

# БЫТЬ ДОБРУ!

№ 11 / 2022

Публицистический  
литературно-художественный  
журнал

*Журнал издаётся на народные средства.  
Благодарим всех, кто оказывает помощь  
в подготовке и печати журнала и авторов,  
присылающих свои материалы  
в редакцию журнала!*

**РАСКРЫВАЕМ  
ТАЛАНТЫ**

**ЧТО ТАКОЕ БУКВИЦА  
И ЗАЧЕМ ЭТИМ БУКВИЦАМ  
ИМЕНА?**

**РАСТИ, МАЛЫШ!**

**СЛЁЗЫ ОСЕНИ НА РЕСНИЦАХ СЕНТЯБРЯ...**



*И с каждой осенью я расцветаю вновь.*  
А.С. Пушкин

Наступила осень... Её дыхание ощущалось уже в середине жаркого августа, когда прохладный ветерок нет-нет, да и доносил пряный запах листвы деревьев, готовящихся к зимнему сну. Дети пошли в школу, кто-то в первый раз, а кто-то продолжает своё обучение...

Мы все пришли в этот Мир, чтобы учиться. Жизнь — замечательный Учитель. Идя по дороге Жизни, мы ищем своё предназначение, учимся общаться и Любить, взаимодействуя с окружающей нас действительностью и Природой.

Осенняя пора — свежий прохладный воздух, затяжные дожди и падающие листья настраивают нас на философский лад и создают задумчивое настроение. В это время люди задумываются о смысле жизни, о своём месте в обществе, о своих делах, уже совершённых и которые ещё предстоит совершить. Собран урожай и появляется больше свободного времени, чтобы заняться своим самосовершенствованием.

Осень — это пора вдохновения и творческого подъёма. Константин Паустовский в своей повести «Золотая роза» так описывает особенности влияния осени на творчество:

«Осень вносит в природу скупой рисунок. Багрец и золото лесов и роц рдеют с каждым часом, усиливая резкость линий, оставляя обнажённые ветви. Глаз привыкает к ясности осеннего пейзажа. Эта ясность постепенно завладевает сознанием, воображением, рукой писателя. Ключ поэзии и прозы бьёт чистой ледяной водой, в ней изредка лишь позванивают льдинки. Голова свежа, сердце стучит сильно и ровно. Только немного зябнут пальцы. К осени созревает урожай человеческих дум. Об этом хорошо сказал Баратынский: «И спеет жатва дорогая, и в зёрнах дум её собираешь ты, судеб людских достигнув полноты».

*Доброй вам осени, друзья!*

<b>Коротко о главном.</b> Школа творчества . . . . .	2
Автор Осипова Ю. В.	
<b>Коротко о главном.</b> Раскрываем таланты . . . . .	4
Автор Инна Ангеловская	
<b>Хозяйский подход.</b> Зодчий — правитель. Архитектура и политика . . . . .	6
Автор Фёдор Владимирович Качалко	
<b>Дыхание времён.</b> Что такое буквица и зачем этим буквицам имена? . . . . .	10
Автор Александр Владимирович Гарбацевич	
<b>Дыхание времён.</b> Выводы из сравнения письменности разных веков . . . . .	12
Автор Татьяна Витальевна Спицына	
<b>Дыхание времён.</b> Смысл Числа . . . . .	15
Автор Открытая Славянская Академия	
<b>Литературная страничка.</b> Коло . . . . .	16
Мария Савельевна Боброва	
<b>Литературная страничка.</b> Хранители Земли Русской . . . . .	17
Автор Александр Фёдорович Соколов	
<b>Поэзия</b>	
<b>Сильные духом.</b> Вторая мировая. Мифы о «вине» СССР . . . . .	23
Автор Евгений Дунаев	
<b>Здрава.</b> Расти, малыш! . . . . .	28
Автор Светлана Анатольевна Паршакова (Светлада)	
<b>Здрава.</b> Вирус подсознания . . . . .	31
Автор Вестник Родовых Поместий	
<b>Про Русь и славян.</b> Клубье тѣло . . . . .	33
Автор Василиса	
<b>Про Русь и славян.</b> Спасём планету красотой: Град Светлый . . . . .	36
Автор Наталия Сергеевна Задонская (Велеславия)	
<b>Былины и сказы.</b> Сказ Кота учёного . . . . .	40
Автор Всеславъ	
<b>Былины и сказы.</b> Спасённое королевство . . . . .	47
Автор Ясна Малицкая	
<b>Былины и сказы.</b> Дождевой мишка . . . . .	50
Автор Максим Макаренко	
<b>Хозяйке на заметку.</b> Нежные огурчики . . . . .	52
Автор Ольга Малофеева	
<b>Хозяйке на заметку.</b> Народные средства для улучшения памяти . . . . .	54
Автор ЭкоЛавка «Сказочное здоровье»	

# РАСКРЫВАЕМ ТАЛАНТЫ

Автор **Инна Ангеловская**



**П**о основному образованию я психолог. С юных лет меня интересовали вопросы познания человеком себя, окружающего мира, смысла жизни всего сущего, вопросы мироздания, и почему наша жизнь устроена именно так, а не как-то иначе. Постепенно, изучая психологию, философию, эзотерику, астрологию и даже нумерологию, я почти приблизилась к разгадке всех этих вопросов. Надеюсь, в сотрудничестве с Народным Славянским Радио и со всеми нашими единомышленниками мы сможем познать ту самую, единственную истину и обрести радость жизни в гармонии с самими собой и окружающим миром! Быть добру, дорогие мои!

Вы когда-нибудь задумывались о том, что Вы талантливый человек?

Да, да, именно Вы! Как, впрочем, и все живущие на белом свете люди являются талантливыми от рождения.

Каждого из нас природа создала уникальным и неповторимым. Из всех возможных вариантов мы появились на свет именно такими, какие мы есть, с определённым цветом глаз, волос, кожи, именно в этот день и час, именно у этих родителей со своими индивидуальными, генетически заложенными способностями.

Абсолютно у каждого из нас есть свои таланты и способности.

Человек приходит в этот мир, чтобы получить новые знания, опыт, усовершенствовать себя и, исходя из собственных способностей, «улучшить» мир, по возможности.

Что я понимаю под «улучшением»? Скорее всего, это повышение духовности и осознанности человека, сохранение Природы и поддержание её естественного состояния, передача и преумножение знаний и жизненного опыта по жизнеустройству от старшего поколения — младшему, воспи-

тание детей во здравии во всех отношениях... Талантов в этом мире огромное множество: почти столько же, сколько и людей.

Кто-то умеет талантливо обучать других и передавать знания; кто-то имеет талант целительства — не только традиционными методами, но и, как говорят, «добрым словом»; кто-то имеет творческие

Именно это занятие вызывает у ребёнка интерес, повышает его любознательность, приносит радость и хорошее настроение.

Когда человек трудится с радостью, он, скорее всего, будет счастлив.

Представляете, какое у нас будет прекрасное и счастливое общество, страна, мир, если каждый



способности всех видов и направлений: музыка, литература, живопись, рукоделие и многие другие; кто-то — прекрасный организатор, строитель, агроном, конструктор... В мире большое множество полезных профессий и занятий, к которым у всех есть способности; безусловно, у каждого они свои.

Родители, помогая своим детям выявить и развить их таланты с раннего детства, смогут избавить своих деток от проблемы профориентации и самоопределения в их будущей взрослой жизни. От этого во многом зависит, будет ли ваш ребёнок счастливой и гармоничной личностью. Если человек вовремя сможет понять свои таланты, то в дальнейшем будет способен реализовать себя, занявшись любимым делом.

Как определить, к чему склонен ваш ребёнок, и какими он обладает талантами?

Самое очевидное — у него это хорошо получается.

будет занят любимым делом? Помимо того, что значительно уменьшится число неудовлетворённых жизнью людей, повысится общий уровень благосостояния, потому как всё, что делается «с любовью» — качественно, долговечно и приносит пользу окружающим.

И, как следствие, основную задачу человека по «улучшению» мира, себя и оказание помощи в «улучшении» себя ближнему будет значительно легче выполнить!

Вот такая получилась нехитрая логика...

Все базовые основы психики у человека формируются в детстве. Поэтому родителям архиважно позаботиться обо всех видах здоровья ребёнка. И физического, и психологического.

Вывод моего повествования прост: все мы уникальны, все мы талантливы, все мы имеем право на любимое дело!

# ЗОДЧИЙ — ПРАВИТЕЛЬ АРХИТЕКТУРА И ПОЛИТИКА

Автор **Фёдор Владимирович Качалко**. Новороссийск

*Духовный искатель. Являюсь архитектором по образованию и призванию. Занимаюсь комплексом физических и духовных практик.*

**М**еханизм устройства города можно сравнить с компьютером. Компьютер, как и любое другое электронное устройство имеет две составляющие — аппаратное и программное обеспечение. Другими словами, он состоит из физических деталей и программного кода, который управляет этими самыми деталями. В случае полного согласования и исправности обеих составляющих устройство работает верно. Здесь важна совместимость программ и устройств, а также единоличность исполнения как программ, так и оборудования. В случае нарушения этих правил система понижает производительность, работает со сбоями или вовсе выходит из строя. Самое главное, что здесь необходимо выделить, каждая программа или драйвер безусловно должен знать всё о своей материальной составляющей, для успешной работы.

Теперь спроецируем описанный образ в города. В этом случае роль оборудования выполняет архитектурная среда, а роль программного обеспечения — глава города, руководитель или мэр, как сейчас принято. Сразу зададим себе вопрос — зна-

ет ли обычный современный мэр все тонкости городского устройства, планирования территории, может ли выбирать жизнеспособные проектные решения и связывать воедино политику и градостроительство, какими знаниями он руководствуется, принимая градостроительные решения? Ответ очевиден, но в каждом правиле есть исключения, о таком случае сейчас и пойдёт речь.

## Опыт Куритибы

В Бразилии существует город, в котором согласование архитектуры и политики доведено до совершенства, это Куритиба. На сегодняшний день это многомиллионный город назван экологической столицей Бразилии. В нём решены практически все крупные проблемы мегаполиса.

В середине прошлого века архитектор Жайме Лернер предложил властям генплан и программу развития города, которые были приняты к реализации. Позже он стал мэром и проводил комплексную политику, так же Лернер избирался в качестве

губернатора штата. Будучи в первую очередь архитектором и имея команду единомышленников, ему удалось исправить механизм безнадежного, запущенного и не благополучного города.

Жайме Лернер наводил порядок в Куритибе проектными решениями и социальными преобразованиями. Была выбрана стратегия не запретов нарушений, а поощрений положительных действий. В его руках было два набора инструментов — проектирование и политика, таким образом его деятельность почти ничего не ограничивало. Единственное правило, которым руководствовался Лернер — это забота о городе и его населении, под этим девизом подход к делу изменился кардинально. Поощрительная политика, направленная на поддержание верной эксплуатации, и талант архитектора позволили улучшить все сферы городской жизни. Коротко опишем его деятельность.

В ходе всех реформ производилась постоянная замена трущоб новыми жилыми кварталами. Проблема уличных свалок мусора была решена сбором его населением и обменом на еду и билеты. Озеленение повысилось за счёт правила: чем выше здание, тем больше территория выкупается. За счёт социальной поддержки и строительства зданий культуры, науки и образования повысился уровень сознания жителей. Порядок городской среды привёл в порядок сознание горожан из трущоб. Привлекательный общественный транспорт и удобная транспортная схема дорог изменили приоритеты жителей в плане перемещения. Разумное планирование территории позволило создать большую сеть городских парков. В итоге город избавился от трущоб, повысился уровень образования, исчезла безработица и повысились доходы, улучшилась экология, были решены вопросы утилизации мусора и городского транспорта и многое другое.

В случае Куритибы выполняется правило электроники о единоличном авторстве программного и аппаратного обеспечения, в руках одного исполнителя находятся все инструменты управления. Суть состоит в том, что архитектор объективно видит и оценивает городскую ситуацию, знает способы решения вопросов на проектном уровне, однако очень часто сталкивается с отрицанием своих предложений, на этапе согласования с властями. В этом случае вопрос согласования просто отсутствовал, результатом стал процветающий город.

Политики мыслят иными категориями, нежели архитекторы. Возможно они не видят картину целиком, или отвергают многие решения по причине обусловленности ума различными штампами и блоками, причин может быть множество. Конечно в первую очередь важен варновый уровень со-



знания главы города, который в лучшем случае, на сегодняшний день, находится на уровне Веси, а если и доходит до Витязя, то пропитан невежеством и играет по правилам «системы». Но это отдельная тема для обсуждения, для нас важно понять, как применить опыт Куритибы в жизни.

## Решения

Для достижения благополучной жизни в любом населённом пункте, относительно политики и градостроительства существует 3 очевидных решения:

Дать главе города знания о градостроительстве и архитектуре

Обучить архитектора политике и экономике и назначить его управляющим.

Полностью согласовать деятельность главы с предложениями архитектора.

Третий вариант можно считать наиболее предпочтительным, по причине минимальных затрат сил и времени на его выполнение. Всё, что здесь нужно — это умение договариваться, разумеется обе стороны должны проявлять здравый смысл и заботу о городе и его населении. Учитывая повышение уровня сознания в наступившую светлую эпоху, вероятность выполнения этих условий достаточно высока. Здесь также действует принцип варновой системы: каждый должен выполнять свои обязанности, если же человек пытается совместить в себе несколько ролей, уровень концен-



## КОЛО

Мария Савельевна Боброва. Москва

*Пишу стихи, сказки-рассказы. Родные помогли мне издать 3 мои книги: книга стихов — проживаний буквиц, ДажьБоговых рун и образов Богов Круголета и 2 книги стихов и образов-медитаций.*

Э тот ворон жил ещё у моего деда. Когда деда не стало, пришлось птицу забрать. Я не сторонница держать птицу в клетке, пусть даже и такой старинной и красивой, как эта, но после стольких десятков лет жизни в неволе выпускать птицу на волю было опасно. Ворон мог и не выжить, он привык получать пищу из рук человека.

Звали ворона странно, Коло, а дед, как и все мы, называл просто, Коля. Птица была большая и красивая, иссиня-чёрная, по возрасту старая, а выглядела как совсем молодой ворон. Но самое удивительное, что Коля умел разговаривать.

Фразы, которые Коля произносил своим скрипучим голосом, были такими же необычными, как и сам ворон. Вечером, когда я долго засиживалась за книгой или компьютером, вдруг неожиданно Коля произносил: «Пора спать» или, по весне забыв про рассадку, слышала: «Пора сеять». Это же напоминание звучало, когда я забывала о намеченном заранее деле.

Безусловно, я читала, что птицы просто копируют человеческую речь, но с Колей совпадения были настолько частыми, что все в доме уже начинали прислушиваться к его словам. Особенно это было явно, когда мы начинали или бурно что-то обсуждать, и яростно спорить. Посреди шумных дебатов раздавался голос мудрого ворона: «Вложи меч в ножны». Откуда взялись эти слова, Бог знает, только я иногда в пылу спора вдруг сама говорила себе фразу вещей птицы: «Вложи меч в ножны» и успокаивалась.

Однажды вечером я почти уснула над книгами, когда услышала знакомое: «Пора спать». Я подняла голову от книг, чтобы посмотреть на Колю. В комнате стоял полумрак, клетка с вороном была почти не видна, едва угадывалась. Но к своему изумлению я увидела в кресле старика, очень похожего на деда. Только сейчас мне стало заметно, как дед напоминал ворона лицом. Видимо я очень устала, потому что даже не испугалась. Старик сидел, опираясь обеими руками, как мне сначала показалось, на посох. Я пригляделась и увидела меч, вложенный в ножны. Узловатые пальцы обхватывали рукоятку меча.

— Ты кто? — неожиданно для себя смело спросила я.

— Не узнала меня. Я Коло. Коло — Молодое Солнышко. Твой дед назвал меня так в честь Бога Коляды. Наверняка ты слышала про календарь. Раньше говорили Коляды Дар.

— Так вот почему ты мне сообщаешь, когда что пора делать. Ты помогаешь мне настроиться на ритмы природы.

— Хорошо бы, чтобы такой помощник был у тебя внутри, — проскрипел Коло.

— А меч? Какая связь меча и природных ритмов?

— Вороны живут долго, летают высоко. Когда живёшь в гармонии с природой, успокаиваешься, начинаешь жить размеренно, дышишь ровно, сердце начинает биться в унисон с сердцебиением земли. Тогда рука, поднявшая меч войны, сама опускается, и клинок входит в ножны как по маслу. И тогда можно прийти к согласию во всём, и наступает мир. Меч Воина превращается в Посох Мага. А волшебство можно творить только в гармонии с природой и умиротворении.

Наверное, Коло ещё что-то говорил, но глаза мои сами собой закрылись, и я погрузилась в глубокий сон. Мне снилось, как мы с дедом ходили в лес. Он учил меня слушать и различать голоса птиц. Снилось, как дед начинал глубоко дышать, когда в доме напрягалась обстановка. И бабушка, махнув на него рукой прекращала всякие споры. Снилось ещё что-то, но я не помню. Помню только, что дед напутствовал меня: «Береги Колю».

Не помню, как я перебралась в постель. Но, когда проснулась, было уже почти светло. Коля смотрел на меня сквозь прутья клетки чёрными бусинками своих блестящих глаз.

— Кажется я поняла, для чего дед мне тебя оставил, — сказала я птице. Понимающие умные глаза вопрошали...?

— Чтобы твой образ был всегда со мной. Когда приходит время мне послушать себя, успокоиться, настроиться на ритмы природы, я могу призвать его, и энергия Коляды через твой образ войдёт в меня, и оживёт Сила Коло, Сила Нарождающегося Солнца. И вся моя энергия, направленная на борьбу и сопротивление, Сила Воинского Меча, преобразится в Посох Волшебника, и начнёт внутри меня священнодействовать Магия Гармонии и Согласия с Природой.

## ХРАНИТЕЛИ ЗЕМЛИ РУССКОЙ

Автор Александр Фёдорович Соколов. Краснодон

*Неугомонный и искренний*

В небольшом шахтёрском городке, где в центре стоит памятник мальчишкам, осмелившимся защитить свой край от врага. Сделали всё, что могли и взошли на пьедестал вечной памяти.

Много лет прошло. Вокруг снуют люди по своим делам, чаще подгоняемые страхами и обступившей их ложью, как основными заботами.

Но кроме радости обретения себя настоящими и осознания того, каким восторгом может обладать жизнь, они не могли не чувствовать то пространство людей, разменявших себя на суетную боль и потерю исторической памяти своего НаРода, не пощадившего живота своего, оставив им край в достатке, с высокой культурой и талантом жить



В этом же городе жила добрая пара, пронизанная болью и пониманием того, на что променял себя народ, когда-то имевший величайшие достоинства и честь. Он просто разумный человек, она же его Берегиня, скромно жили вместе и искренне старались многое понять про себя, про жизнь, про историю своей Родины и многое, многое другое, с живым интересом и вдохновением.

по-другому. И этот город сегодня тоже обступала война, но другая — подлая и скрытая, въевшаяся во все поры ложью и страхами, как будто другой жизни и невозможно.

И тот, кто понимал это, не мог мириться. Достучаться напрямую было почти невозможно, а время сплетало все противоречия в тугую узел. Но наша пара знала о возможности включить всю

# РАСТИ, МАЛЫШ!

Автор Светлана Анатольевна Паршакова (Светлада). Ижевск  
Логопед-дефектолог, филолог

Многие годы я занимаюсь с детьми и взрослыми, практикующий логопед-дефектолог. О детях и их проблемах в развитии и обучении знаю не понаслышке. Написание статьи подтолкнули вопросы от знакомых мам и пап. За ответами они часто обращаются к интернету, где много противоречивой информации. Читаешь и диву даёшься — дилетантский подход.

Сейчас в наш мир приходят другие, по-взрослому мудрые дети. Тонко чувствующие ритм и рифму, информацию пространства, творчески талантливые, очень удивительные, интуитивно знающие нравственные законы. Каждое родительское чадо можно назвать чудом. Надо лишь помочь ему раскрыться. И я постараюсь рассказать взрослым о том, как сохранить и развить то уникальное, что есть в ребёнке.

В этой статье коротко обозначим несколько важных тем.

Итак, ваш малыш в самом начале своего жизненного пути. И его надо воспринимать всерьёз. Будем уважать личность и права ребёнка. Он хоть и маленький, но человек со своими собственными желаниями и нежеланиями. Мы, взрослые, часто губим их сами, навязывая существующие социальные стандарты.

Детскую активность родители часто подавляют, ограничивают, однако её надо поддерживать, развивать, направлять в правильное русло, прививать малышу постепенно навыки самообслуживания и доступного ему труда.



Часто как происходит: приходит мама с ребёнком 4–5 лет на занятия, раздевает или одевает его, обувает ботинки, хотя дошкольник сам в состоянии это сделать. «Я сам!» — кричит ребёнок. Но мать решительно отстраняет его: не хватает терпения, иногда и времени. Это непростительно! Но так же быстрее, надо бежать, ещё куча дел. Поэтому порой даже школьники не могут в 7 лет завязывать шнурки и застёгивать пуговицы. Некоторые мамы, стараясь «облегчить ребёнку жизнь», избегают надевать на него одежду и обувь с пуговицами, завязками, шнурками. И этим они, не понимая, препятствуют формированию его тонких интеллектуальных способностей. «Ничего, вырастет — научится!» — часто приходится слышать от родителей. Конечно, научится. Но, согласитесь, лучше это сделать как можно раньше. Ведь если ребёнок не может связать отдельные шнурки в бантик, то он не сможет «связать» и мысли в целый рассказ или отдельные буквы в слово. А это очень

важно, взаимосвязано! Поэтому каждый, даже незначительный навык — это тысячи новых нервных связей в мозгу у ребёнка. А значит, и рост его интеллекта.

И запомните! Ребёнок не рождается ни ленивым, ни трудолюбивым — таким или иным его делает родительское воспитание. От нас, взрослых, зависит, станет ли для него труд обузой или радостью.

А трудиться мальчика или девочку можно легко научить! И всего-то — делать всё вместе со взрослыми! Ребёнку всегда интересно и радостно трудиться с папой и мамой, с бабушкой и дедушкой. Ведь малышу важно чувствовать, что он заодно с другими членами семьи. Так отношения становятся больше, чем родственными. Они переходят в дружеские.

Прививая любовь к труду, вы учите дошкольника управлять своим поведением. У нас на занятиях часто даже способные дети ведут себя плохо. Почему? Потому что не владеют навыками самоуправления.

Дали вы ребёнку какое-то задание, к примеру, наклеить на бумагу цветную аппликацию. Он задумывается, как это сделать, задаёт вопросы. При этом работает мысль, развиваются воображение, память, внимание. Ребёнок преодолевает трудности, осознаёт их.

И именно так воспитывается дисциплинированность, чувство ответственности.

Превратите труд в игру, позже ребёнок не будет воспринимать его как тяжёлую обязанность. Игра поможет дошкольнику работать увлечённо, а это уже творчество.

Посоветуйте малышу убрать игрушки: мишку или куклу положить спать, машину поставить в гараж, а собачку посадить его сторожить. И вы увидите, что ребёнок увлечётся уборкой-игрой. Если вы будете не приказывать убрать игрушки на место, а изо дня в день обыгрывать трудовые ситуации, игра постепенно сойдёт на нет, а положительные эмоции останутся.

Такие приёмы помогают добиться от ребёнка выполнения того, что от него требуется. И тогда не будет вопросов от мам: «Почему ребёнок ничего не хочет делать?» Потому что не приучили!

А этому ребёнка надо обучать постепенно, не спеша, с 1,5–2-х летнего возраста — любым играм с чёткими правилами (настольными, подвижными, ролевыми). Лишь бы ребёнок чётко следовал инструкции! И не тяните ребёнка в круг своих интересов, лучше постепенно войдите в его мир и, завоевав доверие, став своим в этом мире, расширяйте его границы, раздвигайте их — осторож-

но, незаметно. Мы не любим навязывания, принуждения — почему ребёнок должен их любить?

«Иди скорей сюда! Смотри, какая необычная машинка! Потянешь за верёвочку, и она покатится. Подойди, потяни!»

Но ребёнок почему-то тянуть не хочет, и яркая машинка у него восторга не вызывает.

Не настаивайте, не навязывайте. Вам машинка нравится, ему нет. Сделайте лучше: сядьте рядом, начните играть сами, не говоря ни слова, в то же время наблюдая за ребёнком. Сначала он смотрит, чуть-чуть повернув голову, но заинтересовался. Протянул руку, дёрнул. Но уже Сам!

Личность можно воспитать, только если ребёнок свободен. И он должен иметь право выразить своё желание или отказ, и не надо тащить его



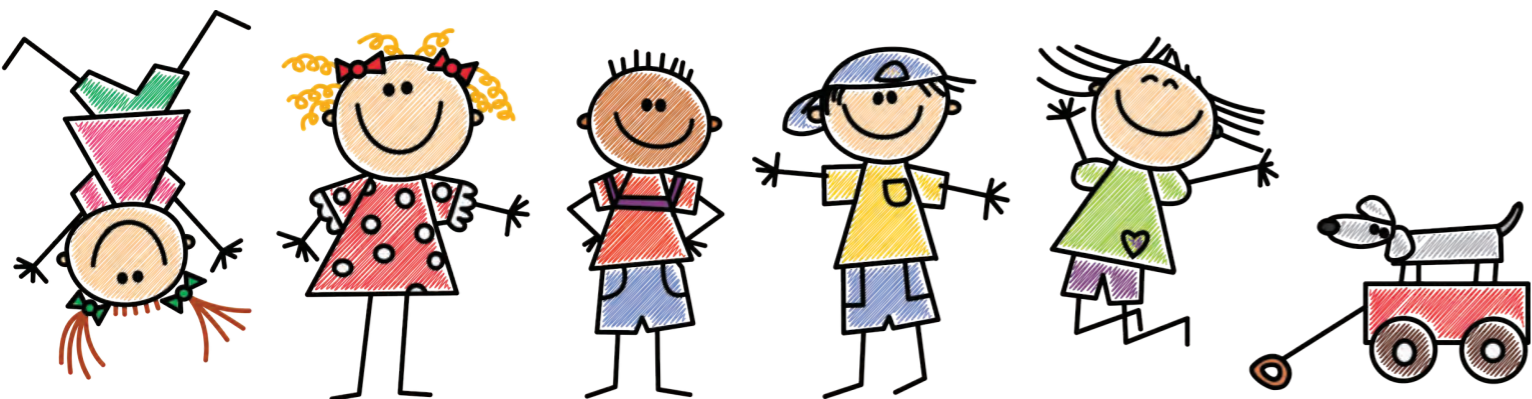
на верёвке против его воли, а надо убедить, что поступить лучше так, а не иначе.

Ещё один важный момент в воспитании детей: в семье должны придерживаться одних и тех же требований. Если вы приучаете ребёнка складывать игрушки в ящик, а кто-то делает это за него, то этот кто-то разрушает то полезное, что вы с ним с таким трудом создаёте. И если вы желаете выработать у малыша правильные навыки и привычки, то делать это надо всякий раз и напоминать о них неукоснительно. Например, только спросив разрешения, ребёнок может взять что-то, что ему не принадлежит.

Хорошо бы найти волшебника, который совершил бы обыкновенное чудо, раз — и ребёнок заговорил, два — и вот он уже читает, три — ботинки зашнуровывает.

Но чуда не происходит: чтобы летать, надо крыльями махать. Чтобы свершилось волшебство, надо работать настойчиво, упорно.

А если ваш ребёнок не аккуратен, не может сам себя обслужить, то виноваты в этом только вы.



# НАРОДНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ УЛУЧШЕНИЯ ПАМЯТИ

Автор **ЭкоЛавка «Сказочное здоровье»**. Москва

Спровоцировать нарушение памяти может депрессия, стресс, переживания, негативные эмоции. Мозговая деятельность ухудшается с возрастом. Снижение памяти обычно наблюдается после 50 лет, а уже к 65 годам память снижается почти у половины людей. Часто это связано с закупоркой капилляров, вследствие чего головной мозг перестаёт функционировать в нормальном режиме. Ухудшится память может вследствие курения, злоупотребления алкоголем. Подтверждено, что у людей без вредных привычек, значительно лучше память и концентрация внимания.

Если проблема нарушения памяти возникает при недостаточном мозговом кровообращении или сниженной эластичности сосудов, переутомлении, то методами народной медицины можно её решить.

## Порошок корня аира болотного

Рекомендуется принимать за 30 минут до приёма пищи по 1 ч.л. корня аира, истолчённого в порошок, запивая чаем или тёплой водой. Лечебный курс — месяц, 10 дней перерыв, затем принимать порошок ещё 15 дней. Проводить курс лечения каждые 10 месяцев. Противопоказано при почечной недостаточности, воспалительных заболеваниях.

## Настойка из девясила

1 ст. л. измельчённого корня девясила залить 1/2 л. водки. Месяц лекарство должно настаиваться. Процеженную настойку следует применять перед едой 3 раза в день по столовой ложке. Лечение рекомендуется проводить раз в год на протяжении месяца. Нельзя применять при беременности, болезнях сердца и почек.

## Отвар из рябиновой коры

Залить стаканом воды столовую ложку рябиновой коры, кипятить 10 минут. Через 6 часов процедить. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день. Курс лечения — 30 дней. Следует проводить его раз в 6 месяцев. Нельзя применять при беременности, повышенной свёртываемости крови.



## Настойка из клевера

Литровую банку до середины заполнить клевером, залить до верха водкой, настаивать 15 дней в прохладном тёмном месте. Принимать на ночь в течение 3 недель по 1 ст. л., затем сделать перерыв на 3 недели и повторить курс. Средство оказывает положительное влияние на мозговую деятельность, снижает внутричерепное давление, помогает избавиться от шума в ушах, головной боли. Не рекомендуется при беременности, сердечной недостаточности.

## Отвар из мяты и шалфея

По 1 ст. л. листьев шалфея и мяты заварить 1/2 литра кипятка, оставить на 12 часов. Принимать средство в течение 15 дней за 30 минут до еды по 50 мл. Сделав перерыв на 30 дней, курс повторить. Отвар улучшит деятельность мозга, повысит работоспособность.

## Отвар из сосновых почек

Столовую ложку сосновых почек заварить 250 мл кипятка, проварить 10 минут на слабом огне. Средство принимать по 2 ст. л. после еды 3 раза в день.

## Ароматерапия

Благотворно воздействуют на память запахи: сбор эвкалипта, кедр, можжевельника поместить в спальне для улучшения сна и работы мозга. Смесь гвоздики, кориандра, эвкалипта, лаврового листа положить в полотняный мешочек и держать на своём рабочем месте. Это улучшит память и работоспособность мозга.

*Будьте Здоровы!*

*Приглашаем авторов — профессионалов и увлечённых людей — для создания вместе с нами народного журнала.*

*Присылайте в редакцию свои статьи, исследования, стихотворения, сказки, песни, рассказы, воспоминания и другие творческие работы!*

*Делитесь своими идеями и мыслями на страницах нашего журнала!*

*Приглашаем мастеров, мастериц, изобретателей технарей-«самоделкиных» к обмену опытом и совместным мастер-классам на страницах нашего журнала.*

### Обращение к Государственным благотворителям:

Ваша посильная благотворительная помощь и поддержка сделает журнал «БЫТЬ ДОБРУ» более доступным для каждого мыслящего человека, даст возможность нести Свет просвещения и Добра в наш Мир, улучшая жизнь общества.

В Благодарность на последней странице журнала мы будем размещать фамилии людей и названий организаций, внёсших весомый вклад в подготовку выпуска.

Вместе сделаем Мир лучше!

*Журнал распространяется по подписке. Все вырученные средства идут в Государственный Фонд, на поддержку Народного Славянского радио и развитие Народных Проектов.*

### Реквизиты:

Компания: АНО «НИОИС»  
ИНН: 7726382257  
КПП: 772601001  
Счёт: 40703810101500001231  
Банк: ТОЧКА ПАО БАНКА «ФК ОТКРЫТИЕ»  
БИК: 044525999  
Город: г. Москва  
Корр. счёт: 30101810845250000999  
Назначение платежа: Благотворительный взнос на информационное и типографское обеспечение.

### Уважаемые читатели!

Журнал «Быть Добру!» выходит при содействии Народного Славянского радио и является народным изданием, созданным для вас и вместе с вами, познавательным как для взрослых, так и для детей.

Цель журнала — просветительская и объединяющая думающих людей, желающих жить по Совести и в Ладу с Природой.

Материалы, опубликованные в журнале не преследуют рекламных, коммерческих или иных целей, и имеют исключительно ознакомительный характер.

Наш журнал создан командой единомышленников, у нас нет спонсоров и хозяев.

*Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов.*

### Редакционная коллегия:

Главный редактор *Светлана Большакова*  
Технический отдел *Алексей Щербаков*  
Работа с авторами *Анна Скрипаль*  
Корректор *Екатерина Хэлу*  
Дизайн и вёрстка *Наталья Пекина*

По всем вопросам обращайтесь на почту журнала:

✉ [zurnaldobra@mail.ru](mailto:zurnaldobra@mail.ru)

По вопросам распространения:

☎ +7 911 416 16 24 • Светлана Большакова  
🌐 <https://vk.com/sveta505051>



Любое коммерческое использование материалов, опубликованных в журнале, без согласия авторов запрещено!

Коммерческое распространение журнала без согласия редакции запрещено!