Выбирайте людей для общения. Если понимаете, что в вашем окружении находится человек, который тянет вас вниз, то постепенно прекращайте с ним общение. Важный момент: люди общаются, если у них есть общие подсознательные установки, общие интересы. Подумайте, что в вас притягивает этого «негативщика», проработайте эти подсознательные установки, тогда человек от вас отстанет.

Помните, что ваше внимание — это ваша энергия, куда внимание, туда и энергия. Не тратьте свою энергию зря, используйте её с умом и любовью! Управляйте информационным потоком в своей жизни сами!

<https://vk.com/whatisgood2>



Ярмарка

Условия размещения объявлений в ЯРМАРКЕ:
для тех, кто подписан на газету,
публикация в течение подписного периода бесплатная —
в редакцию (эл. адрес: yarmarka@zeninasvet.ru) необходимо
заранее прислать копию квитанции о подписке.
Для остальных — 200 рублей 1 публикация.
Реквизиты для оплаты
(обязательно сообщите дату, время и сумму оплаты):
Карта Сбербанка № 4276 1340 0961 2967
или кошелек Яндекс-деньги № 41001273246348.
По всем вопросам обращаться по тел. (4862) 78-08-62.

Товары и изделия

ПРОДАЮ мёд акации — 520 руб./кг, **забрус** — 600 руб./кг, **мёд в рамках** (акация) — 600 руб./кг, **вырезка из рамки** — 700 руб./кг; **гречишный мёд** (Алтай) — 280 руб./кг, а если в рамках — 500 руб./кг, **вырезка из рамки** — 600 руб./кг; **цветочный мёд с донником** — 190 руб./кг; **цветочный мёд** (мы его называем черноклён) — 380 руб./кг.

Давлю на деревянном прессе под заказ **масло грецкого ореха** — 1600 руб./л, **кедровое масло** — 5000 руб./л., **подсолнечное масло** — 280 руб./л, **льняное масло** — 190 руб./0,5 л.

Жмых кедрового ореха — 1300 руб./кг.

Квас медовый, бездрожжевой, на цветах бузины — 130 руб./л.

Травы: **чабрец** — 160 руб./100г, **шалфей** — 160 руб./100г, **мята** — 160 руб./кг, **железняк** — 130 руб./100г, **шиповник сушёный** — 210 руб./кг.

Орех грецкий — 190 руб./кг (не чищенный), 550 руб./кг — чищенный (без скорлупы).

Разное варенье — 130 руб./0,5 л.

Чесночные стрелки маринované — 70 руб./0,5 литра.

Груша сушёная (очень вкусная) — 360 руб./кг, **яблоки сушёные** — 260 руб./кг.

Также предлагаю свои книги: **«Как позвать любовь и создать семью»** — 210 руб.

Заказывать можно сухофрукты или травы, например, от 100 г, но всего товара не менее чем на 4000 руб.

Александр Донцов.
Т. 8-928-959-4995.

ЦВЕТОЧНО-ПОДСОЛНЕЧНЫЙ МЁД из Родового поместья Кедр Пензенской области. Мёд светлый, однородный, пластичный, очень вкусный (добавление от редакции).

Цена 3 л — 600 руб.

Высылаем почтовой посылкой. Постоянным покупателям всегда скидки.

Тел.: 8-908-529-7402 — Анна; 8-908-529-7501 — Александр.

НАТУРАЛЬНЫЕ МАСЛА-НО-ВОСКОВЫЕ СОСТАВЫ для защиты древесины от влаги, плесени и УФ-лучей.
ИП Сальков А. В, Респ. Хакасия, ПРП Родники.
Salkov@mail.ru.
Тел. 8-983-152-8490, Артём.

Родовое поместье Котышевых предлагает: **ИВАН-ЧАЙ** ферментированный, гранулированный, собранный вручную с любовью — 200 руб./100 г.

Целебный, вкусный **МЁД** (консистенции «масло»). Основные медоносы: ива, иван-чай, донник, липа, лесное разнотравие. Забираем мёд один раз в год после медового спаса (400 руб. за 1 кг).

МЁД В СОТАХ (в ограниченном кол-ве) — 1000 руб. за 1 кг.

Тел.: 8-920-235-8544, 8-915-672-5124, Владислав; 8-920-236-5124, Ольга. Эл. адрес: vladvk1950@gmail.com. Тамбовская область, ПРП Радостное.

Друзья, предлагаем вкусный, полезный, качественный **ИВАН-ЧАЙ СЕМЬИ АЛЕКСАНДРОВЫХ** — 1000 руб./1 кг, 200 руб./100 г.

Иван-чай **витаминовый** с ягодами рябины и листьями смородины — 120 руб./100 г, 1200 руб./1 кг. Иван-чай **с цветами** — 150 руб./100 г, 1500 руб./1 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.

Иван-чай: «Малиновый» — 250 руб.; «Земляничный» — 350 руб.; «Брусничный» — 200 руб.; «Вишнёвый» — 200 руб.; цветочный (с цветами) — 250 руб.; майский — 150 руб.; солнечный (собранный 21–22 июня) — 200 руб.; с имбирём — 200 руб.; с красным корнем — 200 руб.

Можете заказать в группе в ВКонтакте <https://vk.com/alexandrovtea>, а также по тел.: 8-912-982-9839, 8-919-482-1034; эл. почта polina-uchta@mail.ru.

Денис и Полина Александровы.

МАСЛО КЕДРОВОЕ из Бурятии, отжим на деревянном прессе;

ЖМЫХ кедрового ореха;
ЖИВИЦА кедра 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 багульниковым болотным.

ЖИВИЦА-СМОЛА, 900 руб./кг. **ИВАН-ЧАЙ** ферментированный: листовой, гранулированный.

САЖЕНЦЫ кедра, 4–7 лет, 100 руб./шт.; **кедрового стланника**, 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.

Сделать заказ и посмотреть продукцию: esotrapeza.ru.

Респ. Бурятия, Наталья Цупран, поместье Байкалия.

Участки, дома

ПРОДАМ ПЯТИМЕТРОВЫЙ ДОМ под камышовой крышей в поселении Росток Ростовской области за 250 000 руб.

Александр Донцов.

Т. 8-928-959-4995.

Приглашаю на мой сайт <https://vstrechalki.ru>.

ПРОДАЁМ ПОМЕСТЬЕ 1 га в селе Кучугуры Воронежской области (60 км от Воронежа). В посёлке много молодых семей и детей. Есть дом творчества, где проходят занятия с детьми и коллективные мероприятия.

На участке большой сад: яблоны, 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 — районцентр Нижнедевицк со всей инфраструктурой и магазинами. Есть садик, школа, гимназия, музыкальная школа и большой спорткомплекс. Есть также небольшая школа при посёлке, куда детей возит автобус. Дорога с твёрдым покрытием до границ участка.

Дом 62 м²: 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. рублей. 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 построек, есть сад. Рядом пруд, родники, лесные насаждения с грибами и ягодами.

В доме (45 м²) есть вода, ванная, туалет, газовое отопление. Дом стоит на окраине деревни, вокруг участка можно брать дополнительно землю.

Имеется трёхфазное подключение, асфальт подведён прямо к дому.

Цена 850 тыс. руб.

Адрес: Белгородская обл. Новооскольский район, село Барсук. Тел. 8-918-445-5710, Елена.

ПРОДАЁТСЯ КРАСИВЫЙ УЧАСТОК 90 соток с выходом к ручью, интересный ландшафт, есть ровные поляны для строительства дома.

На участке посажены вишня, груша, кедр, берёзовая аллея вдоль дороги. На островке с выходом к ручью стоят два улья. Проведено электричество, есть дорога (чистится круглый год).

Прекрасное место для создания Родового поместья.

Адрес: Новосибирская область, Мошковский район, ДТСН Долина Имений, улица Лесная поляна.

Эл. адрес: 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 «Лисья 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: 8-906-883-21-04 (Билайн), Надя и Саша.

ПРОДАЮ ПОМЕСТЬЕ, пл. 1,5 га. На участке имеются дом (каркасно-щитовой), баня (каркасно-щитовая), погреб, выкопан пруд. Разработан огород (10 соток), посажен сад (20 соток, плодородит), по периметру посажены деревья. Участок огорожен забором, есть ворота и калитка.

Земля и постройки оформлены в собственность. Цена 2 999 999 руб.

Краснодарский край, Северский р-н, пос. Ведруссия, поляна «Южная», 4. Галина Максимовна Горохова (т. 8-918-160-0696). Можно обратиться по тел. дочери — 8-918-332-6961 (Татьяна Михайловна), а также по дом. тел. в Краснодаре — 8(861) 258-50-47.

ПРОДАЮТСЯ ДВА УЧАСТКА в Республике Хакасия, в поселении Родники, каждый по 1 га. Один участок огорожен.

Тел. 8-906-981-5946 — Наталья Сучкова.

ПРОДАЮ ДВУХЭТАЖНЫЙ КИРПИЧНО-ПЕНОБЛОЧНЫЙ ДОМ 8х11 м на участке 1,08 га в Родовом поселении Благодарное (бывшее СДТ «Юбилейное»), ул. Добрая, д. 1 (возможна прописка), в 23 км от г. Волгодонска Ростовской области.

Дом очень тёплый, благоустроенный. Окна пластиковые, двери металлические. Меблирован. В доме: веранда, баня, погреб, летняя кухня + мастерская, прихожая, просторная кухня-столовая, 2 спальни, 2 санузла, на 2 этаже русская печь с лежанкой, подтопком и духовкой. Отопление печное. В бане банная печь. В мастерской — печь-шведка.

Участок огорожен сеткой-ра-

бицей, живой забор по периметру — 500 кустов смородины. Заложены сад: яблоны, груши, сливы, абрикосы, черешни, вишни, орехи... Посажен лес: более 200 сосен, более 300 берёз, а также ели, туи, дубы, ясени и др.

Скважина 23 м, вода чистая, питьевая, не кончается сутками. Водопровод — пластик, введён в дом.

В 50 м — река Сал. Берег высокий, сделана лестница на мостки для купания, рыбалки.

Можно подвести электричество за 15 тыс. руб.

Продаю ½ дома, ½ участка.

Цена 500 тыс. руб. Собственник второй доли живёт далеко в Краснодарском крае, устроившись на новом месте. Поэтому дом и участок в полном распоряжении новых хозяев.

Тел. 8-928-112-4790, Светлана.

ПРОДАЁТСЯ ПОМЕСТЬЕ в поселении Родники Курганской области. Поместье закладывалось в 2003 году одновременно с организацией поселения. Продаю, потому что вышла замуж, решено жить в поместье мужа. В поселении около 100 участков.

Площадь участка 3,1 га. Земля в собственности. Высажены сотни растений.

Имеются:

1) подземный круглогодичный домик «Лисья нора». Внутренние размеры 3,9х2,7 м. Печка отопительно-варочная системы Кузнецова;

2) надземный гостевой домик. Внутренние размеры 3,5х2,5 м. Использовался эпизодически, иногда зимой. Печка отопительно-варочная системы Кузнецова;

3) сарай;

4) колодец;

5) электричество 220 и 380 В.

Поселение большей частью окружено речкой Юргамыш. Есть озеро Луданное (от поместья 5 мин. ходьбы).

До ближайшей маленькой деревушки (половину её жителей составляют поселенцы и их родственники) — 1,5 км. До деревни с почтой и школой — 5 км. До райцентра — 12 км.

Цена 700 тыс. руб.

Можем выслать фото, видео и аудиозаписи о нашем поселении.

Тел. 8-906-883-2104 (Билайн), эл. адрес zzz65@list.ru.

Надя+Саша.

ПРОДАЁТСЯ ЭКОБАЗА площадью 3200 м² в Ростовской области, Белокалитвинском районе, хуторе Дубовом, рядом с поселением Родовых поместий Росток.

Участок пригоден для сельского туризма, проведения выездных мероприятий, тренингов, семинаров, ретритов, детских и семейных лагерей, квестовых программ, туров выходного дня, отдыха для семьи, мастер-классов и т. п. На участке имеются:

блок из трёх шестигранных домиков (по четыре спальных места, оборудованных кухней) с купольной крышей и выходом в общую веранду, далее — в сад;

блок, состоящий из кухни и комнаты на шесть спальных мест с общей верандой;

блок из двух комнат по шесть спальных мест с общей верандой;

беседка площадью 80 м²;

беседка 30 м²;

блок, состоящий из комнаты для тренера 16 м² (на 4 места) и аудитории 30 м²;

четыре душевых с бойлерами;

старый каменный дом, жилой, с печкой, топится углём. В хутор заведён газ (готовится проект газификации хутора);

хозпостройки;

колодец, скважина 60 м;

стоянка для машин;



плодосающий сад (яблони, груши, абрикосы, вишни, черешни, смородина, сливы);
участок огорожен, по периметру посажены туи, сосны, можжевельники, ясени, осины;
санузлы с унитазами — 2 шт., раковины для умывания — 3 шт. (на улице одним блоком).
пирамида каменная с основанием 4,7 м;

спорткомплекс и площадка под большой каркасный бассейн, батут, место для кострища.

Обустроен берег реки, мост через реку в рощу.

При желании можно приобрести участок под поместье рядом с экобазой площадью 63 сотки, прямо на берегу реки.

Место экологичное, красивое: скалы, холмы с разнотравьем, огромный массив донской степи, с трёх сторон поселение огибает река Кундрючья. Подъездная дорога асфальтирована. От Ростова — 100 км, от Белой Калитвы — 65 км, от города Шахты — 40 км.

Цена 2,5 млн. руб.
Тел.: 8-928-162-3239 — Елена, 8-961-439-3464 — Владимир.

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 м², жилая времянка, в которую входит баня, комната отдыха 14 м², большая веранда. Вокруг лес, сосны, берёзы, кедр, ёлки, липы, калина, рябина, другие кустарники, яблони, жимолость, смородина, малина, всё плодоносит. Разработан огород 10 соток, есть две теплицы, хозяйственные постройки, погреб, личная скважина воды, электричество. Рядом горная река Таштып. В лесу много грибов, ягод. Есть места для отдыха, охоты и рыбалки.

Тел.: 8-950-302-9688 (Whats App), доп. тел. 8-983-257-1008.

СДАДИМ НА ДЛИТЕЛЬНЫЙ СРОК небольшой дом рядом с центром; две комнаты, кухня, имеются газ, вода, свет, гараж, хозяйственные постройки; огород более 15 соток, плодовые деревья, виноград. Можно завести подсобное хозяйство, коз, кур, водоплавающую птицу.

Условие: приглашать за домом, ежемесячно своевременно платить коммунальные услуги за своё проживание (коммуналка незначительная, по муниципальным сельским тарифам). Данное предложение для русскоязычной семьи, проживать самостоятельно (хозяева живут в другом регионе).

В посёлке имеется вся инфраструктура, а также ж/д станция, элеватор, фермерские хозяйства.

Адрес: Ставропольский край, Изобильненский район, пос. 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 де-

ти, 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.

ПРОДАЁТСЯ УЧАСТОК 1,45 ГА с домом в центре РП Благодать Ярославской области. Дом двухэтажный, кирпичный, обшит внутри кедром, с печью, погребом и баней внутри. Есть посадки. Подведено электричество.

На территории есть летний домик, колодец, дровница, навес на въезде.

Документы оформлены.
Цена 4,1 млн. руб.
Тел. 8-915-388-2802, Владимир.

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.

СДАМ В АРЕНДУ ИЛИ ПРОДАМ домик в деревне, в поселении Любоисток! Срочно нужны хорошие, порядочные соседи-единомышленники! Всё есть — рыбалка, грибы, ягоды. Воздух просто обалденный, кругом лес...

Дом в хорошем состоянии, печь новая, только сложили по новым технологиям, очень быстро нагревает дом(!), начато покрытие крыши.

Участок отличный. Отсыпана новая дорога, в 300 м река Каспля, за рекой птичий заказник. От г. Смоленска всего 60 км.

Стоимость 170 000 руб.

ОСМОТР ДОМА ТОЛЬКО ПО ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЙ ДОГОВОРЁННОСТИ! Для прописки и мате-

ринского капитала не подойдёт, просьба по этим вопросам не звонить. Оформление в собственность делаете сами.

Тел.: 8-960-592-4325, 8-950-704-3411. Если не дозвонитесь, пишите СМС (связь иногда прерывается, а СМС доходят всегда).

Семена и саженцы

ВЫШЛЮ СЕМЕНА ЛОФАНТА АНИСОВОГО в вашем конверте. Эта трава — многолетник, медонос, вкусный, целебный чай. Выращиваю лопатку уже 60 лет и постоянно пью из него чай, поэтому здоров, а мне скоро исполнится 83 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 этого растения обладают целебными свойствами, используются для профилактики и лечения многих болезней, для укрепления иммунитета и очищения организма. Ценная древесина.

1 орех — 20 руб.
Тел. 8-920-215-3052 — Михаил. sotvorenje.ra@gmail.com.

Разное нужное

МЕНЯЮ МЁД И МАСЛО НА СУШЁНЫЕ МУХОМОРЫ.

Тел. 8-928-959-4995. Александр, Ростовская область.

ПРИГЛАШАЮ МУЖЧИНУ для строительства дома в Родовом поместье. Проживание и питание гарантирую. Брянская область, ПРП Серебряные росы.
Светлана Луковникова, тел.: 8-926-848-2080, 8-977-541-5680.



Подпишись на газету сегодня!
Живи здесь и сейчас!

Подписка на газету «Родовая Земля» с любого месяца принимается во всех отделениях почтовой связи РФ и на сайте <https://www.pochta.ru>.

Подписной индекс ПР602 по каталогу «Почта России»

* * *

Электронная версия — <http://pressa.ru/izdanie/39083>

Издательство Светланы Зениной

www.zeninasvet.ru

Новинки



«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., — 250 руб.

«Живые Духи из дольменов». Шершук Т. 104 с., илл., — 180 (160) руб.

«Орлиного цвета крылья». Крестьяева Е., 240 с. — 200 руб.

«Русские дети». Виктор Медиков., 256 с., илл., — 150 (130) руб.

«Как позвать Любовь и создать семью» (опыт брачных слёзов). Донцов А., 168 с. — 150 (135) руб.

«Счастливая земля» (Пособие по оформлению земли). Петров В. 336 с., илл., — 180 (150) руб.

«Полезные рецепты, вкусные истории. Зима». Мицкевич О. 192 с. — 460 руб.

«Здравушкины рецепты. Сладости для радости». Мицкевич О. 112 с., илл., — 200 (180) руб.

«Материнство — путь к себе» (опыт материнства). Мыльникова А. 100 с., илл., — 277 (250) руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Травы» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 240 с., илл., — 300 (260) руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Путь к здоровью» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 272 с., илл., — 300 (260) руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Живая кулинария. ч. 1» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н. 176 с., илл., — 300 (260) руб.

«ПриродоСоОбразное питание. Живая кулинария. ч. 2» (сборник советов и рецептов). Кобзарь Н., 160 с., илл., — 300 (260) руб.

«Планетарный миф» (история дохристианства). Виольева Л., Логинов Д. 96 с. — 120 (100) руб.

«Тайны, поведанные волхвом» (откровения старца). Радостная Г. 96 с. — 80 (65) руб.

Серия «Общение с мудрецами дольменов». Купцова Л.:
• «Общение с мудрецами дольменов. Село Пшада. Геленджикский район Краснодарского края. Часть 1». 160 с., илл., — 220 (190) руб.

• «Общение с мудрецами дольменов. Село Пшада. Геленджикский район Краснодарского края. Часть 2». 136 с., илл., — 220 (190) руб.

• «Общение с мудрецами дольменов. Долина реки Жана. Поселок Возрождение. Геленджикский район Краснодарского края». 144 с., илл., — 220 (190) руб.

• «Общение с мудрецами дольменов». «Дольмены и места силы Катковской Щели. Часть 2». 144 с., илл., — 220 (190) руб.

• «Село Возрождение и окрестности. Город Геленджик Краснодарского края». 144 с., илл., — 220 (190) руб.

• «Геленджикский район, крестьянско-фермерское хозяйство Бамбакова». 2-е изд., 88 с., илл., — 220 (190) руб.

«КРУГОЛЕТ». Художественно-публицистический журнал. 136 стр. № 1 и № 2 — по 140 (120) руб. «Вестник Славянской Всемирной Академии» (сборник статей). Коллектив авторов. 112 с., илл., № 1, № 2, № 3 — по 200 (180) руб.

«Предисловие к мечте» (рассказ). В. Хомичевская. 184 с. — 90 (75) руб.

«Возвращение Домой». Булычёв В. 96 с., илл., — 90 (75) руб.

Журнал «Школа волшебства», № 1 — 100 (80) руб.; № 4, «Сказы Гамаюн» — 100 (80) руб.

«Падали звёздные росы» (повесть). Шаламова Л. 288 с., илл., — 180 (160) руб.

«Тропинка. Рассказы». Максеев Н. 96 с. — 60 (50) руб.

«Зарянка». Пьерков А. А. 32 с., илл., — 140 (125) руб.

«Во имя Рода» (сборник стихов и сказок). Пьерков А. 56 стр., цв. илл., — 180 (160) руб.

«Севкины геройства. Побывальщины для детей». Пьерков А. 80 стр., цв. илл., — 150 (130) руб.

Лекаторчук-Смышляева И. (автобиографическая повесть) «Уроки Любви. Часть 1. Грань Кристалла». — 155 (140) руб.

«Часть 2. Творение судьбы». — 155 (140) руб. «Часть 3. Обретение целостности». — 155 (140) руб.

«Корабль Асов» (художественно-биографическая книга). Жуковец М. 200 с. — 150 (120) руб.

«Светлый образ Синегорья и Живая Экономика Землян» (экономическая модель). Барков А. 64 с. — 50 (40) руб.

«Национальная идея». Медиков В. 294 с. — 80 (65) руб.

Цена — без стоимости доставки.

Для заказа используйте: **КРУГЛОСУТОЧНЫЙ АВТООТВЕТИК: 8-960-650-9990**

— форма заказа в интернет-магазине издательства 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

Заказы отправляются почтой по предоплате или с наложенным платежом.

Учредитель и издатель — Светлана Васильевна Зенина

И. о. главного редактора — Д. Ю. Зенин

Юридический и почтовый адрес издателя и редакции:

Россия, 302001, г. Орёл, ул. Черкасская, 36-168.

Тел./факс: (4862) 75-27-46, 41-34-22, 78-08-62.

Эл. адрес: book@zeninasvet.ru,

rod-zem@zeninasvet.ru — материалы для публикации, письма,

yarmarka@zeninasvet.ru — объявления в рубрику «Ярмарка».

Сайт: zeninasvet.ru/rodzem, 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», 2022.

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 №32

Подписано в печать 5.01.2022 г.

По графику — 18.00,

фактически — 18.00.

Выход в свет 6.01.2022 г.

Тираж 2000 экз.

Цена свободная.



Резьба по дереву в стиле «Татьянка» — это авторская разработка, ставшая национальным достоянием российской резьбы. Её автор, Шамиль Сасыков — самобытный художник, виртуозно владеющий своим ремеслом, о котором он до 33 лет даже и не помышлял.

У него золотые руки, глаз художника, душа поэта, голова изобретателя и, что не менее важно, исключительное трудолюбие и упорство. Поэтому, наверно, он и смог создать этот новый вид искусства.

Родом Шамиль из Нижегородской губернии, родился в деревне Актуково, а вырос в деревне Турбанка, где закончил 8 классов и ушёл в армию.

За свою жизнь перепробовал много профессий. Работал столяром, киномехаником, метеорологом, шофёром. Уже потом, учившись на геолога, Шамиль исходил Дальний Восток, Кавказ, Казахстан. Однажды, найдя в маршруте интересную корягу и убрав с неё походным ножом всё лишнее, он создал свою первую скульптурную композицию, которую потом его упростили продать. Так Шамиль и увлёкся резьбой, уверив, что может свободно творить красоту. До всего доходил сам и через несколько лет упорной работы стал уже вполне сложившимся профессионалом, проектируя удивительные детские площадки, искусно вырезая панно, оформляя интерьеры ресторанов.

Его былинные богатыри, козластые мишки, глухари, тетерева — русская сказка, воплощённая в дереве талантливыми руками мастера, поразила в 1987 году воображение немецкого столяра Николауса Хуна, который пригласил Шамиля в ФРГ. Работал российский мастер в Гамбурге в Институте лечебной педагогики Хаус Миньон и делал для детей с задержками умственного развития деревянные скульптуры. И вот там-то 12-летний опыт общения с деревом вылился в нечто такое, чего на свете раньше никогда не было: 29 декабря 1990 года родилась новая технология резьбы.

Она приснилась Шамилю во сне, как таблица — Менделеева. Шамиль подумал: обязателен



«Татьянка» — национальное достояние русской резьбы



ли в резьбе фон, нельзя ли его заменить, ведь в живой природе он обычно не существует? И действительно, стоит вспомнить лес или кусочек поля, и становится ясно — нет «фона»: листочек выглядывает из-под листочка, за веточкой видна другая веточка. Постепенно по мере придумывания новых множества оригинальных элементов складывалась стройная, логичная и тщательно проработанная практически методика уникального стиля резьбы, которая делает возможным отобразить всё живое, причём каждый лепесток и завиток без исключения имеет здесь свою интерпретацию, способ вырезания, описание и назначение, служа частью единой художественной системы.

Свое изобретение Шамиль назвал в честь супруги Татьяны, своей сподвижницы, верного друга, музы, ангела-хранителя семейного очага, вокруг которого семе-

ро детей: Дина, Денис, Дима, Дана, Дэлия, Даша, Даннэлия. К тому же «Татьянка» родилась в день рождения Татьяны!

Чёткость и продуманность элементов, отсутствие фона, подробность и насыщенность рисунков — всё это придаёт живость, органичность резьбе и одновременно позволяет художнику создавать динамичные композиции.

Резьба «Татьянка» в своей основе имеет много основных элементов, а число вариаций и различных способов их сочетаний — безгранично. Татьяна Фёдоровна Фаберже — внучка и наследница известного на весь мир ювелира Карла Фаберже — приезжала специально из Франции, чтобы ознакомиться с резьбой «Татьянка», и её мнение было таким: «Это новый вид искусства, как «Фаберже» в дереве».

Шамиль имеет множество патентов на изобретения, причём в самых различных областях. Интересны ему и история корпоративных языков, и педагогика, есть у него, хоть и небольшие, открытия в области медицины, техники обработки металлов, лингвистики.

Необычность способа резьбы заключается в том, что для «Татьянки» используются специальные инструменты, которые благодаря принципу единичной обработки позволяют создавать декоративные элементы из древесины. Те же формы, полученные методом рельефной резьбы, создаются опытным мастером в течение нескольких часов, способ Шамиля Сасыкова позволяет затрачивать на них

намного меньше времени, не прикладывая значительных физических нагрузок.

Для резьбы в стиле «Татьянка» могут быть использованы практически любые породы древесины, как твёрдые, так и мягкие. Специальные инструменты в случае если они хорошо заточены, с лёгкостью обрабатывают любой материал. Однако заточка инструментов должна производиться с учётом особенностей того или иного вида древесины.

Сасыков создал курсы и сделал их своей лабораторией. В группы, которые вёл сам, он отбирал самых лучших из сотен тысяч учеников, на них отработывал новые элементы и снова придумывал и отработывал, выбирал лучшие, негодные выбрасывал, попутно отработывал технику выполнения каждого элемента.

Так вырабатывалась технология, по его мнению, на уровне академической, так, чтобы чётко выявить понятные правила выполнения каждого листочка и их сочетание, как должен выглядеть каждый элемент: глубина, высота, изгибы, логика изменений, варьирование всем при минимуме косности, статичности; приёмы пользования, манипулирования инструментом, стамеской по форме рисунка.

У каждого листочка есть свои вариации. И не просто к каждо-



му элементу, что сейчас делается. Как, например, к первому листочку имеются сорок, причём с лишним, различных вариаций, и каждое техно может выглядеть гораздо более пышнее. У всех резцов есть вариации.

На вопрос «Как?» — Шамиль ответил: «Я, отработывая один и тот же элемент, давал это задание одновременно 60–90 ученикам, и все вырезали каждый по-своему, а я получал вариации. Затем я отбирал то, что мне нравилось как основное, потом закреплял уже в заданиях по композиции, резали потом ножом изделия, и снова анализировал — и так, пока не получил товарный художественный и имеющий чёткую систему вариаций резьбы. Сейчас я улучшаю технологию, постепенно образовалась классическая «Татьянка». Я превратил эти курсы собственно в лабораторию и целенаправленно отработывал много лет технологию, поставив задачу перед собой на этих курсах за несколько лет создать новый вид искусства на уровне промысла или выше».

Параллельно возникла и методика обучения. Она заключается в отношении к ученикам, это индивидуальный подход к каждому ученику, адаптированность обучения, подбор к каждому ученику именно того, что у него лучше всего получается, ведь любой элемент каждый человек делает по-своему, ведь у всех людей разные физические данные: сила рук, зрение, длина пальцев. У «Татьянки» технология одна, но сотни вариантов, которые иногда становятся непохожими, подобно музыке: сонаты Бетховена каждый музыкант играет по-своему, но ноты одни и те же.

В каждом произведении учеников есть и частичка души автора этого уникального стиля резьбы. Овладеть этой техникой приезжают в столицу жители Сибири и Прибалтики, Урала и Центра России, и даже есть ученики из Канады, Германии, Англии, США.

Верит мастер, создающий мастеров, что возродятся на российской земле деревни с их уникальными художественными промыслами и ремёслами, народным деревянным зодчеством, возродятся красота, душа народа, его доброта! Этой цели народный художник Шамиль Сасыков посвятил свою жизнь.

