



# Быть добру

Выходит один раз в месяц: <http://gazeta.bytdobru.info>  
 Подписка на электронную версию <http://gazzeta.com/bytdobru>  
 Подписной индекс: в Украине, Беларуси и Казахстане – 96421, в России – 21523

А на Земле быть добру!

## Читайте в номере:

12+



### В гармонии с природой (жизнь в поселении) ...7

*Мало кто знает, что в России тренд на максимальное сближение человека с природой не только стал популярной темой для обсуждения в социальных сетях, но и материализовался в многочисленных родовых поселениях.*

### Газета «Быть добру» № 1-2(145-146)

– Мировой опыт отказа от пластиковой упаковки ...2

– Красный перец.

Подорожник. Чеснок. Имбирь. (Реальное лечение простыми народными средствами!) (ч. 7)...3

– Оздоровление кедровой живицей...4

– Как закон о земле делает страну великой (научное обоснование идеи о родовом поместье), ч. 8...5

– Берегите свой образ...6

– В районной администрации состоялась встреча с представителями родового поселения Благодать ...7

*На фестивале присутствовали делегаты из 15 стран мира, где создаются подобные поселения. Считается, что в России они появились первыми, поэтому остальные едут к нам за опытом.*

### «Родная газета» № 1-2 (99-100)

*(в печатном виде временно издаётся в газете «Быть добру»)*

– Великая тайна семейной жизни...9

– 21 правило воспитания счастливых детей, записанное со слов ребёнка...9

– Как Толстой учил крестьянских детей. Заметки современного родителя...12

*Но редко ставится задача сберечь любознательность – как будто она пребудет вечно. А потом мамы первоклашек сетуют: год едва начался, а огонёк в глазах гаснет, дети болеют, учатся из-под палки...*

– Детская страничка (ч. 32)...15



### Холод – доктор. Как закаливанием сделать детей здоровыми...10

*Никаких колебаний температуры и, значит, никакие природные «механизмы» терморегулирования ни разу не включаются в работу. И день, и неделю, и месяц, и... постепенно отмирают за ненадобностью! И значит, через месяц ребёнок становится беззащитным перед любым сквознячком.*



### Как прийти к счастливой жизни в своём родовом поместье...23

*Хочу поделиться, как наиболее быстро и эффективно прийти к счастливой жизни в своём родовом поместье. Информация основана на моём личном опыте, опыте моих знакомых.*

### Газета «Родовое поместье» № 1-2(97-98)

– Поющая изгородь в родовом поместье...17

– Как посадить кедр (ч. 2)...17

– Производство семян двухлетних растений... 19

– Посадка земляники...19

– Как мы построили дом за 1000 \$...20

– Советы садоводам.

Как сохранить урожай...21

– 10 способов пережить «хандру» в поместье...22



# Мировой опыт отказа от пластиковой упаковки

Прекрасной заменой полиэтиленовых пакетов могут служить бумажные пакеты из вторично переработанной бумаги, а бумажные тарелки и стаканчики, стеклянная тара и металлические ёмкости - замена пластиковым бутылкам, пластиковым стаканам и тарелкам.

В Дании в 1994-м был введён налог на раздачу полиэтиленовых пакетов бесплатно во всех торговых заведениях. И сразу после этого потребность в лишних пакетах снизилась на 90%. В Италии и Франции с начала 2010-го введён запрет на использование неразлагаемых пакетов.

В Китае с 2008 года вообще запрещено производство одноразовых тонких пакетов, запрещено также и бесплатное распространение пакетов из полиэтилена в магазинах, супермаркетах и на рынках.

В Австралии в том же 2008-м введён прямой запрет использования полиэтиленовых пакетов во всех супермаркетах. Австралийский министр по охране окружающей среды и культурного наследия назвал вред пластика для дикой природы страны «критическим», а большинство жителей страны оценило этот запрет крайне положительно. «Мы рады освобождению от «полиэтиленовой чумы» - говорили австралийцы.

В Великобритании с 2004-го года на рынок вышли первые в мире пакеты из биоразлагаемого пластика. Такие пакеты за 4 года полностью разлагаются. Также граждане Великобритании используют продуктовые сумки и пакеты из такого сырья, которое подлежит повторной переработке. Да и сами владельцы магазинов переходят на использование многоразовых тканевых сумок. Частично многострадальные пластиковые пакеты заменяются бумажными. Запущена социальная реклама — плакаты на входе в магазины - «Приходите в магазин со своим пакетом! Позаботьтесь об окружающей среде!».

В Шотландии и Ирландии с 2002-го года покупатели облагаются 15-центовым налогом за каждый пластиковый пакет. Затем эти средства направляются в фонд на финансирование работ по утилизации отходов. Введение этого налога снизило спрос на пластиковые пакеты в 10 раз!

В столице Испании провели эко-

логическую кампанию по раздаче бесплатных вещевых сумок из хлопка. Такие сумки могут использоваться многократно и их использование может значительно снизить выбросы вредных веществ в атмосферу.

Германия сегодня является одной из наиболее осознанных стран мира. У всех граждан страны имеются экологически безвредные пакеты для биомусора, которые разлагаются от воздействия солнечного света. В местных супермаркетах за очень низкую цену предлагают большой выбор упаковки из биоразлагаемого материала. Там производители такой безвредной тары поощряются государством.

Здесь существует прямая зависимость - чем больше пользы окружающей среде приносит бизнес, тем меньше он облагается налогами.

В Египте вначале был введён запрет на использование вредных полиэтиленовых пакетов по линии пляжей Красного моря, позже он был пролонгирован на территорию всей страны.

В Эстонии подход чисто экономический - бумажные пакеты здесь дешевле пластиковых.

В США ситуация отличается в разных штатах. В нескольких штатах введён полный запрет на использование полиэтилена. Также в маркетах имеется широкий выбор — либо полиэтилен с биоразлагаемой добавкой, либо бумажный пакет, а также текстильные сумки многоразового использования по символической цене. В некоторых штатах пластик полностью «вне закона».

Япония является лидером по некоторым показателям экологии. Например, в стране проводят экологические кампании сразу с 5 миллионами участников. Так, люди приходят в магазины уже со своими сумками или пакетами. И месяц такой акции экономит свыше 100 млн. пакетов! А это около 10 тыс. тонн выброса углекислого газа, образующегося при производстве полиэтиленовых пакетов! В маркетах также перестают бесплатную раздачу пластиковых пакетов.

В Израиле с 2008-го года принят законопроект о сокращении использования вредного полиэтилена. Маркеты теперь обязаны продавать только биоразлагаемые пакеты

и многоразовые сумки и корзинки по очень невысокой цене. А все доходы от продаж поступают в экологический фонд.

В таких странах, как Индия, Сингапур, Бангладеш и Тайвань ещё с 2003 года введён полный запрет использования вредных полиэтиленовых пакетов. Причина для этого более чем серьёзная - многочисленные случаи закупорки канализации, а также перекрытие русел рек, что приводило к наводнениям.

В Финляндии идёт активная разработка технологий по утилизации всех видов упаковок. С 2008-го года в маркетах страны установлены автоматы приёма пластиковых бутылок и пакетов, которые впоследствии будут сырьём для переработки.

В Польше проводят рекламные кампании по использованию тканевых сумок многоразового использования. В Латвии разработан и скоро начнёт действовать налог на покупку полиэтиленовых пакетов. В Молдове уже действует специальная пошлина на импорт товаров в пластиковой упаковке.

В Южной Африке с 2003 года действует 15-центовый налог на покупку пластиковых пакетов. В Руанде и Эритрее пластик строго запрещён, причём аэропорты стран вовсе не пропускают туристов с полиэтиленовыми пакетами. При досмотре пакеты конфискуют.

В Занзибаре с 2006-го года введён строгий запрет на производство и даже на импорт полиэтиленовых пакетов. Всё это проходит в рамках специальной программы защиты окружающей среды и туризма.

Канада - первая страна в мире, официально запретившая продажу всех детских товаров, которые содержат такое вредное вещество, как бисфенол А (иначе БФА или ВРА, это ингредиент пластмассы, что может быть использован при изготовлении детских бутылочек). В некоторых городах страны введён полный запрет на использование пакетов из пластика.

В Голландии специалисты ведут разработку и популяризацию биоразлагаемых материалов для производителей. В Мексике разрабатывают законопроект, который запретит использование всех неразлагаемых микроорганизмами пакетов. Также известно, что вторая по размеру сеть маркетов добровольно отказалась от полиэтилена в пользу биоразлагаемого пластика.



## Красный перец. Подорожник. Чеснок. Имбирь. (Реальное лечение простыми народными средствами!) (ч. 7)

*Продолжение. Начало в газете «Быть добру», №№ 12(132) 2016 г., 1(133), 3(135)–10(142) 2017 г.*

Ещё ни одна болезнь в мире не была вылечена с помощью таблетки!

30 лет назад было сколько болезней в номенклатуре? 10 тысяч. А сейчас 30 тысяч! А они всё за таблетками ходят и ходят к врачам. Ну, не бараны?

Хорошо, выписал врач тебе «золотую таблетку». Теперь иди по этой мафиозной записке в аптеку, чтобы и там тебя ободрал другой привилегированный участник этой мафиозной цепочки — «фармацевт». А фармацевт, находясь в привилегированном положении по сравнению с продавцом обычного киоска, обязан, как и тот же доктор, платить деньги государству за лицензию. Таким образом, вся государственная система США в области медицины работает на откатах с чего? С заурядного обирания больных, то есть, с легального мародёрства, без всяких преувеличений **ма-ро-дёр-ство!** Холмс это так и констатирует: система современной медицины — это система легального **мародёрства!**

Не хотите быть убитыми за ваши же деньги — не покупайте таблетки и не ходите к врачам. Сейчас всю информацию по болезням можно найти в компьютере, причём, именно правдивую, из альтернативных источников и от больных, уже попавших в переплёт; чем идти записываться на очередь к гонорабельному хвосту, который «лечит» людей по правилам антиразумных людей; что бы он вам там ни рассказывал, какой он рас-такой замечательный и единственный в своём роде. Раньше хоть понятно, зачем люди шли к врачу — за больничным! Действительно, ну не болезни же лечить!

Не доверяйте современной медицине ни в коем разе. Это расовая медицина, в первую очередь! Она ничего не знает, а что знает, поворачивает против людей. Доверьтесь природе. Она вас родила, она вас и вылечит. Официальная медицина — геноцидарна — опасна для жизни людей.

Язву желудка хотите вылечить? Запаситесь, и ешьте, и пейте этот подорожник каждый день. Только не надо при этом продолжать пить водку, закусывая её кильками в томатном соусе, и жаловаться, что ничего не помогает.

Ногу оторвало гранатой бойцу. Засыпь красным перцем обильно — останови сначала кровотечение. Затем промой рану и заложи давленным подорожником или хлопковой тканью, пропитанной спиртовой настойкой подорожника, обильно. Перевяжи натуральной хлопковой тканью, без синтетики! Меняй подорожник раз в сутки. Куски тела прирастают и срываются! Запомните главный принцип человеческой медицины Холмса — натуральной человеческой медицины: «Никакое искусственное или синтетическое химическое вещество не должно входить в соприкосновение с телом человека ни снаружи тела, ни внутри!».

Вон, сейчас мне принесли для ознакомления новые правила FDA (Министерство лекарств США) <http://en.wikipedia.org/wiki/FDA> по апробации новых лекарств. В Россию и Украину, страны третьего мира, в США что принято ФДА, впаривается уже как дорогостоящее американское новое, дескать, фирменное лекарство — «высший класс» — «брэнд». Одни упаковочки какие — фирменные!

И представьте себе на минуточку, что на самом деле сейчас любой какой-нибудь, ужасно даже произнести: «5-нитрофурфурилиденсемикарбазид; семикарбазон 5-нитрофурфурол» утверждается ФДА для массового применения в США в течение всего лишь 6 недель! Меньше полутора месяцев после синтеза! Вот они синтезировали яд в пробирке — меньше полутора месяцев им надо, чтобы запустить препарат в торговлю! И можно уже продавать во всех аптеках и пропагандировать во всех больницах коммерческими агентами за взятки и откаты администрации больниц и врачам. Достаточно представить результаты всего двух (!) формальных пробных испытаний и написать всё, что угодно.

ФДА всё равно верит фармконцернам на слово и ничего не проверяет. Потому что ФДА не имеет своей собственной исследовательской базы.

ФДА — Министерство США по лекарствам <http://en.wikipedia.org/wiki/FDA> — это просто штат чиновников без медфармакологического образования, типа, как, чтобы быть чиновником выписывающим права на вождение автомобиля, самому не обязательно его водить. Никакого нет преувеличения констатировать, что в

США препараты, претендующие на название, дескать, «лекарственных», в действительности апропибируются на людях, на практике, на живых людях. Лет через десять обнаруживается токсическое действие — меняют на аналог другого названия, и глобальный обман/потрава продолжают как «сказка про белого бычка». Продолжайте думать, что Глобальное Правительство, о котором уже говорится в открытую, все дураки как на подбор и не в курсе дела.

Конкретный пример из американского информационного бюллетня, только сегодня принесли: «Гомотаурин» (homotaurine <http://en.wikipedia.org/wiki/Homotaurine>) рассматривался как лекарство от болезни Альцгеймера (сенильный маразм). Однако оказалось, что гомотаурин не эффективнее пустышки-плацебо. Однако, потерпев неудачу компания-производитель начала продажу гомотаурина в качестве «диетического супплемента» под названием «Vivimind», и всё равно рекламирует его несуществующие свойства улучшать память, несмотря на отсутствие каких-либо доказательств <http://www.vivimind.com/home.aspx>. Фирма пишет мелким шрифтом, что, дескать, память улучшается только при покупке «диетического супплемента» на сумму от 500-1000 долларов в год. То есть, не вошли в дверь — они к вам лезут в окно; не пустили в окно, они к вам через дымовую трубу залезут. А при теперешних условиях пропуска ФДА в лекарства, если гомотаурин, между прочим, не прошёл как «лекарство», то это значит, даже за «откаты» никак нельзя было эту гадость пропустить.

Ещё конкретные примеры я снимаю с сегодняшней американской ленты как «горячие пирожки»:

«Лекарства против болезни Альцгеймера (сенильный маразм) вызывают серьёзное повреждение мозга и памяти; как раз именно то, что они, по идее, должны лечить. Таков вердикт учёных University of California at San Diego (UCSD)». Подробности: [http://www.fourwinds10.com/siterun\\_data/health/drugs/news.php?q=1271949603](http://www.fourwinds10.com/siterun_data/health/drugs/news.php?q=1271949603)

*Продолжение в следующем номере.*

С эл. страницы <http://www.uznaipravdu.ru/viewtopic.php?f=28&t=2388>

## Оздоровление кедровой живицей

### Свойства кедровой смолы

Во время Великой Отечественной войны из кедровой живицы был получен терпентин-бальзам, который успешно применялся в военных госпиталях. Бальзам состоял из очищенной и процеженной смолы, смешанной с нейтральными маслами или вазелином. Он способствовал сокращению сроков лечения в госпиталях раненых воинов, возвращая в армию здоровых бойцов, а многим сохранил жизнь. Пропитанные кедровым бальзамом тампоны останавливали начавшуюся гангрену, предохраняли раны от загноения, инфицирования.

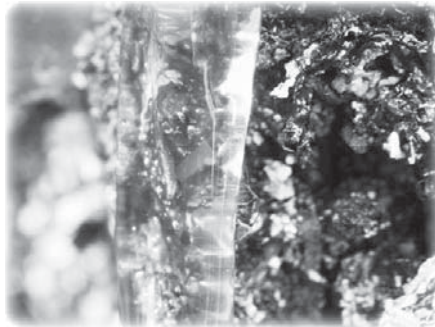
Народная медицина в своей многовековой практике всегда применяла кедровую смолу. Порезы, раны заливались живицей. Самые тяжёлые и застарелые повреждения тканей, вплоть до гангрены, лечились кедровой живицей. Её прикладывали к нарывам как размягчающее, вытягивающее, заживляющее средство. При переломах живицей смазывали место травмы – и кость быстрее срасталась. Применялась живица при лечении гнойных ран, фурункулов, ожогов. В отличие от смол других хвойных пород живица кедровая долго не кристаллизуется и не теряет своих бактерицидных качеств. Кедровой живицей некогда в Сибири лечили зубную боль, прикладывая её к зубу, десне.

В состав кедровой смолы входят смоляные кислоты (77-77,5 %) – абиетиновая, ламбертиановая, декстропимаровая, сапиновая и др.; высшие жирные кислоты (0,3 %), в том числе: лауриновая, пальмитиновая, пальмитоолеиновая, олеиновая, стеариновая и др. При этом кедровая живица не вызывает того раздражающего действия, который характерен для смол других хвойных пород.

### Оздоровление кедровой живицей

Наиболее яркий исторический пример такого использования живицы – это бальзамирование. Интересно отметить, что если дословно перевести слово бальзамирование на русский, то это будет означать

обработка смолой, буквально древесную смолу с сильным запахом. Результат бальзамирования поражал не только наших предков, но и удивляет современников. Проходят сотни и тысячи лет, а тела остаются не тронутые тлением. Складывается впечатление, что тело продолжает жить, ожидая возвращения души. Конечно, сейчас это можно объяснить сильными антимикробными свойствами живицы.



В старину разведённую спиртом живицу применяли как растирку при ломотах. Дезинфицирующими свойствами обладает дым горячей живицы. В некоторых областях крестьяне зимой дымом горячей живицы прокуривали избу, чтобы очистить воздух и удалить дурной запах.

Живица кедровая сибирского – это прекрасное средство для стимуляции и восстановления обменных процессов и кровообращения в головном мозге. Она улучшает интегральную деятельность мозга, особенно при атеросклерозе, травмах и других заболеваниях с явным нарушением мозгового кровообращения (нарушение памяти, внимания, речи, головокружения). Кедровая живица может быть использована при депрессивных состояниях, в геронтологической практике, в том числе, лечения болезни Альцгеймера. Целесообразно применение при гипоксии мозга, вызванной острыми вирусными и микроразмножительными инфекциями, например, вирусом клещевого энцефалита. Живица нормализует сердечную деятель-

ность, в том числе, при инфаркте миокарда. Имеются данные о профилактическом действии при опухолевых заболеваниях: усиливает чувствительность опухолей к лучевой и химиотерапии.

Смола кедровая способна до 4-х часов защитить организм человека от смога, выхлопных газов, паров бензина и красок, табачного дыма и прочих негативных воздействий. Чтобы человеку получить эту 4-х часовую защиту, достаточно пожевать кедровую смолу в течение 15 минут.

В процессе исследования впервые было выявлено, что смола кедровая обладает биоэнергетическими свойствами, благодаря которым она способна оздоравливать клетки организма и доводить их до уровня «нормальной жизнедеятельности». Например, в течение месяца человек жуёт смолу кедровую, а в это время в его организме накапливаются смоляные вещества, и как только их уровень достигнет верхней отметки, произойдёт «самовключение» механизма самооздоровления. Смола кедровая хорошо проникает в организм человека через слюну, кровь и поры кожи.

Достаточно время от времени принимать живицу, чтобы поддерживать смоляной баланс в организме. Лечение и оздоровление будет идти самостоятельно!

Когда человек начинает активно применять смолу кедровую, он оздоравливает себя и на клеточном уровне передаёт «исправленное» здоровье своим детям. А если и его дети будут также регулярно применять кедровую смолу, то их здоровье будет намного лучше!

\*\*\*

### Купить в Украине

**Живица кедровая сибирского 10%, 100 г. («Сибирская чистка») – 75 грн.**

По вопросам приобретения обращайтесь по тел. +38(050)342-30-32, (068)178-00-82 (из стран СНГ: 8-10-38(0...), e-mail: yar@bytdobru.info (указав в теме письма «Экотовары»).

## Обращение редакции к читателям (Развитие движения)

Здравия светлым мыслям вашим, уважаемые читатели.

Предлагаем на страницах газеты «Быть добру», информационного портала <http://bytdobru.info/> обмениваться мыслями, идеями, предложениями о развитии Движения читателей книг В. Мегре по созданию родовых поместий, о распространении (популяризации) идеи родового поместья в обществе.



Также будут интересны и полезны любые высказывания как объединить, уплотнить усилия читателей книг В. Мегре по совершенствованию среды обитания, как в строящихся родовых поселениях, состоящих из родовых поместий, так и в своём населённом пункте, крае, регионе, стране, мире.

В том числе, будет рады предложениям

как улучшить содержание газеты «Быть добру» («Родная газета» и «Родовое поместье»), и её распространение в обществе, которая издаётся в поддержку идеи о родовом поместье и поддержания духа нашего Движения.

Присылайте свои идеи на эл.почту [gazeta@bytdobru.info](mailto:gazeta@bytdobru.info) (указав в теме письма «в газету») или сообщайте по тел.+38(050)342-30-32, +38 (068)178-00-82.

С уважением, редакция газет «Быть добру», «Родная газета» и «Родовое поместье».

17.12.18 г.

## Как закон о земле делает страну великой (научное обоснование идеи о родовом поместье), ч. 8

*Продолжение. Начало в газете «Быть добру», №№ 3(135)–4(136) 2017 г.г.*

Вообще, развитие родовых поселений вызовет значительный рост заказов на информационно-коммуникационные технологии. Школу в каждом поселении надо будет обеспечить компьютерами и подключить к Интернету, чтобы использовать все преимущества дистанционного образования. Мобильные телефоны поселенцам тоже не помешают. Будут созданы многие новые рабочие места, обеспечен платёжеспособный спрос на телекоммуникационные услуги. Все это поможет уменьшить безработицу, вызванную кризисом.

У кого-то из читателей может возникнуть опасение, что «электронные коттеджи» будут погружать людей в виртуальную реальность. Не погружать они будут, а наоборот, вытаскивать, переносить в естественную среду. Из городского информационного поля, из офисов – на природу. Да и технологии «электронного коттеджа» прежде всего коммуникационные.

Уже сегодня многие создатели родовых поместий живут в таких «электронных коттеджах». Посмотрите, кто активнее всех участвует в работе сайта [anastasia.ru](http://anastasia.ru) и форума на нём? Именно жители родовых поместий.

Продолжая привычную работу, обитатели «электронных коттеджей» будут всё лучше и лучше учиться сотворению в своём «пространстве любви». Всё больше плодов начнут приносить родовые поместья. Подрастут плодовые деревья, начнут давать орехи кедры. И, подчитав доходы от очередной продажи восхитительно вкусных и полезных плодов, то в одной, то в другой семье люди скажут: теперь можно и уйти с работы. В то же время учёные, черпая вдохновение в своих «пространствах Любви», сделают современные заводы и фабрики более гуманными – автоматизируют их, максимально снизив потребность в рутинных механических операциях, осуществляемых человеком, значительно уменьшат травматизм и смертность на производстве. Сократится потребность в трудящихся в целом, при этом резко вырастет производительность труда.

Освобождённая человеческая мысль найдёт пути и приёмы, как можно работать намного меньше, обеспечивая себе гораздо лучшую, полную, радостную, творческую жизнь.

Будут созданы необходимые условия для творчества – социальный минимум, доступ к знаниям, возможность размышлять на природе. И благодаря творчеству человечество изобретёт новые способы решения глобальных проблем, перейдёт от передела благ к их умножению.

Сегодня мы можем быстро и практически без потерь выйти из кризиса, благодаря созданию родовых поместий. Но в таком виде идея выглядит слишком абстрактной и непонятной. А вот идея «создания родовых поместий как центров деятельности человека» представляется намного более точной и ясной. Деятельность человека – семейная жизнь, творческая работа, а на первых порах – семья и работа органически увязываются и всемерно способствуют созданию «пространства Любви».

Такая схема объясняет и последовательность событий, нарисованную Анастасией. Интересно, многие ли читатели задумывались над тем, почему после издания Указа о родовых поместьях первыми бросились создавать свои поместья предприниматели? Денег у них, что ли, больше? Может быть, до кризиса и было больше, а кризис, наоборот, многих из них с долгами оставил. Но бизнесмены сами могут решать, где им размещать свои офисы. И они решили перенести их в родовые поместья. Это позволит одновременно значительно сократить издержки бизнеса и быть с семьёй. Таким образом, у предпринимателей будет двойная мотивация создавать свои родовые поместья по сравнению с другими гражданами.

Не возвратом к «Первой волне» должны быть родовые поместья, а суперсовременными, использующими все наилучшие достижения человечества, в том числе достижения науки и техники, структурными составляющими «Третьей волны». Но только наука и технологии станут не в центре, подчиняя себе человека, а, наоборот, теперь человек займёт центральное место, а наука и технологии начнут служить ему и родовым поместьям. Это и будет новым гуманизмом.

Многие учёные выступают за опережающее развитие человеческих способностей. К примеру, Ю.М. Павлов пишет (Профессор, д.ф.н., председатель Московского отделения Российского философского общества, заведующий кафедрой мирового политического процесса философского факультета МГУ имени М.В.Ломоносова.): «Для того чтобы выжить, человечество должно гармонизировать отношения, применив принцип восполнения истощающихся природных ресурсов все возрастающим использованием человеческого потенциала. Данное положение я сформулировал в виде следующего закона: компенсация использованных природных и материальных факторов развитием человеческого потенциала. Только возрастанием этого потенциала можно решать всё новые и новые проблемы, возникающие перед человечеством» (Павлов М.Ю., Павлов Ю.М. Высокий человеческий потенциал как императив развития России и мира // Человеческий потенциал модернизации России (Стратегия опережающего развития-2006). Доклады и выступления на международной научной конференции 20-21 апреля 2006 г. Под ред. А.В. Бузгалина и А.И. Колганова. М., 2006.).

Наука не есть технократия; напротив, очень многие учёные выступали и выступают против технократии, борются с подчинением человека техносистеме. Настоящая наука находится ближе всего к ведизму, к знаниям, к мысли, к осознанности – т.е. к первозданности, к первоисточкам.

Совершенствование способностей человека позволит со временем заменить многие современные технологии его возросшими возможностями, а новая, не разрушающая ни природу, ни человека, наука не оставит места для учёных-бироботов, и развивать её будут лишь подлинные учёные. И вот тогда Россия действительно станет мировым научным центром (более подробно об этом будет рассказано в книге М.Ю. Павлова).

Книги серии «ЗКР» вместо сложных, а порой и довольно запутанных мыслей, изложенных в научных трудах, образно и ярко в художественной форме показали идеи жизни в родовых поместьях, пути преодоле-

ния технократии, преподнесли миру философию нового образа жизни.

Именно книги и являются вдохновляющим фактором для строителей родовых поместий.

Успех будет сопутствовать тем политикам, которые на них сделают акцент.

К большому сожалению, современное массовое сознание ещё не может осмыслить до конца их значимость.

**За ними стоит какая-то мощнейшая энергия Вселенной, сконцентрированная в образе таёжной отшельницы Анастасии, которая и подарила В. Мегре магическое перо, способное повернуть социум на новый путь развития.**

**Это невероятно, фантастично, в это трудно поверить. Однако факты – упрямая вещь. В России уже более двух сотен поселений, состоящих из родовых поместий, и создаются они**

**исключительно читателями книг серии «Звенящие кедры России». Их количество уверенно продолжает увеличиваться.**

*Продолжение в следующем номере.*

М.Ю. Павлов, Москва, 2012 г.  
г., <http://www.anastasia.ru/news/detail/34083/>

## Берегите свой образ

Считаю, есть необходимость еще раз разобрать, можно ли называть поселения, состоящие из родовых поместий, экопоселениями? Возвращаться к этому вопросу приходится потому, что продолжается действие неких сил во что бы то ни стало переименовать поселения, состоящие из родовых поместий, в экопоселения. Зачастую это происходит от непонимания самих создателей родовых поместий, что за словосочетанием «родовые поместья» стоит отдельный, самостоятельный и самодостаточный образ. Говорю «неких сил», но при необходимости их можно назвать и пофамильно. И необходимо понять, зачем им это нужно.

Родовое поместье и экопоселение – это два совершенно разных образа, никак не сопоставимых друг с другом. Давайте посмотрим, какой образ стоит за названием «экопоселение» и откуда он берёт своё начало. Можно посмотреть, что стоит за образом экопоселения в русскоязычном и англоязычном интернете. И так, выдержка: «Считается, что начало экопоселениям дали хиппи в начале 60-х годов. Они уезжали подальше от людей, медитировали, пели песни и сажали морковь». И так, назвав экопоселениями поселения из родовых поместий, мы соглашались с тем, что взяли за основу опыт хиппи 60-х годов. Смотрим далее. А вот ещё одна статья из интернета, в которой приводится 10 самых влиятельных экопоселений в мире. На первом месте стоит Ауровиль. В своей пятой книге «Кто же мы?» в главе «Ауровильские мечты» я рассказывал об этом экопоселении. Напомню суть. Основательнице экопоселения Мирре Альфассе, известной также под именем Мать, правительством Индии были выделены земля и деньги. (Однако членам экопоселения земля в частную соб-

ственность не выдаётся.) Земля была выделена в 1968 году, планировалось довести численность поселения до 50 тысяч, однако в настоящее время она составляет около 2 тысяч человек. Таким образом, развитие не получилось. Хотя рекламы и разговоров о духовности было очень много. Как не получил развития и сам Ауровиль, так и не нашлось последователей его



в мире. В то же время в России начиная с 2001 года образовалось более 400 поселений с приблизительной численностью семей в 37 тысяч. Чувствуете разницу? А ведь руководству Ауровиля выделялись бесплатная земля и средства. (Как, впрочем, и некоторым другим так называемым экопоселениям.) И прошло значительно больше времени с начала его создания. Иными словами, движение экопоселений в мире не развивается. Если назвать создателей родовых поместий России и других стран экопоселенцами и если они с этим согласятся, можно представить отчёты, в которых будет показано бурное развитие экопоселений в мире. И, как сами понимаете, представить, что это инициатива, рожденная не в России, а западная. На эту тему вы можете почитать неплохую статью под названием «Что создаётся – поселение родовых поместий или экопоселение?».

Многие читатели книг серии «Звенящие кедры России» понимают разницу образа экопоселений и

образа, стоящего за словосочетанием «родовое поместье». Другие не придают этому достаточного значения, а зря. Но давайте смоделируем ситуацию: что происходит с человеком, который не читал книг В. Мегре и которому скажут: «В России уже создано около 400 экопоселений»? Человек наберёт в поисковой системе интернета слово «экопоселение» и увидит топ-10, в первой строчке которого стоит Ауровиль. И если он захочет ознакомиться поближе с движением экопоселений, куда он поедет? Конечно же, в Ауровиль. Таким образом, если мы назовём наши поселения из родовых поместий экопоселениями, нужно ехать и перенимать опыт Ауровиля, ведь он в первой строчке мировых экопоселений.

Давайте вернемся к образу родового поместья, созданного Анастасией. В основе уже самого слова «родовое» корень -род-. Род. Родина. Родословная. Родное. Именно этот образ вдохновил людей на сотворение. Дал им силы увидеть прекрасное будущее и приступить к его сотворению. Образ – это энергия, поднимающая человека на определённую духовную высоту. Человек стоит на этой энергии как на фундаменте. Каждый волен отказаться от этого образа, и образ безропотно уйдет. Оказавшись без энергетического фундамента, человек рухнет, если ушедший образ не сможет мгновенно заменить другой, равный по силе. Но пока такого не наблюдается. Может, нам более бережно относиться к той энергии, которая нас подняла на определённую высоту и продолжает поднимать?

Так как всё-таки отвечать на вопрос «Вы экопоселение?». Давайте решим вместе. Я думаю, что можно ответить примерно так: «Мы бережно и с пониманием относимся к окружающей нас природе. И более того, мы

стремимся совершенствовать среду обитания. Но мы не экопоселение, а поселение, состоящее из родовых поместий».

На официальных сайтах фонда нигде не говорится об экопоселении, зато в интернете гуляют названия даже того поселения, в котором находится и моё родовое поместье. А в титрах фильма под таким названием даже благодарят Анастасию и меня: «Сердечная благодарность... Анастасии и Владимиру Мегре».

В последнее время и в официальных кругах стали понимать силу родившегося в России движения. Так, например, в программе по развитию Дальнего Востока, одобренной Президентом РФ, есть раздел «Родовые поместья». «Народным фронтом» объявлен конкурс на лучший образ будущего России. В клипе, снятом об этом конкурсе, говорится о родовом поместье. В МГУ прошла конференция учёных и создателей поместий под назва-

нием «Международная научно-практическая конференция «Роль и условия развития “родовых поместий” в социально-экономическом преобразовании России». Давайте понимать и беречь свой образ. Не просто беречь, а помогать в его становлении!

С уважением, Владимир Мегре.

27.11.2017 г., <http://vmegre.com/events/38630/>

## В гармонии с природой (жизнь в поселении)

Мало кто знает, но в России в Краснодарском крае к настоящему времени уже существует более 30 родовых поселений, жители которых находятся в полной гармонии с природой.



Когда речь заходит об экологии, защите окружающей среды и инновационных технологиях, которые должны сделать человечество ближе к природе, в подавляющем большинстве случаев имеют в виду европейские страны, США, Канаду, Австралию и иногда Новую Зеландию. При этом мало кто знает, что в России тренд на максимальное сближение человека с природой не только стал популярной темой для обсуждения в социальных сетях, но и материализовался в многочисленных родовых поселениях (которые создаются по идее о родовом поместье, описанной в книгах В. Мегре), которых в одном только Краснодарском крае насчитывается уже более 30.

Отличительной и характерной

особенностью российского родового поселения является простор: вы просто не найдёте ни одного семейного дома, приусадебный участок (*участок земли для обустройства родового поместья*) которого имел бы площадь менее 1 гектара. Почему? Да потому, что земельный надел именно такого размера может обеспечить семью до 7-9 человек всем необходимым от питания до рекреационных ресурсов. На участке площадью в 1 гектар можно посадить небольшой лиственный или хвойный лес и собирать потом в нём грибы и ягоды, разбить фруктовый сад, устроить огород с теплицами и небольшим птичником и все это никоим образом не будет друг другу мешать.

Что касается условий проживания, то они в подавляющем большинстве краснодарских родовых поселений одинаковые: дома строятся из натуральных материалов высотой не более трёх этажей. Магистральное электро- и водоснабжение отсутствует, тем не менее, жители родовых поселений не лишены ни комфорта, ни удобств. Питьевая вода добывается из колодцев или скважин, электроэнергию поставляют солнечные панели или ветрогенераторы. Сточные воды проходят глубокую очистку в септиках и затем используются для полива огородов. Отопление полностью автономное: печное или газо-

вое. В почёте энергоэффективность: простые, но полезные решения при строительстве домов позволяют в дальнейшем эксплуатировать их с минимальными затратами ресурсов.

Как насчёт работы? Местные жители ни в коем случае не затворники. Современные коммуникационные технологии позволяют людям творческих профессий работать удалённо. Кто-то ездит в Краснодар, кто-то в соседние населённые пункты. С обучением детей так же нет больших проблем. Часть родопоселенцев возит своих отпрысков в окрестные школы, но есть и те, кто предпочитает государственному частное домашнее обучение.



27 января 2017 г., <http://rodovid.me/ecoposelenia/v-garmonii-s-prirodoy.html>

## В районной администрации состоялась встреча с представителями родового поселения Благодать

Прим.: после общения группы из родового поселения Благодать с администрацией Переславля-Залесского в местной газете вышла статья! Написанная не нашей инициативной группой. Потрясающая! Нас приняли и приглашают к сотрудничеству. Кому интересно,

статья прилагается!

В районной администрации состоялась встреча депутатов, общественности и властных структур с представителями родового поселения Благодать, которое находится недалеко от села

Лыченцы. Люди живут там около 11 лет, с каждым годом число их увеличивается. Мы мало, что о них знаем, в связи с этим одним из поводов для приглашения в районную администрацию и было знакомство с ними. От поселения присутствовал Андрей Евгеньевич

*Долгов, его супруга и ещё несколько представителей.*

Андрей Евгеньевич начал с того, что поблагодарил всех присутствовавших за приглашение на круглый стол. Чтобы развеять домыслы и слухи о них, они решили донести информацию из первых уст. Вниманию присутствовавших был предложен стенд, который они привезли и который был представлен в Москве на международном третьем фестивале «Звенящие кедры». На фестивале присутствовали делегаты из 15 стран мира, где создаются подобные поселения. Считается, что в России они появились первыми, поэтому остальные едут к нам за опытом.

К ним в поселение, продолжил А. Е. Долгов, практически каждый год приезжают волонтеры. Они сажают деревья, разбивают сады, ловят рыбу. Им там очень нравится.

Далее был показан видеоролик о жизни в поселении, оставивший только положительные эмоции, видимо, это и есть те чувства, которые испытывают люди, живущие там.

— Поселение было образовано в 2002 году, когда люди со всех концов страны захотели создать что-то большое, светлое, — так начал свой рассказ о поселении А. Е. Долгов. — Прочитав книги В. Мегре из серии «Звенящие кедры России», которые переведены на разные языки и изданы во многих странах мира, многие впечатлились и на их методологии, познакомившись через Интернет, нашли землю в Переславском районе. Купили заброшенные поля и начали строительство. По прошествии 11 лет они поняли, что автономное существование возможно в союзе с единомышленниками, которые смелы и решительны, чётко идут к намеченной цели. Сейчас пошла такая тенденция по образованию подобных поселений по всей России, их уже около 300.

Как считает Андрей Евгеньевич, «сверху» сейчас идёт правильное направление по поддержке таких поселений.

— Но «сверху» надо помогать: народ снизу — власть сверху, — сказал он. — Только так мы будем едины, только так мы сможем поднять Россию, сделать большой технологический рывок. Но без мотивации народа, чтобы каждый конкретный человек был в этом заинтересован, это будет невозможно. Родовые поместья как раз и дают такую мотивацию. Когда человек получает собственную

землю, создаёт на ней сад, можно сказать, творит рай, не на год или два, а на вечно, когда может передаваться всё это детям, внукам, правнукам.

В июне в Государственной Думе будет проходить первое чтение по рассмотрению закона о родовых поместьях. По основным положениям закона: каждая желающая российская семья имеет право на безвозмездное получение гектара земли. Участки для обустройства родовых поместий предоставляются государством в пожизненное пользование с правом передачи по наследству и без права продажи. Продукция, произведённая в родовых поместьях, как и сама земля, не облагаются никакими налогами.

Закон поможет возродить село, заселить обезлюдившие земли, расселить мегаполисы и крупные города, снизить криминогенную и социальную напряжённость в обществе, безработицу, облегчить решение жилищной проблемы, укрепить институт семьи, что способствует решению демографической проблемы, улучшить экологию среды обитания людей, уменьшить потребности в детских домах и домах престарелых, восстановить плодородие сельскохозяйственных земель, улучшить обеспечение граждан экологически чистыми продуктами питания.

На региональном уровне закон принят в Белгородской, Брянской областях, в Краснодарском крае и других.

А. Е. Долгов отметил, что они встречались с губернатором Ярославской области Сергеем Николаевичем Ястребовым и разговаривали с ним на эту тему. Он сообщил, что уже готов проект регионального закона о родовых поместьях.

Перед присутствующими со своей речью выступила и супруга А. Е. Долгова Людмила Леонидовна:

— Мы поверили, что у каждого из нас может быть маленькая родина, которая принадлежит нам по праву с рождения, не потому что мы купили этот кусочек земли, а потому что мы на нём родились. Россия — первая страна, которая должна показать людям, что они имеют право на эту землю. Все эти годы мы прожили удивительно и восхитительно. Мы никогда не думали, что можем так активно жить вместе, когда рядом нет ни магазинов, ни автобусов, и у большей половины жителей нет своих машин. Нас сплачивает жизнь в семьях, мы наконецто вдруг почувствовали, что такое семья. Это не просто переночевать под одной кры-

шей, а это непосредственное общение с детьми, постоянное и непрерывное. Для детей в поселении построены спортивные площадки. Женщины вдохновились, почувствовали тягу к творчеству, рукоделию. На Руси всегда говорили: посадить дерево, построить дом, вырастить сына. И мужчины вдохновились этой идеей. Поэтому у нас в основном дома строят своими руками. Мы сажаем сады, овощи на заброшенных полях сельскохозяйственного назначения, коегде просто песок и сухая глина, но нашему урожаю удивляются даже в соседней деревне Андреевское. При этом, мы не используем никакой химии.

Глава Пригородного поселения Светлана Львовна Трошина поинтересовалась, откуда родопоселенцы берут деньги на жизньбытьё, если многие из них не работают. К тому же и живность они не держат, например, коров. И если женские дела ей ещё понятны, это и готовка еды, уборка, стрика и занятие с детьми, то, чем занимаются мужчины?

Людмила Леонидовна ей пояснила, что мужья зарабатывают у них все поразному: одни — через Интернет, кто-то выезжает и находит работу за пределами поселения.

— Так получилось, что с самого начала на праздниках у нас отсутствует алкоголь. Приезжающие к нам люди обращают на это внимание, — продолжила Людмила Леонидовна. — Гости говорят, что у нас весело и без этого.

— У нас отсутствует преступность, — дополнил её слова Андрей Евгеньевич. — Нет таких проблем, чтобы кто-то с кем-то подрался.

Неожиданный вопрос поступил от председателя Собрания представителей В. А. Корнилова о том, не живут ли они в землянках, ходят, якобы, такие слухи.

Людмила Леонидовна пояснила, что у них есть дом по типу лисьей норы. Но на самом деле — это современный коттедж с подвальным помещением, так называемой лисьей норой.

В. А. Корнилов поинтересовался, чем они отапливаются, где берут дрова.

Андрей Евгеньевич сказал: чтобы что-то посадить, им приходится корчевать деревья, в итоге получается много дров. Светлана Львовна не совсем поверила в этот факт, сказав, что за десять лет они уже всё сожгли.

После этих слов жители поселения пригласили главу к себе — увидеть всё собственными глазами.

*Окончание в следующем номере.*

Международная газета  
**Родная газета**

**Международная газета****«Родная газета» № 1-2 (99-100)**

Газета о поиске своей второй половины, сохранения в семьях навечно любви, сотворения пространства Любви в

родовом поместье, возвращения культуры прародителей своих, рождения и воспитания счастливых детей.

**Лишь в любви и вдохновенье жизнь счастливая возможна**

Выходит на русском языке первого числа каждого месяца – в печатном виде временно издаётся в газете «Быть добру» (с 2016 г.).

**Эл. страница газеты:**

<http://gazeta.rodnaya.info>

эл. почта: [gazeta@rodnaya.info](mailto:gazeta@rodnaya.info)

(указав в теме письма «в газету»)

**Подписка на «Родную газету» осуществляется через подписной индекс газеты «Быть добру» (с 2016 г.).**

## Великая тайна семейной жизни

Самый большой враг в семейной жизни - это эгоизм. Великая тайна семейной жизни в том, чтобы научиться прощать. Лучше не менять

жену, а менять себя. Не будьте учителем для вашей жены. Самый лучший способ чему-то её научить - это любить её.

Афонский старец Гавриил Карейский.

## 21 правило воспитания счастливых детей, записанное со слов ребёнка

1. Не балуй меня, ведь я знаю, что ты не обязана исполнять каждое мое желание.

2. Не бойся быть со мной прямой.

3. Не давай мне привыкать к плохим привычкам. Отвыкать от них мне будет ещё тяжелее.

4. Не заставляй меня чувствовать себя так, будто моё мнение не имеет значения. В такие моменты я начинаю вести себя ещё хуже. Ты должна знать об этом.

5. Не поправляй меня в присутствии других людей. Я лучше воспринимаю информацию, когда ты делаешь замечание с глазу на глаз.

6. Не заставляй меня чувствовать себя так, будто мои ошибки – это страшные преступления.

7. Не защищай меня всё время от последствий моих поступков. Я должен научиться понимать, что у действий бывает противодействие.

8. Не обращай внимания на мои мелкие придирки, иногда мне просто хочется пообщаться с тобой.

9. Не расстраивайся слишком



сильно, когда я говорю, что ненавижу тебя, – я не ненавижу тебя, а бунтую против твоей власти.

10. Не повторяй всё по сто раз, а иначе я буду делать вид, будто оглох.

11. Не давай опрометчивых обещаний. Я расстроюсь, если ты их не выполнишь.

12. Не забывай, что пока я ещё не могу вдумчиво объяснить то, что чувствую.

13. Не требуй от меня правды, когда сердись. От страха я могу случайно обмануть тебя.

14. Не будь непостоянной, меня это сильно портит.

15. Не оставляй мои вопросы без

ответов. Я всё равно пойду искать ответы, но в другом месте.

16. Не говори, что мои страхи – неважные. Они очень важные, совсем не мелкие, и мне становится ещё страшнее, когда ты этого не понимаешь.

17. Не притворяйся совершенной и не совершающей ошибок. Я расстроюсь, когда пойму, что это не так.

18. Не думай, что извиниться передо мной – ниже твоего достоинства. Когда извиняешься, если не права, ты учишь меня поступать так же.

19. Не забывай, что я быстро расту. Тебе придётся перестраиваться очень часто.

20. Не запрещай мне экспериментировать. Без этого я не могу развиваться. Так уж, пожалуйста, делай на это скидку.

21. И последнее – помни, что я не могу вырасти счастливым человеком, если меня не любят дома сильно-сильно. Но ты это знаешь и так!

[https://vk.com/wall-80398608\\_30](https://vk.com/wall-80398608_30)

## Обращение редакции к читателям (возможны сдвоенные номера в 2018 г.)

Здравия светлым мыслям вашим, уважаемые читатели.

В 2018 г. редакция газеты «Быть добру», возможно, будет вынуждена продолжить выпускать газету «Быть добру» один раз в два месяца (из-за малого количества подписчиков, и чтобы была возможность дальше выпускать печатные газеты).

Если не наберётся достаточная сумма, то газета будет выходить сдвоенными номерами, например номер выйдет в феврале (сдвоенный с январём), в апреле (сдвоенный с мартом), и т.д. К сожалению, сдвоенный номер за два месяца будет тем же объёмом в 24 стр.

В случае появления дополнительных денег на печать газеты, то будет ежемесячно продолжаться выходить, как и ранее.

(Газеты «Родная газета» и «Родовое поместье» в печатном виде временно издаются в газете «Быть добру»).

У кого есть желание и возможность финансово поддержать издание газе-

ты «Быть добру», то можно перечислить деньги через любое отделение банка в Украине на карточку ПриватБанка № 4149 6258 0190 5934 на имя Вячеслава Богданова.

Или международный денежный перевод в Украину через банк своей страны, в котором есть услуга «Анелик», «Лидер», «Contact» либо другая система перевода денег (в том числе и через Сбербанк России). Перевод денег через банк, в котором есть эти услуги (перевод осуществляется в долларах США, рублях РФ, евро; стоимость услуги составляет 1%-3% от суммы денежного перевода). В своём банке говорите, что деньги переводятся в Украину на имя: Богданов Вячеслав Федорович.

(После того как деньги переведены одной из услуг международных денежных переводов, сообщите получателю адрес пункта выплаты перевода, сумму и уникальный номер денежного перевода).

Просьба, заранее сообщить по тел. (050)342-30-32, (068)178-00-82 (из стран

СНГ: 8-10-38-050-342-30-32) или на эл. почту: [gazeta@bytdobru.info](mailto:gazeta@bytdobru.info) (указав в теме письма «Благотворительный взнос на развитие деятельности»), кто отправил деньги, какую сумму и каким способом.

Кроме этого, деньги можно перечислить через любой банк Украины, указав следующие реквизиты: получатель: Физическое лицо – предприниматель Богданова Татьяна Петровна, т/с 26057379801700 в АО «Укрсиббанк», г. Харьков, МФО 351005, код 1974313749. Просьба в назначении платежа указывать: благотворительный взнос на развитие деятельности.

Просим прощения за возможную ситуацию с выпуском газет и надеемся на понимание.

С уважением, редакция газет «Быть добру», «Родная газета» и «Родовое поместье».

17.12.18 г.

# Холод – доктор. Как закаливанием сделать детей здоровыми

Мы тогда жили в только что построенном сборном щитовом домике, ещё плохо утеплённом. Температура в комнатах могла колебаться от плюс 10–12 градусов (с утра, пока печка ещё не затоплена) до плюс 25 градусов (к вечеру). Я тогда расстраивалась из-за этого, думала, что для малыша это очень вредно, и мечтала о тёплой квартире. Однако и тут оказалось – нет худа без добра. Мы довольно скоро заметили: с утра, пока не затопили печь и в доме прохладно, малышу намного легче – красные пятна на коже бледнеют, зуд прекращается. Он весел, энергичен, много и охотно двигается, самостоятельно играет. Но стоит его одеть потеплее или сильно натопить печь, как ему сразу становится хуже: зуд мучает малыша, он делается плаксивым, вялым, капризничает и буквально не сходит с рук, требуя внимания и развлечений.

И вот однажды вечером, зимой, стараясь как-то унять зуд у плачущего сынишки, я вышла с ним на минуту в тамбур, перед дверью на улицу. Сама я успела за эту минуту слегка озябнуть, а он – в одной распашонке – быстро успокоился, даже развеселился. С этого и началось наше «закаливание». Как только он начал расчёсывать свои болячки, мы – в прохладный тамбур или на застеклённую террасу, а однажды в солнечный февральский денёк осмелились выскочить и на улицу. Пригревало уже по-весеннему, сверкал снег, сияло голубое небо. Сынишка в восторге прыгал у меня на руках, и мы сами развеселились, глядя на малыша. Но было всё-таки, конечно, страшновато: а вдруг простудится, заболит? Через полминуты мы вернулись домой, а сынишка потянул ручки к двери – ещё, мол, хочу! Но мы всё-таки решили подождать до завтра. А на следующий день мы уже «гуляли» таким образом дважды – тоже примерно по полминутки. И через неделю от наших опасений уже ничего не осталось: сын чувствовал себя прекрасно. Ему было тогда всего восемь месяцев. А в полтора года сынишка уже сам выбегал босиком на снег и даже нас тянул за собой.

Расхрабрились и мы. Стали всё чаще пользоваться этими «снежными процедурами»: пробежишься по снегу,

да ещё в сугроб по колено влезешь, разотрёшь потом досуха ноги – ступни горят, а в мышцах ощущение как после хорошего массажа. А главное, мы приобретали уверенность, что всё это не страшно, что это полезно. И всё было бы хорошо, если бы не ужасные пророчества, которые со всех сторон обрушивались на нас: «Воспаление лёгких обеспечено!», «Хронический бронхит и насморк будут непременно!», «Ревматизма не избежать!», «Уши младенцу простудите – оглохнет!».



Но все эти пророчества не оправдывались. Поэтому со вторым сыном мы были уже смелее – с самого начала не кутали его, давали побыть голеньким и дома, и на улице, пустили в одних трусиках ползать по полу, ходить по земле во дворе. А когда сыновья стали старше, даже нас удивляло, как охотно и подолгу, скинув надоевшие за зиму куртки, и без шапок и рукавиц братишки могут возиться в мартовском подтаявшем снегу, прорубая каналы, сооружая плотины. При этом, бывало, даже промокшие ноги их не смущали. Заигравшись, они не всегда вспоминали о том, что надо сменить обувь. И всё обходилось без неприятных последствий.

Вы спросите: неужели нам совсем не было страшно за детей? Было, конечно, особенно вначале, когда мы многого не знали. Нас тогда поддерживала интуитивная уверенность в том, что если ребёнку прохлада приятна, то это не может быть опасным или вредным. Мы тогда не знали, как может быть крепок человеческий организм даже у самых маленьких, не знали, что слабым его делает не природа, а условия жизни, в которые он попадает.

Как было раньше

Однажды в одной брошюре известного специалиста по закаливанию профессора И.М.Саркизова-Серазини мы увидели ссылки на книгу Б.А.Покровского «Физическое воспитание у разных народов» (1884 г.). Мы её раздобыли – вот когда нам пришлось по-настоящему поразиться! Как и всем цивилизованным людям, новорождённый представляется нам чрезвычайно нежным, неприспособленным существом, которое вне стерильных условий современной больницы не проживёт и дня. А оказалось, что это совсем не так. В каких разнообразных условиях появлялись на свет дети, каких только сюрпризов ни преподносили ему обычаи родной земли!

У финнов и русских, например, ребёнок рождался (и жил затем целую неделю) в бане, где температура могла быть плюс 50 градусов. Считалось, что в такой жаре, где все ткани тела становятся мягкими, очень легко проходят роды. А тунгуски, например, нередко разрешались от бремени во время перекочёвки под открытым небом и при сорокаградусном морозе. У них рождение ребёнка вообще не считалось событием, а простым физиологическим актом, к нему поэтому заранее не готовились, и часто никто не помогал матери при родах.

Новорождённый выдерживал и жару, и свирепый холод. Диапазон температур в 90 градусов.

Тут мы вспомнили и о тех случаях, когда дети выживали даже в логове зверей. Как же велики должны быть приспособительные возможности только что родившегося человека, если он мог выносить всё это, какими же надёжными защитными «механизмами» снабжает новорождённого природа! Взять хотя бы одни температурные условия: в бане температура на 20 градусов выше, чем в материнском теле, а зимой на морозе на 70–80 градусов ниже! Но ведь обычные дневные перепады лежат в пределах 5–10 и редко 20–30 градусов. Значит, организм может перекрывать их с запасом в 2–3 раза.

Кибернетики нашли уже секрет этой непостижимой для машин надёжности человеческого организма и назвали его «принципом функцио-

нальной избыточности». Именно он лежит в основе надёжности всех организмов. Например, самая большая наша артерия — аорта — выдерживает давление в 20 атмосфер, хотя сердце даже у гипертоника не может создать давление более 0,3 атмосферы. Или количество тромбина (вещества, нужного для свёртывания крови, чтобы рана закрывалась сгустком) в 70 раз больше, чем надо. Таким же громадным «запасом прочности» организм обладает и в других отношениях.

Но куда же девается эта прочность и надёжность у нашего современника? Почему он, только родившись, болеет в пять раз чаще взрослого? И как раз от тех же перепадов температур, да к тому же совсем незначительных.

Дело в том, что за миллионы лет совершенствования живых организмов кроме «принципа функциональной избыточности» установился и другой, не менее важный для целесообразной изменчивости, приспособляемости организма — «закон свёртывания функций за ненадобностью».

Что это такое? Очень хорошо его продемонстрировали первые длительные полёты в космос. Блестяще подготовленные, сильные, тренированные космонавты попадали на целый месяц в условия невесомости. Резкие движения там были не нужны, даже опасны. Им приходилось становиться осторожными, едва шевелить руками и ногами и почти не напрягать мышцы. Всего один месяц пробыли они в невесомости, но, возвратившись на Землю и выбравшись из люка корабля, они... не могли даже встать. — Как в центрифуге, — говорили они, — земля так притягивает, что не встанешь.

И в течение месяца или полутора им пришлось «учиться ходить», как на первом году жизни, потому что надо было не только вернуть былую силу всем мышцам, но и восстановить работу вестибулярного аппарата. Орган равновесия тоже, оказывается, был там не нужен — ведь в полёте исчезали «верх» и «низ».

Тот же результат получили и в опыте с «моржами» — людьми, купающимися в проруби. В течение полутора месяцев их непрерывно держали в термокомфортных условиях: в комнате температура поддерживалась в пределах плюс 27–28 градусов, а вода при купании плюс 34 градуса. И вся их закалка исчезала — они могли простудиться, стоя у открытой форточки.

Но такая же судьба постигает и новорождённого, если после рождения его поместить в стерильные усло-

вия, в термостат (постоянная температура), в тесные пелёнки, тогда он и приспособляется именно к этим условиям.

Никаких колебаний температуры и, значит, никакие природные «механизмы» терморегулирования ни разу не включаются в работу. И день, и неделю, и месяц, и... постепенно отмирают за ненадобностью! И значит, через месяц ребёнок становится беззащитным перед любым сквознячком. Не отсюда ли эти грозные цифры: до года ребёнок болеет в пять раз чаще взрослого, причём, почти 90 процентов болезней составляют простудные заболевания.

Видимо, не случайно у многих древних народов новорождённого обтирали снегом или крестили в проруби. Этим сразу пускались в ход все «механизмы» терморегулирования, причём, в самом суровом режиме. Да и дальше детей вовсе не нежили, не укутывали, как сейчас. На рисунках в книге Покровского мы увидели совсем голых ребятишек рядом с одетыми в меховые шубы взрослыми. Вспомнили: художники прошлых веков изображали мадонн всегда с обнажёнными младенцами на руках. Нет, не случайно всё это! Видимо, так готовили люди детей к суровым условиям, жизни, укрепляя и развивая защитные силы организма.

#### Холод — друг

Но ведь и теперь о пользе закалки знают все, о способах закаливания можно прочитать в любой брошюре. Почему же так много на улицах перекутаных детей, почему так неохотно родители следуют советам врачей о закаливании?

Думаем, что одна из причин этого (и немаловажная, если учесть занятия матерей и дефицит нянь и бабушек) заключается в сложности и трудоёмкости рекомендуемых закаливающих процедур. Вот как, например, следует проводить влажное обтирание:

«Надо нагреть воду, измерить температуру, добавить холодной или горячей воды, снова измерить температуру, чтобы не ошибиться. Температура воды должна быть вначале 32–33 градуса Цельсия, затем постепенно, с интервалом в 5–7 дней, температуру воды снижают на 1 градус и доводят до 30 градусов. Варёжкой из мохнатой материи, смоченной в воде и отжатой, обтирают сначала руки, затем грудь и живот, спину, ягодицы, ноги ребёнка. Сразу же вытирают смоченную часть

тела мохнатым полотенцем до лёгкого покраснения кожи. Причём, это всё надо проделывать минимум двум взрослым, потому что «всё тело, кроме обтираемой части, должно быть под одеялом» (М.Я.Студеникин. Книга о здоровье детей. М., 1973, с. 112).

И так надо делать систематически, каждый день, следя за температурой — с точностью до градуса, за временем — с точностью до минуты. А ведь ещё воздушные ванны, купание. А если ребёнок не один, надо ещё и возраст учитывать: каждому свои градусы и минуты. Об эффективности таких закаливающих процедур родителям бывает трудно судить хотя бы потому, что довести их до заметного результата не удаётся: либо за недостатком времени родители останавливаются на полпути, либо ребёнок успевает заболеть раньше, чем закалится. Вот и получается: проще закутать малыша — и дело с концом. Так в основном многие и делают, стараясь просто уберечь малышей от всяких перемен погоды, тем самым, прямо-таки подготавливая их к тому, чтобы к ним, что называется, липли все болезни.

Что же получается у нас? Мы тоже не имели возможности проводить закаливание «по всем правилам». Но так уж вышло, что мы со своим первенцем несколько месяцев прожили на открытой террасе. Менять пелёнки приходилось по нескольку раз и ночью. А летние ночи бывают очень прохладны... Развернёшь, бывало, младенца, а от него пар. Нас все пугали простудами, мы и сами побаивались этого, но малыш не болел. Тогда мы не придали этому значения, но когда началась наша война с диатезом, мы вспомнили и о тех холодных летних ночах.

Малыш легко выдерживал разницу температур в 15–20 градусов! А когда мы стали его голенького выносить из тёплой комнаты (плюс 25 градусов) на морозец (до минус 10 градусов), он прекрасно чувствовал себя и при перепадах температур в 30–35 градусов!

Но ведь этот способ быть здоровым известен на Руси с незапамятных времён: из бани — в снег или в прорубь, а потом снова в баню. И так по нескольку раз! Так что же и нам-то бояться, успокоились мы.

Когда у нас родилась дочка, многие говорили нам:

— Ну уж с девочкой-то вы так обращаться не будете!

— Почему? — удивились мы. — Разве девочке не нужно быть здоровой и крепкой? И в первый же день

после недельного пребывания дочки в комфорте родильного дома я устроила ей во время первого же домашнего кормления воздушную ванну — на полчаса...

С тех пор так у нас и повелось: каждое кормление сопровождалось закалывающими процедурами. Вот как это бывало. Я стелю на диване пелёночку, кладу дочку — она без чепчика, в одной распашонке — и ложусь рядом с нею поперёк широкого дивана. Кто-то из девочек заботливо подсовывает мне под голову подушку. Какое блаженство! Когда-то же и я маялась, пытаюсь кормить сидя, «как положено»: обе руки заняты, спина устаёт, ногам неудобно, да и малышу (завёрнутому, стиснутому) неловко — и мне, и ему удовольствия было мало. И вот как-то, усталая, пришла я с работы и попробовала кормить полужёжа. Удивилась, как хорошо: сама отдыхаю и ребёнку удобно.

#### Воздушные ванны

Тут же дочка принимает и воздушные ванны — ведь она в одной распашонке. Зашесть-семькормлений таких ванн набирается часа на полтора-два в первый же день. А позже, недели через две-три, после каждого кормления она ещё и «гуляет», чаще всего совсем голенькая. Это ещё час-два, в общей

сложности выходит часа три в день по 20–30 минут за сеанс. Длительность сеансов зависит только от самочувствия малышки: если нравится, лежи на здоровье. Но вот она завозилась, состроила плаксивую гримаску, даже начала похныкивать — я беру её, держу над тазиком, пока она все, что нужно, не сделает, а потом завёртываю для сна: распашонка, подгузник, большая пелёночка и тёплая пелёнка на ножки, которые я обязательно согрею ладню. Если они останутся холодными, то спать малышке будет беспокойно, она может легко подмокнуть (особенно этим отличаются почему-то мальчики).

Так с первого дня пребывания в доме, а в тёплое время года и на улице: пока малыш не спит, он либо голенький, либо в распашонке, либо (постарше) в трусиках. При этом температура в комнате или на улице может колебаться приблизительно от плюс 15 до плюс 25 градусов, а в зависимости от температуры изменяется и продолжительность воздушных ванн. Если холодно, малыш скорее «потребует» завёртывания, а приятно — с удовольствием болтает ручками и ножками, пока не захочет спать.

Помним, сначала нас очень удивляло: ручки и ножки холодные, пяточки даже синеватыми сделаются, а малыш

хоть бы что! Лежит себе весёленький, и всё. Только потом мы узнали, что холодных пяточек опасаться не надо. Это просто внешнее проявление адаптивных реакций к холоду. При этом снижается разница температур между кожей и воздухом и резко сокращается отдача тепла. А учащение пульса и повышение тонуса мышц увеличивает образование тепла и восстанавливает тепловой баланс организма. И всё это оказывается очень нужным для младенца: прохлада бодрит и делает движения приятными, а без одёженок и пелёнок двигаться легко, ничто не мешает. Ребёнок легче и быстрее осваивает разные движения, раньше начинает садиться, вставать, ползать. Это, в свою очередь, приводит к ещё большим колебаниям температур: во сне под пелёнкой или одеяльцем ему тепло (33–34 градуса по Цельсию), а проснётся — его развернут, и он сразу попадает в комнатную температуру (18–25 градусов по Цельсию) — получается перепад (10–12 градусов). А если его пустили ползать по полу (10–12 градусов по Цельсию), перепад ещё больше. И так много раз в день.

Из книги Никитиных «Резервы здоровья наших детей».

<http://life-move.ru/holod-doktor/>

## Как Толстой учил крестьянских детей. Заметки современного родителя

Если я скажу, что современная школа переживает кризис — я буду невыносимо банальна. Но я это скажу.

Об этом свидетельствует и нервозность, с какой родители отдают педагогам своё чадо, и разительная пропасть между тем, что общество имеет в среднем «на входе» и «выходе» из школы. В первый класс нынче принято вести детей, умеющих читать-писать-считать и уверенно различающих игуанодона и брахиозавра. А выпускники-отличники, оказываются, убеждены, что «Колчак — это должность... начальника временного правительства...», и пишут с ошибками.

Чего судорожно ищут родители, определяя детей учиться? Успешной сдачи выпускных/вступительных шаблонных тестов 11-ю годами позже, знаний, хотя бы призрачной возможности сохранить здоровье... Но редко ставится задача сберечь любознательность — как будто она пребудет вечно.

А потом мамы первоклашек сетуют: год едва начался, а огонёк в глазах гаснет, дети болеют, учатся из-под палки...



Школа и жизнь. Свобода познания

Беда эта ещё в позапрошлом веке была главным недостатком школы.

«...Есть ...ещё более вредное влияние, состоящее в том, что ребёнок в продолжение ежедневных долгих часов занятий, одуряемый школьной

жизнью, оторван на всё это, самое драгоценное по возрасту время от тех необходимых условий развития, которые поставила для него сама природа...

Интерес знать, что бы то ни было, и вопросы, на которые имеет задачей отвечать школа, порождаются только этими домашними условиями. А всякое учение должно быть только ответом на вопрос, возбуждённый жизнью. Но школа не только не возбуждает вопросов, она даже не отвечает на те, которые возбуждены жизнью. Школа учреждается не так, чтобы детям было удобно учиться, но так, чтобы учителям было удобно учить».

Это писал в 1862 году Лев Толстой, детально вживую изучивший вопрос народного образования в России и Европе. Он безоговорочно ставил тогда сохранение и поощрение познавательных потребностей ребёнка выше дисциплины (бывшей идиологом тогдашней педагогики).

Годом позже Лев Николаевич пре-

рвал свои успешные педагогические опыты в связи с женитьбой и рождением собственных детей. А десять лет спустя он, отец уже шестерых детей, возобновляет обучение крестьянских ребятишек. Вновь и он, и привлечённая к этому делу семья не ставят жёсткую дисциплину непременным условием и предъявляют мало формальных требований, но результат получают:

«...Деревенские ребята приходили к нам, и их было очень много. Когда они приходили, в передней пахло полушубками, и учили их всех вместе и папа, и Серёжа, и Таня, и дядя Костя. Во время уроков бывало очень весело и оживлённо».

(Толстой Илья Львович, «Мои воспоминания»)

«...Со временем у нас образовался класс «гуляющих». Это были те, которые не могли или не хотели учиться: они имели право ходить по всем классам и везде слушать уроки с условием никому не мешать. Эти «гуляющие» часто выучивались буквам не хуже учеников, сидящих по классам... Всем было очень весело учить детей, потому что дети учились бойко и охотно».

(Татьяна Толстая-Сухотина, «Воспоминания»)

Бессмысленной вольницы не было. Яснополянская школа давала свободу мыслить практично и творчески – ученики получали задачи из действительности, с которой они могли обращаться уверенно и спокойно. Была свобода не спешить за общим потоком, как принято в обычных школах: «Садись, два! Переходим к следующей теме!» (и дети получают урок – необязательно добиваться понимания проблемы, хватит следования формальному графику). Между прочим, прочность познаний – важный критерий качества образования, почти неопределимый количественно (в отличие от числа «пройденных» тем) – появляется тогда, когда скорость обучения ориентирована на личные способности ученика, а познания применимы в жизни.

Дух школы

Повозившись с обучением Филиппков и Тарасок, граф Толстой взялся за составление «Азбуки», в которую включил и «Общие замечания для учителя», содержащие вполне себе бесспорные, но трудно реализуемые в массовой школе тезисы: «Для того, чтобы ученик учился хорошо, нужно, чтобы он учился охотно; для того, чтобы он учился охотно, нужно:

1) чтобы то, чему учат ученика, было понятно и занимательно, и 2) чтобы душевные силы его были в самых выгодных условиях».

Условия, казалось бы, нехитрые, но воплотить их на практике трудно хотя бы из-за числа учеников в классах (ведь даже количество малышей в группе детсада рассчитывается исходя из экономических соображений, а не психологических резонансов) и профессионального выгорания педагогов.



Вот толстовские критерии годного для познавательной активности класса:

«1) чтобы не было новых, непривычных предметов и лиц там, где он учится;

2) чтобы ученик не стыдился учителя или товарищей;

3) (очень важное) чтобы ученик не боялся наказания за дурное учение, т. е. за непонимание, ум человека может действовать только тогда, когда он не подавляется внешними влияниями;

4) чтобы ум не утомлялся...».

Соблюдение этих условий требует внимания и постоянной интеллектуальной и душевной работы каждого из педагогов. Чтобы вообразить её масштабы, перенесите вышеперечисленные требования в свой родительский мир. Не всякому родителю удастся создать дома тёплую, не сковывающую обстановку. А уж целый класс превратить в действительно дружный коллектив и скоординировать так, чтобы каждый ученик работал в своём темпе – вообще посылно немногим талантливым учителям, хотя «дифференцированный подход» и стал общим местом в методиках преподавания чего бы то ни было.

Ну и сколь бы ни был талантлив учитель, ему время от времени требуется «перезагрузка». С профессиональным выгоранием не шутят. Ведь и опыты яснополянской школы были именно опытами – достаточно преувеличенными.

Смотрите, что пишет супруга Льва Николаевича своей сестре в феврале

1872 года: «Мы вздумали после праздников устроить школу, и теперь каждое послеобеденное время приходит человек 35 детей, и мы их учим. Учат и Серёжа, и Таня, и дядя Костя, и Лёвочка, и я. Это очень трудно учить человек 10 вместе, но зато довольно весело и приятно». Уже в апреле она замечает в очередном письме: «Каждое утро своих детей учу, каждое послеобеденное время школа собирается. Учить трудно, а бросить теперь уж жалко; так хорошо шло ученье, и все читают и пишут, хотя не совсем хорошо, но порядочно».

Занятно, что и сам Лев Николаевич мог вполне успешно соблюдать свои условия в школе (по паре лет кряду, но не несколько десятилетий, как наши учителя), и не справлялся с этой задачей при обучении собственных детей:

«Самый страшный урок был урок арифметики с папа. В ежедневной жизни я мало боялась папа.

Я позволяла себе с ним такие шутки, какие мои братья никогда не посмели бы себе позволить. Например, я любила шекотать его под мышками и любила видеть, как он неудержимо хохотал, открывая свой большой беззубый рот. Но за уроком арифметики он был строгим, нетерпеливым учителем. Я знала, что при первой заминке с моей стороны он рассердится, повысит голос и приведёт меня в состояние полного кретинизма. ...Я опять молчу. Слезы навёртываются на глаза, и я готова разреваться. Папа замечает моё состояние и смягчается.

– Ну, попрыгай!

Я давно знаю эту его систему и потому, ничего не спрашивая, встаю со стула и, с не высохшими ещё слезами на глазах, мрачно прыгаю на одном месте». (Сухотина-Толстая Т.Л., «Воспоминания»).

Сын Льва Николаевича вспоминает: «Первый наш гувернёр был немец Фёдор Фёдорович Кауфман, довольно простой, примитивный и грубоватый человек. Его приёмы воспитания были чисто немецкие, с дисциплиной и наказаниями. ...Он первый внушил мне отвращение к учению, отвращение, которое я впоследствии никогда побороть не мог».

Как видим, обучение собственных детей Льва Николаевича было организовано вразрез с его педагогическими принципами.

О несоревновательности

В общем, тезисы, вполне себе бесспорные для думающего и внимательного к детям человека, не исполняются

даже в домашнем обиходе, поскольку требуют от взрослого непривычной позиции — очень большого терпения и доверия к личным темпам понимания и развития ребёнка. А мы привыкли скорее меряться тем, во сколько встал, пошёл, выучил буквы и сколько кружков посетил ребёнок.

Кстати, именно измерения не дали «Азбуке» Толстого хода как актуальному учебнику для школ: тогдашнее министерство образования сочло более успешными другие пособия, поскольку дети, обучавшиеся по «Азбуке», освоили грамоту не скорее, чем те, кто учился читать по другим книгам. Естественно, что скорость обучения грамоте — единственный измеряемый параметр, ориентироваться на который было легко и понятно.

#### Чем всё закончилось

После революции школой в Ясной Поляне ведала дочь Льва Николаевича Александра. Новая власть вменяла это ей, как заведующей музеем писателя, в обязанность. Школой Александра Львовна занималась едва ли не охотнее, чем музеем, чувствуя, что в ней куда легче сохранить живой дух толстовской философии.

#### Школа и жизнь: позитив

Она начала с малого. Нашла здание, привела его в порядок, пригласила «двух преподавателей, окончивших Тульское техническое училище. Один из них — специалист-столяр, другой — слесарь. Тульские приятели оказались ловкими, трудоспособными людьми».

Новые преподаватели учили ремеслу (столярному и слесарному) и грамоте. Ученики пошли не только из Ясной Поляны, но из соседних деревень тоже. Отцовский принцип «всякое учение должно быть только ответом на вопрос, возбуждённый жизнью» исполнялся всецело. Жажущих учения было столько, что ресурсов школы не хватало. Пришлось обратиться к властям, которые прислали некоего «известного в Москве старого педагога», который был слегка шокирован мастерскими. Кстати, описаны они так вкусно, что я жалею, что мне негде поучиться в таких: «Мы вошли в светлую, с широкими с обеих сторон окнами, чистыми выбеленными стенами комнату. Работа кипела. Ребята строгаи, стучали молотками, пилили; пол был засыпан пахнущими сосной стружками. Столяр-инструктор, большой человек с рыжеватой бородкой, в сапогах и русской рубахе, сейчас

же завладел педагогом и, захлёбываясь, с увлечением стал развивать перед ним план нашей будущей организации». Однако субсидий на развитие профессионального обучения школа Александры Толстой не получила. Мастерские выживали самостоятельно за счёт заказов от окрестных школ, музея, обывателей...»



#### Школа и жизнь: негатив

В школу с мастерской крестьяне детей отдавали охотно, а вот на выделение земли для школы из участка, принадлежавшего крестьянскому сообществу, соглашались туго. «Может быть, крестьяне чувствовали то, что мне и в голову тогда не приходило: что школа оторвёт от них ребят, воспитает новых, чуждых семье людей. Они были правы. Действительно, с каждым годом ребята отходили от родителей всё дальше и дальше».

Заодно и лукавить учились. «Постепенно школа сламывала искренность, непосредственную простоту ребят, слабело влияние родителей; дети инстинктивно улавливали двойственную игру, которую приходилось вести в школе. Мы и сами не заметили, как это случилось», — с горечью пишет Александра Львовна в «Воспоминаниях».

Но боюсь, это не было бедой исключительно советской школы и советской власти тех лет. Пожалуй, цель любой школы — уравнивать детей (с одной стороны, дав всем более-менее схожие возможности, с другой стороны, испытав на прочность талантливых и отбраковав слишком деликатных) и ослабить их связь с родителями за счёт укрепления связи с государством (церковью, ремесленным цехом раннего западноевропейского Средневековья — смотря, кто оплачивает существование школы).

Возможно, что это обеспечивает стабильность общества. Возможно, что это в целом для общества полезно — хотя у моего ума и сердца нет

для этого аргументов, я не социолог, не знаю. Естественно, что лукавить и выбирать слова лжи дети научатся и без школы — это необходимый навык общения, сколь бы ни печалило сие суровых моралистов. Но я желала бы, чтобы опыт лжи и двоедушия не провоцировался и не поощрялся авторитетными для ребёнка людьми. А для школьника младших классов учитель неизбежно будет и моральным авторитетом, ребёнок пока просто не способен разделять аспекты личности. Это мы умеем считать Иван Иваныча авторитетом в бухгалтерии, но не уважать его как человека, а некоторые дети и в старших классах рассуждают ещё в категориях «чёрное-белое», не различая в учителе просто человека, знатока-предметника и умелого или нет преподавателя. Поэтому мне понятна горечь Александры Львовны, очень понятна.

В общем, постепенно школа становилась всё менее «толстовской»: от семьи и жизненной практики дети отрывались, формализм зашкаливал...

И это было ещё относительно малой бедой, если сравнивать школу с соседним интернатом — в «Воспоминаниях» есть совсем уж удручающие подробности, цитировать тут которые нет, пожалуй, никакой нужды.

А затем Александра Львовна уехала. Насовсем.

#### О моей родительской пользе

Так и что же даёт современному родителю взгляд на толстовскую школу?

Во-первых, понимание, что формализация учебного процесса — зло, сопровождающее школьное обучение, и не стоит слишком терзать ребёнка за несоответствие с многочисленными сугубо формальными школьными требованиями. Во всяком случае, стоит помнить, что созревает ребёнок до их соблюдения к 11–12 годам (когда, как выражаются психологи, «синтетичность мышления уступает место аналитичности»).

Во-вторых, постараться создать и не разрушить хотя бы дома, раз это редко воплощается в школе, тёплую благоприятную атмосферу для проявления природной любознательности («энергии дерзновения», если угодно).

В-третьих, не сравнивать своего



**Сделаем газету самой читаемой и популярной**

Мы хотим, чтобы больше людей читали о хорошем и добром, чтобы больше радости было в семьях, и предлагаем читателям присоединиться к коллективу редакции газеты «Быть добру» и активно участвовать в её выпуске и распространении.

**В газету приглашаются:**

- ведущие рубрик;
- репортёры, журналисты;
- наборщики писем в электронный вид;
- корректоры русского текста (вычитка материалов);
- редакторы;
- верстальщик-дизайнер (знание InDesign);

**Приглашаем к сотворчеству**

Уважаемые читатели! Вы можете разместить на страницах газеты «Быть добру» и на эл. странице международного информационного портала «Быть добру» и его форуме <http://bytdobru.info> хорошие новости, полезные советы, свой опыт как быть счастливым и здоровым, как улуч-

шить экологию, вести здоровый образ жизни, о философии жизни, новости движения по созданию родовых поместий; в «Родной газете» - о поиске своей второй половины, созданию крепкой и счастливой семьи, рождению и воспитанию детей); в газете «Родовое поместье» - опыт по обустройству родового поместья и создания

родового поселения, в том числе и свои впечатления о жизни в родовом поместье, в гармонии с природой.

Материалы в редакцию газеты желательно присылать в электронном виде. Иллюстрации, фотографии, рисунки, по возможности, присылайте дополнительно в графических файлах.

**Публикация материала**

Газета выходит на русском языке первого числа каждого месяца.

При публикации материала авторский стиль сохраняется. Редакция оставляет за собой право на сокращение и незначительную корректировку публикуемого материала. Решение о публикации принимается всем коллективом редакционного совета.

За содержание материала несёт ответственность автор.

Под родовым поместьем подразумевается один гектар земли, безвозмездно выделенный каждой желающей семье в пожизненное пользование с правом передачи по наследству для его

обустройства. Произведённая в родовом поместье продукция, как и сама земля, не облагается никакими налогами. (Для этого необходимо внести соответствующую поправку в Конституцию.)

Идея о родовом поместье содержится в книгах Владимира Мегре серии «Звенящие кедры России».

Під родовим помістям мається на увазі один гектар землі, безоплатно виділений кожній бажаючій сім'ї в довічне користування з правом передачі у спадщину для його облаштування. Вироблена в родовому помісті продукція, як і сама земля, не обладається ніякими податками. (Для цього необхідно внести відповідну поправку до Конституції.) Ідея про родово-

помістя містяться в книгах Володимира Мегре серії «Звенящие кедры России».

Перепечатка материала газеты и его распространение приветствуется, будем благодарны за ссылку на нашу газету. Информация о газете размещается на эл. странице <http://gazeta.bytdobru.info>

\* \* \*

Газета «Быть добру» является информационным материалом Всеукраинской общественной организации «Быть добру» (легализована методом уведомления об её учреждении по № 148 от 15.12.2005 г.). ВОО «Быть добру» создана для тех, кто совершенствует среду обитания: делает нашу Землю и весь мир вокруг прекрасней и счастливей, и кто обустроивает родовые поместья. Более подробную информацию о ВОО «Быть добру» можно получить на эл. странице <http://bytdobru.info> Дизайн и верстка сделаны в компьютерном центре ВОО «Быть добру».

**Подписка на «Быть добру» («Родная газета» и «Родовое поместье»)**

*Подписавшись на газеты, вы поддерживаете их развитие, в том числе распространение хорошей и полезной информации*

**Электронная подписка на газеты** (подписка на электронный вид печатного издания)

Теперь, находясь в любой стране (в любом месте) и имея доступ в интернет, вы можете подписаться на полный электронный вид газеты «Быть добру» (в кото-

рой также содержатся «Родная газета» и «Родовое поместье»).

**газета» и «Родовое поместье»)**

**Оформить электронную подписку на газету «Быть добру» («Родная**

<http://gazzeta.com/bytdobru>

<http://pressa.ru/magazines/byit-dobru>

и

**Подписной индекс на газеты** (подписка на печатный вид газеты через почту)

Подписка осуществляется во всех отделениях почтовой связи Украины, России, Беларуси и Казахстана. У кого нет почтового адреса для получения газет, может выписать их в ближайшем почтовом отделении на себя до востребования и там забирать свои выписанные газеты.

**Он-лайн подписка** (подписка через интернет на печатный вид газеты с почтовой доставкой)

Газеты можно выписывать, не выходя из дома, через эл. страницу в сети интернет - услуга «Интернет-магазин» (подписка на прессу с почтовой доставкой):  
- в Украине: <http://www.presa.ua/online> (через ГП «Пресса»),

<http://poshta.kiev.ua/isubscr.php> (через Укрпочту);

- в России: <http://www.presscafe.ru/subs;>  
- в Беларуси: [http://rev1.belpost.by:8080/BelPost/jr?jd\\_id=10500050401040302022302060](http://rev1.belpost.by:8080/BelPost/jr?jd_id=10500050401040302022302060)  
- в Казахстане: <http://www.postmarket.kz>

Также, можно подписаться с любой страны через эл. страницу ГП «Пресса»

Подписчики стран СНГ и дальнего зарубежья (любой страны) могут осуществить подписку на газеты через эл. страницу <http://www.presa.ua/online>

**Международная газета «Быть добру»**

Газета об улучшении экологии, здоровом образе жизни, образе жизни в гармонии с природой (идеи о родовом поместье), и как сделать, чтобы всем было хорошо.

Газета для тех, кто совершенствует среду обитания: делает нашу Землю и весь мир вокруг прекрасней и счастливей, и кто обустроивает родовые поместья.

**А на Земле быть добру!**

Выходит на русском языке первого числа каждого месяца.

**Эл. страница газеты:**

<http://gazeta.bytdobru.info>

эл. почта: [gazeta@bytdobru.info](mailto:gazeta@bytdobru.info)

(указав в теме письма «в газету»)

**Подписной индекс газеты «Быть добру»**

- в Украине - 96421 (смотрите на стр. 15 «Каталога видань України» на I полугодие 2018 г.). Стоимость подписки: на 1 мес. - 28,06 грн., на 3 мес. - 82,78 грн., на 6 мес. - 161,66 грн., на 12 мес. - 321, 32 грн.  
- в России - 21523 (смотрите на стр.

240 каталога «Газеты. Журналы» на I полугодие 2018 г.). Стоимость подписки: на 1 мес. - 152,54 руб.; на 6 мес. - 915,24 руб. (каталожная цена).

- в Беларуси - 96421 (смотрите в каталоге «Издания стран СНГ» на I полугодие 2018 г.). Стоимость подписки: на 6 мес. - 37,92 бел.руб.

- в Казахстане - 96421 (смотрите на стр. 219 в каталоге АО «Казпочта» «Газеты и журналы» на II полугодие 2016 г.). Стоимость подписки: на 1 мес. - 1 246,88 тенге, на 3 мес. - 3 740,64 тенге, на 6 мес. - 7 481,28 тенге.



## Международная газета «Родовое поместье» № 1-2 (97-98)

Газета о том, как посадить на одном гектаре родовой земли сад, лес, вести огород, вырыть пруд, построить дом,

содержать животных, пчёл, жить с соседями в дружбе; обустройстве родовых поместий и создания на их основе родовых поселений, чтобы Земля расцветала прекрасным райским садом.

**Пространство Родины, ты, детям подари**

Выходит на русском языке первого числа каждого месяца – в печатном виде временно издаётся в газете «Быть добру»

(с 2016 г.).

**Эл. страница газеты:**

<http://gazeta.rodpomestye.info>

**эл. почта:** [gazeta@rodpomestye.info](mailto:gazeta@rodpomestye.info) (указав в теме письма «в газету»)

**Подписка на газету «Родовое поместье» осуществляется через подписной индекс газеты «Быть добру» (с 2016 г.).**

## Поющая изгородь в родовом поместье

Исходя из личного опыта и опыта моих соседей, могу с уверенностью сказать, какие растения лучше всего сажать в изгородь, и как её лучше формировать.

Первым рядом лучше всего сажать кустарники, такие как:

- арония (чёрная рябина), калина красная и калина чёрная (гордовина), смородина золотистая - очень красивы в любое время года, к тому же с плодами;

- барбарис - на переднем плане, особенно с солнечной стороны - это волшебное изменение цвета листвы и ягод. Если полностью одну сторону участка засадить барбарисом, то там постоянно будут пастись детки, поедавая ягоды, причём с осени по весну;

- дёрен белый и дёрен краснокожий - очень декоративны и привлекают внимание своей красотой;

- шиповники различных видов (роза-ругоза, собачья роза, обычный, круглоплодный и др);

- пузыреплодники разных расцветок, они бывают с зелёной листвой, жёлтой и бордовой, к тому же они цветут белыми соцветиями, а плодики привлекают мелких птиц;

а также:

- чубушники и сирени разных сортов;

- боярышники разных видов;

- вейгела, жимолость татарская (очень красиво цветут ярко-розовыми цветами);

- туи колоновидные и можжевельники (их лучше распределить



равномерно по всей изгороди, очень красиво будет);

- низкорослая ирга (очень урожайная) и малина (красная и чёрная);

- облепиха (очень красивая в любое время года);

- рябинник рябиннолистный, кизильник, бирючина;

- крушина;

- декоративная яблоня (красноватые листья и тёмно-малиновое цветение)!!!;

- ивы кустарниковые и многие другие....

Цветущие и ягодные кустарники привлекают внимание к изгороди не только птиц, но и соседей, особенно детворы, которая мимо пробегающая, может ещё и понюхать цветы и соцветия, а также угоститься спелыми плодами, конечно с разрешением хозяев. Хозяева, обычно, не против, они для этого и сажают по дороге.

Вторым рядом можно сажать рас-

тения и повыше, такие как:

- берёзы, осины, рябины, липы, ясени, каштаны, ёлки, кедры, пихты, лиственницы, ивы шаровидные и раскидистые и другие высокорослые деревья.

В первом ряду расстояние между кустарниками лучше делать полметра-метр.

А во втором можно и побольше - метра полтора.

Тогда забор получится плотным, красивым, цветущим, благоухающим.

Главное предназначение изгороди в том, чтобы от ветров заслон поставить - тогда внутри участка микроклимат образуется благоприятный для выращивания огорода и сада.

Ещё живой забор даёт корм и приют птицам, насекомым и мелким животным.

А ещё чтобы от посторонних глаз загородиться, это, как оказалось, тоже нужно и немаловажно.

Можно сделать однотонный живой забор из любого одного вида растения, это проще всего и быстрее, но скучновато.

А можно разноцветный и поющий, хотя он потребует больше творчества и терпения.

Мне самой больше нравится второй вариант.

Елена Блохина <https://vk.com/id251502161>

## Как посадить кедр (ч. 2)

*Окончание. Начало в газете «Родовое поместье» №11-12(95-96) 2018 г. (издано в газете «Быть добру» №11-12(143-144) 2017 г.)*

### Посадка на холмик:

1. Чтобы высадить деревья на холмики или клумбы, землю вокруг места саженца перекапывают на глубину 20 см и насыпают небольшой

узкий конус из почвы и уплотняют его.

2. Перед самой посадкой хорошо окунуть корни саженца в глиняную болтушку – это глина, разведённая в воде до густоты сметаны (наши предки добавляли ещё и коровяк).

3. Действовать далее вдвоём. Один придерживает саженец над землёй так, чтобы корневая шейка сажен-

ца была на уровне вершины холма. Второй засыпает корни до корневой шейки почвой, образуя холмик с горизонтальной верхней плоскостью, аккуратно его уплотняя.

В зависимости от выбранной высоты холмика от 30 см до 50 см вам понадобится от 2 до 4 тачек почвогрунта. Горизонтальная верхняя плоскость холмика нужна, чтобы дожде-

вая вода могла легко впитываться в холм, а не скатываться.

5. Диаметр холмика необходимо увеличивать подсыпкой по мере разрастания корневой системы. В этом и удобство — не нужно сразу много грунта, а можно добавлять каждый сезон питательную смесь или плодородную почву. Например, осенние листья, просто раскладывая их по кругу, особенно в городских условиях.

6. После посадки сразу полить саженец из лейки, достаточно 0,5-1 ведра воды, если грунт, которым его обсыпают, тоже слегка влажный.

Следите, чтобы полив не размывал холмик, а корневая шейка саженца осталась на уровне почвы, то есть, не заглублена.

7. Далее вокруг кедра разложить мульчу. И ещё раз аккуратно полить с кроной из лейки!

8. За приствольным кругом холм засеять почвопокровными растениями. Клевер белый покрывает зелёную почву, не мешая кедру, защищая от нежелательных сорняков, и холмик выглядит благодаря ему очень опрятно годами. Поэтому раскидываем семена по краям холмика, немного на и под мульчу. В нужное время клевер взойдёт.

[vk.com/kedrozavodsk](http://vk.com/kedrozavodsk)



#### Уход

— В первый год посадки обязательно следить за влажностью почвы и регулярно производить полив лейкой, желательно с кроной. Поливать нужно утром или когда полуденный жар спадает, иначе почва не впитывает влагу.

— Необходимо ежегодно добавлять слой мульчи для стимулирования образования у кедра придаточных корней, усиливающих его рост. Мульча сохраняет влагу в верхнем слое почвы, что особенно важно при выращивании кедра на лёгких супесях, а на тяжёлой глинистой почве предохраняет его корневую систему от выжимания в зимний период.

— Почву под кедром нельзя пере-

капывать и нет необходимости рыхлить, если есть хороший слой мульчи 5-7 см.

— У кедра нельзя удалять боковые ветви. Чем больше хвои, тем быстрее он растёт. Удаление сухих ветвей без повреждения коры ствола не приносит вреда.

— При появлении на хвое небольших ватных комочков (под ними — мелкие сосущие тли хермесы) смыть их сильной струёй воды и обработать побеги препаратом «АКТЕЛЛИК» или несколько раз слабым раствором марганцовки.

— Если всё-таки приствольный круг просел и саженец оказался в яме, то спасти его можно, прокопав для отвода воды траншею в сторону понижения участка. Важно, чтобы саженец в весенние оттепели не залило водой, которая в ночной заморозок станет льдом и расширится, повреждая ствол.

#### 8 «НЕ»!

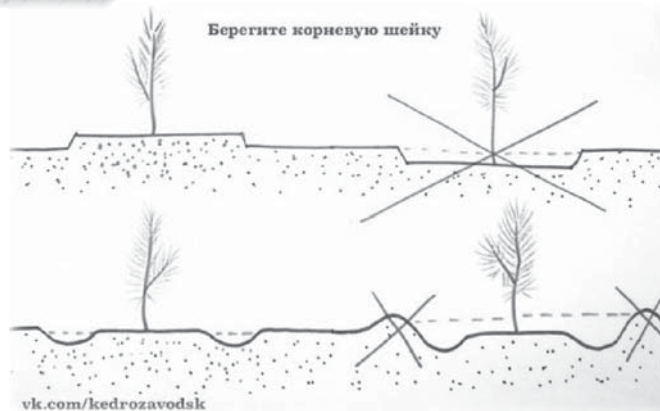
1. **Не пересушивать.** Вынимать из индивидуальной влажной упаковки непосредственно прямо перед посадкой, иначе корни на воздухе и ветру пересушатся и велика вероятность гибели.

• Окуните корни в глиняную болтушку или укутайте влажным мхом и несколькими слоями влажных газет, мешковиной.

• Саженцы с закрытой корневой системой перед посадкой замочите в ведре с водой вместе с контейнером, пока не выйдет воздух.

2. **Очень аккуратно с почками.** Хрупкие. При потере верхушечной почки может умереть.

3. **Не заглубляйте корневую шейку.** Строго. Корневая шейка — это условная граница перехода корневой системы в ствол.



[vk.com/kedrozavodsk](http://vk.com/kedrozavodsk)

4. **НЕ допускать, чтобы саженец оказался в углублении,** где скапливается вода, замерзает, расширяется и льдом разрушает ствол.

5. **Расправлять корни** в посадочной ямке или на конусе из почвы так, чтобы корни были в разной плоскости.

6. **Не загибать корни.** Строго.

7. **Весной Не косить рядом траву.** Пусть стоит в тени травы. На открытом солнце горит в первые годы после пересадки и очень медленно развивается.

8. **При этом помнить, что кедр не должен быть заросшим травой.** Особенно злаковыми, например, пыреем, так как они подавляют рост кедра. Приствольный круг содержать под мульчёй.

#### О сосне кедровой сибирской или кедре

Кедр — вечнозелёное хвойное мощное дерево. Декоративен, зимостоек, целебен, долговечен и ещё орехи даёт.

У кедра по сравнению с сосной более пышная крона — хвоинки растут из веточек пучками по пять штук, у обычной сосны по две штуки, кроме того, хвоинки более мягкие, длинные и ароматные, выделяют лечащие фитонциды.

Кедр — редкое в условиях города дерево по различным причинам, и если выяснить, то зачастую по субъективно принятым решениям. Хотя есть и свежие примеры тысяч кедров в городах Финляндии, на Сахалине, в Северодвинске.

Для терпеливых трудности в привнесении кедра ближе к городу и в сам город с лихвой компенсируются его непроходящей зеленью (когда в холодный сезон голые лиственные не радуют взгляд человека), его мощью и его энергетикой, сформировавшей к себе особо трепетное отношение у народа.

#### Авторы

За основу мы взяли несколько инструкций из интернета. Но изучив их, проверив на логику и сравнив с собственным опытом, мы поняли, что нельзя так сажать кедр и вообще деревья.

Мы — это Вадим и Анастасия Карабинские из родового поселения Карельское Залесие.

Наш сайт — <http://karabinskiy.com/>

Вконтакте — <https://vk.com/vkarabinskiy> и <https://vk.com/donecka>

Будем благодарны за обратную связь! Природа совершенна, а значит, нет предела её познания!

Скачать инструкцию целиком в разделе «Документы» — <https://vk.com/kedrozavodsk>

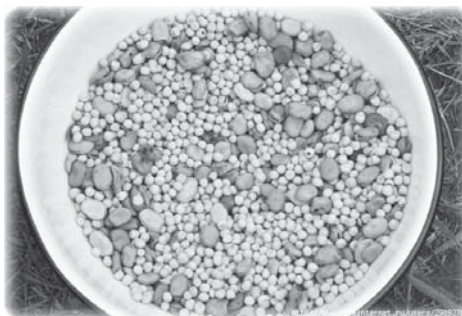
**РАСПЕЧАТАТЬ СЕЙЧАС!** (в поле ноутбука не будет :)

## Производство семян двухлетних растений

Практический совет: производство семян двухлетних растений, таких, как разные сорта капусты, редька, свёкла, морковь.

Для получения семян я отбираю самые хорошие растения, выросшие на самой плохой земле. Осенью я аккуратно извлекаю все растение вместе с корнем из земли, переношу его в земляной погреб (не в подвал) с умеренной температурой и затемнением, где я уже приготовил грядку из песка. Я сажаю растение целиком, и здесь оно остаётся в течение всей зимы. Если речь идёт о капусте, то я могу попозже срезать кочаны и использовать их на кухне, например в канун рождества, а стебель и корень оставить в песке. Свёкла, редька и морковь целиком находятся в песке. Их листья очень скоро перегнивают. Весной я высаживаю в сад то, что осталось от растений — одревесневшие корневые клубни и стебли. У редьки и свёклы появятся новые корни, дадут ростки и сразу же

зацветут. Капуста кочанная и другие капустные овощные культуры пускают боковые побеги, это большой куст, 1-2 метра высотой, сплошь покрытый жёлтыми цветками, из которых потом образуются стручки с семенами.



Когда первые семенные коробочки открываются, я срезаю стебель целиком и кладу его вместе с семенами и стручками в большой джутовый мешок.

Мешки я подвешиваю на длинной проволоке в тени, в амбаре или сарае. Если вместо проволоки взять верёвку,

то мыши с радостью погрызут мешки с семенами, потому что это их любимое лакомство. В мешке дозреют даже незрелые семенные коробочки.

Когда мне понадобятся семена, я снимаю мешок с проволоки и ударяю им о землю, при этом шелуха и стручки отделяются от семян. Кроме того, можно использовать молотилку, она поможет отделить семена от измельчённых семенных коробочек. Однако при получении семян для собственных потребностей достаточно просто подуть на них, и шелуха улетит.

Важно: если двухлетние растения цветут уже в первый год, семена тоже будут. Но они будут непригодными. Если я посею эти семена, то плодов это растение не даст, а сразу же зацветёт.

Отрывок из книги Зеппа Хольцера «Пустыня или Рай», <http://www.pervorod.ru/blog/>

## Посадка земляники

Бывает так, что приобретая качественную рассаду земляники, садоводы терпят неудачу. Мы уже несколько лет предлагаем покупателям рассаду земляники питомника «Займище».

Рассада замечательная — мощная корневая система, развитая надземная часть. Рассада приходит в стаканчиках, но объём их ограничен, корням тесно, и затягивать с высадкой не стоит.

Так выглядит рассада, вынутая из стаканчика:



она и высаживается.

А теперь другой снимок, корни расправлены, вот так и нужно поступать.

Высаживать рассаду надо с расправленными корнями.

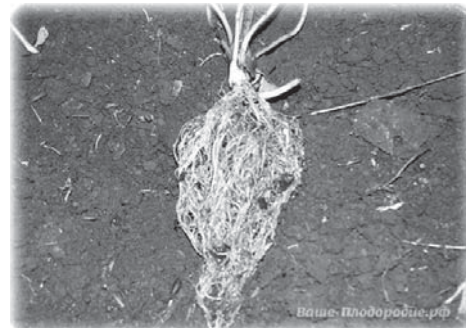
Сделайте просторную лунку, чтобы корни можно было расправить по всей площади лунки. В центре лунки насыпьте холмик и по нему распределите корни.

Если корни чересчур длинные, укоротите их. Не пытайтесь их загнуть в лунку, загнутые вверх корни всё равно отомрут, а подрезанные быстро отрастают.

Придерживая саженец за «сердечко», постепенно подливайте воду и подсыпайте землю, старайтесь чтобы возле корней не оставалось пустот. Не заглубляйте «сердечко», правильно высаженная рассада выглядит так:

Если корни чересчур длинные, укоротите их. Не пытайтесь их загнуть в лунку, загнутые вверх корни всё равно отомрут, а подрезанные быстро отрастают.

Придерживая саженец за «сердечко», постепенно подливайте воду и подсыпайте землю, старайтесь чтобы возле корней не оставалось пустот. Не заглубляйте «сердечко», правильно высаженная рассада выглядит так:



Почву вокруг растений замульчируйте, сверху накиньте укрывной материал (№ 30). Появившиеся цветоносы удалите, не стоит из-за пары ягодок губить растение.

Вот и все хитрости.



<http://vashe-plodorodie.ru/agriculture/posadka-zemlyaniki>



## Как мы построили дом за 1000 \$

### Первый этап: планирование

Этот этап очень важен, т.к. от того, как вы всё спланируете и рассчитаете, зависит прочность, надёжность, долговечность и уют вашего дома. А также, насколько он будет тёплым и сколько всего вам придётся потом переделывать. Да-да, именно переделывать, потому что, если где-то в расчётах ошибка или недостаточно продуман какой-то узел, то потом придётся это переделывать!

В планировании нашего домика я допустил ряд ошибок, которые в процессе вылезли, и потом их устранение заняло намного больше времени, чем если бы я сразу это учёл. Но учитывая тот опыт строительства, который у меня был — это участие в строительстве дома из лёгкого самана (подсобником) и постройка домика-сарайчика из мешков с землёй, — дом получился вполне удачным.

Во многом это получилось благодаря моим друзьям, у которых я консультировался при проектировке в процессе — это Андрей Бобровицкий и Витя Ковтунович. Большое им спасибо!

Детального плана на бумаге, как это полагается в классическом строительстве, у нас не было. Был образ домика, каким мы хотим, чтобы он был с планировкой комнат. А в процессе мы больше руководствовались интуицией, здравым смыслом, подсказками друзей и материальных возможностей.

### Второй этап: фундамент

Когда мы определились с местом, в центре будущего дома я закопал палку. К ней привязал верёвку, потом узелками определили где будет край дома и внутренняя часть, учитывая толщину стены. Потом по кругу, используя палку и верёвку, как циркуль, я прокопал траншею на штык лопаты в глубину. Затем прокопал траншею под внутренние перегородки, причём, размечали их мы исходя из того, какие размеры комнат мы хотим. В реальных масштабах всё выглядит иначе, чем на бумаге. Особенно в круглых строениях.

В траншею уложил обрезки баннера и плёнку в качестве гидроизоляции. Прокопал и уложил трубы для канализации. Потом, мы уложили и затромбовали мешки с глиной.

Диаметр фундамента: 7 метров по наружи и 6 внутри дома.

Мы выбрали такой вид фундамента, потому что уже отработали эту

технологии на маленьком домике, а ещё это быстрый и дешёвый вид строительства. А для соломенного дома не нужен очень мощный фундамент, т.к. стены лёгкие.

Из-за того, что участок, где находится дом с перепадом высоты, чтобы вывести уровень, в верхней стене дома у нас получилось 2 слоя мешков, а в нижней 6 слоёв.

С наружной части фундамента закрепили штукатурную сетку и оштукатурили глино-песочной смесью. Это нужно делать сразу, потому что на солнце мешки очень быстро разрушаются!



### Третий этап: крыша

В соломенном и саманном строительстве крыша делается перед стенами. Если этого не сделать, придётся как-то защищать стены от дождя. Ещё в летнюю жару очень хорошо работать под таким теньком.

Ещё перед закладыванием мешков с землёй на фундамент, я притащил из леса 13 сухостойных дубовых столбов. Ту часть, которая в земле, я обжёг на костре, чтобы дерево не гнило. Потом закопал эти столбы по периметру дома и один по центру. Отмерили водяным уровнем одну высоту и обрезали столбики. Центральный столб сделали на метр выше. На него прибили круглую расширительную площадку, чтобы поместились все 12 стропил. Внешние столбики обвязали брусом 100x100 мм, и пустили от каждого столбика стропилу (180x60) в центр, и закрепили всё гвоздями. Потом на стропила прибили доски (25-ку), уложили картон, для защиты гидроизоляции натянули баннер и засыпали сеном и землёй.

### Четвёртый этап: стены

Наружные стены мы решили делать из соломенных тюков, т.к. дом получается очень тёплый, дешёвый, экологичный и не сильно трудоёмкий.

А внутренние перегородки из тяжёлого самана, чтобы увеличить термомассу дома — они накапливают тепло, а потом постепенно отдают.

Вначале мы выложили внутренние стены, т.к. они долго сохнут, и удобней это делать, пока нет наружных стен. Из опыта могу порекомендовать натянуть отвесы, там где будут стены, чтобы придерживаться вертикального уровня стены. Мы этого не сделали и теперь все стены завалены в ту или иную сторону.

Саман замешивали на куске баннера, примерно 2x2 метра. Саман — это смесь глины, песка и соломы. В строительстве саманных стен нам очень помогала книга Я. Эванса «Дом из самана. Философия и практика».

Поверх фундамента я уложил доски, чтобы влага не проникала в солому. Уложил и закрепил кольщиками соломенные тюки. Там, где будут окна и двери, повставлял деревянные рамы.

Для лучшей прочности стен связал проволокой между собой рейки, которые установил вертикально с наружной и внутренней стороны стены. В щели между тюками запихивали солому и заштукатурили все стены снаружи и внутри.

### Пятый этап: утепление крыши и фундамента

Из-за того, что мы спешили до холодов закрыть крышу, мы её сразу не утеплили. Пришлось это делать, когда крыша и стены были уже готовы. Это было намного сложнее, чем если бы мы это сделали сразу.

Утепляли стекловатой. Вырезали треугольные куски нужного размера и закрепляли их рейками и полипропиленовой лентой. Потом подшили это всё плёнкой. Хотим ещё закрыть это гипсокартоном и заштукатурить, но это ещё не сделано.

Фундамент пришлось утеплять, потому что на стыке двух материалов — досок и соломенных тюков — неизбежно образовывается щель, в которую дует холодный воздух. Вначале я хотел сделать это камышом, и три пролёта мы так и сделали. Прибили проволоку к стойкам и за неё запихивали камыш, который рубили топором нужной длины. В конце, замазали это всё цементной штукатуркой.

Но этот процесс оказался долгим и трудоёмким, и я решил облегчить задачу. Купил пенопластовые листы и за пару дней закончил эту работу.

### Шестой этап: внутренняя отделка

Если вы думаете, что сделали стены и крышу, вы практически закончили строительство — вы сильно ошибаетесь. Это только половина работы, если не треть.

На этом этапе очень многое зависит от ваших финансовых возможностей, времени, дизайнерских способностей и изобретательности. Хотя это всё пригодится и во время всего строительства.

Итак, что мы уже сделали внутри:

- установили окна и двери. Использовал два стеклопакета, которые нашёл возле дома в Киеве (выбросили, потому что одно стекло разбилось, но два осталось). Два других глухих окна сделал, соединив по два одинаковых старых окна (получились почти стеклопакеты). Двери тоже пока б/у. Планируем потом переделать;

- положили в веранде черновой деревянный пол (предстоит ещё подогнать по размеру доски, отшлифовать и полакировать их);

- положили саманный пол в большой комнате. Это долгий и трудоёмкий процесс, который хорошо описан в вышеупомянутой книге. В итоге,

полом мы недовольны, он вышел холодный, влажный и пыльный. Будем, наверно, переделывать;

- залили бетоном полы в ванной и спальне. Залил два слоя, между слоями утеплил пенопластом;

- оштукатурили стены. В большой комнате сделали финальную штукатурку гипсом и покрасили белой краской. В остальных комнатах ещё не закончен последний слой;

- сложили печку по проекту Кузнецова. Взял чертёж-порядовку, правда, в некоторых моментах пришлось её изменить;

- провёл провода, установил выключатели и повесил светодиодные лампочки на 12 вольт. Освещение работает от автомобильного аккумулятора.

Смета:

Камаз песка — 900 грн.

Машина щебня — 1200 грн.

Солома — 2 700 грн.

Мешки — 300 грн.

Штукатурная сетка — 200 грн.

Пиломатериалы — 2500 грн.

Кирпичи на печь — 1000 грн.

Варочная поверхность — 200 грн.  
Заслонки + дверцы — 400 грн.  
Стекловата — 1000 грн.  
Плётка — 200 грн.  
Цемент — 500 грн.  
Пенопласт — 500 грн.  
Баннер на крышу — 800 грн.  
Светодиодные лампы — 350 грн.  
Провода + выключатели — 150 грн.

Итого: 12 900 грн. (это где-то 40 000 рос. рублей).

Площадь дома около 30 квадратных метров.

Теперь у нас есть уютный, тёплый дом, который мы сами построили, и если что-то нужно, сами можем и переделать, не прибегая ни к чьей помощи.

Желаю вдохновения на создания своего гнёздышка!

Автор: Игорь Петько. 30 декабря 2014 г.

[https://vk.com/wall-82234437\\_47](https://vk.com/wall-82234437_47),  
[https://vk.com/wall-82234437\\_48](https://vk.com/wall-82234437_48)

## Советы садоводам. Как сохранить урожай

Дачники, имеющие погреб — устроенный внутри дома или отдельно, — знают, что далеко не всегда он достойно выполняет возложенные на него задачи по сохранению урожая — причём, вовсе не из-за строительных дефектов. Бывает, что картошка и морковка подгнивают, капуста усыхает, яблоки приобретают непонятные привкусы, а всё вместе не долёживает должных сроков.

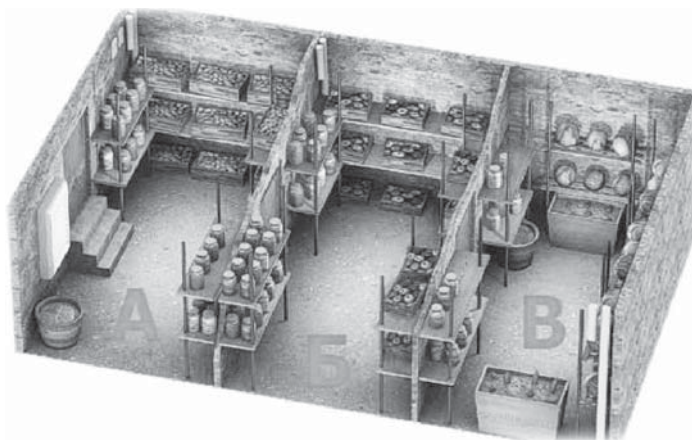
Проведя опрос опытных «хранителей», представляем «идеальный» погреб, обеспечивающий овоще-фруктовое изобилие до следующей весны.

Примечание. Если у вас нет возможности — допустим, просто площадь не позволяет — сделать изолированные отсеки, то хотя бы соблюдайте последовательность расположения хранимой продукции. То есть, картофель располагается первым от входа

(где, как правило, чуть теплее), затем идут яблоки-груши, и в конце — корнеплоды и капуста. Банки с заготовками — где найдётся место. Качество и сроки хранения, конечно, снизятся, но не катастрофично.

ОТСЕК «А».

Отдаётся под хранение картофеля. Оптимально держать клубни в ящиках, которые расставляются по стеллажам. В отсеке поддерживается температура +2 — +4 град. Цельсия и относительная влажность воздуха 90-95% (для этого непосредственно в отсеке «дежурит» обогреватель, а по мере надобности (если влажность уменьшилась) заносится ёмкость с водой).



ОТСЕК «Б».

Второй от входа и чуть холоднее. Норма температуры воздуха для него не выше +3 град. Цельсия. Стена с дверью отдаётся под полки для банок с заготовками, а остальное — под стел-

лажи, на которые водружаются ящики с яблоками, грушами. В ящиках имеется подстилка из соломы или некрупных стружек, а в идеале каждый плод должен быть обернут в бумагу. Стены, отделяющие отсек от других, обеспечивают невозможность приобретения яблоками и грушами ненужных привкусов и запахов.

ОТСЕК «В».

Самый дальний от входа, самый холодный. Настенные полки — для кочанов капусты (белокочанной, кольраби, цветной, брокколи). Ящики с песком (предварительно обеззараженным) — для корнеплодов (моркови, свёклы, хрена, петрушки, сельдерея — для каждого вида отдельно, естественно). Здесь же место для ёмкости (бочки и т. п.) с квашеной капустой. В зависимости от потребностей часть полок может быть отдана под банки с заготовками. Температура поддерживается в диапазоне от -1 до +1 град. Цельсия (выше нежелательно, по крайней мере на длительный срок), влажность воздуха — до 95%.

<http://www.medved-centr.ru/kopilka/zemlevedenie/sovety-sadovodam-kak-sohranit-urozhai.html>

## 10 способов пережить «хандру» в поместье

Не секрет, что жизнь в своём доме в удалении от города полна не только романтики, но и всякого рода испытаний. Любители экологического образа жизни сознательно в разной степени лишают себя привычных удобств, чтобы не быть так сильно зависимыми от техники, сберечь здоровье, вырастить детей самостоятельными... И ещё много-много причин. В родовых поместьях, на семейных усадьбах, которые закладываются с нуля, отсутствие водопровода, например, воспринимается как что-то само собой разумеющееся, а электричество, даже при желании его иметь, первые годы нередко добывается из всяких альтернативных источников.

Конечно, как и в обычной жизни, к тебе, бывает, подступает хандра. Откуда берутся силы, чтобы справляться с бытом, хозяйством, погодными условиями, животными и детьми в поместье, как переживаются трудности и в чём мы находим радость? Мы с мужем составили список из 10 вещей, которые способны нас вдохновить даже в самые пасмурные дни.

Что вдохновляет Аню:

1. Уединение в любимом уголке природы.

Зимой или летом, в дождь или в жару, когда я раздосадована или разочарована, я ухожу в отдалённый уголок поместья, где сосна с берёзкой образуют кружевной ветвистый купол над головой. Там я стелю коврик, наливаю себе чаю из термоса и молча сижу. Думаю. Злюсь или пускаю слезу. Эмоции, которые могли бы ранить близких, выходят безболезненно в пространство, и оно с теплом принимает их, меня — всё, что происходит во мне. Близость деревьев и минуты одиночества умиротворяют, а вид вокруг напоминает о том, что здесь я окружена любовью, здесь я на своём месте, и мои трудности пройдут, улетят дымкой по ветру.

2. Рукоделие.

Когда нет сил заняться хозяйством, перемыть гору посуды в холодной воде или вычистить козлятник, я не насилую себя, а делаю паузу и беру за клубочки со спицами. Или за вышивку. Или за что-то ещё начатое рукодельное. Этот процесс успокаивает меня и настраивает на волну «я — женщина, хозяйка, берегиня, я с радостью и без труда могу заботиться о своём доме». Рукоделие выдаёт тебе немаленькую порцию волшебства и

энергии, и после того, как спокойно порукodelьничаешь, делать домашние дела становится как-то проще.



3. Поездки в город.

Я знаю немногих людей, женщин, кто по-настоящему будет счастлив, оказавшись в полной изоляции от цивилизации. Есть те, кто делает вид, что им абсолютно прекрасно живётся на природе без всякой связи с городом. Я не обманываю себя: раз-два в месяц мне просто необходимы поездки в город. Этот день я воспринимаю как маленький праздник: обязательно захожу в любимый магазинчик, покупаю навороченное мороженное или иду с семьёй в кино, веду дочку на какое-то детское мероприятие или показываю ей достопримечательности, встречаюсь с городскими подругами. Это всё наполняет меня энтузиазмом и какой-то детской школьной радостью, а нередко и напоминает о том, как же всё-таки здорово у нас в поместье — тихо и чисто.

4. Общественные мероприятия.

Мне очень повезло: в нашем родовом поселении круглогодично зимует больше десятка семей, и мне доставляет удовольствие придумывать и проводить детские праздники, женские посиделки... А нередко и меня саму приглашают в чём-то поучаствовать, и я стараюсь не упускать такую возможность. Что может быть ценнее много-часовых женских разговоров «ни о чём» и в то же время о самом важном? Это — прекрасная возможность расслабиться, наговориться всласть, и потом не приставать к мужу с тем, чем можно вполне поделиться с подругами.

5. Работа с землёй.

Иногда сами земельные работы, объём посадок, который ты себе планируешь, тяготит и не радует. Для себя я поняла, что больше всего сейчас мне нравится сажать клумбы и делать маленькие грядочки по всему поместью. Если меня настигает удручённое состояние, я иду и занимаюсь цве-

тами. Пропалываю их, сажаю, пересаживаю. От созерцания прекрасного и настроение сразу улучшается. А зимой... Зимой этот процесс мне заменяет просматривание садоводческих журналов с ножницами и карандашиком. Самые красивые картинки и идеи цветников я переношу в свой блокнот, планируя клумбы на следующий год.

Что вдохновляет Диму:

1. Пойти что-нибудь построить.

Лучшее средство от хандры для меня — перевести энергию в практику. В поместье постоянно что-то нужно строить: от дома до скворечника. Если нечем заняться или настроение не то — берусь за пилу и молоток.

2. Нагрузка трудом.

Простой труд, не требующий включения «мозга» — нарубить дров, принести воды, вскопать жене новую грядку — прекрасно отвлекает от ненужных мыслей. Благо, простого труда достаточно в каждом дне.

3. Совместные мероприятия.

Одному работать хорошо, но когда к тебе присоединяются соседи — скорость увеличивается, прогресс налицо, а настроение сразу улучшается. Выровнять шатре, перестелить крышку на общем шатре, установить детскую площадку... Собравшись вместе, мужики всегда найдут, чем заняться.

4. Хобби.

Если не труд, то дело по душе. Наверное, хобби есть у каждого, а если нет, желательно обзавестись им до переезда. В очередной раз пересмотреть коллекцию монет или склеить модель самолётика приводит в отличное расположение духа.

5. Подарить радость семье.

Если тебе как-то не очень душевно хорошо, это не значит, что так же должно быть и твоей семье. Если по каким-то причинам я удручён, то нахожу способ порадовать жену и дочку. Простые знаки внимания, совместная игра или поездка — их радость передаётся мне и заражает меня оптимизмом. И я снова вспоминаю, что все трудности временны, а счастье — вот оно, здесь и сейчас.

Анна Фенина-Жукова, родовое поместье Жукова Гора, пос. Благодарное.

21 октября 2015 г., [https://vk.com/wall-63013642\\_1418](https://vk.com/wall-63013642_1418)

## Как прийти к счастливой жизни в своём родовом поместье

Хочу поделиться, как наиболее быстро и эффективно прийти к счастливой жизни в своём родовом поместье. Информация основана на моём личном опыте, опыте моих знакомых.

1. Познакомиться досконально с самим (самой) собой, научиться жить в ладу со своим сердцем, умом и душой. Почувствовать своё предназначение. (А вдруг вам родовое поместье совсем не нужно.)

2. Наладить отношения с ближайшими родственниками. Принять их такими, какие они есть без попыток насильно переделать. Спокойно высказать своё мировоззрение и настойчиво его отстаивать, без агрессии. Это нужно для аннулирования противодействия со стороны родственников. Вы же родовое поместье собираетесь строить

3. Если нет ещё спутника (спутницы), разделяющего с вами мечту - найти!

4. Вместе! Начать поиск своей земли. Ездить, жить в палатках, у знакомых и т.п., смотреть своими глазами, чувствовать своими сердцами. Когда понравится где-то обоим, то следить за посланиями. Если это ваша земля, всё будет получаться легко и просто: оформление, добрые соседи будут, красота для вас райская и на душе легко. Примерно так. А ещё на этой земле у вас всё что посадите, будет расти и благоухать.

5. До переезда на свою землю определить источник дохода для своей семьи, обычно в поселениях нет промышленных предприятий. Научиться какому-то ремеслу (по душе и способностям) способному приносить вам доход. Вариантов много.

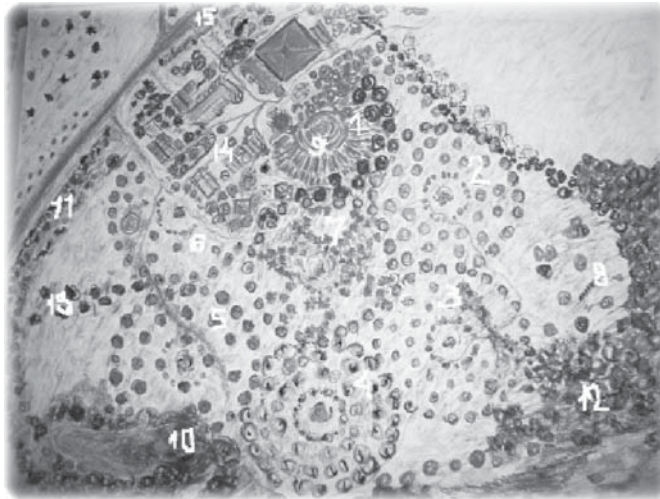
6. Обязательно проговорить со своей «половиной» все возможные варианты взаимодействий.

7. Всегда помнить о ЗЕРКАЛЕ. С нами и вокруг нас происходит лишь то, что мы сами из себя отражаем.

Конечно, есть у людей разные обстоя-

тельства. Бывает и одинокие решаются на создание родового поместья по ряду причин. Главное, на мой взгляд, взять ответственность за свою жизнь и деятельность на себя (чтобы не обвинять потом «нехороших» соседей).

Удачи и счастливого строительства родовых поместий!



Расшифровка плана родового поместья Звёздное:

1 - дубовая роща, фрагмент круга

2 - яблоневый сад (яблони преимущественно, сосны, груши, боярышник, цветущий и плодово-ягодный кустарник по окружности малого внутреннего круга)

3 - вишнёвый сад (вишни преимущественно, сливы, тёрн, жимолость, и др.)

4 - берёзовая роща (берёзы преимущественно, клёны, дубы, липа, маньчжурский орех и кустарниковые)

5 - грушевый сад (груши преимущественно, яблони, боярышник, рябинки, кустарниковые)

6 - сливовый сад (сливы преимущественно, черешни, кустарниковые)

7 - по внешнему кругу - сосны, кедры, пихты и другие хвойные, внутри круга - кедрами слово «СЧАСТЬЕ»

8 - пасека на лугу с одиночными деревьями: ореховые, медоносные

9 - огород внутри дубовой рощи,

по внутреннему кругу - плодово-ягодный кустарник

10 - пруд, питаемый родниками, дождевой и талыми водами

11 - живая изгородь (кустарниковые, сосны, сливы, вишни, дубы, вяз мелколистный, бузина, кизил, рябинник, катальпа, абрикосы и др.)

12 - естественная лиственная пуша на склоне яра

13 - кедрами слово «ЛЮБОВЬ»

14 - двор с цветочными клумбами, летним навесом, баней, хозяйственными постройками. Красная крыша - это дом с верандой (бирюзовая крыша)

15 - главные ворота, вход в родовое поместье.

Многое уже посажено, пасека - есть, пруд углубили экскаватором. И ещё много предстоит. Вот она - жизнь без скуки!

*Настоящая поздняя осень пришла  
В тёмно сером, с коричневым,  
одеянии.*

*Через грозные тучки, порой, полоса  
Вдруг мелькнёт золотым ярким  
пламенем.*

*И пролётит на землю чарующий  
дождь,*

*Утро выкрасит иней искрящийся,  
Тучка бросит в нас снега колючего  
горсть*

*И оставит в заимках светящимся.  
Тишина и покой, и размеренность  
дней.*

*Нету спешки и книги читаются.  
Вспоминается лето у южных морей:  
Там в волнах сейчас ветры  
катаются...*

*Всё готово к зиме: отшумел  
листопад,*

*Ветки-руки поднёрли свод неба,  
Стайки птиц, близ жилья собираясь,  
галдят,*

*Ждут поля одеяло из снега.*

19.11.15 г.

Елена Тычинина, родовое поместье Звёздное.

Родовое поселение Светочи, Воронежская область.

<http://anastasia.ru/articles/detail/32898/>



## Одно под множеством имён

Одно под множеством имён  
Я узнаю твоё лицо!  
Глаза твои мне говорят,  
Что дом наш где-то за морями...  
Но отвожу не зря я взгляд, -  
Не за морями наш тенистый сад,  
Не за морями он,  
А за веками...

## Всего четыре строчки

Всего четыре строчки  
Душа моя сложилась.  
Всего четыре строчки  
Ей выпали в удел...

Но сколько светлых мыслей  
Они в себя вместили!  
И сколько светлых истин  
Ещё таятся в ней?!

Рина Зарецкая,  
<https://www.stihi.ru/avtor/mavka2>

## Я зёрнышко в землю сажаю

Я зёрнышко в землю сажаю,  
Я песню Вселенной пою,  
Я целый Род приглашаю  
На нашу планету свою.

Земля – она помнит ненастье,  
И радость, и боль, и любовь.  
И в зёрнах моих будет счастье,  
И Солнце взойдёт вновь и вновь.

Александр С.

Предел Вселенной преодолевая,  
Любовь летела к юному Творцу.  
Она, свою задачу выполняя,  
Почувствовав рождение нового

Творенья  
(Тогда, когда все сущности Вселенной  
испугались,  
Запрятавшись в свои сомненья),  
Она одна объяла Бога нежно  
Свеченьем ярким, пылким, жарким.  
Бог удивился сущности прекрасной.  
«Откуда ты, такая смелая Богиня?» -  
Спросил её влюблённый Бог.

И отвечала Дева яркой вспышкой:  
«Я та, что рождена для светлого  
свеченья,  
Я прихожу всегда туда, где есть  
рождение,  
Рождение нового Творенья!  
Ты осознал себя Творцом!  
Ты сотворил!  
Ты полюбил!  
И полюбила я.  
Теперь с тобой навечно буду Я!».

Сергей Бартенева, Донецкая обл.,  
Горловка.

## Благодарю тебя, любимый мой

Благодарю тебя, любимый мой, за то,  
Что смотришь с нежностью в мои  
глаза ты, улыбаясь,  
За счастье быть с тобой, ловить твой  
каждый вдох,  
И за чудесные мгновенья жизни,  
Когда единою становится с твоей моя  
душа, любовью наполняясь!

Благодарю тебя, любимый мой, за то,  
Что зажигаешь ты своей мечтой  
прекрасной звезды,  
За свет, что излучаешь ты собой,  
За быстрый лучик мысли, и за то,  
Что комплекс всех энергий мироздания  
тобой осознан.

Благодарю тебя, любимый мой, за то,  
Что мысли чистоту и радость  
устремлений  
Ты направляешь на живое всё вокруг,

И отвечает мир тебе любовью,  
счастьем, красотой,  
Помысленного в яви воплощеньем!

Людмила Белогорцева.

## На матушке-Земле

На матушке-Земле да в полной  
тишине  
Стоим, рука в руке, слились в одной  
мечте

В паре, молодые.  
А нежный голос твой мне ведаёт  
о том,  
Где мы с тобой вдвоём посадим на века  
Деревья родовые.

Здесь мы поставим дом, вокруг  
посадим сад  
С чудесными плодами,  
А там, видишь, бьёт родник?  
Там расцветёт цветник  
С прекрасными цветами.

А повсюду красота: зелёные леса,  
Глубокая река с водой кристально  
чистой  
А звёзды в небесах, младенец на руках  
И любовь в глазах, счастливых  
и лучистых.

А небо в облаках, доброта в сердцах,  
Песня на устах у всех людей планеты,  
А дружный хоровод в вечность  
всех зовёт

В радости встречать новые рассветы.  
На родовой земле, да в полной тишине  
Стоим, рука в руке, слились в одной  
мечте

Вечно молодые.  
А нежный голос твой поведал мне  
о том,

Где мы с тобой вдвоём посадим на века  
Деревья родовые...

Людмила Белогорцева.



### Подписной индекс газеты «Быть добру»

в «Каталоге изданий Украины» – 96421; в каталоге России «Газеты. Журналы» – 21523; в Белорусском каталоге «Издания стран СНГ» – 96421; в каталоге Казахстана «Газеты и журналы» – 96421.

### Электронная подписка

<http://gazzeta.com/bytdobru> и  
<http://pressa.ru/magazines/byit-dobru>  
(подробнее о подписке на стр. 16)

### Координаты редакции газеты «Быть добру»

**Почтовый адрес:**  
Вячеслав Богданов, ул. Новоукраинская, 2/6,  
кв. 6, ком. 3, г. Киев, 04112, Украина.  
**Эл. страница:** <http://gazeta.bytdobru.info>

**Эл. почта:** [gazeta@bytdobru.info](mailto:gazeta@bytdobru.info) (указав в теме письма «в газету»)

**Местонахождение представительства редакции газеты** - офис ИЦ СРП (информационный центр создателей родовых поместий): г. Киев, ул. Старовокзальная 19.

**Как доехать:** метро «Вокзальная», ул. Старовокзальная, 19, правая входная дверь по фасаду ул. Жилинской (на доме 107 номер), 2 этаж. **Время работы офиса:** Пн.-Вс.: 10.00-20.00. **Тел. моб.:** (095)488-77-85. Из стран СНГ: 8-10-38(0...)

### Фонд развития газеты

Уважаемые читатели, вы можете поддержать финансово развитие газеты. Деньги можно перечислить через любой банк, указав следующие реквизиты:  
получатель: Физическое лицо – предприниматель Богданова Татьяна

Петровна, т/с 26057379801700 в АО «Укрсиббанк», г. Харьков, МФО 351005, код 1974313749.

Просьба в назначении платежа указывать: благотворительный взнос на развитие деятельности.

\*\*\* Или перечислить деньги на карту

**ПриватБанка № 4149 6258 0190 5934** на имя Вячеслав Богданов. (Перед переводом денег уточните у Получателя перевода по тел. +38(050)342-30-32, +38(068)178-00-82 действительность этой карты – не вышел ли у неё срок действия).