

- газета для фэиных людей -

Жизнь едина и целостна, и ни один ее элемент не может претендовать на отдельность. Так и биодинамика - это только часть единой жизни, рассматривающая Космос, природу, землю с ее обитателями и человека в их взаимосвязи.

№3 (19) сентябрь 2006 г.

ЖИВАЯ ЗЕМЛЯ

Информация, представленная здесь, не имеет срока давности. Она вечна...

В НОМЕРЕ:

БДновости

...Потепление или похолодание?..
...Батарея и картофеле... и др. (стр. 3)

Биодинамическая практика

...Итоги работы с капустой (стр. 4);
...Подготовим почву с осени (стр. 5);
...Всё о тысячелистнике (стр. 8);
...Благоприятные дни по календарю М. Тун (стр.9).

Кедры шумят

...Мумия в банке или ритмический продукт? (стр. 15);
...Заготовки высшего качества (стр. 19);
...Мой ласковый и нежный зверь (стр. 18);
...И многое другое...

С пользой для человека

...Хроники солнцесмотрителя-3 (стр. 22-24);
...Так что же мы едим и зачем? (стр. 13-14);
...Косметика, которая живёт (стр. 20);
...Вырежи и сохрани: белый и чёрный списки производителей (стр. 24);
...Советы о том, как избежать ГИП (стр. 23)

А также

...Рассуждения биодинамика о современной селекции (стр. 8);
...К истокам чувствам прикоснитесь... (стр. 26-28)

Ежеквартальная газета.
Следующий номер выйдет 1 декабря 2006 г.

Осень

Многие из нас стремятся жить в соответствии со своими любимыми ритмами. Это может быть гороскоп, прогноз благоприятных/неблагоприятных дней в дорогом журнале, ориентирование на фазы Луны или магнитные бури на Солнце, какие-то общественные (понедельник - день тяжёлый) или личные (встретишь белую собаку - к счастью) стереотипы. Почему-то без подобных ориентиров

ния и т. д.). И если звёздное небо, для которого наша Земля - лишь одна маленькая песчинка среди других, оказывает влияние (что доказано практикой) на рост и развитие растений, то почему оно должно игнорировать всё остальное, существующее на планете Земля? Вряд ли Космос выбирает, на кого ему повлиять: на растений, животных или человека. Он просто существует, а мы

Космический гороскоп на каждый день

многим из нас бывает трудно настроиться на определённый день, неделю, месяц или год. Всё время хочется знать, от нас ожидается. Хочется получить от мира совет, прежде чем отправиться за покупками или принять какое-либо важное решение.

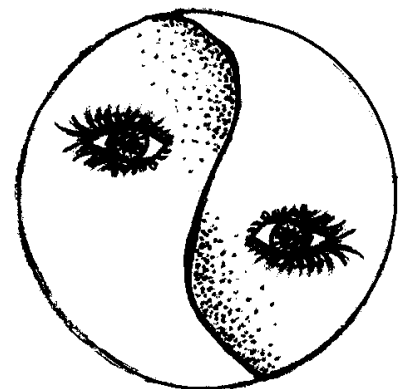
Что ж, если вы, покупая свежую газету, первым делом открываете последнюю страницу и просматриваете гороскоп в поисках обнадеживающего прогноза, то эта статья для вас. Здесь речь пойдёт о том же гороскопе, только построенном не на искусственном небе, расчленённом для удобства расчётов на равные участки по 30 градусов, а на реально существующем и оказывающем влияние на нашу повседневную жизнь.

В качестве практического гороскопа предлагаю вам открыть биодинамический календарь Марии Тун «Посевные дни». Не спешите удивляться, если вы дачник, или отмахиваться, если вы никакого отношения к земле не имеете. А просто порассуждайте вслух. Итак, мы имеем некий календарь благоприятных дней для посева и других сельскохозяйственных работ. Основан он на влиянии Луны и планет, находящихся в том или ином созвездии Зодиака, а также вступающих друг с другом в определённые отношения (соединения, противостоя-

как его частица каждодневно подвергается его воздействию.

Другое дело, что человек эволюционно на ступень выше тех же растений, и он изначально способен сам формировать свою реальность, не обращая внимания на затмения или солнечные бури. Но в наше время так уж получилось, что большинство людей ослаблены, и, чтобы противостоять Космосу, у них просто-напросто не хватает энергии. Поэтому они так или иначе испытывают на себе последствия переменны его настроения.

ОКОНЧАНИЕ НА СТР. 2



Космический гороскоп на каждый день

ОКОНЧАНИЕ. НАЧАЛО НА СТР. 1

Именно для этого мы и открыли календарь. Чтобы не вступать в борьбу со звёздами, а использовать их влияние себе во благо.

Первым делом мы обращаем внимание на прочерки напротив определённых дней. Это **НЕБЛАГОПРИЯТНЫЕ** дни для работы с растениями, а для нас они могут быть тоже не самыми лучшими. В это время мы, кроме того что не трогаем растения, не занимаемся никакими заготовками и стряпнёй. Обычно тесто поднимается плохо, пироги и булочки получаются плоские. Также мы стараемся не назначать в неблагоприятные дни никакие важные дела, встречи, требующие ясного ума и новых мыслей. Не планируем большие покупки. Не занимаемся ремонтом техники. Лучше всего, как мы выяснили для себя, — это сидеть дома и не высовываться, делая не особо значительные бытовые дела, которые практически не способны повлиять на нашу дальнейшую жизнь.

Настроение в такие дни бывает разным, но высока опасность ссор и конфликтов. Лучше никому ничего не доказывать и не настаивать на своём — а подумать об этом завтра, со свежими мыслями. И ни в коем случае не брать за решение сложных проблем. «Утро вечера мудренее» — эта пословица как раз для таких дней.

Дни **ЛИСТА** — это водные дни, они часто сопровождаются дождями. По старой традиции в такие дни мы моемся в бане и стираем. Также мы не занимаемся стряпнёй, заготовками, проблемами и прочими важными делами. В этот день лучше не делать никаких новых начинаний. Но зато, в отличие от неблагоприятного, он подходит для продолжения дела. Предположим, мы начали строить дом в более подходящий день, а в «лист» можем спокойно продолжать — хуже не будет. Также на нашем опыте мы убедились, что нужно быть внимательным и осторожным: может участиться травматизм — начиная от нечаянных порезов и ушибов и заканчивая тем, что можно невзначай уронить камень на ногу. Лучше избегать работы с инструментами: это один из тех дней, когда из рук всё валится.

Дни **КОРНЯ** по традиции серьёзные и практичные. Строить иллюзии и мечтать о прекрасном будущем — не самое подходящее время. Не назначайте романтических свиданий и путешествий с целью отдохнуть. Такие дни больше подходят для работы. Займитесь какой-либо деятельностью.

Лучше действовать руками, нежели головой. Причём обдумывать и рассуждать о том, как лучше осуществить тот или иной план, также не стоит. Корневые дни больше подходят для реализации того, что было обдумано раньше. Идите по проторенным дорожкам — так вы больше принесёте пользы себе и другим. Однако существует опасность, что своим чересчур практичным взглядом вы можете упустить кажущуюся на первый взгляд безумную идею, которая впоследствии может оказаться не такой и заоблачной. Поэтому будьте бдительны и делайте скидку на то, что приземлённый взгляд на вещи может преобладать. И соблюдайте меру: не уходите в работу с головой, умеете вовремя остановиться, иначе это негативно может сказаться на вашем настроении и самочувствии.

Дни **ЦВЕТКА**, как правило, противоположны корневым. В них, наоборот, лучше всего назначать лёгкие встречи вдвоём или в компании, отправляться на пляж или в небольшое путешествие — словом, отдыхать на всю катушку. Вспомните свои старые увлечения и, если есть возможность, с чистой совестью займитесь тем, что вам по душе. Время также хорошо подходит для праздников. В дни цветка мир может казаться лучше, и вся жизнь — лёгким порханием по ней. Удачно получаются заготовки, приготовление пищи и стряпня. Тесто прекрасно поднимается. Однако для деловых встреч и решения проблем это не самый подходящий день, ибо вы можете упустить какие-либо существенные детали. Хотя наметить основные тенденции для решения тех или иных вопросов очень даже можно, «цветок» этому благоприятствует.

Наиболее плодотворными и гармоничными по своему воздействию считаются дни **ПЛОДА**. В них можно делать всё: начиная от кухни и заканчивая выбором жизненного пути. Для деловых встреч это наиболее благоприятный день, также и для решения возникающих проблем. Просто активизируйте себя и подумайте некоторое время целенаправленно над мучающим вас вопросом. Или начните его обсуждать в компании. Вы увидите, выход нарисует сам, причём не один. Если вам нужно успеть сделать много дел за короткое время, смело выбирайте для этого день плода. Также эти дни благоприятны для любых новых начинаний, будь то закладка первого кирпича у будущей печки или, например, свадьба. Своим первым действием вы даёте импульс всему процессу, который может продолжаться и в другие дни. Противопоказаний в эти дни нет, так что цените их и не растрчивайте зря — звёзды вам будут только помогать.

Итак, гороскоп на каждый день перед вами, можете брать и пользоваться, добавляя при этом свой личный опыт, более подходящий для вас и вашей семьи. Но опять же, не забывайте про человеческий фактор! Если вы в плохом состоянии духа и вас всё раздражает, не ждите, чтобы дни плода или цветка, словно по мановению волшебной палочки, улучшили вам настроение и удачно провернули за вас все дела. И, наоборот, если у вас душа поёт и всё прекрасно, то не стоит переживать, что на дворе неблагоприятный день. Лично на вас он может и вовсе не отразиться. Ведь главное — чтобы жизнь была в радость, а уж в этом, поверьте, звёзды вам помех создавать не будут.

Ульяна Тужилина,
редактор газеты «Живая Земля»

Местная новость

Подарки лета

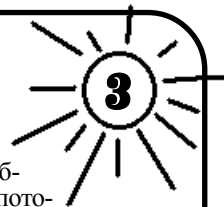
С 15 по 18 августа в Иркутском Сибэкспоцентре прошла летняя садоводческая ярмарка урожая, в которой участвовал и биодинамический клуб «Гармония». Садоводы-биодинамики представляли на суд посетителей самые разные продукты собственного приготовления и делились своими секретами со всеми желающими, открывая им бесконечные глубины тайн биодинамического земледелия и доводства.

Каждый мог попробовать и самые разные на вкус и цвет варенья, и необычные ценные напитки (например, старославянский напиток сурица), и выращенные биодинамически свежие овощи и ягоды. «На закуску» были

представлены малосольные огурчики с поместья Тужилиных, которые разошлись «на ура» уже на второй день ярмарки.

За более подробным комментарием о прошедшем мероприятии мы обратились к **Ларисе Тужилиной**:

— На этой ярмарке уже чувствуется тенденция развития биодинамики, органики, родовых поместий. Всё больше людей уже знают об этом, многие очень хорошо относятся к идеям медленного питания. Уже никого не шокируют такие вещи, как динамизация и опрыскивание препаратами. Те, кто пока не может понять биодинамику, идут в органику. Но и это хорошо, ведь это процесс единый, за оздоровление Земли, и мы приветствуем все направления.



Потепление или похолодание?

Природа на нашей планете словно встает с ног на голову, утверждают Лори Миллер из американского Национального управления по изучению и освоению океана и атмосферы (NOAA) и Брюс Дуглас из Лаборатории береговых исследований Флоридского университета. Течение Гольфстрим «мигрирует» к северу, что влечет за собой аномальное повышение температуры воды.

С каждым годом климат становится все жарче, из-за чего и поднимается уровень Мирового океана, указывают учёные. «Остановить этот процесс пока не представляется возможным, а последствия его могут оказаться катастрофическими», - подводят мрачный итог океанологи.

Уже через несколько десятилетий климат в Европе может стать значительно более холодным, что вызвано изменениями в направлении течений в Атлантическом океане, предупреждают британские исследователи. Они обнаружили, что за последние полвека течения в Атлантическом океане заметно изменили свой курс, в результате чего приток теплой воды в глубины холодной сократился на 30%.

Учёные из Национального океанографического центра обнаружили, что течения, образованные Гольфстримом – тёплым течением, омывающим Великобританию и Северную Европу, ослабевают, поэтому они призывают европейских политиков «готовиться скорее к похолоданию погоды, чем к ее потеплению». Это стало результатом 50-летних наблюдений за Атлантикой.

В Канаде и России, наоборот, кли-

мат смягчится, на какой-то период станет стремительно развиваться сельское хозяйство.

Главным и наиболее востребованным ресурсом XXI века в условиях изменения климата станет пригодная для проживания территория, обеспеченная лесами и питьевой водой. Как полагают учёные, в скором времени именно Россия станет таким местом. Если кончится нефть, её можно заменить альтернативными видами топлива. А чистую воду, леса, дающие кислород, необходимые территории и ресурсы для проживания минимум 2 миллиардов человек – всё это можно будет найти только в России.

По материалам сайта «Око планеты» (www.oko-planet.spb.ru)

Батарея на картофеле

Портлендский профессор Эймс Латтиер придумал необычную батарею, которая работает на картофеле и может обеспечить энергией небольшую аудиосистему. Учёный сконструировал такую батарею из 230 килограммов картофеля.

Всю систему он установил в грузовике и катался вокруг города, приглашая желающих послушать музыку и убедиться, что аудио работает действительно от обычной картошки. А также написал об изобретении на своем сайте. Батарея работает, вырабатывая электрический ток. В этом случае картофель обеспечивает наличие фосфорной кислоты, которая делает возможной химическую реакцию, вызывающую поток электронов от одного электрода к другому. В роли электродов выступают оцинкованные гвозди, воткнутые в каждую из картофелин, и медная проволока, которой, в свою очередь, обмотаны гвозди. Необязательно использовать картофель, подойдет любая кислая сре-

да, например, цитрусовые. Учёный выбрал картошку только потому, что она широко распространена и дешевая.

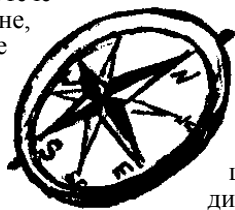
Каждая картофелина вырабатывает силу тока примерно 0,2 миллиампера и мощность 0,5 вт. Профессор соединил группы в несколько картофелин последовательно, чтобы увеличить напряжение, и затем соединил эти группы параллельно, чтобы увеличить силу тока. Вся 230-килограммовая батарея вырабатывает мощность приблизительно 5 вт и силу тока 4 миллиампера, чего хватает для работы аудио. Но есть картофель после использования его в батарее нельзя.

ГМ-продукты будут ярче

Как заявил мэр Москвы Юрий Лужков, выступая на международном конгрессе по аналитическим наукам в Российской академии наук, генномодифицированные продукты, продающиеся на рынках Москвы, будут маркированы специальными яркими наклейками. По словам мэра, принято решение, чтобы эти продукты обозначались яркими и большими значками. Лужков отметил, что будет установлен серьезный контроль за качеством генномодифицированной продукции. Мэр Москвы призвал специалистов по аналитической химии придать большое значение трем отраслям – промышленности, городскому хозяйству, питанию.

Он также сообщил, что в Москве работают 380 предприятий, для которых ориентирование на передовые научные разработки является важнейшим залогом их конкурентоспособности.

По материалам журнала «Экология и жизнь» (www.ecolife.ru)



Внимание, подписка!

Дорогие читатели!

В 2007 году подписка на газету «Живая Земля» продолжается. Как и в предыдущий раз, она будет проводиться непосредственно через редакцию (условия на обратной стороне купона). Стоимость подписки указана для граждан России; читателям из других государств следует обратиться заранее, чтобы мы могли просчитать сумму за пересылку. Оплатив перевод, Вы получаете в течение года четыре номера газеты «Живая Земля», начиная с весеннего. Чтобы сократить почтовые расходы, мы предлагаем вариант, когда вы подписываетесь на 3, 5, 10 или 20 экземпляров (себестоимость одной газеты в таком случае уменьшается).

Если Вы желаете подписаться на 2007 год, заполните и вырежьте купон, вышлите почтовым переводом подходящую сумму по адресу 664017 г. Иркутск, а/я 215 Тужилиной Ульяне Сергеевне (если сумма превышает 1000 руб., то можно перечислять деньги через банк (см. стр. 21), но для этого необходимо сообщить нам о перечислении), затем по этому же адресу отправьте купон вместе с квитанцией об оплате. Те, кто уже подписывался на газету «Живая Земля» в 2006 году, могут купон и квитанцию не отправлять (если не сменилось имя или адрес), а выслать только нужную сумму; тогда в графе электронного перевода «Сообщение» следует указать количество экземпляров и способ доставки.

Купоны и переводы принимаются с 1 октября 2006 года.

Итоги работы с капустой

Как вы помните, взялась я в этом году провести эксперимент с капустой по биодинамике. С самого начала всё делала по календарю «Посевные дни»: и посев, и пересадку, и подкормку. Не забывала обработать биодинамическими препаратами и чаями в нужные сроки. Успела даже собрать гусениц и заквасить, когда Луна в Раке. В общем, работу провернула немалую, и теперь вполне заслужила хороший результат.

Итак, первый свой урожай я сняла во второй половине августа. Небольшие плотные кочаны, чуть поеденные сверху гусеницей, красовались на моём обеденном столе. Днём раньше принесла сестра свой урожай поделиться – видно, думала, что у меня совсем всё плохо.

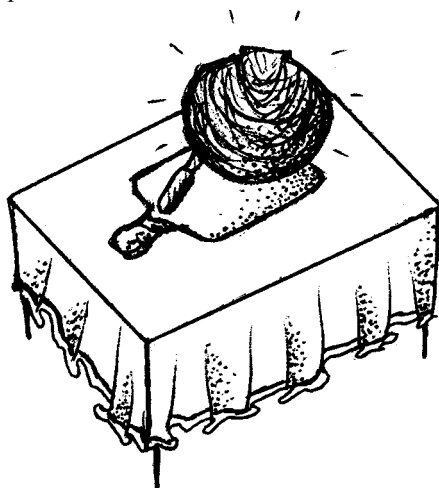
Вот лежит её капусточка и моя. На первый взгляд ничем не отличается: и размер тот же, и цвет. Но почему-то кажется мне, что моя лучше, живее что ли. Вроде бы такая же светло-зелёная, но как будто глубже у неё цвет. И радостнее что ли. Трудно выразить словами.

Взяла я тогда и разрешила напололам свой кочан и сестрин. Отрезала сначала кусочек своей и зажевала. Чувствую – какой-то новый у неё вкус. Вроде как забытый вкус из детства. Интересно, думаю, может это из-за сорта? Сестра говорила, что этот сорт ещё наша бабушка выращивала. Сама капуста мягче и нежнее, и аромат такой приятный.

Отрезала тогда я для сравнения от кочана сестры. Жую и думаю: вроде бы тоже не жёсткая, и вкус похожий... Но как будто чего-то не хватает! Как будто лишили его чего-то важного, что так нужно растениям! И тут меня осе-

нило: жизни! Да, именно жизни здесь не хватает! Ведь биодинамика наполняет почву, растения и заготовки жизненными силами, я помню это! Именно поэтому меня заинтересовала биодинамика: я захотела попробовать живые продукты вместо мёртвых!

Обрадованная таким открытием, я схватила свой кочан и побежала к сестре. Поделюсь и с ней своими мыслями!



Прибегаю, не в силах слово сказать, просто даю попробовать. Она берёт в рот, жуёт и смотрит на меня спокойно. «Хороший вкус, – говорит. – Только стоило ли столько усилий тратить, если моя такая же?» Я удивилась: «Твоя тоже вкусная, – говорю, – но разве ты не чувствуешь разницу? Не ощущаешь в моей аромат и жизнь?» Сестра попробовала ещё раз, сравнила со своей. И покачала головой: «Свой плод для хозяйки – всегда вкуснее», – говорит.

Я сникла и задумалась: а может, она и права. Свой плод всегда лучше и роднее, и всегда его ешь с большим удо-

вольствием, чем чужой. И потому он мне ароматнее кажется. Собралась я уходить. А кочан ей оставила – может, всё-таки распробует.

Прихожу домой, села и задумалась. Решила не отступать от биодинамики, а убрать мою капусту в конце сентября – октябре в день плода по биодинамическому календарю и оставить на хранение. Часть попробую посолить зимой в плодовой или цветочный день. Часть буду так есть – жаль, немного у меня её. Может, получится в следующем году свои семена вырастить. Ведь если каждый год работать, то вкус, наверное, будет всё улучшаться и улучшаться. И со временем разница будет действительно заметна.

Только я так подумала, как стучат в дверь. Смотрю – на пороге сестра с детишками. «Можно, – спрашивает, – ещё у тебя кочанчик взять?» Я удивлённо взглянула на неё и говорю: «Конечно, бери. Но...» Не успела я спросить, как она опередила меня ответом на немой вопрос. «Дети!» – развела она руками и показала на своих мальчишек, которые тянули ручки к моей капусте.

И тогда я поняла. Дети! Они же лучше нас чувствуют, где жизнь, а где нет, где вкус, а где подобие. А у сестры, видимо, уже притупилось вкусовое восприятие. Значит, действительно работа по биодинамике дала свой результат! Значит, не зря мои старания, не зря я взялась за это дело! И теперь я могу с чистой совестью советовать всем: берите, пробуйте, экспериментируйте. А если сомневаетесь – давайте пробовать детям! Они уж точно не подведут.

Анжелика Илинская, г. Томск

Купон подписки на газету «Живая земля» на 2007 год

ФИО: _____

Почтовый индекс и подробный адрес: _____

Способ доставки газеты:

простым письмом (опускается почтальоном в почтовый ящик) Для тех, у кого есть почтовый ящик, а/я или до востребования

заказным письмом (передается почтальоном лично в руки) Для тех, у кого нет почтового ящика

Количество экземпляров / Сумма

1 ⇨ 144 руб.
 3 ⇨ 340 руб.
 5 ⇨ 532 руб.

Количество экземпляров / Сумма

1 ⇨ 174 руб.
 3 ⇨ 372 руб.
 5 ⇨ 566 руб.
 10 ⇨ 1104 руб.
 20 ⇨ 2165 руб.

Внимание! Просьба писать разборчиво!

Подготовим почву с осени

Вот и осень стоит на пороге. А работы у земледельцев не убавляется. А в этом году, в связи с неблагоприятными погодными условиями, поздним севом, значительно задержалась и уборка урожая, переработка. И, следовательно, придётся за более короткое время провести подзимний посев и подготовить нашу почву к весенним работам на огороде, а плодовые деревья – к перезимовке и плодоношению.

Ещё до уборки биодинамические земледельцы, следуя советам Марии Тун, наметили план севооборота, чтобы растения наши были здоровыми, устойчивыми к болезням и вредителям (не было самоотравления). План севооборота напечатан в «Сибирской даче» №4 за 2006 г., а также в книге М. Тун «Результаты исследования констелляций».

Главная забота земледельцев – это почва. Почва должна быть гумусная, с рыхлой комковатой структурой, живая, с большим содержанием органики. На участках с песчаной почвой хорошо добавить немного глины, особенно для плодовых культур, и, конечно, не забыть о спелом биодинамическом компосте для оживления и плодородия почвы. На участках с глинистой почвой добавляется песок. Особенно на картофельное поле и на грядки, где выращивают корнеплоды.

Чтобы получить оптимальный урожай, необходимо хорошо потрудиться. Если почва живая, здоровая, структурная, плодородная, то и растения на ней будут расти здоровыми, питательными, полезными для человеческого организма и для животных.

В своих лекциях Мария Тун напоминала нам всегда, что древние люди относились к своей кормилице с благоговением. Они считали её матушкой для растений, а отцом для растений – Космос. И поэтому, учит она нас, мы должны так подготовить почву, чтобы она была достойна своего отца-Космоса. Ведь только живая, плодородная, богатая гумусом почва тонко чувствует и воспринимает импульсы, исходящие от планет и удалённых звёзд, и передаёт их растениям. А чтобы помочь растениям получить исходящие из Космоса благоприятные импульсы, мы применяем биодинамический календарь Марии Тун «Посевные дни».

РАБОТЫ С ПОЧВОЙ ОСЕНЬЮ.

Сразу же после уборки урожая почва должна быть перекопана, но только безотвально, без переворота слоёв. Таким образом на её поверхности сохраняется плодородный слой, а также микрофлора, для жизнедеятельности которой необходим кислород, так как

микробы аэробные. В пятидесятые годы прошлого столетия нас этому учил академик Терентий Мальцев. Он указал, что причиной потери почвами плодородия является отвальная перекопка. Он же предложил для работы с почвой плоскорезы, которые последние годы стали широко использоваться в земледелии.

Осенью сразу поле перекопки вносится на грядки огорода и теплиц биодинамический компост, зрелый, приготовленный с компостными препаратами. В это время земля делает вдох, и удобрение рыхлением смешивается с верхним слоем почвы. Затем во время нисходящей Луны («время посадки») почва опрыскивается два-три раза препаратом 500 – роговым навозом (динамизированным один час) в вечернее время. Если у вас есть жидкость от заквашивания личинок хитиновых жуков, то её перед динамизацией можно добавить в препарат 500 для борьбы с проволочником, бронзовкой. Затем почва ещё опрыскивается один-два раза фляденпрепаратом – бочковым компостом Марии Тун, динамизированным 20 минут. После каждого опрыскивания почва рыхлится, так как при движении она воспринимает космические импульсы. Но не рекомендуется рыхлить почву в неблагоприятное по календарю время. Уже через два-три года почва становится рыхлой, корни растений уходят глубоко, доставая на глубину влагу, питание. А сама почва, богатая гумусом, способна длительное время удерживать воду, больше её по объёму. Опрыскивание фляденпрепаратом проводят также на нисходящей Луне: когда больше активность почвенной флоры, он «оживляет» почву.

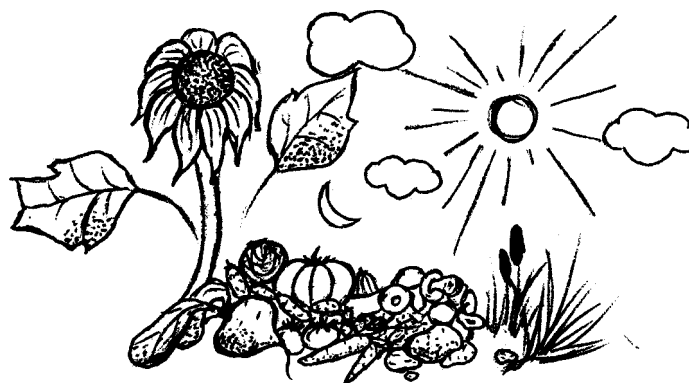
Такая тщательная подготовка является залогом хорошего урожая. Русские крестьяне никогда не искали способа повысить урожай «любой ценой». Также и биодинамические земледельцы заботятся о плодородии почвы и работают по принципу «не навреди».

Биодинамические земледельцы не оставляют почву голой, поэтому те грядки, на которых не был сделан подзимний посев, обязательно *мульчируют*. В теплице для выращивания томатов, на картофельном поле сеется озимая рожь. Она оздоравливает почву даже от нематоды. На другие грядки сеют быстрорастущие растения (сидераты): бобовые, крестоцветные. Подросшие, они оставляются под зиму как живая мульча или

срезаются и укрывают почву. Замульчировать почву можно также листьями, сеном. Органическая мульча частично заделывается в верхний слой почвы и служит питанием для почвенных микроорганизмов. Я осенью укрываю ягоды, подзимние посевы лапником.

В плодовом саду почва также слегка рыхлится, добавляется слой биодинамического компоста, и на зиму оставляют её задернённой, оставляют листья.

А вот сами плодовые деревья после снятия урожая, но до опадания листьев опрыскиваются препаратом 501 один раз после обеда для хорошей перезимовки и плодоношения на следующий год. А штамп дерева и нижние ветки биодинамики последние два года опрыскивают древесной пастой, предложенной Марией Тун. Паста является лечебной для деревьев, помогает им перезимовать даже в очень холодные зимы и плодоносить. Те са-

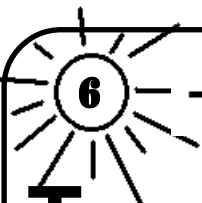


доводы, кто уже два года осенью опрыскивали деревья древесной пастой, высказываются о её очень благоприятном действии. Опрыскивание проводят трижды. На 50 г пасты берётся два пакета с фляденпрепаратом и динамизируется 20 минут в 5 л воды. У нас есть такая возможность позаботиться о здоровье наших плодовых деревьев, так как Тужилины готовят для нас и пасту, и фляденпрепарат.

Не забудьте также с осени подготовить почву для рассады, и весной вы не будете бегать в поисках хорошей плодородной земли. А опрыскав свою почву препаратом 508 полевым хвощом, будете сеять семена согласно биодинамическому календарю и вырастите хорошую крепкую рассаду, так как полевой хвощ предохраняет её от грибковых заболеваний.

Хорошо поработаете осенью, легко будет весной. Желаю успеха.

Людмила Ермакова,
руководитель секции БД
земледелия в клубе садоводов
«Надежда», г. Ангарск



Тысячелистник обыкновенный

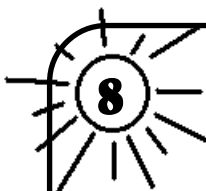
Название	Приготовление	Используется
Чай из тысячелистника	1 г сухих цветков тысячелистника залить 1 л кипятка, настоять 15-20 мин, добавить 9 л воды и перемешать	На томаты, зерновые, салат
Чай из тысячелистника-2	Готовится так же, как Чай из тысячелистника	На картофель
Чай из тысячелистника-3	Готовится так же, как Чай из тысячелистника	На виноград, капусту, цветную капусту, паслёновые, бахчевые, тыквенные, бобовые, лук, морковь, плодовые деревья и ягодные кустарники, кресс-салат, кольраби
Чай из тысячелистника-4	Готовится так же, как Чай из тысячелистника	На семенники
Жижа	Цветки кладутся в деревянную или другую ёмкость, заливаются водой и настаиваются (срок и концентрацию можно регулировать по своему усмотрению)	На цветную капусту
Препарат из тысячелистника 502	Подсушенные цветки тысячелистника смачивают раствором чая, приготовленного из его же растений, помещают в мочевого пузырь оленя, подвешивают весной на солнечном месте, осенью пузырь помещают в яму, следующей весной вытаскивают	В составе других препаратов, используется при приготовлении компоста
Чай для питья	Щепотку сухих цветков тысячелистника бросить в заварник, залить кипятком.	Для человека

При использовании таблицы необходимо



Achillea Millefolium

Действие	Время	Результат
Опрыскивание	День «плода» (у зерновых и салата после развития второго листа, у томатов до цветения)	Увеличивает размер плодов, количество завязей, длину растения, улучшает здоровье и репродукцию
Опрыскивание	Вечером в день «листа»	Профилактика фитофторы
	Каждый «корень» примерно раз в 9 дней утром	Общеукрепляющий эффект (последовательность чаёв: тысячелистник – ромашка – одуванчик – крапива)
Опрыскивание	Утро, в соответствующий каждой культуре день (только виноград в цветок)	Стимулирует цветение, рост, образование плодов и семян
Опрыскивание	В день «плода» после опрыскиваний роговым кремнием	Способствует лучшему образованию семени (через 8-10 дней в «плод» опрыскать чаем из коры дуба, затем чаем из валерьяны)
Полив	День «листа»	В холодное лето стимулирует рост, способствует ускоренному образованию завязей
		Прекрасное компостное удобрение, приводит серу в правильное соотношение с другими субстанциями, благотворно влияет на калийные процессы в почве
Пить	Утром, вместо кофе	Быстро приводит все части тела в бодрое состояние, помогает при кашле



О тысячелистнике

Это растение, которое распространено достаточно широко. И вряд ли найдётся человек, которому слово «тысячелистник» ни о чём не говорит.

Тысяче – листник. Не нужно быть великим мудрецом, чтобы догадаться, что растение состоит из тысячи разветвлённых ажурных листочков, которые простираются во все стороны. В Сибири тысячелистник распространён на лугах, особенно на пастбищах. Ему всё нипочём: он выдерживает интенсивные нагрузки после выпаса скота. У тысячелистника много видовых названий.

У нас же встречается в большей степени азиатский, который растёт в больших количествах, остальные виды встречаются единично. Тысячелистник обычен, и мы привыкли к этому растению, как всегда обращая внимание на его внешнюю сторону. А Рудольф Штайнер в «Сельскохозяйственном курсе» раскрывает суть этого растения. Это совсем особое чудесное создание. Оно оказывает чрезвычайно благотворное действие уже тогда, когда растёт в какой-либо местности в диком виде, по краям пахотных полей или у дорог, где возделываются зерновые культуры, картофель или какие-либо иные виды растений.



Не следует искоренять тысячелистник. Разумеется, нужно предотвращать его разрастание там, где он может мешать другим. Тысячелистник действует так, как некоторые симпатичные люди действуют в обществе: одним своим присутствием, а не разговором. Так и тысячелистник: в местности, где его много, уже одним своим присутствием действует чрезвычайно благотворно.

Далее Рудольф Штайнер подчёркивает особую связь серы с калием в тысячелистнике. Ни в каком ином растении духи природы не доводят до такого совершенства употребление серы, как в тысячелистнике.

Если вы познакомитесь с действием этого растения в организме животных и человека, то можете узнать, что он исправляет нарушения, происходящие от слабости астрального тела. Нужно хорошо уяснить, что в тысячелистнике – гомеопатически малое содержание серы, которое образцовым образом связывается с калием, и это соединение превосходно действует в самом растении. Но не только в самом растении. Оно оказывается способным распространить его излучение дальше, на очень большие массы вещества. То есть сера способна притягивать нужные растению вещества и вводить их в органический процесс. Так в ромашке она

притягивает кальций, а в крапиве железо. Сера – вещество, которое повсюду духовное ставит на первое место.

Интересно, что в остове растения после применения препарата 502 оживляется действие калия. А соли калия и вообще калий содействуют преимущественно росту тех частей растений, где образуется ствол, твёрдый оств. Содержание калия укрепляет твёрдые части растений.

Из тысячелистника готовится препарат 502. Для этого в начале лета мы прибаваем на заборе палку с перекладиной. Место должно хорошо освещаться солнышком. Затем берём мочевой пузырь благородного оленя (изюбря), помещаем туда цветы тысячелистника, которые мы собрали в плодовой день при солнце во Льве, и подвешиваем на перекладину. В таком виде наш мочевой пузырь в течение всего лета всасывает верхнесолнечные планетные силы. На зиму мы снимаем пузырь и закапываем в землю не очень глубоко. Здесь вступают в действие силы, которые зимой действуют в подземных кристаллических процессах. В мае мы достаём готовый препарат 502 из земли. Препарат имеет исключительную излучающую силу. Она действует оживляюще, освежающе, устраняет последствия хищнической обработки почвы. Земля оживляется настолько, что вещества, исходящие из далей Космоса в тонкой гомеопатической дозировке, как окись кремния, свинец и так далее, нисходят на землю. Наши растения получают препарат 502 в преобразованном виде в качестве энергии, в виде направленных сил через биодинамический компост.

Лариса Тужилина

По материалам Р. Штайнера

«Сельскохозяйственный курс»,

Б. Ливехуда «Действия планет и

жизненные процессы в человеке и земле»

Краткие сведения работ с некоторыми культурами по календарю М. Тун «Посевные дни» на сентябрь, октябрь 2006 г. для Сибирского региона *

	Морковь	Капуста засолочная	Томаты, горох	Картофель	Гладиолусы	Плодовые деревья и ягодные кустарники
Опрыскивание 501 в «цветок»	Сент.: 6 с 22, 7 до 3 и с 20 до 22 (после обеда за 2-3 нед. до уборки)	Сент.: 6 с 22, 7 до 3 и с 20 до 22, 15 с 11 до 18 (после обеда за 2-3 нед. до уборки)				(Подробнее о работах в саду см. статью на стр. 5)
Сбор на хранение и переработка	Сент., окт.: корневые дни	Сент., окт.: плодовые или цветочные дни	Сент., окт.: плодовые дни	Сент., окт.: корневые дни	Сент., окт.: (срезка) цветочные дни	Сент., окт.: плодовые дни

* Для других регионов сдвигаются только сроки начала осени. Последовательность выполнения работ остаётся той же самой.

Более подробную информацию по работе с той или иной культурой можно найти в биодинамической литературе: календарях «Посевные дни», книгах М. Тун и С. Тужилина.

БЛАГОПРИЯТНЫЕ ДНИ

по календарю М. Тун «Посевные дни» для посева и других работ

ВНИМАНИЕ!

Участились случаи публикации ошибочных сведений под заголовком «Биодинамический календарь М. Тун «Посевные дни». Будьте внимательны и знайте, что в нашей газете Вы найдёте данные с первоисточника.

Время иркутское (московское + 5 часов)
Переход на зимнее время (с 29 октября) учитывается

	ЛИСТ	ПЛОД	КОРЕНЬ	ЦВЕТОК	ВРЕМЯ ПОСАДКИ
СЕНТЯБРЬ	2 до 19 9 с 8 10 17 с 17 18 19 до 8 27 с 17 28 29 30 до 3	2 с 20 3 до 8 11 с 1 12 до 17 19 с 9 20 до 4 21 с 13 до 17 22 с 2 до 7 30 с 4	5 с 20 6 до 21 12 с 18 13 14 15 до 10 23 24 25 26 до 4	6 с 22 7 до 3 и с 20 до 22 15 с 11 до 18 26 27 до 16	1 с 00 – 2 до 8 17 с 17 –
ОКТАБРЬ	6 с 1 до 4 7 с 9 8 до 12 14 с 22 15 16 до 15 24 с 23 25 26 27 до 9	1 8 с 13 9 10 до 3 16 с 16 17 18 19 до 14 27 с 10 28 29 до 14	2 с 9 3 4 до 23 10 с 4 11 до 1 и с 12 12 до 17 14 с 5 до 14 19 с 20 20 21 22 23 до 10 30 31 до 15	5 11 с 2 до 11 12 с 18 13 14 до 4 23 с 11 24 до 22 31 с 17	12 с 20 – 27 до 8
НОЯБРЬ	2 с 18 3 до 7 11 с 5 12 до 21 21 с 4 22 до 17 29 с 23 30	5 6 до 13 12 с 22 13 14 до 17 15 до 19 24 с 8 25 до 20	6 с 14 7 8 до 14 16 с 12 17 18 19 до 16 25 с 21 26 27 до 21	1 до 14 и с 19 2 до 15 3 до 21 8 с 15 до 23 10 с 8 11 до 4 16 до 11 19 20 21 до 3 22 с 18 до 22 27 с 22 28 до 21 29 с 2 до 16	10 с 7 – 22 до 22

Соответствие культур дням их посева и основным работам

Дни «корня» – редис, морковь, свёкла, редька, картофель, лук на головку, брюква, сельдерей, козелец и др.

Дни «листа» – все виды капусты (кроме брокколи), лук на зелень, салаты, шпинат, укроп, петрушка, спаржа, листовая зелень и кормовые растения.

Дни «цветка» – цветочные растения, брокколи.

Дни «плода» – огурцы, томаты, перцы, баклажаны, кабачки, тыквы, патиссоны, арбузы, дыни, фасоль, горох, чечевица, соя, кукуруза, масличные культуры, яровые и озимые злаки и др.

РАССУЖДЕНИЕ В ИОДИНАМИКА О СОВРЕМЕННОЙ СЕЛЕКЦИИ

Отрывки из письма

Меня зовут Марк Кристенсен, и я бухгалтер из г. Вангануи, Новая Зеландия. Моей страстью в течение многих лет является выращивание фруктовых деревьев с наследуемыми признаками, особенно яблонь. В 2003 г. я начал исследовательский проект, чтобы найти разновидности яблок с высоким содержанием отдельных веществ (особенно флавоноидов кверцетина и процианидов), которые могут подавлять рост раковых клеток. Другими словами, чтобы найти антираковые яблоки, которые люди могут вырастить в своих садах, чтобы поддерживать семейное здоровье.

Эта работа включала химический анализ около 180 разновидностей яблок. Но меня заинтересовал другой аспект. Я выбрал ещё и другие сорта яблок, которые пока не проверялись, но были либо более старыми разновидностями, либо сеянцами.

Сравнение этих старых сортов и сеянцевых с современными скрещенными видами было драматическим. Другими словами, иногда в процессах скрещивания встречалось уменьшение уровня веществ (и поэтому питательной ценности) этих современных сортов. Я своё внимание уделял яблокам, но очевидно, это касалось и всех коммерчески скрещиваемых фруктов и овощей.

Беседуя с учёными в Новой Зеландии, я надеялся, что они осознают, что происходит, но не все полностью понимают, как это можно изменить. Они верят, что это идёт повсеместно, поскольку селекционеры концентрируют свои усилия по скрещиванию на внешнем виде, удобном сборе, хранении и т. п., а не на вкусе (который является сам индикатором питательной ценности). Они верят, что всем им необходимо сфокусироваться на питательной ценности как главном критерии, тогда всё придёт в норму.

Хотя этот ответ предельно ясен, я думаю, что существует другой путь для понимания этого: он заключается в рассмотрении общей концептуальной точки зрения.

Р. Штайнер сказал: «Мы находимся в очень реальном мире, который видим. Что мы спрашиваем, то и получаем. Мы являемся со-создателями в формировании/трансформировании реальности, в которой обита-

ем». Это также и моя реальность, которую я встречаю в скрещивании яблонь.

Что нам говорит история?

Обратимся назад, в ту точку времени, когда скрещивание было успешным, и к людям, кто олицетворял процессы селекции. Для меня такой индивидуальностью был Лютер Бербанк. Он умер в 1924 году и оставил после себя огромное число сортов и разновидностей растений, которыми занимался в течение жизни.

Л. Бербанк описывается как маг растений, гений в своей области. Если мы предположим, что он был удачлив в деле скрещивания высококачественных фруктов (высокое качество относится к питательным и медицинским качествам), мы можем затем в качестве исходной позиции посмотреть на его личность и методы и начать делать сравнение с современными селекционерами растений.

Джон Беати в книге «Маг растений Лютер Бербанк» пишет: «Бербанк был первым человеком, который посвящал всё своё время созданию новых растений; и он ушёл в производстве новых полезных разновидностей фруктов, цветов, деревьев, овощей и винограда намного дальше, чем кто-либо другой. Он демонстрировал способности природы давать человечеству новые продукты в почти бесконечном разнообразии и разработал метод помощи природе создавать новые растения быстрее, чем она сама». Беати говорит о том, что «Лютер всю свою жизнь следовал совету одного банкира и никогда не позволял господствовать в нём желанию получить деньги, чтобы изменить своей цели таким путем. Его первым желанием было получать новые растения, которые могут принести пользу последующим поколениям».

Позвольте сделать смелое предположение: человек существует здесь по той причине, чтобы достичь когда-нибудь намеченной цели в своей жизни. Поэтому принципы и путь, которым вы себя ведёте, которым вы живёте вашу жизнь, являются важными для достижения вашей цели. Мы можем это увидеть, когда смотрим на жизнь Лютера Бербанка, в которой он намеревался достичь своей цели путём, коим он шёл свою жизнь, и задачами, что он фактически выполнил.

Если существует цель жизни, она должна стать заметной, по крайней мере, частично, во всех действиях, в которые включается человек. Эта концептуальная точка зрения будет очень трудна для понимания многих людей, но она была бы более понятной и полезной, если бы мы

приравнивались по интеллекту с А. Эйнштейном. «Эйнштейн мыслил в другом измерении, неизвестном и практически незнакомом для многих из нас. Большинство из нас случайно оцениваются нашими чувствами, так что для среднего обывателя теории Эйнштейна являются сумасшедшими: пространство кривое; короткое расстояние между двумя точками не является прямой линией; вселенная конечна, но безгранична; параллельные линии определённо встречаются; световые лучи кривые; время относительно и не может быть измерено одинаковым путём где-либо; мера длины меняется со скоростью; вселенная цилиндрическая вместо сферической; тело в движении будет одинаково в размере, но увеличится в форме; и 4-е измерение – время – дополняется к исходным трем длины, высоты и ширины».

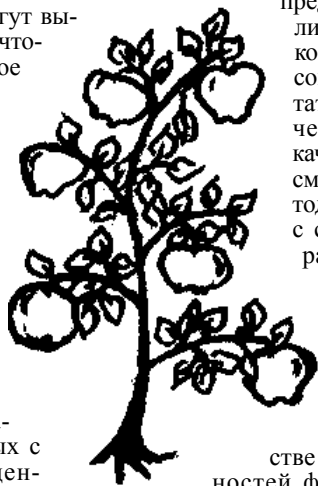
Чтобы достичь такого уровня знаний, надо сдвинуть фокус от чистого созерцания и технических аспектов и посмотреть многомерным взглядом в направлении получения более глубокого понимания.

Цель, намерение, методология

В попытке использовать этот многомерный взгляд есть три аспекта, вовлечённых в одну определённую функцию, включая скрещивание растений, – это цель, намерение и методология. Цель и намерение очень взаимосвязаны. Просто укажем так: ваша цель могла быть описана как следующая по пути, который вы вознамерились сделать своим открытием. Этот путь в случае с Лютером Бербанком заключался в эксперименте с различными разновидностями и селекцией растений, чтобы найти самые лучшие варианты. Его намерение заключалось в скрещивании лучших растений, которые были нужны для пользы человечества. Согласно нашим предположениям и впечатляющим историческим записям его жизненной работы, Лютер Бербанк, похоже, достиг того, чего он намеревался достигнуть.

А что же является целью современных селекционеров яблонь? Чего они пытаются достичь? В Новой Зеландии наши правительственные исследовательские организации опустились до конкурирующих прибыльных центров, институций, которые должны соперничать друг с другом по поиску своих проектов. Каждая институция также должна быть прибыльна, и это требование доводится до каждого отдельного учёного, который должен давать уровень дохода, чтобы оправдать свою позицию и продолжительную занятость.

ПРОДОЛЖЕНИЕ НА СТР. 11



Рассуждение биодинамика о современной селекции

ПРОДОЛЖЕНИЕ. НАЧАЛО НА СТР. 10

Естественно, это означает, что чистая наука, которая могла бы быть дана «для пользы человечества», ставится на одну доску с коммерческой работой для промышленности, которая имеет определённый результат прибыли и махрового рационализма. Следовательно, сорта яблок скрещиваются для того, чтобы они хорошо продавались, например, на международном рынке, и давали возврат средств для садоводов, торговой индустрии и, возможно, возвращали грантовую оплату работы, поддерживая исследовательские станции.

Если мы сформулируем здесь «закон» – «мы можем достичь только того, что намереваемся достигнуть», то из этого следует, что, если вы делаете ставку на скрещивание яблонь, которые будут хорошо продаваться и давать прибыль для кого-либо или в какой-либо форме, это – всё, чего вы достигнете. Вы не создадите сорта высокого оздоровительного уровня, поскольку это не будет вашей первичной целью.

Важно выяснить вашу первичную цель и попытаться достичь того, что вы хотите достичь, поскольку это будет всё, чего вы сможете достичь. Если кто-то лично хочет скрестить и вырастить здоровые сорта яблок, это должно быть первичной целью этого индивидуального селекционера. Из этого следует, что если институции (или правительство) хотят достичь этого, они должны изменить параметры так, чтобы они могли быть достаточно обоснованы, чтобы позволить учёным концентрироваться на чистой науке для народного блага. Такие изменения могут предстать условия, необходимые для скрещивателей растений (учёных), чтобы работать без неблагоприятного влияния рыночной конъюнктуры. Это до сих пор делается лишь отдельными учёными, которые работают с правильными целями (внутри своей души), чтобы достичь своего желаемого намерения.

Намерение

В своей простой форме отдельное намерение – это то, что может быть позитивным или негативным. Намерение Лютера Бербанка о производстве «новых растений для пользы человечеству» было некоторым образом позитивным. Позитивное намерение (или мотивация) будет давать позитивный результат в определённой форме. Если бы его намерение было сделать как можно больше денег от скрещивания растений, или если бы он это делал для получения внимания к себе и известности, и затем, если мы интерпретируем это как негативные намерения, из этого следует, что это привело бы к негативному результату, снова в определённой форме. Вполне

возможно, что это выразилось бы в уменьшении уровней веществ в конечных фруктах, не так ли?

Когда я собирал первый раз истории от садоводов в 2003 году, я запомнил одного 90-летнего джентльмена, который выращивал яблочные семечки много лет ранее, а деревья, которые мы проверили у него в ходе работы, выросли из сорта Ред Делишес. Яблоки с этого сеянцевое дерева имели самый высокий уровень некоторых веществ, чем сам Ред Делишес. Что-то произошло, посредством чего потомство оказалось лучше, чем родитель. Этот человек никогда не заявлял себя как селекционер, он просто выращивал семена. Выяснилось, что причина, по которой он выращивал семена, была той, что он хотел вырастить фруктовые деревья для питания собственной семьи, ибо в молодости он не мог себе позволить покупать коммерчески выращиваемые фруктовые деревья, так что он стал их выращивать сам.

При изучении этих данных я понял, что есть кое-что больше, чем генетический состав родителей, которые вносили вклад в этот результат, что цель и намерение того человека, кто высевал сеянец, были важнее и имели влияние на результат. Я понял, что «намерение предшествует действию (или цели), которое влияет на результат». Об этом можно думать как о механизме или законе, который действует. Этот закон может проявиться как часть природного Закона Причины и Следствия, известного тысячи лет на Востоке как закон Кармы. Этот закон охватывает понимание, что «для каждого действия существует равная или противоположная реакция», что каждая личность может работать с любым улучшением мира, в котором она живет или создаёт негатив. Если личность будет не в состоянии изучать или получать духовные импульсы и в результате заставляет происходить в себе или в другом человеке отрицательной ситуации, то это – то, что несёт в себе долг, часто упоминаемый как «кармический долг». Он, возможно, приводит в движение цепь событий, которые стимулируют увеличение контроля. Если личность позволяет своим эмоциям контролировать свою жизнь (и, что самое важное, негативным) таким как жадность, ревность или зависть, тогда их кармический долг увеличивается.

Если мы применим теорию А. Эйнштейна о том, что пространство искривляется, затем можно логически вывести то, что пространство конечно. Поскольку свет искривляется благодаря галактическим гравитационным полям, только это идёт так, что свет, скажем, свето-

вой луч от звезды, в конечном счете возвращается к точке, из которой он начал путь. Это – теория Эйнштейна, что всё должно прийти снова, подобно образцовому поезду.

Если мы можем извлечь из теории Эйнштейна, что выпущенный свет должен в конечном счете возвратиться обратно в точку, в которой это произошло, то точно так же личность может возвращаться к себе в ту же самую точку в будущем. Теория Причины и Следствия продолжает эту мысль, что только преодолением негативных эмоций личность может поменять места причины и следствия.

Они могут вернуться (в последующих жизнях) в ситуации, где однажды снова они возьмут противоположность для преодоления этих эмоций, так что душа может достичь духовной зрелости и поэтому эволюционирует на более высокой уровень сознательности.

Реинкарнация – это вера, что душа или индивидуальный дух не прерывает существовать с физической смертью, но продолжает существовать на другом плане жизни (и временном измерении) и может реинкарнировать однажды в физическое тело на земном плане, чтобы продолжать изучать уроки, которые будут приводить его к эволюции души.

Сегодня мы на Западе не настолько знакомы с этим законом, как наши оппоненты на Востоке, но исторически интересно знать, что «Книга реинкарнации» была важной частью Библии до VI века нашей эры, когда затем император Юстиниан предложил удалить все пассажи из Библии, связанные с реинкарнацией. Если бы этого не случилось, мы все имели бы лучшее понимание этой концепции. Главное, что я хотел бы сказать здесь, является понимание («Причины и следствия», связанных с реинкарнацией) того, что было в течение очень долгого времени и осталось уже существующим.

Нашей второй серией опытов были химические анализы, подтверждающие очевидность дальнейших выводов. Особенно заметны были результаты от сортов яблок Невиль Синклер. Этот селекционер-любитель произвёл 7 или 8 выдающихся разновидностей, учитывая химические анализы плодов. Невиль в отношении навязчивой идеи получения сладких фруктов современными селекционерами сказал: «У меня складывается мнение, что сладость это не всё. Фруктовый сахар не является заменой дающим здоровье веществам, наполняющим любое яблоко.

ОКОНЧАНИЕ НА СТР. 12



Рассуждение биодинамика о современной селекции

ОКОНЧАНИЕ. НАЧАЛО НА СТР. 10-11

И я поставил на то, что лучший вкус старых сортов яблок находится в прямой корреляции с богатством химизма, которое они содержат». Невиль пошёл ещё дальше: «Также как с растущим картофелем из семян, растущие яблони из семян являются волнующим объяснением самой жизни. В наше время в увеличивающемся монокультурном мире мы можем испровергнуть эти ужасные тенденции и работать с силами, которые открываются, чтобы выразить себя через разноеобразие».

Получаются сходные чувства с целью и намерением Лютера Бербанка, который работал с природой, а не против неё, работал позитивным путём и достигал позитивного результата.

Часто мы видим многие свободно растущие сеянцы яблонь, некоторые из них могут расти без какого-либо выраженного намерения человека. Могут ли эти не смешанные ни с чем разновидности быть сильнее сортовых культур? Или они, возможно, отобраны из многих ядер яблок, которые были брошены из автомобильных окон, с мимолетным положительным словом или мыслью создать яблоню, которая будет расти и приносить плоды для будущих прохожих, чтобы наслаждаться ей?

Эта точка зрения соответствует идее работы японского учёного Масару Эмото. Он открыл, что просто замороженная вода и поставленная под микроскоп может показать качество в форме кристаллов. Он затем пришёл к открытию, что человек может повлиять на форму кристалла положительно и отрицательно посредством слов и мыслей. «Картинки в воде показывают впечатляюще, как реальна сила наших мыслей». Эмото приклеил ярлык со словами «Благодарю вас» на японском языке на бутылку с дистиллированной водой и «Вы дурак» на другую бутылку. Он заморозил их на ночь и утром посмотрел кристаллы. Информация была разной. Он проверил ещё раз. Вода из бутылки «Благодарю Вас» показывала замечательную кристаллическую форму, тогда как «Вы дурак» показала только хаос.

Выражение намерения этих слов должно влиять на воду. Это – не какой-то квантовый скачок, чтобы полагать, что мысли относительно мотивации или намерения кого-либо, выращающего семечко яблока или опыляющего цветки, могли бы также иметь влияние на задействованное растение.

Чтобы иметь влияние посредством мыслей селекционера на растение, с тем чтобы растение могло быть восприимчивым, должны иметься некоторые формы познавательного процесса (хотя и примитивного). В действительности это подразумевало бы, что здесь должны быть жизненные силы. В 1966 г. Клив Бакстер, амери-

канский экзаменатор детектора лжи, решил подключить электроды одного из приборов к листьям драцены (тропического растения). Он подумал о том, что, возможно, листья сгорят. В этот момент он представил картинку пламени в своих мыслях, и, прежде чем пойти посмотреть, что там происходит, вдруг увидел, что в самописце произошло драматическое изменение в движущейся структуре на графике в форме длинного восходящего блока. Бакстер не двигался ни по отношению к растению, ни по отношению к записывающему устройству. Может быть, растение прочитало его мысли?

Чтобы открыть, что растение может чувствовать или ощущать, Бакстер расширил свой офис и поставил вопрос о создании научной лаборатории. В течение следующих нескольких месяцев диаграмма за диаграммой были получены результаты от всех видов растений. Явление сохранялось, даже если лист был отделён от растения или если он был обрезан до размеров электрода; удивительно, даже если листья растений были изрезаны и вновь присоединены к электродам от растений, поверхность всё равно реагировала на диаграмме. Растения реагировали не только на попытки человеческих существ, но и даже на внезапные появления собаки в комнате или человека, кто им не люб. В другой серии наблюдений Бакстер записал, что особый вид взаимодействия является между растением и тем, кто с ним контактирует, хотя они даже не близки. С использованием синхронизированного прибора он был способен записать, что его растения продолжают реагировать на его мысли и внимание из соседней комнаты, из холла внизу, даже их некоторых домов поблизости («Пять секретов жизни растений» П. Томпкинс и К. Берд).

То, что Клив Бакстер открыл, было лишь переоткрытием (и что было повторено через университеты учёными и исследователями в 60-70 гг.) и было пониманием, что почти все древние примитивные культуры знали и использовали на практике то, что деревья и травы имеют жизненные силы. В Новой Зеландии, например, народ маори клал различные вещи вокруг дерева, которое нужно спилить на постройку каноэ или строительство хижин. Они всегда могли связаться с деревом зараннее. Сходным образом я слышал истории от лесников во Франции, кто практиковал аналогичную подготовку. Каждый исходит из древнего понимания, что деревья (аналогично и в отношении человека) имеют жизненные силы, и что требуется информировать деревья о своих намерениях за некоторое время (3 дня), чтобы сущность дерева могла забрать свои эфирные силы, эфирные эссенции из тела дерева. При этом шок не получается при спиливании.

По существу там уже есть понимание трёх этих аспектов: мотивации че-

ловека, выраженной через его намерение, и цели, проговоренной, возможно, в мысленной форме, имеющей влияние как на своих собратьев, так и на жизнь растений. Мы можем выбрать как независимую от Природы работу с её элементами и игнорировать её саму – или мы можем выбрать благодарить её и работать с ней.

Третьим аспектом в такой области, как скрещивание растений, является методология. Коммерческий селекционер растений хочет поддерживать тотальный контроль над процессом, чтобы выбрать как родителя, так и сделать каждый гибрид самому. Мы можем видеть пример Невиль Синклера, который позволил природе играть свою роль в процессе выбора одного родителя, имея очень хорошие результаты. Лютер Бербанк с другой стороны мог контролировать оба аспекта во многих случаях. Так что ответ не может лежать в методологии как причины того, что каждый человек пытается делать.

Альберт Эйнштейн никогда не воспринимал случайность квантовой теории: «Бог не играет в кости». Он мог осмыслить, какая была причина для каждого явления, даже если это выглядело полностью случайным. Так мы просто испытываем недостаток многомерного взгляда, который способствует нам видеть все факторы в игре, влияя на отдельный результат. Он потратил много лет своей жизни, пытаясь вычислить посредством математики все теории, которые могли бы объяснить смысл жизни.

Тем не менее, если мы фокусируемся на скрещивании яблонь и получении здорового питания из предыдущего поколения разновидностей яблонь, мы должны найти ответы, насколько это возможно, и уточнить происходящие процессы.

Если мы хотим взять это за основу, то, поняв необходимость изучения этого, можем хорошо помогать себе и другим во всех аспектах своей жизни. Мы каждый работаем для организации и, без сомнения, делаем лучше то, что мы можем в пределах нашей собственной страны. Мы живём и работаем в очень конкурентной среде. Что может произойти, если вместо ставки на конкуренцию между сходными организациями в различных странах мы начнём рассматривать ситуацию шире, с позиции мирового взгляда? Мы все живём на этой планете, мы действуем сейчас как одно большое сообщество. Если мы начнём работать вместе или, по крайней мере, работать для общего блага человечества на планете, чего сможем мы достичь? Если мы начнём работать с чистейшими помыслами (намерениями), то, подумайте, чего мы добьёмся?

Пер. с англ. С. Тужилин

ТАК ЧТО ЖЕ МЫ ЕДИМ И ЗАЧЕМ?

Настал день, когда можно прямоком взяться и за наше с вами питание. Взяться в смысле рубрики «Хочу на свободу», хотя понятие свободы почему-то у нас стало ассоциироваться только с экономической свободой, т. е. с наличием или отсутствием денег в кошельке. А поскольку денег никогда не бывает много, каким бы мультилиардером ты ни был, то, следовательно, мы все в данный момент – рабы, люди несвободные и зависимые от необходимости зарабатывать эти самые деньги, чтобы освободиться... от них?!

Какой-то замкнутый круг, но в общем это уже другая тема, а здесь мы говорим о питании. Вопрос сегодняшнего «освобождения» заключается в том, что мы в плане питания находимся в «тюрьме» и полностью зависим от своих «тюремщиков», но всё равно хотим освободиться, «выйти на волю». В какой-то степени мысли, озвученные здесь, являются дальнейшим развитием идей, изложенных в моей книге «Питание почвы, растений, человека». Решение написать об этом возникло летом, когда изголодавшийся по теплему солнышку городской народец стал оголять свои белесые телеса в желании получить порции солнечного витамина и приобрести шоколадный загар, как у бразильских красоток или как у Шварценегера. Я обратил внимание на то, как заметно изменился за год наш народ, как много появилось полноватых, толстых, аморфных тел и почти не осталось тех, у кого не торчит, извините, пузо из-под рубашки. Причем различия нет – мужчины это или женщины, молодые или «в возрасте». В голове возник вопрос: «А почему?» – и некоторое время оставался без ответа. Но на любой висящий в подсознании вопрос через некоторое время всегда находится ответ, если его не проспать и не просмотреть. Так и в этом случае. Я не беспокоился и через некоторое время получил ответ, который и выношу на ваш суд в виде определенного мнения.

Конечно, наш мир взаимосвязан по различным направлениям, параметрам и отраслям, и невозможно отделить питание человека от необходимости зарабатывания денег, чтобы это пропитание себе купить. Больше зарабатываешь денег – имеешь больший выбор в разнообразии, количестве и качестве продуктов. Меньше зарабатываешь – всё равно надо питаться и тратить определенную, большую часть заработанного на продукты питания. Если посмотреть с другой стороны, со стороны того, кто продаёт эти продукты, то понимаешь,

что это тоже такие же люди, которым также необходимы деньги, чтобы быть свободными и чтобы питаться. Поскольку эти люди делают свой бизнес на том, чем вы питаетесь, они кровно заинтересованы в том, чтобы продать вам как можно больше продовольствия. Но вот настает момент, когда рынок насыщен всем, что душа пожелает, и в количестве, достаточном, чтобы вам не быть голодным. Что делать, куда идти бизнесу, в каком направлении развиваться, ведь бизнес не может стоять на месте – это для него смерть. Если присмотреться, то мы увидим, что он и не стоит, он ищет и находит. И вот мы видим направления развития развития продовольственного бизнеса – в уменьшении размера тары и упаковки: хлеб был 0.8 кг, стал 0.7, 0.65, 0.5 кг, крупа была по 1 кг, стала по 900 г, 800 г, 700 г, кетчуп был 0.5 л, стал 0.4, 0.38, 0.33, 0.28 и т. п. Причем при всех уменьшениях веса цена остается почти неизменной. Другое направление – разнообразие: йогурт и такой, и сякой, и с кусочками, и с шоколадом, и со сгущёнкой, и с ... на палочке, и с чем только его нет! Выбирай и покупай!

И, наконец, стало проявляться и следующее направление, о котором мы здесь и ведём речь. Чтобы больше покупали еды, надо, чтобы стали больше есть. Больше, чем ели до сих пор. А как это сделать? Несложно догадаться, что для этого надо в обычные продукты и в приготовленные полуфабрикаты добавлять некие вещества – пищевые добавки – которые способствуют повышению аппетита, быстро усваиваются и быстро приводят опять к желанию поесть, а в случае напитков – попить. Классический пример известен уже давно как еда для компьютероманов и программистов: чипсы и кока- и пепси-кола. В чипсы добавлено больше соли с пряным вкусом, отчего хочется больше пить, а от колы хочется поесть чего-то такого, что напоминает чипсы по вкусу. В итоге человек, сидящий за экраном, может сутками больше ничем не питаясь, потретья горы чипсов и выпивая реки колы. Или взять другой пример. Человек хорошо пообедал где-нибудь в ресторане, кафе или столовой фаст-фуд (быстрого питания) типа Макдональдса, но по дороге домой у него неизбежно возникает желание купить какого-нибудь вкусного мороженого на десерт. Однонаправленное питание неизбежно приводит к расползанию его тела сна-

чала в талии, а затем и дальше.

Еще один аспект такого направления – всю приготовленную полуфабрикатную пищу почти не надо жевать, она мягкая и готовая к глотанию и быстрому перевариванию в желудке. Т. е. кулинары за вас, за ваши зубы и желудки уже выполнили часть работы,



и вам нет необходимости пищу жевать. Когда вы голодны и готовы съесть хоть чего-нибудь, то, забрасывая такую пищу в рот, у вас есть все шансы к перееданию, потому как сигналы о насыщении организма не успеют угнаться за процедурами глотания почти без пережевывания. Это в том числе забота и о тех, кто страдает зубами.

Если абстрагироваться от частных проблем с питанием, можно догадаться, что за всем этим кто-то стоит, кто просто руководит общим «процессом», направляя земледельцев, переработчиков и торговцев продовольствием в нужное русло. А поскольку в результате у большинства добропорядочных граждан начинаются проблемы с весом, а затем и с ожирением, то эти проблемы неизбежно выходят и на медицинский уровень. Таким образом, граждане постепенно затягиваются в петлю, из которой трудно выбраться: «переедание – ожирение – болезни» или «продукты – много продуктов – лекарства – лечение». Вполне понятно, что «руководитель» процессом питания плотно сотрудничает с «руководителем» процессом лечения, в том числе производством лекарств (одной из самых прибыльных отраслей в мире). А может, этот «руководитель» один и просто имеет несколько «заместителей» по различным направлениям.

ОКОНЧАНИЕ НА СТР. 14

Речь, конечно, не о них, и я не собираюсь здесь искать и избочить врагов всего человечества, тайное правительство, масонов, жрецов и т. п. воплощенных «водителей человечества». Речь о том, как не попасть в эту петлю, а если попали, то как из неё выбраться. Думается, что ответ несложный, тем более что читаете вы его сейчас в биодинамической газете. Надо просто не доверять никому такое ответственное дело, как выращивание и приготовление себе продуктов питания. Детализировать данную сентенцию не буду, каждый решит для себя сам, что нужно делать в этом направлении.

Скажу лишь, что опыт показывает, что биодинамических продуктов много не съешь (хоть они и вкусные), потому что насыщают они меньшим количеством, чем продукты агрохимического производства. Причем насыщают таким богатым разнообразием вкуса, аромата, витаминов, эфиров, минералов, органических кислот и прочей необходимой организму человека органикой, неорганикой и энергетикой, что никаких пищевых добавок уже не захочется, да и надобности в них не будет. Поэтому, чтобы быть свободным или «выйти на свободу», надо немедленно приступить к освоению биодинамических азот выращивания и приготовления самых разнообразных продуктов питания. Чего вам и желаю.

Сергей Тужилин

П.С. Интересно, что после того, как эта заметка была написана, мне на глаза попала речь академика В. И. Арнольда на парламентских слушаниях в Госдуме по реформе образования, где он с другой стороны подтверждает изложенную здесь основную идею. Читайте выдержку внимательно.

«По статистике Американского математического общества, в сегодняшних Штатах разделить число $1\frac{1}{2}$ на число $\frac{1}{4}$ может, в зависимости от штата, от одного до двух процентов школьных учителей математики. Компьютеры считают только десятичными знаками... Обучить после такого «образования» думать, доказывать, правильно рассуждать никого уже невозможно, население превращается в толпу, легко поддающуюся манипулированию со стороны ловких политиков без всякого понимания причин и следствий их действий.

Всё это делается не по невежеству, а, как мне объяснили мои американские коллеги, сознательно, просто по экономическим причинам: *приобретение населением культуры (например, склонности читать книгу) плохо влияет на покупательную способность в их обществе потребителей, и вместо того чтобы ежедневно покупать новые стиральные машины или автомобили, испорченные культурой граждане начинают интересоваться стихами и музыкой, картинами и театрами и не приносят хозяевам общества ожидаемого дохода»* (газета «Знание-Власть!» №293 2006 г.)...

БД ликбез продолжается...

Мы расширяем сферу и географию вопросов и ответов по биодинамике. Вместе с вопросами от наших коллег из России в эту рубрику мы помещаем вопросы биодинамиков-практиков из разных стран мира, на которые отвечают опытные практики и консультанты, известные учёные и фермеры. И пусть некоторые вопросы и ответы покажутся вам сложными, научными или запутанными, так или иначе они будут просвещать нас во всей глубине затронутых тем.

ВОПРОС:

Позвольте задать расширенный вопрос. Я из тех, кто начинает биодинамическое выращивание грецкого ореха на 5.5 га. Когда я читал дискуссию о микробной активности, стимулирующей поглощение питательных элементов, я всё время задавался вопросом: как растения на гидропонике берут питательные вещества? Знает ли кто-нибудь о каких-нибудь работах, сравнивающих биодинамически и гидропонически выращенную продукцию?

Тони Кларк (Tony Clark, tonyclark@fastmail.fm)

ОТВЕТ:

Растения поглощают питание через свою ксилему, которая находится в центре корней. Учителя конвенционального земледелия долго верили в то, что растения не могут поглощать никакое питание, за исключением простейших солевых форм, хотя сами они и состоят из сложных сахаров и аминокислот. Эта вера ложна, хотя отчасти её можно понять с того времени, как стали использовать химические удобрения, которые несли опасность для тонких систем поглощения микробного питания и продвигали веру, что растения могут абсорбировать только простые соли.

Несколько лет назад в журнале «Science News» была статья по исследованиям, сделанным с корнями сосны, где через посредство микоризы они поглощали аминокислоты из почвы. Исследователь только доказал это с корнями сосны, и это не противоречило всему тому, что это могло случиться и с другими видами растений. Но

трудно пробить научно-консервативную среду, и иногда, когда люди не хотят верить во что-то, им трудно это доказать.

Я могу сказать, что многие растения – большинство – действительно предпочитают поглощать питание в более сложных комплексных формах, когда оно доступно. Удобрения в виде солей, однако, представляют опасность микробным и бактериальным взаимосвязям. Соли фосфатов и нитратов обычно сжигают эти тонкие микробные системы и отнимают у растений минералы – такие как кальций (необходимый для фиксации азота) или бор (необходимый для освобождения кремния).

Хуже могут быть хлориды, потому как они реально стерилизуют почву. При биодинамическом уходе хитрость в том, чтобы получить настолько много растительного азота, насколько это возможно в форме аминокислот, внешне это проявляется как низкий уровень нитратов в соке растений и образовании плотного белка.

Твердолобые агрохимические профессора указывают, что растения имеют энзим редуктазу нитратов в своих клетках, и низкий уровень нитратов в их соке не является индикатором того, что растения поглощают любой азот как аминокислотный.

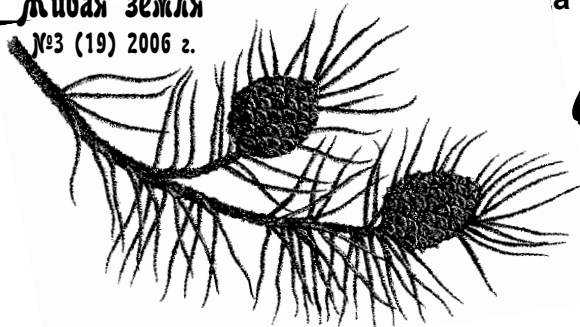
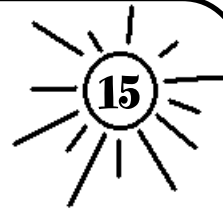
Если вы посмотрите на хорошие здоровые всходы, которые богаты развитой эндодитной микоризой, вы можете увидеть волоски, которые пронизывают корни, и эти волоски идут прямо в ксилему и являются совершенным путём для получения питания в растения.

Вы можете напитать семена триходермой, азотобактером и т. д., так как они развивают богатую микробную активность. Вы можете видеть результаты даже без микроскопа, и вы можете видеть растения более здоровыми, чем с внесением любого количества химических удобрений.

Здесь нет тайны, начните посев с опрыскиванием бочковым компостом (фляденпрепаратом) и препаратом 500, и вы увидите все эти вещи.

Всего доброго.

*Хью Ловел, учёный
и биодинамический практик,
США/Австралия
Пер. с англ. С. Тужилин*



Кедровы шумяки

А шишки падают...

Питаться нужно как дышать

Мумия в банке или ритмический продукт?

Когда ты получишь эту газету, наш читатель, короткое сибирское лето уже закончится. А пока на дворе тепло и влажно, самое время подумать о нашем питании зимой.

Часто садоводы предлагают: пишите побольше рецептов. На что я им задаю встречный вопрос: а зачем? Столько книг выпущено с кулинарными советами, в наших местных садоводческих газетах рецепты печатаются на нескольких страницах. Скорее всего, каждая хозяйка уже остановилась на своих любимых – тех, которые её не подводят. Мне самой всегда интересно что-нибудь новенькое, но в какой-то момент я поняла, что это не всегда оправдано. И для себя я решила: буду усердствовать старые проверенные наработки. Буду задавать себе побольше «почему».

И вот первое «почему». Почему при, казалось бы, одинаковых исходных составляющих у людей получаются разные конечные продукты? Иногда слышу разговор хозяек: «Всё сделала по рецепту, а такого результата не получила». Или на ярмарке, где мы предлагали людям попробовать наши огурцы, очень многие спрашивали рецепт. Но почему-то даже после моих подробных объяснений многие махали рукой и восклицали: «У нас всё равно так не получится, вы что-то скрываете!» И это повторяется из года в год. То есть некоторые хозяйки не задумываются, почему у них взорвалась очередная банка или почему варенье заплесневело.

При засолке, консервировании, варке или динамизации, казалось бы, мы пользуемся одним и тем же. Это

одна и та же у всех вода, овощи, ягоды, фрукты, соль, мёд или сахар.

Но давайте подумаем: такие ли они одинаковые для всех?

Вода

Начнём с воды. Прежде всего, нам для приготовления пищи интересно: откуда вода? Из какого источника? Жёсткая она или нет? Почему нам важен минеральный состав воды? Оказывается, что при повышенной жёсткости воды после приготовления пищи образуется накипь не только на посуде, в которой вы готовите, но и на самих продуктах, что препятствует процессу разрыхления этой пищи в организме. Можно сказать, что жёсткость воды зависит от содержания в ней двууглекислого кальция. Он растворим в холодной воде, а при нагревании выпадает осадок в виде углекислого кальция.

Чем помочь в данной ситуации? Рудольф Хаушка предлагает использовать для приготовления уже кипячёную воду или растворить углекислый кальций другой солью – кислым сульфатом натрия, который продаётся в аптеке.

Оба метода, конечно, не идеальны. Идеальным раствором является хорошая природная вода. Где взять такую воду, готового рецепта нет. Зависит от судьбы: есть ли в данной области хорошая вода или нет.

Мы раньше пользовались для заготовок подземной водой из скважины. Сейчас берём воду из протекающего в распадке ручейка. Эта вода не оставляет накипи на посуде, и коль она вытекает по собственной инициативе, то она готова для людей к употреблению. Такую воду японцы называют мудрой, то есть воду, по своему желанию выходящую на поверхность. А та вода, которая в виде дождя и туманов выпадает на землю,

называется юной.

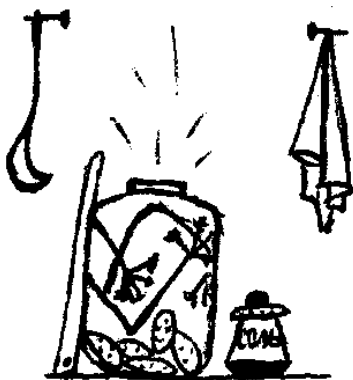
Конечно, известковое или кремниевое содержание воды важно для минерального питания человека, но гораздо более определяющими являются силовые излучения земли, пронизывающие воду. Знаменитые источники получили свои качества не от содержащихся в их воде минеральных веществ, а оттого что они питаются кровью сердца Земли. Каждый источник, каждый ручей, каждая река имеют свой индивидуальный характер.

Сегодня склонны воду считать хорошей, если она стерильна и не слишком жёсткая. Но этого явно недостаточно. Часто колодезная вода имеет лучшие качества, чем обработанная хлором. Вода растеряла свою таинственность и превратилась в ещё одно вещество, которое современная технология могла бы при необходимости очистить. Вода, прошедшая обработку, – это не та вода, которая образует прекрасные кристаллы (Масару Эмото. Послания воды).

Но коли вам выбирать не приходится, и, кроме водопроводной воды, не на чем больше остановиться, я бы в данном случае прокипятила эту воду, а потом, как советует Масару Эмото, поговорила с ней. Когда он исследовал просто воду из-под крана и ту же воду только после проявления к ней признательности и любви, качество резко отличалось. Это можно увидеть из зафиксированных им фотографий.

Ту же мысль подтверждает Владимир Новиков в своей книге «Конец промежутка времени тёмных сил». Когда зимой у них случались перебои с родниковой водой, они с дочерью к приходу друзей готовили воду из обычной водопроводной. Для этого они набирали воду из-под крана холоднее и снимали с неё информацию, образовавшуюся на ней после прохождения через краны и трубы, начиная с водозабора.

ПРОДОЛЖЕНИЕ НА СТР. 16



ПРОДОЛЖЕНИЕ.
НАЧАЛО НА СТР. 15

Мумия в банке или ритмический продукт?

Кроме того, они поняли, что желанье принести радость и присутствие образного мышления позволяют не только очищать воду, но и *наполнять её новым вкусом*. В экстренных случаях, если потребуется живая вода, достаточно искренне с любовью сказать ей, что она хороша.

Даже из всего вышеописанного мы понимаем, что первый фактор, используемый в наших заготовках, — вода — не подходит под категорию «вода — она и в Африке вода». Не только в каждой местности, но и в каждом доме она своя — таинственная, далеко не изученная, достойная уважения субстанция.

Соль

Соль — это благороднейшее великолепнейшее существо, величайшее и высочайшее благоденствие Бога во всём царстве природы. Это исключительно важное питательное средство для человека (Фридрих Этингер, современник Гёте). Мы солим пищу не только для того, чтобы делать её вкуснее, но и для того, чтобы мы вообще могли мыслить. Если кто-нибудь настолько болен, что всё солёное отбрасывает уже в желудке или кишечнике и не может переварить, тот становится слабоумным, тупым (Р. Штайнер). Разве не засуживает уважения тот феномен, что сама соль невкусна, но делает вкусным всё прочее? Н. Ремер обратил внимание на то, что присутствие соли в каком-нибудь блюде можно заметить благодаря лучшему, более гармоничному аромату. Соль можно сравнить со светом, который сам не видим, но делает видимым всё остальное. Так и соль является посредником при приготовлении пищи.

Как много прекрасного ни сказано о соли, как ни важна она в нашем питании, всё же нельзя обойти молчаливым следующее: избыток соли в пище, в особенности когда личностных сил недостаточно, чтобы правильно переварить её, вреден. Тогда она застаивается в паразитарных тепловых очагах. Как непереваренное растение выражает себя в газах, так и плохо переваренная соль выражает себя в очагах воспаления (Р. Хаушка).

Мы получаем соли из всех природных царств. Но преимущественно — прямо из минерального царства.

Вот уже несколько лет мы пользуемся крупной солью, которую добывают в посёлке Тыреть Иркутской области. Эта соль состоит не только из хлорида натрия, но и содержит соли калия, кальция, магния и множество других элементов. Поваренная же

соль, мелкая, состоит на 99,7% из хлорида натрия. Теперь мы понимаем, как мы можем обеднить свой организм, питаясь только мелкой солью. В продаже ещё есть соль с добавками. Но всё, что касается добавок и всяческих улучшений, я стараюсь избегать в своём употреблении.

Соль, конечно, не такая разная, как вода, но для каждой местности она тоже своя.



Человеческий фактор

Когда Рудольфа Штайнера однажды спросили, благодаря чему данная субстанция становится лекарственным средством, он дал ответ: «Благодаря очеловечиванию субстанции». То есть человек сам призывается к творчеству.

Я вспоминаю то время, когда мы жили в городе, и времени постоянно не хватало. Не удавалось полноценно, с отдачей заняться засолкой или консервированием: всё наспех. И неудивительно, что наспех приготовленные огурцы, которыми я сообщила, что тороплюсь, тоже торопились выскочить из банки раньше времени, а варенья — закиснуть или покрыться плесенью. Другое дело сейчас, когда понимаешь, что от твоего настроения зависит обеспечение продуктами на зиму.

О, какая в Сибири долгая зима! Ради этого можно постараться: и песни попеть, и музыку соответствующую поставить. Раньше, когда я динамизирова-

ла рассол огурцов, то почему-то всё время мешала больше в правую сторону. Ведь, как известно, правое вращение имеет более благоприятное влияние на всё живое. Но потом стала задумываться, что, когда мы динамизируем препараты, Мария Тун советует это делать и вправо, и влево одинаково.

И тут недавно прочитала статью академика Акимова, который говорит, что неправильно представлять: тёмные силы — это левые торсионные поля, а светлые силы, благоприятно влияющие на человека, — это правые торсионные поля. Ведь существует древнекитайская древневосточная концепция о необходимости сочетания инь и янь — двух противоположностей. То есть динамизация идёт гармонично тогда, когда мы размешиваем в обе стороны, не отдавая предпочтение лишь одной из них, даже, казалось бы, лучшей. И теперь я динамизирую как вправо, так и влево одинаково: что рассолы, что варенья.

А вот интересно: если стол застелить, например, синей скатертью, а другой раз во время динамизации или засолки красной, как будут отличаться конечные продукты? Ведь действие цвета уже давно доказано своими положительными качествами как на растения, так и на животных и человека.

В общем мы творцы, и все мы разные. И вибрации у всех разные. Поэтому всё, что мы делаем, у каждого получается по-своему.

Космос

И последние факторы, на которых бы я хотела остановиться, — это ритм и космос. О действии космоса было уже неоднократно описано. Космос — это космос: его не вычеркнешь, не изменишь, а в какой день вы будете творить — это вам выбирать. Напомню только, что в листовую день по календарю М. Тун активизируется действие гнилостных микроорганизмов, а в неблагоприятный вообще нежелательно работать с растениями и заготовками.

Но, оказывается, есть ещё один ритм, и наши предки знали о нём: это утро — день — вечер — ночь. Ранним утром мы собираем цветки, плоды, нежные листья овощей, что усиливает их растворяющие разрыхляющие свойства.

ОКОНЧАНИЕ НА СТР. 17

ОКОНЧАНИЕ. НАЧАЛО НА СТР. 15-16

Напротив, мы усилим пластические и формирующие силы стеблевых и корневых растений, если будем собирать их вечером. Это важно также в терапевтическом отношении, если нам нужно чрезмерно активный обмен веществ обуздать корневой диетой.

Для меня было открытием, что полуденное и полуночное время нежелательно для сбора растений. В это время всё растительное пронизывается силами хаоса. Все мы помним, что всё самое страшное в присказках и поверьях совершается в полночь. Полдень упоминается реже, но это тоже не самое лучшее время для сбора наших плодов.

Суть консервирования

Если мы рассматриваем процессы консервации, будь то засолка, заквашивание, замораживание или другие способы, всегда мы достигаем сохранности, приближаясь к минеральному состоянию (Р. Хаушка). Консервацию Р. Хаушка сравнивает с образованием корня. Он пишет: «Как тепло приводит к цветению и созреванию, так и растворяющийся сверху вниз холод приводит к образованию устойчивых корневых форм». Он называет консервацию *окоренением*.

Промышленная консервация убивает микроорганизмы. Она тем самым устраняет только симптомы распада и как раз то, что мы хотим консервировать. Она убивает живую органическую связь. Научно выражаясь, разрушаются витамины. А то, что остаётся в консервах, — это главным образом физическая субстанция, в лучшем случае мумия.

Как же продлить нам жизнь овощей и фруктов? Или спросим по-другому: как я могу так укрепить жизнь растительного организма так, чтобы микроорганизмы не нашли в нём для себя питательной почвы?

Чаще всего мы консервируем с использованием тепла. И если при этом происходит кипячение и повышенная тепловая обработка, то в растениях происходит не окоренение, а почти тотальное отцветание. То есть полученный продукт является шлаком.

Мы продлеваем жизнь несколькими способами. Во-первых, это выращивание биодинамическим методом, во-вторых, овощи и фрукты собраны в соответствующий день по календарю Марии Тун «Посевные дни» и немедля идут на приготовление, и, в-третьих, мы задаём ритм, приготавливая продукты ритмическим способом (динамизацией), получая из них рит-

Мумия в банке или ритмический продукт?

мические продукты. Таким путём мы имеем на долгую зиму и до следующего урожая живые полноценные продукты, которые даже нельзя назвать консервами, в них нет консервантов, они просто живут.

Если же по каким-то причинам мы не можем применить ритмическую обработку продуктов (например, неблагоприятный день, нехватка времени и т. п.), то есть промежуточный вариант, так называемое мягкое консервирование или заквашивание. Нагревание при этом очень нежное: 75-80 градусов. Закатанные овощи легко приводятся к расцветанию, ибо резиновое кольцо, надеваемое на крышку при охлаждении, создаёт лёгкий вакуум. Этот вакуум не только плотно удерживает крышку, но также способствует стремлению к корневому состоянию. Вакуум — это всасывающая сила. Она родственна всасывающим

сцепляющим силам земли. Если мы внимательно поизучаем корень, то мы увидим, что ему тоже присущи силы всасывания. То есть такие разные вещи, как консервация и развитие корня, имеют сходный принцип сохранности, понимание которого поможет нам наиболее близким к природе способом продлить жизнь нашим заготовкам.

Заключение

Отрадно, что всё большее количество людей понимает, к чему ведёт индустрия быстрого питания. А мы с вами, наш дорогой читатель, никуда не торопились и поразмышляли о медленном питании. Это именно та пища, которую мы с вами готовим для себя, для своих любимых и друзей.

Лариса Тужилина

О календарях

Здравствуйте, у меня такой вопрос. Анастасия, когда говорила о сроках работы с растениями, в одной из книг сказала: «Это известно по лунным календарям». По-вашему, она действительно имела в виду традиционные лунные календари?

Евгений, г. Уфа

Этот вопрос задают многие, и на первый взгляд он кажется сложным. Однако для тех, кто внимательно читает книги В. Мегре, не возникает никаких сомнений в том, что фразу «лунные календари» Анастасия употребила в общем смысле, как календари вообще. К тому же это был 1994 год, а у нас в России другие календари (в частности биодинамический) ещё не были тогда распространены.

Анастасия не раз говорила о сроках работы с растениями в более поздних книгах, и некоторые цитаты мы хотели бы привести:

Есть время года, когда плод созрел. Планеты стали в то же время в определённый строй. И это время наиболее благоприятно для того, чтобы человек плод взял (дедушка Анастасии, «Энергия жизни», глава «Божественное питание»).

Организм человека обеспечивался всем необходимым в нужном количестве и в самое благоприятное для употребления продукта время, при

самом благоприятном для приёма пищи расположении планет (Анастасия, «Родовая книга», глава «Питание жизни плотской»).

У каждой ягодки, травинки и плода в году есть своё час, минута, когда он наибольшую для организма человека может пользу принести. Когда, растя себя, он заверит процесс, с планетами вселенскими осуществляя связь (там же).

Всё так расположить, чтобы росло само, не требуя затрат физических от человека. Нюансов множество необходимо учесть при этом: расположение планет, потоков воздуха движение с каждым днём (Анастасия, «Родовая книга», глава «Союз двоих — венчание»).

Итак, в приведённых высказываниях Анастасии мы видим, что она уделяет внимание планетам и их воздействию на растительный мир. Нигде она не выделила Луну как основной источник влияния. Следовательно, по мнению Анастасии, Луна несёт свои импульсы наравне с другими планетами нашей Солнечной системы.

Пока что в мире немного найдется календарей, которые учитывают положение Луны и планет и их воздействие на Землю. И один из них — это биодинамический календарь.

Отвечала Ульяна Тужилина

А шишки падают...

«Животные в родословии поместья»

Мой ласковый и нежный зверь



*Мой ласковый и нежный зверь,
Похож на рысь, с умом пантеры,
Себе он сам откроет дверь,
Всем показав свои, хозяина,
манеры.*

*В округе он гроза мышей и крыс.
Прищурив глаз, степенно он
шагает.*

*И знают все, что он хитёр, как лис,
Свою усадьбу он исправно охраняет.*

*И вот, придя с охоты, он улёгся
на диван,*

*Мой Тигрис, независимый добряк.
Он самый верный и любимый друг,
Он кот, он гордый и добротный –
Сибиряк.*

Здравствуйте, читатели газеты «Живая Земля». Именно вам, владельцам дачных участков и родовых имений, понимающим ценность местных видов и пород, хочу рассказать о сибирских кошках, ранее широко распространённых, а ныне почти исчезнувших.

Моя бабушка всегда держала сибиряков, также и в нашей семье есть эти великолепные животные, поэтому с породой я знакома не понаслышке.

А сейчас я хочу дать краткое описание сибиряков: может быть, и вы увидите в своих питомцах представителей этой породы.

Тело у сибирской кошки крепкое, мускулистое. Ноги средней длины, толстые, с крупными круглыми лапами и густыми пучками шерсти между пальцев. Голова широкая, трапециевидной формы. Уши средней длины, в форме обыкновенного треугольника, кончики слегка закруглены, очень часто на кончиках ушей образуются кисточки.

Хвост толстый и не слишком длинный. Шерсть длинная, особенно на шее, где она образует пышный воротник. Окрас и цвет глаз любой. Сибир – очень крупная кошка, пожалуй, самая крупная из всех, что я видела. В среднем коты весили от 6 до 8 кг, но и более крупные экземпляры были не редкость.

Но главное их достоинство всё же не внешность, а характер. Мой кот Тигрис и бабушкина кошка Дуся регулярно приносили домой мышей, крыс и изредка забравшихся бурундуков или сусликов. На птиц охотились редко. Притом что недостатка в пище они не испытывали, кормили их очень хорошо.

У бабушкиной Дуси была прелюбопытнейшая привычка: крыс она не ела – брезговала. Чаще всего она их топила в ведре, которое мы специально ставили. В крайнем случае душила и бросала. Да что скажешь – охотники они великолепные: не только мы, но и наши соседи вокруг забыли, что такое грызуны.

Когда у Дуси появились котята, с младых когтей она учила их, куда ходить в туалет, – мы никогда этим себя не утруждали. Охотиться учила, да ещё как: принесёт мышь, уляжется и пристально наблюдает: учит, хвалит, ругается.

Котятам она уделяла очень много времени, а вот приносила их редко и мало – где-то раз в год, реже два, количеством от одного до четырёх, а чаще два или три. И вообще у сибиров много котят я не видела ни у себя, ни у других. Да и кота подобрать трудно. На даче она почему-то гулялась редко, и как там это происходило, я, конечно, не видела. А вот в городе принесёшь, бывало, кота, а она ему лапой по морде – загонет под кровать и не выпускает. А если кот даст отпор – тогда и сладится. Но таких очень мало было. Нрав у неё крутой.

Хозяйское добро охраняют не хуже собаки. Один раз у соседней сорвалась с цепи овчарка. Сидит Дуся на крыше, взгляд в даль, томный: что ей за дело до прыгающей и гавкающей собаки. Но тут на шум выходит наша маленькая дворняжка, и овчарка сразу кидается к ней. Бабушка хватается за ведро и спешит спасать Шарика, но не успева-

ет. Отбросив томный взгляд, на неё кидается Дуся, запрыгивает на холку и норовит когтистой лапой залезть в глаза противнику. Тут, знаете, кто угодно спасует – тем более Шарик подружку не бросил. В общем поле боя она покинула на скачущей овчарке, а потом пришла вальяжной ленивой походкой, как будто ничего и не было.

Гуляя по нашей улице, мне не раз приходилось быть под покровительством наших тигров. Интересно, что при всей своей боевой натуре они чего только не позволяли с собой вытворять! Я их и в колясочку запикивала, и пеленала, и наряжала в платья и косыночки. Всё они терпели – правда, удирали при первой же возможности.

А ещё Тигрис вылизывал котят и такал им мышей. А однажды возился с выводком утят. Дусю же не раз забирали в цыплятнике, и никогда ни одного они не тронули и даже вылизывали, хотя с очень озадаченной мордой и укором в глазах: «Вы бы хоть подумали, каково мне это терпеть».

К хозяину сибиряк ласков, хотя чувство собственного достоинства не покидает его ни на секунду. К посторонним же они высокомерны. Они позволяют любоваться собой, а вот погладить – ну уж нет, что ещё за глупость! Это привилегия хозяев. В лучшем случае замрёт, как струна, и, дёргая кончиком хвоста, всем своим видом покажет, до чего ему неприятно.

Если кто захочет ещё узнать о сибиряках и их характере, прочитайте рассказ Куприна «Ю-Ю». Там явно описывается сибирская кошка, и точнее ни о внешности, ни о её характере и не скажешь.

Когда они жили рядом с нами, я никогда не придавала этому значения. И вот их не стало. А у меня не осталось наследника от них. Я не сразу поняла вою утрату: раньше сибиряками мы обзаводились без особых проблем. Дусю я подобрала на улице.

Я обратилась сначала к друзьям и знакомым, потом в газету объявлений, на «птичий рынок», и поняла: что имеем – не бережём, а потерявши – плачем.

Я отправилась на выставку, но и там меня ждало разочарование: сидевшая в клетке единственная сибирячка была лишь тенью ранешних сибиров. И всё же огромное спасибо её хозяевам, за то что заботятся, выставляют, пытаются сохранить породу.

ОКОНЧАНИЕ НА СТР. 19

ОКОНЧАНИЕ. НАЧАЛО НА СТР. 18

Горько было на душе, когда друзья сказали, что кошек, похожих на моих, они видели в Москве. Вот тебе раз: значит, для того чтобы взять хорошего сибира, я должна из Сибири отправиться в Москву? Дожились. Им нужны, за границу вывозят, а нам, значит, нет?

Люди, берегите достояние родного края, делайте что в ваших силах для сохранения местных видов растений и животных. Приглядитесь к своим Барсикам и Муркам, не предок ли он гордых и шикарных сибира?

Мой ласковый и нежный зверь

А может – чего на свете не бывает – есть у кого-нибудь такой экземпляр, чтобы дух захватывало, – свяжитесь с нами. В настоящее время мы с мужем организовываем питомник сибирских кошек. Нашли четырёх кошек и котят, но это ещё не то, что мы хотим. Будем работать. А может, кто-нибудь захочет сделать сибира эмблемой своей фирмы. Или есть возможность вложить средства в восстановление породы –

ведь это не быстротечная мода, а добротная традиция. Они подходят к нашему сибирскому климату, похожи на нас характером.

Мне нравятся все кошки, все они прекрасны, но хочу, чтобы рядом с моей дочкой был Сибир, как они были рядом со мной.

С уважением к читателям,
Наташа
(тел. в Ангарске 68 24 33)

Заготовки высшего качества

Капуста квашеная

В зимнее время для нас, сибиряков, квашеная капуста наряду с картофелем – это один из самых популярных и любимых продуктов питания. К тому же, как говорят медики, весьма полезных. Большинство из нас употребляет капусту в основном в щах, винегрете, приготавливая бигус. Но квашеную капусту можно использовать и для разнообразных салатов. Попробовал приготовить некоторые из них – понравилось мне и гостям. Вот эти рецепты.

Салат из солёных огурцов и квашеной капусты

400 г солёных огурцов, 600 г квашеной капусты, 2 головки репчатого лука, 1 ст. ложка сахара, 100 г подсолнечного масла.

Солёные огурцы нарезать дольками, смешать с капустой, шинкованным луком, заправить сахаром и маслом.

Салат из квашеной капусты с апельсинами

1 стакан капусты, 2-3 ч. л. сахара, 2 апельсина, 1 луковица, подсолнечное масло.

Капусту, даже если она стала весне очень кислой, не стоит промывать – этим вы уничтожите большую часть витаминов. Лучше положите в неё побольше сахара, заправьте подсолнечным маслом и смешайте с тонко наре-

занными апельсинами обваренным кипятком очень тонко нашинкованным луком.

Салат из квашеной капусты и мёдом

500 г капусты, 2 яблока, 100 г сметаны, 2 ст. ложки мёда.

Салат из квашеной капусты с луком

350 г капусты, 1 головка репчатого лука, 3-4 ст. ложки растительного масла, зелень петрушки, сахар.

Капусту мелко нарезать, добавить сахар, перемешать с луком и растительным маслом, посыпать зеленью и украсить кружочками лука.

Салат из квашеной капусты и свёклы

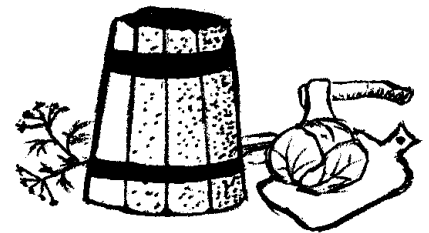
300 г квашеной капусты, 1 луковица, 1 варёная свёкла, 3 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка мелко нарезанной зелени.

В капусту добавить измельчённый лук, натёртую на крупной тёрке свёклу варёную, сметану; попробовать на вкус и при необходимости посолить, добавить сахар; всё это посыпать зеленью.

Салат из квашеной капусты с томатом

400 г капусты, 2 ст. ложки томатной пасты, 3-4 ст. ложки растительного масла, 1 головка репчатого лука, зелень петрушки, сахар.

Капусту нарезать, посыпать сахаром, добавить лук, растительное масло, пасерованную в растительном масле томатную пасту и перемешать, посыпать зеленью.



Салат «Вечерний»

1 редька средних размеров, 300 г квашеной капусты, 1 луковица, 2 ст. ложки растительного масла, сахар, уксус.

Редьку натереть, добавить капусту, нарезать лук, положить соль, сахар, растительное масло. При недостатке кислоты добавить уксус.

Салат из квашеной капусты и тыквы

200 г капусты, 200 г тыквы, 3-4 ст. ложки растительного масла, сахар, зелень петрушки.

Тыкву очистить и натереть на крупной тёрке, добавить мелко нарезанную капусту, сахар, перемешать с растительным маслом, украсить зеленью.

Салат из квашеной капусты и грибов

700 г квашеной капусты, 400 г солёных или маринованных грибов, 2 головки репчатого лука, 100 г подсолнечного масла.

Капусту смешать с нарезанными грибами, шинкованным луком и заправить подсолнечным маслом.

На свой вкус в эти салаты можно добавлять немного солёной черемши. Приятного аппетита!

В. Семнадцатый

Помидоры резанные консервированные

РЕЦЕПТ от Натальи Корытченко, клуб «Гармония», г. Иркутск

Маринад: из расчёта на 3 кг помидоров. 1,5 л воды, 2 ст. л. соли, 0,5 ст. сахара, 1 ч. л. уксусной эссенции, 2 горошка чёрного перца, 2 лавровых листа, зонтик укропа.

Способ приготовления. Маринад прокипятить, затем на дно простерилизованных литровых банок наливаем одну ложку подсолнечного масла, кла-

дём один небольшой лист хрена, 2 шт. сладкого перца, 2 листа смородины. Овощи и листья предварительно порезать. Потом укладываем нарезанные на 2 части или на дольки помидоры, уплотняем, встряхивая банку, заливаем не очень горячим маринадом. Зонтики укропа при этом нужно убрать, поверх помидоров положить нарезанный кольцами

лук, банку, не закручивая, прикрыть прокипячённой крышкой и пастеризовать в течение 10-12 минут. Затем банки закрутить и постепенно охладить, укутать во что-то тёплое.

ОТЗЫВ Ларисы Тужилиной:

– Готовила помидоры по рецепту Натальи Владимировны в прошлом году, мне очень понравилось, только я не брала уксусную эссенцию, а пользовалась одной ложкой яблочного уксуса, и не пастеризовала.

Косметика, которая живёт

В зимнем номере нашей газеты я уже писала о натуральной косметике – ее преимуществах перед обычной и даже описала свой первый опыт в ее изготовлении. Позже я продолжила эксперименты в этой области, и, чего я добились и к каким выводам пришла, опишу в этой статье.

Ни для кого не секрет, что широко продаваемая косметика – это продукт больше искусственный, чем натуральный. Натуральными в ней являются только экстракты растений, но и их полезность во многом перекрывается мощными химическими консервантами, эмульгаторами и отдушками. Оно и понятно, ведь для того, чтобы продавать ее широко, необходимо быть уверенным в ее сохранности и привлекательном виде. Тем не менее, покупатели заметно стремятся ко всему экологически чистому и природному, поэтому производители зачастую пишут на этикетках «натуральный продукт», что является в большинстве своем обычным рекламным ходом.

Почему же почти не производится по настоящему натуральная косметика? Ответ прост – потому что такая косметика хранится очень недолго и имеет непривлекательный вид (расслаивается из-за отсутствия сильных эмульгаторов, связывающих масло и воду и т. п.). В общем – не выгодно.

Но не все так печально. Существуют фирмы, производящие настоящую натуральную косметику, я нашла таких три: антропософская фирма «Веледа», австрийская компания «Стикс» и индийская аюрведическая косметика. У этих фирм свои секреты по производству и сохранению своей косметики, а некоторые рецепты они черпают из древних источников, таких как справочник Клеопатры, работы Плиния и др. В рецептуры их косметических средств в различной степени входят всевозможные жирные и эфирные масла, водные, масляные, спиртовые экстракты растений, мед, воск, вещества животного происхождения – ланолин, спермацет, а также лецитин. Растения, из которых берутся экстракты, зачастую собственноручно выращиваются (где сейчас в Австрии и Швейцарии найдешь экологически чистое место для сбора растений?).

Для консервации, как правило, используют спирт, а также специальные упаковки – тубы, чтобы не занести бактерии. Цены на такую косметику очень даже кусаются: от 200 до 1200 рублей за штуку. Это и понятно, производство такой косметики не может быть дешевым. Чего стоят только натуральные эфирные масла, широко используемые в натуральной косметике из-за консервирующего действия (к примеру, 10 мл розового масла фирмы «Стикс» стоит около 10000 рублей).

Вот так дела обстоят с натуральной косметикой на нашем рынке. Такая си-

дет речь о том, что нам необходимо оживить землю, оживить пищу, которой питаемся, т. к. все, что продается в магазинах – мертвое.

То же касается и косметических средств. По большей части они мертвы, и только за счет консервантов и отдушек эстетично выглядят и долго хранятся. С тем же успехом можно взять труп, забальзамировать его, надушить – и никто не отличит его от живого.

Но мертвого покинуло эфирное тело, именно за счет него тела живых людей не подвергаются разложению.

Но человек умирает, эфир покидает его, тело разлагается. То же самое происходит и с пищей, и с растениями. Поэтому мы и применяем динамизацию и ритмизацию, тем самым сохраняя эфирность в продукте и даже усиливая её, т. е. *оживляя* продукт.

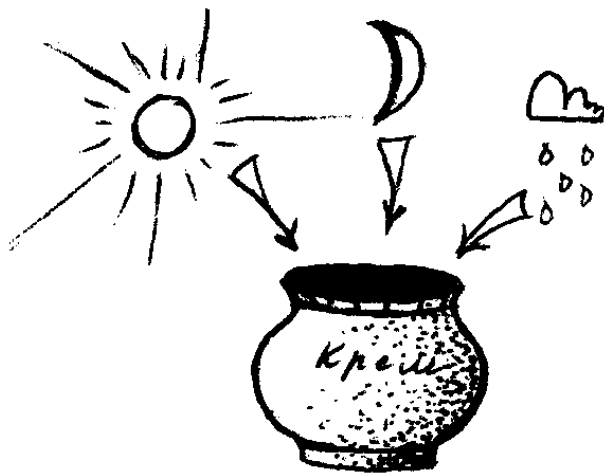
Наткнулась я как-то в Интернете на статью о натуральной косметике, автор которой был явно скептически настроен по отношению к ней. Он писал, что те смелые энтузиасты, которые пытаются производить полностью натуральную косметику, очень рискуют и не могут продавать ее широко. Ее можно хранить только в специальных холодильниках, нельзя открывать понюхать и тем более ни в коем случае не брать пальцем на пробу, ведь в ней сразу же заведутся всевозможные бактерии и начнут размножаться. Конечно, начнут, на трупе-то, это их прямая обязанность – разлагать отмершую материю. Живому же продукту в меньшей степени, чем мёртвому, необходимы консерванты.

Но у живого продукта тоже есть недостаток – он всё равно когда-нибудь умрёт, наша задача главным образом в том и заключается – продлить его жизнь.

Несмотря на всё сказанное, я не против консервантов – природных, таких как клюква, прополис, эфирные масла. Можно так сказать, что продукт сохраняется за счет синтеза «духовных» и «материальных» консервантов.

Конечно, один год работы – это не срок, и мои исследования продолжаются. Их главная цель состоит в том, чтобы оживить косметику. А уже «живые» крема и лосьоны смогут передать эту жизнь и вашей коже.

Серафима Тужилина



туация меня не удовлетворила, и я решила попробовать изготовить косметику самостоятельно. Прежде всего, мне нужно было решить – чем же моя косметика будет отличаться от иностранной, за счет чего можно будет сделать ее лучше. И я решила, что она будет полностью биодинамической и сугубо сибирской.

Ее основные составляющие – это биодинамические мед, воск, перга, прополис, травы, выращенные в поместье или собранные в лесу, степи, горах, жирные и эфирные масла. Рецептами пользуюсь в основном старинными, проверенными.

Испытание косметики уже даёт свои результаты – пока никто не жаловался, а, скорее, наоборот. Каждое средство стараюсь изготавливать в хорошем настроении, динамизирую час или провожу ритмическую обработку. Эмульгатором выступает воск, в качестве отдушки использую эфирные масла, а о сохранности косметических средств расскажу отдельно.

В результате исследований я пришла к интересной мысли, которой хочу с вами поделиться. В нашем биодинамическом клубе «Гармония» очень часто

**ВЫШЕЛ В СВЕТ ДИСК
С ИНФОРМАЦИЕЙ ПО
БИОДИНАМИЧЕСКОМУ
ЗЕМЛЕДЕЛИЮ**

**Большая коллекция материалов в
одном диске!**

В него входят:

* вся литература, изданная в
Иркутске, в том числе те брошю-
ры, которых уже нет в продаже;

* архив газеты «Живая Земля»;

* архив лекций и статей;

* фотографии;

* и многое другое.

Цена 200 руб.

**ЕСЛИ
ВЫ ХОТИ-
ТЕ:**

· поделить-
ся своими
результатами
по биодинамике;

· задать свои вопросы;

· заказать б/д препараты, ли-
тературу, семена и пр.;

· подписаться на газету «Жи-
вая земля» на 2006 г. –

- **ПИШИТЕ НАМ** в Иркутский
БД центр по адресу: 664017 г.
Иркутск, а/я 215. E-mail:
bdsib@land.ru .



**ВНИМАНИЕ!
КОНКУРС!**

Присылайте свои ста-
тьи в рубрику «Записки
начинающего биодина-
мика».

Статьи должны со-
держат информацию о
том, как вы пришли в
биодинамику, что было
трудно, что непонятно
именно вам, чего вы дос-
тигли, а чего нет.

Опубликованы будут
все записки, а победите-
ля ждёт интересный
приз!

**ПИШИТЕ
И УЧАСТВУЙТЕ!**

Фонд развития биодинамики в Сибири

Реквизиты Иркутского ГОСБ №8586/020

ИНН 7707083893

БИК 042520607

К/с 30101810900000000607

КПП 380802001

У/с 30301810718000601835

Л/с 42307810018350906215

Тужилина Ульяна Сергеевна

ВНИМАНИЕ!

В связи с тем, что происшедший пожар уничтожил большую
часть тиража изданных в Иркутске книг и эти издания пре-
вратились в раритет, и цены на них теперь выше прежних:

С. Тужилин «Практическая биодинамика в Сибири» 150 р.

С. Тужилин «Питание почвы, растений, человека» 250 р.

М. Тун «Результаты исследования констелляций» 350 р.

*На заня-
тиях клуба
«Гармония» с
октября 2006 года
все желающие могут
приобрести биодина-
мические косметичес-
кие крема .*

*Для желающих сделать
индивидуальный заказ
(для конкретного типа
кожи) обращаться
лично на заседаниях
клуба . По почте
крема не высы-
лаются .*

ИЗГОТОВЛЮ

Для членов клуба «Гармония»
шарниры для теплиц, сгоны,
переходники для поливочных
шлангов, запоры для дверей.

Выполню другие токарно-
слесарные работы. Для
пенсионеров бесплатно. Тел.:
39 06 29, вечером, Владимир
Иванович.

**БИОДИНАМИЧЕС-
КАЯ ПАСТА**

для опрыскивания
плодовых деревьев и
ягодных кустарников
помогает пережить вашим
деревьям холодные зимы,
улучшает качество и коли-
чество плодоношения и мн.
др.

Подробную информацию по её
применению читайте в «ЖЗ»
№5, 2005 г. и в статье в этом
номере на стр. 5.

Не забывайте, что на 1 уп.
пасты (на 5 литров воды)
требуется 2 уп. фляденпрепара-
та.

**С 1 ноября 2006 года
закрывается сезон
пересылки
БД препаратов по
почте.**

Препараты будут высылаться
только с 1 апреля 2007 года. Зака-
зывать можно заранее. Имеются
в наличии препарат роговой на-
воз (500), роговой кремний (501),
фляденпрепарат, а также компо-
стные препараты, количество ко-
тоых ограничено.

ХРОНИКИ

СОЛНЦЕСМОТРИТЕЛЯ-3

Смотрю я на вас, други мои, и диву даюсь. Вы готовы тратить деньги на лекарства, много денег и постоянно. В то же время, зная о высшем целителе – Солнце – бесплатном и доступном абсолютно всем: от бомжа и до президента, от папуаса до эскимоса и от младенца до дряхлого старца, тем не менее, находите тысячу причин, чтобы «не ходить на приём» к нему! Ну, и странный же вы народец, скажу я вам! Хотя... о чем это я? Многие знают, что пить, курить и объедаться индустриальной пищей вредно, и в то же время отказаться от «удовольствия» не в состоянии. Может, хождение по аптекам и больницам после этого – тоже удовольствие? Не знаю, не пробовал. Для меня дружба со стихиями и царствами – солнцем, ветром, водой, горами, тайгой, растениями, звездным небом – лучшие лекари.

Так вот, дорогие други, подходит к концу наша с вами беседа, потому как всё необходимое для священнодействия – общения со Светилом нашим – я уже рассказал. Осталась самая малость. Несколько штрихов к самому процессу и описание нашего, сибирского, опыта. Для начала, как всегда немного общей информации, точнее, одна научная статейка по теме, весьма любопытной и, смею сказать прямо, самой интересной и неоднозначной теме из тех, что дает нам исцеление солнышком, а именно:

Солнцесмотрение помогает спокойно пережить голод

Есть два механизма, по которым солнечный свет подавляет чувство голода:

- стимулированием выделения меланоцит-стимулирующего гормона (МСГ) в гипофизе;

- стимулированием выделения серотонина и подавлением производства мелатонина в шишковидной железе.

При облучении солнечным светом гипофиз создает МСГ. МСГ стимулирует пигментацию кожи, но и также вызывает анорексию (подавление голода). Введение МСГ в боковые желудочки грызунов приводило к подавлению всасывания пищи. Таким образом, было доказано физиологическое подавление аппетита под воздействием МСГ. Однако, сангейзинг (смотрение солнца) усиливает этот механизм. МСГ приводит к повышению метаболизма и ускоряет потерю веса

в течение голодания, повышая расход запасов жира.

Уровень производства серотонина мозгом прямо связан с преобладанием продолжительности яркого солнечного света и повышался быстро с увеличением яркости. Для преобразования триптофана в серотонин требуется витамин В6. При потреблении большего количества белка, чем вам необходимо (при ожорстве), требуется избыток витамина В6 (а также В12 и фолиевой кислоты). Потребление избыточного количества белковой пищи подавляет производство серотонина и повышает уровень фенилаланина в крови. Аминокислота фенилаланин подавляет производство серотонина. Потребление избытка белка повышает также уровень лейцина в крови. Аминокислота лейцин усиливает триптофан – пирролазу, которая разлагает триптофан. Обычной причиной ожирения является недостаток серотонина. Симптомы включают в себя сильное желание сладкого, острое до навязчивости желание поесть, депрессии, беспокойство и фобии.

В результате сдерживания аппетита повышается оборот серотонина в мозге. Солнечный свет или усиленный солнечный свет стимулируют шишковидную железу, которая повышает обмен веществ. Мелатонин производится в отсутствие солнечного света шишковидной железой. Стресс, рафинированный сахар и другие факторы повышают вывод эпинефрина, который также будет повышать продукцию мелатонина. Это является причиной стресса, приводящего к ожирению. Мелатонин подавляет секрецию гипофизом меланоцит-стимулирующего гормона (МСГ), который приводит к повышенному чувству голода. Вот почему голод трудно контролировать в течение ночи, и вот почему запрет на питание в праздник Рамадан сохраняется только до заката.

Мелатонин подавляет выделение инсулина поджелудочной железой и поэтому вызывает повышение сахара в кро-

ви. В противоположность этому, кальций и витамин Д стимулируют выделение инсулина. Облучение солнечным светом понижает сахар крови, стимулируя его сохранность в мышцах и кишечнике. Диабетикам приносит пользу умеренное количество солнечного света, но длительное облучение с позиции современных научных знаний не рекомендуется.

Шишковидная железа производит мелатонин из серотонина, вызывая снижение уровня серотонина. 22 пациента с булимией (плохим пищеварением) получали в течение 4-недельного опыта световой терапии от 30 минут до часа в течение каждой сессии. 10 из 22 пациентов имели полную ремиссию от депрессивных симптомов, предшествовавших опыту, а у остальных наблюдалось значительное улучшение состояния.

Норман Розенталь, клинический профессор психиатрии Джорджтаунского университета Школы Медицины в Вашингтоне, верит, что свет действует на мозг таким путем, что ведет к уменьшению необходимости питаться и снижает само чувство голода, которое приходит с очищением организма. Розенталь также сказал, что свет повышает уровень серотонина в мозгу, химически влияя



на настроение, что также регулирует чувство «насыщения» – чувство наполненности после еды.

Вегетарианская пища и диета сыроедов исключительно бедна или полностью не содержит витамин Д, который нуждается в ультрафиолетовом спектре солнечного света. Ожирение также связано с дефицитом витамина Д. Фактически толстые люди вредят производству витамина Д, связанного с ультрафиолетовым светом. Когда при диете теряется кальций либо ощущается дефицит Д или кальция, наблюдается повышение синтазы в жирных кислотах, фермента, который конвертирует (преобразовывает) калории в жир.

ПРОДОЛЖЕНИЕ НА СТР. 23

ПРОДОЛЖЕНИЕ. НАЧАЛО НА СТР. 22

Более высокие уровни кальция с адекватным количеством витамина Д подавляют синтезу жирной кислоты, в то время как низкокальциевая диета повышает синтезу жирной кислоты в 4 раза.

В одной работе генетически толстые крысы теряли 60% своего внутреннего жира за 6 недель на диете, которая имела среднее уменьшение калорий, но была высока кальцием. Все крысы, подкрепленные кальцием, показали повышенную температуру тела, указывая на сдвиг от запаса калорий до их сжигания (термогенезис).

(По данным интернет-сайта <http://www.rawpaleodiet.org/sungazing/copyright.html>)

* * *

Что, сложно читается? А вы думали: наука – это так просто! Ничего подобного, наука – это самая замурднённая мудрость нашего времени!.. Хорошо сказал! Однако для некоторых могу и перевести эту статью на русский язык. Суть здесь в следующем. Смотрите солнышко по утрам или вечером, и со временем чувство голода вам перестанет грозить кулаком. Ну, ладно, если не верите мне, подстрахуюсь ещё одним товарищем, «нашим» товарищем из Запорожья.

Целитель Н. Н. Дубровский уже два года питается только солнышком и чувствует себя замечательно. «Сегодня мой рацион таков: горячая вода с мёдом, сливками или сухим молоком, с добавлением специй для ухи, в которых содержатся соль и перец. И все. В день выпиваю 10-15 кружек, в зависимости от потребностей организма. Вода должна быть «живой», доведенной не до кипения, а до первых пузырей, это очень важно. Всю остальную энергию мне дают пространство и солнце» (газета «Суббота-плюс», 22.09.2005). В свои 49 лет он выглядит лет на 10 моложе: «Живу так, как подсказывает душа. Зимой и летом хожу босиком, сплю на улице, бывает, ночую на Хортице, где сам Бог дает силы. В любую погоду езжу на велосипеде. Физически чувствую себя очень хорошо, могу, например, 25 раз отжаться на одной руке». У него есть последователи, в городе Запорожье их уже более 10 человек.

Но это в теплой Украине, а как же процесс солнцесмотрения идет у нас? Так вот, други мои, расскажу вам теперича, как дело обстояло дальше. Ну, в том смысле, как мы смотрели солнышко во второй половине срока (после 23 минут). Это, братцы, скажу я вам, не фунт изюму, и не всякие там хухры-мухры, а Сибирь-матушка с её суровой правдой жизни в виде климата! Однако весной, после замороженной

зимы смотреть приятно и радостно: птицы по утрам поют, настроение поднимают, но, правда, холодно все равно, телогрейка и шерстяные носки – лучшие друзья по утрам. Зато вечером сплошной идеализм, особенно если нет ветра. Весна полна циклонов и сильных ветров, которые никак не дают сосредоточиться, потому как – холодно! Небо по сравнению с зимой все чаще омрачается тучами, и оставляет солнцу немного времени, хотя все же главная проблема весной – это непрерывный сильный ветер, от которого не спрятаться.

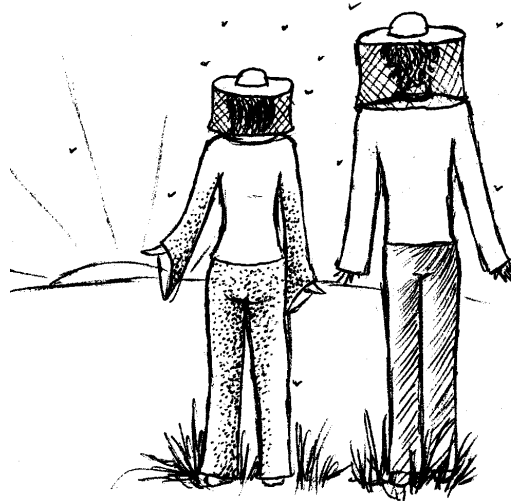
К 30 минутам мы подошли достаточно быстро, однако после этого началась нуднятина с тяготиной: то ветра и циклоны с осадками, то вдруг тайга начала гореть, и солнце сразу скрылось в багровой мути. На него хоть утром, хоть днем, хоть вечером можно смотреть, а можно вообще не смотреть, потому как толку от этого мало. К тому же оттого что полчаса – это большой временной промежуток, не всегда стало возможно полностью его охватить: солнце то зайдет за тучу, то скроется в мути, и так почти каждый вечер и утро, особенно вечер. Когда смотришь 3-5-10 минут, то уловить его в этот период еще можно, но спокойных полчаса, увы, найти сложно. К тому же постепенно вечером стали появляться комарики, сначала большие как авиалайнеры – и гудят почти также, а потом и их потомство – ма-аленькие такие, но шустрые, только здесь летал, глядь, а он уже впился. Утром в этом плане лучше. Хоть и холодная почва – босиком не постоишь, ноги стынют – земля еще не оттаяла в глубине и не прогрелась, и поэтому сразу могут начаться неполадки с мочевой системой – зато небо относительно чистое и комариков пока нет. К тому же интенсивные физические нагрузки в теплый период – летом (оно же в Сибири короткое, хочется всё успеть-переделать и подготовиться к долгой зиме) создают определенную проблему в том, чтобы проснуться утром около 6-00, положительно решить которую не всегда удается.

В итоге вся совокупность этих внешних факторов как-то притормозила развитие внутреннее. То есть спокойствие, уверенность, а также энергия проявлялись после сеанса как обычно, но не было тех сдвигов, о которых писал Хира Ратан Манек (см. газету «Живая Земля» №6 2005 г.).

ХРОНИКИ СОЛНЦЕСМОТРИТЕЛЯ-3

А с 30 до 35 минут вообще пошел мрачный период без солнца с затянутым небом и осадками, который растянулся на 2 месяца. Два дня смотрим – пять-шесть отдыхаем, затем опять два дня полуясных и снова пять-шесть с дождями. От такой вселенской сырости к быстроразмножающимся комарикам добавилась мошка – мелкие такие мухи, кусучие до крови, и гнус – самая мелкая грызущая мошка, которая любит больно кусать лоб у основания волос, шею и другие открытые части тела.

Вечером смотреть смысла нет: либо солнце отсутствует, либо насекомые заедают. А утром было хорошо только до тех пор, пока не пришло



лето, когда температура утром поднялась до выше +10 градусов. При таком тепле комары и гнус чувствуют себя как рыба в воде, где много корма. Приходится напяливать на себя все одежды, которые они не могут прокусить, а на голову еще и накомарник. Хотя, если честно, гнус все равно пролазит сквозь сетку и норovit цапнуть в какую-нибудь часть лица. Если добавить к этому руки в верхонках или в глубоких карманах, то чем лето – не зима?

Зато, если так упакуешься, то можно спокойно и уверенно отключиться и даже немного расслабиться при просмотре солнечного «видео».

Можно было бы заменить просмотр обыкновенным загаром, как предлагает ХРМ – 2 часа в день утром или вечером, если по каким-то причинам не удалось посмотреть. Но здесь подкарауливают паузы, оводы и мошки, и если хватает терпения, то можно и позагорать.

ОКОНЧАНИЕ НА СТР. 24

ХРОНИКИ

СОЛНЦЕСМОТРИТЕЛЯ

ОКОНЧАНИЕ. НАЧАЛО НА СТР. 22-23

Зато в городе и пригороде каждый сеанс – это огромное удовольствие. Никто не кусает, утром рано народу никакого празднично-любопытного нет, только небольшой городской шум слегка «фонит», но для привычных в городе ушей, это почти «полная тишина». И даже босиком можно стоять без боязни – не холодно, только место выбрать почище, а то город – как одна большая свалка: если не битое стекло от бутылок, то шприц, доска с гвоздями, просто острая железяка, или еще какая «бяка» везде найдется, которым место на городской помойке.

Так вот, други дорогие, чувствую, что, однако, мои записки могут вообще стать нескончаемыми, как сериал «Санта-Барбара», потому что начал эту часть как последнюю, а закончить никак не удается. Это я просто понял, что всё только начинается!!! Ну, ладно, так и быть – продолжение следует, но не буду загадывать и обещать, когда оно придет, и о чем будет речь. Но все-таки, на главный вопрос – стал ли я из смотрителя солнцеедом или нет, скажу честно. Нет, не стал, несмотря на прохождение к данному моменту почти полного курса исцеления (40 минут). Но подозреваю, что скоро могу им стать. Ведь, тихо так, незаметно, пищи в организм стало попадать чуток поменьше, и потребность в ней тоже поубавилась.

Ежели раньше было возможно переедание, особенно, когда очень голодный, а на красиво обставленном столе дымится вкуснейшая пища, то теперь в организме какой-то барьер не дает переполняться желудку, как будто насыщение наступает раньше, чем успеешь засунуть в рот очередной аппетитный кусок. Хотя у этого правила есть и исключения: в период длительного отсутствия солнца, а особенно при интенсивной физической нагрузке (а ее летом хоть отбавляй) всё идет, как в прежние времена.

Возможно, это сугубо индивидуально и присуще только мне и моей жене, а вас никогда не коснется, но всё же поступают сведения от тех, кто начал сангейзинг по этой же методе. Все, как один утверждают, что начали потихоньку худеть, и потребность в пище также слегка уменьшилась.

Вот такие фортели мелатонин с серотонином выкидывают! Понятно? Ну, тогда, до новых встреч!

Ваш солнцесмотритель

КАК ИЗБЕЖАТЬ ГЕНЕТИЧЕСКИ ИЗМЕНЕННЫХ ПРОДУКТОВ (ГИП)

(памятка для потребителя Великобритании)

1) ЧИТАЙТЕ ПРОДУКТОВЫЕ ЭТИКЕТКИ и избегайте основанных на сое ингредиентов, таких как соевая мука, соевое масло, лецитин и гидролизированный растительный протеин. Избегайте также кукурузо-основанных ингредиентов, как то: измененный крахмал, мука, масло и polenta.

2) ПОЛУЧАЙТЕ ВАШЕ ПИТАНИЕ ИЗ ПРОВЕРЕННЫХ ИСТОЧНИКОВ. Органических магазинов. Сертифицированные органические хлеб, молоко, масло, фрукты и овощи, детское питание, мука, растительное масло, шоколад, мороженое и фруктовые соки, и т.д.

3) СОКРАТИТЕ РАСХОДЫ НА ПРОИЗВЕДЕННЫЕ ПРОДУКТЫ, поскольку они более подвержены генетической модификации. Например, хлеб и молочные продукты, кушанья из круп, джемы, фруктовые соки, масло для стряпни, сладости, пища для похудения, напитки, вина и пиво и т.п. произведены с ГИ-энзимами. Если у вас возникли какие-либо сомнения по поводу составляющих продукта, связывайтесь с производителями.

4) ДОМАШНЕЕ МЯСО, хлеб, торты и сыр и т. п. обычно здоровее и более питательней, нежели их фабричные аналоги.

5) ИЗБЕГАЙТЕ ресторанов «быстрого приготовления» и «дешевых» продуктов, поскольку ГИП введены в них изначально.

6) ХЛЕБО-БУЛОЧНЫЕ изделия. Когда покупаете их, избегайте этикеток «улучшенная мука» и «мука, обработанная агентами», которые могут быть смесью ГИ-энзимов и добавок.

7) ИЗБЕГАЙТЕ маргарина. Предпочтение лучше отдать органическому маслу. Для свободной от молока диеты лучше использовать свободное от ГИ подсолнечное масло и т.п.

8) МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ и мясо животных, которых кормили ГИ соей и кукурузой, не обозначается как таковое. Предпочитайте им органическое молоко, масло, крем, сыр и т.п.

9) ШОКОЛАД может содержать лецитин ГИ сои и «растительный жир» и «сыворотку», которые подвергались действию ГИ. Предпочитайте органический шоколад. Отметим: все лецитины – это соевые лецитины. Их номер E322.

10) ПОКУПАЙТЕ ВНИМАТЕЛЬНО, поскольку рибофлавин (витамин B2) произведен из ГИ организмов. Он используется в детском питании, крупных полуфабрикатах, напитках и т.п.

11) РАССМАТРИВАЙТЕ добавки к здоровому питанию, витамины и медицинские: некоторые ингредиенты могут быть произведены биотехнологически. В США добавка триптофана в ГИП убила 37 потребителей и сделала совсем недееспособными более 1500 человек. Компания Boost the Chemist недавно заявила, что их фармацевтические продукты подвержены действию ГИ.

В течение последних 10 лет появились отчеты о ГИ версии человеческого инсулина, вызывающего диабетические проблемы для тех, кто использовал инсулин животных в течение года.

12) ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ЛИ ЭТО СВОБОДНО ОТ ГИ? При контакте с производителями требуйте письменного подтверждения, что продукт свободен от ГИ, но не пользуйтесь только тем, что слышите.

13) МЁД. Весь мед из Канады идет через пчел, собирающих его с рапсовых полей ГИ. На стаканчиках может быть написано «Улучшенный мед», «продукт из нескольких стран». Предпочитайте органический мед.

14) СУХОФРУКТЫ. Многие виды сухофруктов бывают покрыты маслом, отжатым из ГИ сои.

15) ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ. Избегайте всех импортируемых продуктов из Америки и Канады, поскольку эти страны продвинулись очень далеко по пути биотехнологического развития, чем наша. Избегайте покупать все фрукты и овощи, мороженое, молоко и молочные продукты, масло, соевый соус, шоколад, попкорн, жевательную резинку, продукты для здоровья, витамины, а также хлопок и одежду.

16) ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ. Отдых и развлечения в Америке или Канаде будут почти всегда включать потребление ГИ питания на регулярной основе (включая ГИ свежие фрукты и овощи). Большинство отелей, ресторанов и тематических парков (включая Диснейленд) уже вовлечены в эту индустрию. Старайтесь не питаться в этих местах, избегайте покупать пакированные полуфабрикаты, где это возможно. Большинство из долгохранящихся продуктов, типа мяса, закусок, сладостей и напитков подвергались действию ГМО.

*По материалам
<http://wkweb4.cableinet.co.uk/pbrown/index.htm>*

Кондитерские, хлебобулочные, мучные изделия, продукты быстрого приготовления

Компании, которые письменно подтвердили свой отказ от использования ГМИ (генетически модифицированных ингредиентов) при производстве продуктов питания.

- «Лама М», КФ (Ярославская обл.)
- «Ленинск – Кузнецкий хлебокомбинат», ОАО (Кемеровская обл.)
- «Линковский хлебозавод», ЗАО (Тульская обл.)
- «Липецкхлебмакаронпром», ОАО (Липецкая обл.)
- «Лысковский хлебозавод», ОАО (Нижегородская обл.)
- «Магнитогорский хлебокомбинат», ОАО (Челябинская обл.)
- «Марс» (т.м. «Марс», «Pedigree», «Uncle Bens»), ООО (Московская обл.)
- «Масконт ЛТД», ЗАО
- «Махариши продактс», ЗАО (г. Москва)
- «Медногорский хлебокомбинат», ГУП (Оренбургская обл.)
- «Мельник», ОАО (Алтайский край)
- «Мельничный комбинат № 3», ОАО (г. Москва)
- «Меридиан ПКП», ОАО (г. Москва)
- «Меридиан Плюс», ООО (г. Москва)
- «Михайловский хлебокомбинат», ОАО (Волгоградская обл.)
- «Москва Златоглавая», ОАО (г. Москва)
- «Москворечь», ОАО (г. Москва)
- «Московский мельничный комбинат № 3», ОАО (г. Москва)
- «МСК», ЗАО (г. Москва)
- «Навашинский хлеб», ОАО (Нижегородская обл.)
- «Невские берега», ОАО (г. Санкт-Петербург)
- «Нестле фуд», ООО (т.м. «Россия – щедрая душа», «Бон Пари», «Nescafe Classic», «Nuts», «Шок», «Золотая марка») (г. Москва)
- «Нефтекамский хлебокомбинат», ОАО (Респ. Башкортостан)
- «Нива – хлеб», ООО (г. Москва)
- «Нижегородский хлеб», ассоциация (Нижегородская обл.)
- «Ника – 2000», ООО (г. Москва)
- «Новая Столица», ЗАО (г. Москва)
- «Новгородхлеб», ОАО (Новгородская обл.)
- «Новосибхлеб», ОАО (Новосибирская обл.)
- «Объединенные кондитеры», ОАО (г. Москва)
- «Одинцовская кондитерская фабрика», ООО (Московская обл.)
- «ОЖ – 118/10», учреждение (Воронежская обл.)
- «Озерский сувенир», КП, ЗАО (Московская обл.)
- «Оникс», ЗАО (Читинская обл.)
- «Оренбургский хлебозавод № 1», ОАО (Оренбургская обл.)
- «Ореховхлеб», ОАО (Московская обл.)
- «Орловхлеб», ОАО (Орловская обл.)
- «Орловский хлебокомбинат», ОАО (Орловская обл.)
- «Ост – вест корпорейшн», группа компаний (г. Москва)

Компании, которые либо не отказались от использования ГМИ при производстве продуктов питания, либо не предоставили о себе информацию.

- «Лада-Хлеб», ОАО (Самарская обл.)
- «Лакомка», КФ, ОАО (Тульская обл.)
- «Ламзурь», ОАО (респ. Мордовия)
- «Лана», хлебокомбинат, ОАО (г. Санкт-Петербург)
- «Ленинский», хлебокомбинат, ОАО (Иркутская обл.)
- «Ликонф», КФ, ОАО (Липецкая обл.)
- «Любимый Край», кондитерское объединение, ЗАО (Ленинградская обл.)
- «Любятово», ОАО (Псковская обл.)
- «Малика ТМ», ООО (г. Москва)
- «Манхеттен-М», торговый дом, ООО (г. Москва)
- «Маринталь», ОАО (г. Санкт-Петербург)
- «Марийский Хлеб», республиканское ГУП (Респ. Марий Эл)
- «Махаон», ООО (Респ. Марий Эл)
- «МОРСБИ», ООО (г. Москва)
- «Моршанский», булочно-кондитерский комбинат, ОАО (Тамбовская обл.)
- «Московский пищекомбинат», ОАО (г. Москва)
- «Муринский», хлебозавод, ОАО (г. Санкт-Петербург)
- «Мурманский», хлебозавод (филиал) (Мурманская обл.)
- «Мэри ЛТД», ТОО (Челябинская обл.)
- «Набережночелнинский», горпищекомбинат, ОАО (Респ. Татарстан)
- «Нарвский», булочно-кондитерский комбинат, ОАО (г. Санкт-Петербург)
- «Находкинский», хлебокомбинат (Приморский край)
- «Невская Мельница», мукомольный комбинат, ОАО (г. Санкт-Петербург)
- «Нерюнгринский», пищекомбинат, МУП (Респ. Якутия)
- «Нижекамский», хлебокомбинат, ОАО (Респ. Татарстан)
- «Новотроицкий», комбинат хлебопродуктов, ОАО (Оренбургская обл.)
- «Новочебоксарский» хлебозавод, Республиканское ГУП (Чувашская Респ.)
- «Омский», булочно-кондитерский комбинат, ОАО (Омская обл.)
- «Опочецкий», хлебокомбинат, МУП (Псковская обл.)
- «Орелкондитер», ОАО (Орловская обл.)
- «Оренбургский», хлебокомбинат, ОАО (Оренбургская обл.)
- «Орские сладости», ООО (Оренбургская обл.)
- «Осмос», ЗАО (г. Москва)

Принятые в списках сокращения

ГУП – государственное унитарное предприятие; КФ – кондитерская фабрика; МУП – муниципальное унитарное предприятие; ПК – пищекомбинат; ТПГ – торгово-промышленная группа

Информация о компаниях-производителях взята из «Справочника потребителя» с сайта Гринпис России www.greenpeace.ru

Что необходимо учитывать при пользовании справочником?

* В справочнике содержится информация, полученная до 10 ноября 2005 г.

* Указанные в справочнике списки отражают только политику компаний в области применения ГМИ и применимы только в России.

* Гринпис провел лишь выборочные проверки, которые затронули не все компании, включенные в списки.

А. Четвергов

К первоистоков чувствам прикоснитесь...

ПРЕДИСЛОВИЕ

Впервые о дольменах я прочитал в книгах серии «Звенящие кедры России», написанных Владимиром Мегре. Тогда они меня не слишком заинтересовали: так, появилось новое слово в моём словаре, да и только. Но прошло некоторое время, и ситуация изменилась: дольмены поманили меня к себе.

...Возвращаясь в Москву, переполненный небывальными до сих пор чувствами, я задумался над тем, стоит или не стоит передать свои ощущения от поездки другим людям. И возникло понимание, что не только стоит, но я просто обязан это сделать. Для того чтобы ещё кто-то захотел сам приехать в эти места. Для того чтобы кто-то встрепенулся от спячки и захотел с новыми силами жить полноценно в мире, полном чудес и невероятных приключений. Для того чтобы больше людей узнало, в какой великой стране они живут. Для того чтобы подарить тебе что-то новое, дорогой читатель. Разве для того Создатель дал мне Дар, чтоб прятал я его от людей?..

ЧУВСТВА ПЕРВОИСТОКОВ

(эту главу лучше читать вдумчиво и с выражением, вставая в образы. Можно и вслух)

Пиада. Чудесный и славный посёлок, расположенный недалеко от Геленджика. Его окрестности густо усыпаны дольменами, многие из которых сохранили свой первозданный вид, хотя немало и сложенных тяжёстью прошедших тысячелетий. Этот посёлок и некоторые из расположенных рядом с ним дольменов я посетил несколько раз. Одного раза здесь явно недостаточно. Быстрее бы собраться вновь в дорогу...

Однажды утром, когда Солнце поднялось уже довольно высоко и радостно освещало своими тёплыми лучами полянку бардов и палаточный городок на полянке, из лагеря вышла разнополая, разновозрастная и пёстрая группа людей, которые бодро зашагали в сторону дороги. Это мы, возглавляемые в качестве проводника Людмилой из Чебоксар, решили ознакомиться с дольменами Пиады.

К тому времени я уже несколько дней находился в Возрождении и оз-

накопился со многими местными достопримечательностями, поэтому свежие впечатления были просто необходимы мне. Доехав в рейсовом автобусе до Пиады, наша компания рассредоточилась по рынку, закупая арбуз, дыню и необходимые пищевые припасы для того, чтобы организмы не усохли от недоедания и переизбытка движений. Убедившись, что смерть от голода нас в этот раз, может быть, и не коснётся, мы сгруппировались по мере возможности, образовав совокупность мелких групп по интересам и, с Людмилой во главе, двинулись в путь.

Минуты через три после начала нашего перемещения по незнакомой местности я почувствовал в себе некие довольно необычные на тот момент ощущения. Сейчас-то я эти чувства частенько могу и самостоятельно вызывать и передавать окружающим, но тогда это было в диковинку. Единственный раз до этого я испытывал схожие сильные эмоции лишь во время материализации фантома М.Норбекова однажды ночью в квартире у Натальи и Миши из Москвы, где я тогда обитал, во время специальных тренировок. Но тогда было предупреждение о возможности необычных ощущений, а сейчас всё происходило без всякого на то предостережения.

Нежность. Нежность. Нежность. Светлая нежность в груди. Сильное, мощное, светлое чувство. Близость с другими, идущими рядом людьми. Чистое Счастье, разлитое щедро внутри. Бьющее через край искрящимся лёгким потоком. Чудо волшебное, за руку взял Юлю из Тулы, она – Лену из Ставрополя. Я не иду, а лечу, потихонечку млея. Жажда Любви бескорыстной, прозрачной. Вот поворот и подходим всей группой к дольмену. Вот, значит, кто сотворил это славное чудо! Какой интересный дольмен, необычный: высеченный из цельного камня, прикрытый лишь сверху отдельной плитой. Замшелый от влажности, стоит, покосившись немного, в тени.

Мысли о маме. Такое чувство, что рядом она, гладит меня по макушке и обнимает ласково и нежно. Материнская Любовь, очень сильная. Аж зарыдал я, лавиной чувств захлебнувшись. Может быть, это и есть тот дольмен, который описывал в книгах своих Владимир Мегре, с прамамочкой Анастасии?

Долго стоял я, к дольмену прильнув, скинув под дерево тапочки, босыми ногами ощущая Землю-Матушку, чувствуя связь с ней и вдруг... Я понял всем

телом как будто, не разумом только, что благословлён на свершение, достойное звания Человека! Достойное сына Земли! Почувствовал я, что готова всегда мне помочь, в каком бы дремучем и страшном овраге я не очутился случайно, моя Мать-Земля! Точнее, не только лишь мне, и не только своим она помошь с главой погружившись. Ломая, терзая Планету живую свою. Не думали дети, все чувства свои притупив, как больно и тяжело Земле от насилья. Как горько ей видеть безумства сошедших с ума сыновей, дочерей! Но терпит она, надежды своей не теряя... Ждёт, с болью, в слезах, когда возвратятся к ней дети... Забывшие про благодарность родителям за чудо рождения...

Не плачь, Мать-Земля, прозревают уж люди! Всё больше и больше глазёнки свои раскрывают. Моргают от Света и шуряются все с непривычки. И недоумение входит в сердца золотые: неужто весь этот бардак и нелепость, покрывший Планету густой паутиной, и я сотворил? Как такое случилось?

РАСПИСАНИЕ

ближайших заседаний клуба «Гармония»:

4 СЕНТЯБРЯ, пн
2 ОКТЯБРЯ, пн
6 НОЯБРЯ, пн
4 ДЕКАБРЯ, пн

Примерные темы:

1. Новости и теория биодинамики;
2. Биодинамическая практика;
3. Питание с точки зрения биодинамики;
4. Различные подходы к царствам природы;
5. Исцели себя сам.

Заседания клуба «Гармония» проходят с 17-00 до 19-30 по адресу: г. Иркутск, ул. Лермонтова, 104, в здании Иркутского геологоразведочного техникума (ост. «Политех»). Перед заседанием можно приобрести биодинамические препараты, литературу, газету «Живая земля», а также продукт пчеловодства – пергу и изделия из кедра.

К первоистоков чувствам

прикоснитесь...

ПРОДОЛЖЕНИЕ. НАЧАЛО НА СТР. 26

Где разум мой был, в каком наркотическом забытье он летал и метался? Но слава Всевышнему: всё ж я очнулся! Теперь по-другому я буду на Землю смотреть: протёр я глазёнки, омыл ключевую водою. Спасибо тебе за терпенье, родная! Не зря ты так долго ждала, дождалась! Леса посажу я, очищу моря, и вновь улыбнётся мне мать Земля. За дело!

Нежность. Нежность. Нежность.

Очнувшись, я посмотрел вокруг. Мои товарищи, братья и сёстры рассредоточились вокруг дольмена. Кто-то лежал в лесу, задумчиво глядя в синее бескрайнее небо, кто-то сидел, прислонившись к дольмену или на обломке скалы рядом (кто-то мне говорил, что это, якобы, остатки дольмена атлантов), кто-то стоял рядом с тропинкой... Родные и близкие люди...

В это время на тропинке показалась идущая к дольмену Наташа Патокина с младенцем-сыном на руках, приехавшая следующим за нашим автобусом. И сразу полноценная связь с дольменом прервалась. Как будто погладили на прощание ладошкой тёплой по голове с улыбкой. Прости, но появились люди, которым больше я нужна, желаю Счастья!

Наташа присела рядом с дольменом на солнечное место и, тихо напевая нежную песенку, стала кормить ребёнка грудью. Прекрасное, улыбающееся от внутренней радости лицо счастливой матери... Светящееся от Любви... Какое чудо! Представил я в тот миг, как мой ребёнок сосёт у Окси грудь довольно... Причмокивая, наслаждаясь вкусом тёплым молока... А ведь живём уже почти пять лет вместе... Но скоро, скоро я почувствую отцовства радость чистую в груди! И зазвонит ещё один малыш счастливый на нашей ласковой Земле, сияя лучиком своим.

Тихонько собравшись, мы пошли дальше, оставив Наташу и ещё пару человек у этого необычного дольмена. Подумать только, кто-то skleпями, гробницами считает их! Живых людей, потомков ждущих терпеливо, чтоб передать им свои чувства...

Дорога, вьющаяся вдоль берегов речки с одноимённым посёлку названием, то и дело норовила забраться в воду. Речка немного шире, чем Жене, но, судя по вывернутым с корнями

деревьям, во множестве лежащих на её берегах, причём зачастую довольно далеко от воды, нрав реки не отличается спокойствием во времена половодья. Прозрачная прохладная вода. Стайки рыбок в омутках. Галечное в основном дно. Быстрое в местах сужения и на перекатах течение. Ласковое Солнце и замечательное настроение...

Наконец, дорога и Людмила вывели нашу тёплую компанию к деревне дольменов. Так называемое «восьмидольменье». Местечко это уже обжили, разбив палатку, Алексей и две девушки с ним из Липецка. Мы быстро и весело уничтожили арбуз и дыню, совместны-

точном соответствии с пожеланиями самих духов для того, чтобы информация, «записанная» на кристаллы песчаника (т.е. сам Дух (?), имеющий энергоинформационную сущность), доходила до посетителей в неискажённом виде. С точки зрения дольменов, разрушенные и раскиданные по земле плиты лучше, чем «реставрированные» неподготовленными к этому людьми. Такое у меня возникло понимание внутри, хотя никаких таких голосов я не слышу. К тому же, это моё соображение подтвердили и некоторые люди, обменивающиеся с дольменами информацией.

Когда мы героически расправились с пищевыми припасами, Людмила повела нас через молоденький яблоневый сад к следующему дольмену. Ого! Весь вид его внушал почтенье. Массивный, мощный, солидный, похожий на танк времён гражданской войны.

— А этот дольмен что даёт? — поинтересовался кто-то.

— Попробуйте сами почувствовать, — уклончиво ответила Люда. Как и следует отвечать на подобные вопросы хорошему проводнику.

Я встал босиком рядом с дольменом и с трепетом возложил руки на его крышу.

«Здравствуй, брат! — сказал я в уме с чувством симпатии. — Как жизнь, как настроение?».

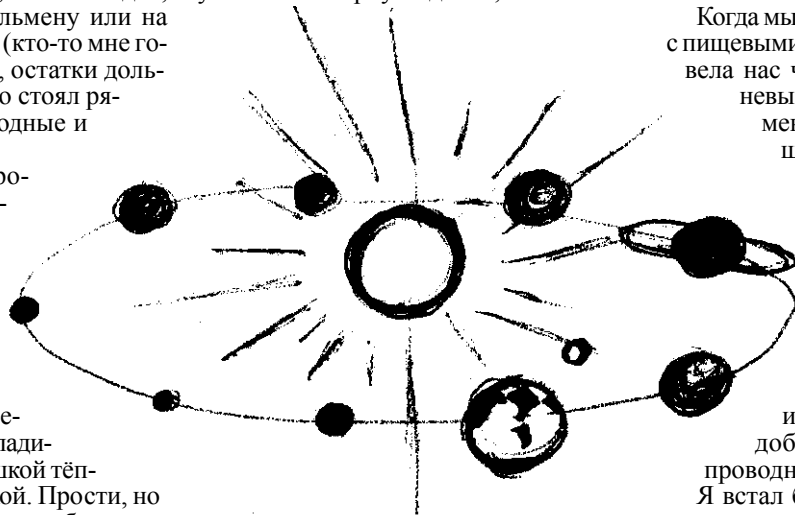
И создал образ дружеского рукопожатия. В ответ нахлынула волна... Октава!

Плечи сами собой распрямились, осанка выправилась, в душе...

Сила. Достоинство. Доблесть. Октава.

Я — Победитель. Мой Дух — негибаем. Воля — железная, мощь — беспримерная. Сила, Любовь, Мужество, Храбрость: вот что внутри побеждает усталость. Цель — достижима, пусть даже далёкая. Вижу вершину: какая высокая! Снег на вершине призывно искрится, небо над целью Светом лучится. С грохотом я прохожу сквозь преграды. Я ведь иду в те края, где мне рады. Мне помогает вся Бесконечность, я пролетаю из Вечности — в Вечность. Я помогаю другим на Пути, чтобы нам дальше вместе идти. Сила плюс Сила — нас не сломить. Наше движение не остановит. Я — Победитель, и ты — Властелин.

ОКОНЧАНИЕ НА СТР. 28



ми усилиями оставив от них лишь тонкие корочки, и тут раздался шум подъезжающей грузовой машины, из которой выскочили трое мужиков и по-хозяйски направились в нашу сторону.

— Здравствуйте! — дружелюбно поприветствовали мы их.

Они в ответ пробормотали что-то похожее на приветствие и, встав недалеко, принялись озирать окрестности, о чём-то громко разговаривая, всем своим видом показывая некоторое превосходство над нами. Лёша объяснил нам, что эти люди его уже навещали и что они то ли собираются арендовать, то ли уже арендовали весь прилегающий к восьмидольменью район, с целью собирать дань с туристов. Меня поразило это сообщение. Сразу вспомнился гениальный великий комбинатор Остап Бендер, подобным образом заколачивавший деньги на природной достопримечательности, Провале. Если есть Провал, то почему бы не заработать на нём? Если есть дольмены и люди, желающие их посещать...

Сейчас я понимаю, что главное, чтобы арендаторы и археологи не пытались реставрировать дольмены. Дело в том, что плиты в них должны располагаться в

К первоисточкам чувств прикоснитесь...

ОКОНЧАНИЕ. НАЧАЛО НА СТР. 26-27

Сминаем препятствия, как пластилин. Цель – высока, и прекрасно сияет. Но между нами пропасть зияет. Это – проблема не для меня. Эта проблема и не для тебя. Крылья взметнулись и мы полетели. Мощный рывок, и вот мы у цели!

Счастье, Любовь, Сила, Отвага. Новая цель впереди, за оврагом. Мир – бесконечен, прекрасен и вечен. Сильные Духом – не знают преград. Мир бесконечный им искренне рад. Я – Победитель, и ты – Победитель. Светлая Доблесть – наш путеводитель.

Сила. Достоинство. Доблесть. Отвага. Мужество. Рыцарство. Честь. Благодородство.

Какой замечательный дольмен! Благодарю тебя, брат, за эти восхитительные чувства! Я знаю, что я – Победитель! Я знаю, что препятствий передо мной нет! Я знаю, что я могу достигнуть любой цели! Я знаю, что вся Вселенная придёт мне на помощь в трудный момент, так же, как я приду на помощь другому нуждающемуся в ней Человеку или инопланетянину!

К сожалению, мы спешили. Я попрощался с дольменом с чувством искренней признательности и пообещал ему и себе, что ещё вернусь. И не один.

Следующий дольмен располагался за грушевым садом. Сад привлёк наше внимание свисающими с веток многочисленными грушами, которые прекрасно утоляли жажду. Мы в душе поблагодарили Создателя и владельцев сада, и с чистой совестью отведали груш, сколько позволили желудки. Возле этого дольмена группа не стала останавливаться, но я почему-то задержался.

Привычно поздоровавшись, с внутренним теплом и доверием я прикоснулся руками к его крыше, да так и замер. Что-то интересное. Я не смог однозначно охарактеризовать те вибрации, что пошли по моему телу после соединения с дольменом. Но, свято веря в то, что Дух не сможет и не пожелает причинить мне вреда, полностью раскрылся, позволяя неизвестной энергии свободно протекать по

телу. Так я, с чистым сознанием и полным отсутствием мыслей в голове простоял минут десять, пока шла работа над моим телом. Позже Аня Усачёва объяснила мне, что дольмен подключил меня к процессу трансформации. Я уже обещал растолковать значение этого процесса? Значит, растолкую.

Когда вибрации прекратились, я понял, что могу спокойно идти дальше. Поблагодарив дольмен, я побежал догонять своих товарищей, которые, судя по голосам, обосновались где-то на вершине холма. Поднимаясь по склону, я заметил возле тропинки разрушенный дольмен: несколько нагромождённых друг на друга замшелых плит. Случайно наступив босой ногой на одну из них, я буквально застыл на месте, ох-



ваченный волной необычных чувств. Вещи полетели в рядом растущие кусты, а я, смеясь и плача, стоял на плите, забыв обо всем на свете.

Девичья, искренняя, непосредственная, танцующая и весёлая Любовь.

Я – девушка-птица! Здравствуй, любимый! Как долго ждала я тебя! Вечность. Пойдём же со мной, веселясь и смеясь, цветущей тропой в бесконечность! Ты видишь, как сказочный лес улыбается нам? Ты видишь, как райские птицы летят по небесным волнам? Ты слышишь, как радостно плещет игривый прибой? Ты слышишь, как песню поёт нам с тобой живая Земля? Ой-ля-ля, тру-ля-ля! Хи-хи!

Ты чувствуешь, крылья растут за спиной? Доверься им, милый, лети вслед за мной! Всё выше, и выше, в небесную синь, оттуда видны такие просторы!

Смотри, как смеются высокие горы! Смотри, как нам рад задорный бродяга-ветер! Почувствуй, как солнечный луч ласков и светел! Проникнись Любовью Творца, милый! Откроем друг другу сердца, любимый! Смотри, вот в груди моей Солнце Любовью сияет! От нашей с тобою Любви и старый, холодный ледник растает!

Давай потанцуем в небесных просторах и вычертим танцем такие узоры! Чтоб понял любой случайный прохожий, на нас с тобой светом душевным похожий, как много Любви в бесконечной Вселенной, искрящейся, радостной и вдохновенной!

Искрится Любовь без условий, сияет, от света её другая Любовь вырастает. Лучится, цветёт, веселится, сверкает, горячим, целебным теплом обжигает! Прекрасные крылья даны всем влюблённым, для чудных полётов над чудной Землёй! Любимый, весёлый, родной Человек, лети вместе с нами за вечной Весной!

Такая чистота, открытость, искренность, доверие, Любовь! Весёлая, радостная, искрящаяся, почти детская! Спасибо тебе, танцующая девушка! Спасибо за этот поток, такой чистый и освежающий! Я представил себе Оксю на месте весёлой девушки-птицы, и меня окутало невыразимое словами Счастье! Спасибо, милая!

Однажды я слышал, что духи дольменов вскоре начнут вновь воплощаться на Земле, в семьях, живущих в искренней Любви и согласии. Я мысленно предложил девушке-птице воплотиться в нашего с Оксей ребёнка, на что получил новую порцию весёлой и радостной Любви, чуть не захлебнулся в потоке волшебных чувств. Но позже, когда мы были здесь с Галей, Аней и Женей, они сообщили мне, что Дух дольмена ещё не выполнил своё предназначение и не готов к воплощению. Если и так, то это, может, и к лучшему. Пусть и другие люди почувствуют непосредственность и чистоту Любви Первоисточков!

Ну вот и закончилась наша экскурсия. В этот день Вселенная была к нам благосклонна, и мы всей группой, вдвоятером, уехали из Пшады авто-стопом. Но про это я уже упоминал.

Газета «Живая земля»

Редактор и учредитель У. С. Тужилина
Авторы: С. Тужилин, Л. Тужилина, Л. Ермакова, А. Илинская, В. Семнадцатый, Наташа, С. Тужилина, У. Тужилина, А. Четвергов

Рисунки Антонины Мухиной
Адрес для писем: 664017 г. Иркутск, а/я 215
E-mail: bdsib@land.ru
Адрес в Интернете: <http://biodynamics-sib.narod.ru>
Тираж 300 экз.

Отпечатано в типографии рекламно-издательской фирмы «Слобода». Адрес: г. Иркутск, ул. Свердлова, 26а.

Цена свободная
Телефон для связи по работе клуба «Гармония»: (3952) 51 46 61
Газета зарегистрирована в Восточно-Сибирском межрегиональном территориальном управлении Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. Свидетельство ПИ №13-0569 от 17 декабря 2003 года. При перепечатке ссылка на газету «Живая земля» обязательна. Точка зрения авторов не всегда совпадает с редакторской.