

Домашний калейдоскоп

Вас согреет швейная машинка —	стр. 2
Перчатка на плече —	стр. 4
Из бабушкиного сундука —	стр. 5
Что такое китайский крыжовник? —	стр. 6
Советы домового —	стр. 8
Приз для вашей собаки —	стр. 9
Йод от всех болезней —	стр. 9
И у вас расцветут фиалки —	стр. 10
Погружаясь в нирвану —	стр. 12
О том, как похудеть и при этом разбогатеть —	стр. 13
Смотрите на Луну, когда сажаете морковь —	стр. 14

ЯНВАРЬ '94

ПРИЛОЖЕНИЕ
К ЖУРНАЛУ "РАБОТНИЦА"

ТЕПЛО НА УЛИЦЕ, ДОМА, НА РАБОТЕ

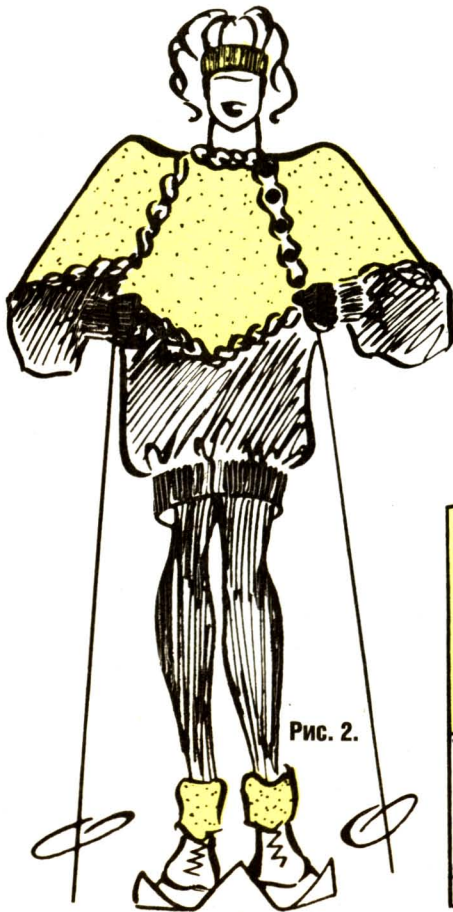
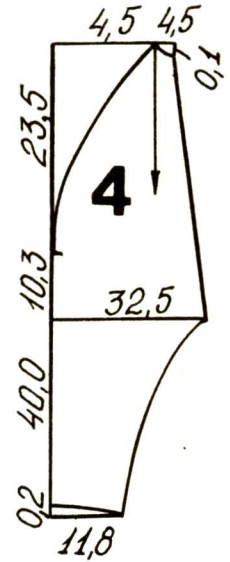
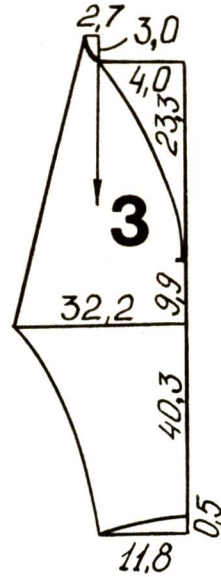
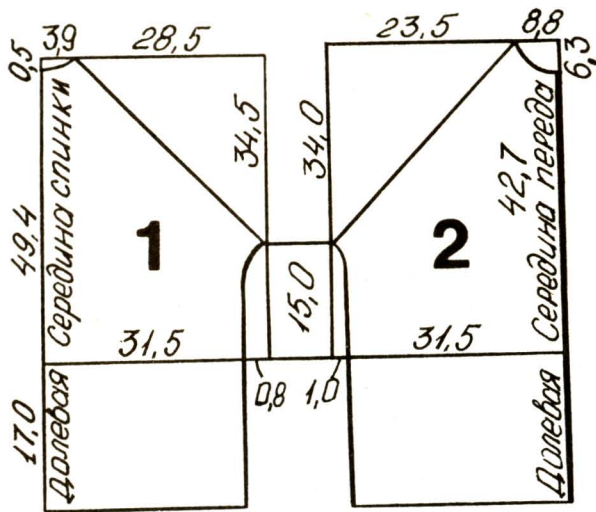


Рис. 2.

Основа с рукавами покроя реглан (рис. 1) подойдет для пошива теплых изделий с использованием старой пряжи и вещей из трикотажа, сукна, шерстяных тканей. Размер 48-й, без учета припусков на швы.

1. Спинка.
2. Перед.
3. Локтевая часть рукава.
4. Передняя часть рукава.

Пользуясь этой основой или же другими имеющимися у вас основами с рукавами реглан, можно смоделировать несколько изделий для улицы, дома, работы.

Для зимней прогулки пригодится большой свитер (рис. 2), кокетка, полочки и спинки которого, а также верхние части рукавов выполнены из сукна, драпа, а нижние части этих деталей связаны из объемной пушистой пряжи. Форма кокеток может зависеть от количества ткани старого пальто, которую можно использовать для пошива, поэтому на рис. 3 модельные линии обозначены пунктиром. Соединительные швы, горловину закройте сверху тесьмой

ликовать несколько изделий для улицы, дома, работы. Для зимней прогулки пригодится большой свитер (рис. 2), кокетка, полочки и спинки которого, а также верхние части рукавов выполнены из сукна, драпа, а нижние части этих деталей связаны из объемной пушистой пряжи. Форма кокеток может зависеть от количества ткани старого пальто, которую можно использовать для пошива, поэтому на рис. 3 модельные линии обозначены пунктиром. Соединительные швы, горловину закройте сверху тесьмой

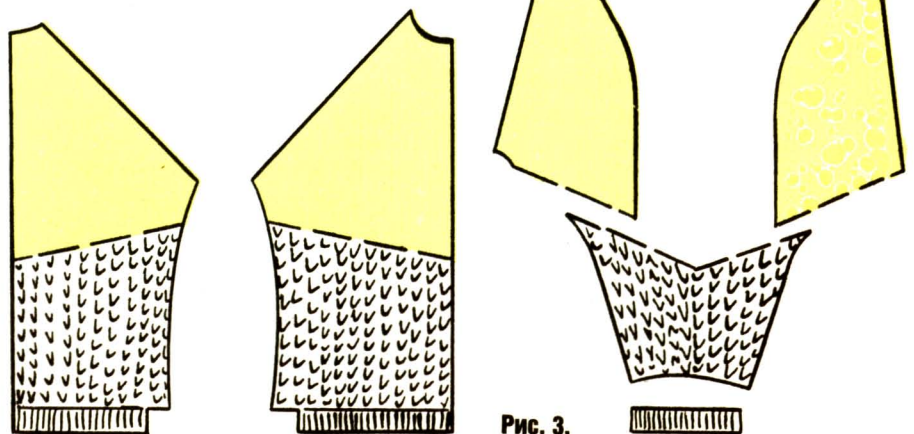
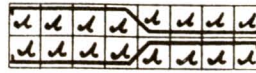


Рис. 3.

К	И	И	И	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	И	И	И	К	7
К	И	И	И	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	И	И	И	К	5
К	И	И	И	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	И	И	И	К	3	
К	И	И	И	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	И	И	И	К	1	

Условные обозначения:



{ жгут на 8 петлях }
лицевыми

налево
направо



К — кромочная петля
И — изнаночная петля
▲ — лицевая петля

Рис. 4.

или связанными узором «косы» (рис. 4) полосами.

Домашнее платье с кокеткой из мягкого шерстяного материала или бархата (рис. 5). Нижние части переда, спинки и рукавов набраны из полос шерстяной ткани и связанной или готовой тесьмы. Пригодятся здесь и старые мужские брюки, из которых можно выкроить эти полосы. Вначале стачайте полосы и тесьму, обметайте срезы, отпарьте и отутюжьте полотно, а затем уже

выкраивайте детали окончательно, по модельной выкройке (рис. 6). В платье будет отлично сочетаться бархат, мягкая шерсть, вручную связанная тесьма и деревянные пуговицы.

На работу удобно ходить в трикотажных вещах. Скомбинируйте детали из старого джемпера и нового трикотажного полотна (рис. 7). Трикотина, трикотажного полотна понадобится всего 0,5—0,7 м (при ширине около 150 см). Рукава реглан вы-

краиваются из спинки и полочки джемпера с использованием резинки, а воротник — из старых рукавов. Схема моделирования — на (рис. 8).

Используйте для комбинирования устаревший, но не изношенный джемпер и не очень дешевое трикотажное полотно, выполните аккуратно строчки, чтобы новая вещь выглядела достаточно прилично для деловой обстановки.

Т. ТИТОВА

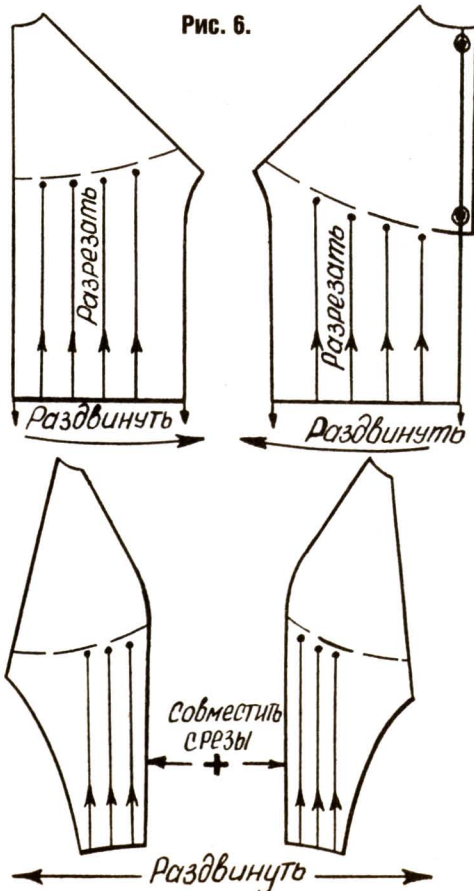


Рис. 6.

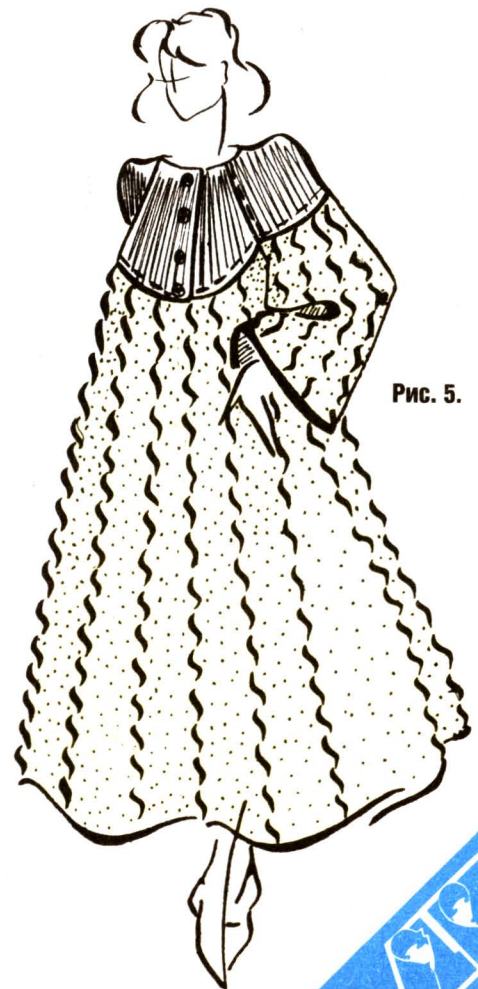


Рис. 5.

ПОТЕРЯЛАСЬ ПЕРЧАТКА

И что обидно — не в первый раз! Надо покупать новую пару. А что делать с оставшейся? Одной, второй... Глаза бы не глядели. Выбросить — рука не поднимается, как-никак кожа, лайка. И в то же время зачем оставлять? Пользы никакой, только вечный укор своей рассеянности.

А между тем... Нет, мы несколько не оправдываем растерях, только хотим сказать: и одна перчатка пригодится. Распорите или разрежьте перчатку (или перчатки) на плоские кусочки. Это материал для кожаной или замшевой аппликации, которая сейчас очень в моде, особенно на вязаных изделиях. Даже слегка устаревший и поднадоевший свитер или жакет можно освежить и обновить с помощью кусочков кожи. Вот несколько несложных приемов.

Первый. Вырежьте из кожи листочки или какие-нибудь другие фигуры (не обязательно одинаковой величины и формы) и нашейте декоративным швом на свитер. При этом, конечно, он должен гармонично сочетаться с вывязанным рисунком.

Второй. Из нескольких кусочков разного цвета можно сшить произвольной формы фигуру, «вшив» в нее также и кусочек меха. Не забудьте, кстати, что мех режется и сшивается только с изнанки. Подобные композиции лучше делать съемными, чтобы перед стиркой отпороть, а потом опять пришить.

Третий. Сочетание «кожаной мозаики» с обычной тканью. На рисунке вы видите модель костюма с асимметричной кокеткой. Для равновесия фрагмент такой мозаики помещен также на поясе. Пришивать кожу лучше декоративным швом. И еще: кожа не стирается ни в воде, ни в обычных растворителях. Поэтому, если вы намереваетесь освежить такой костюм, кожаные фрагменты лучше спороть. Впрочем, современные химчистки подновят любую кожаную вещь.

М. ОБУХОВА

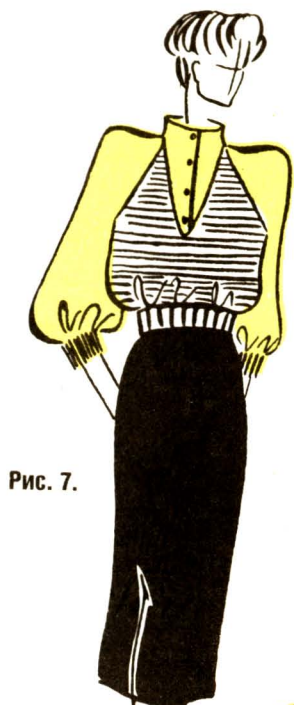


Рис. 7.

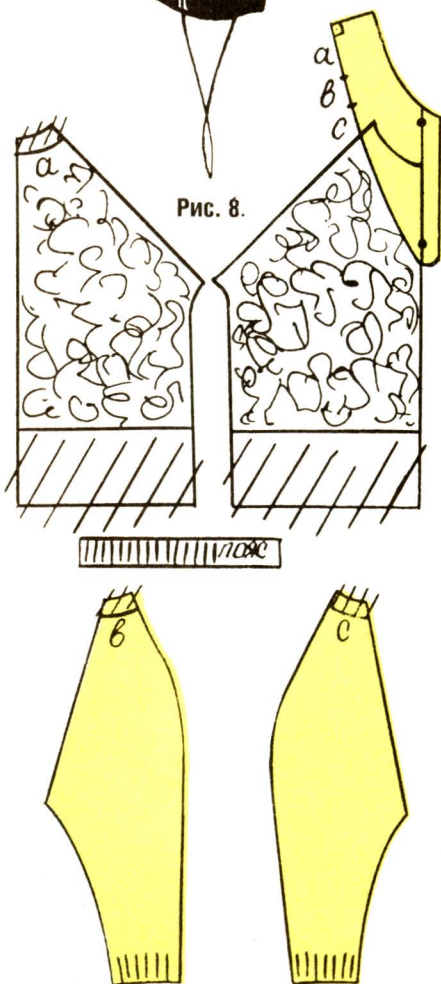
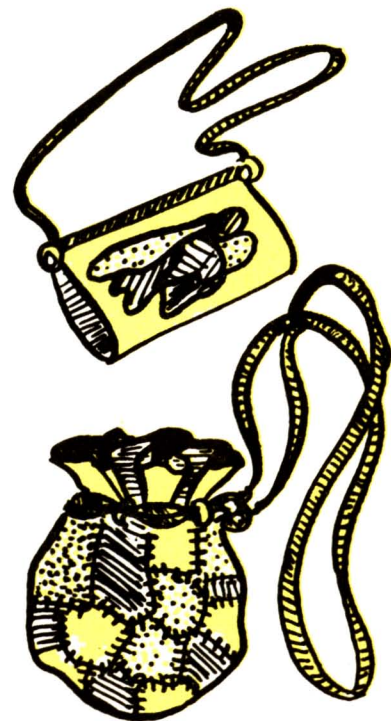
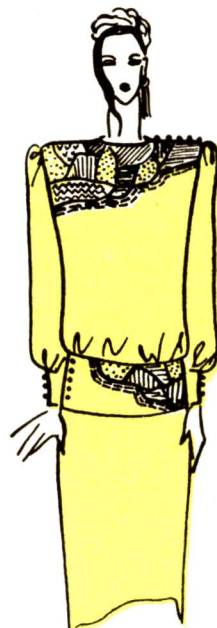


Рис. 8.





Кружевоплетение

При упоминании о кружеве, сплетенном на коклюшках, в памяти возникает образ милой русской девушки, которую в своей картине «Кружевница» обессмертил художник Тропинин. И хотя ее глаза ласково и внимательно смотрят на нас, руки заняты «женским замышлением» — так в старину на Руси называли плетение кружев.

Тем, кто хочет научиться этому тонкому, довольно непростому, но прекрасному виду рукоделия, и адресованы наши уроки. Конечно, на них не будет возможности охватить все тонкости и сложности кружевоплетения, но основными элементами его, из которых, собственно говоря, и состоит практически любое кружево (кировское, вологодское, елецкое и т. д.), вы при известном усердии овладеете. И будете сторицей вознаграждены: сплетенные вашими руками бабочка, цветы, бант, прошвы, воротнички принесут радость не только вам, но и окружающим.

Итак, начнем с инструментов и материалов.

Прежде всего — коклюшки. Для начала их потребуется 10 пар. Выполняются они из бука, дуба, березы, клена и других пород дерева. На чертеже приведены наиболее оптимальные размеры коклюшек (рис. 1).

Плетутся кружева на подушке — «валике» (воротники удобно плести на большой плоской круглой подушке). Плотную ткань 50×40 (или 50×30) сворачивают пополам, сшивают по ширине, с обеих (торцовых) сторон делают «кулиски», куда продергивается шнурок. Два картонных круга (диаметр 20 см) придадут подушке форму «валика». Нижнюю «кулиску» затяните, положите картонный круг, очень плотно набейте подушку просушенными опилками

или соломой, сверху положите второй круг и затяните вторую «кулиску». На «валик» надевается белый чехол (рис. 2).

Подставкой для «валика» могут служить «козлы», коробка из-под туфель, поролон, края которого скручиваются вовнутрь и закрепляются ниткой (рис. 3).

Швейной иглой или тонким шилом вы сможете сделать сколок. Сколок — рабочий рисунок кружева, выполняется с технического рисунка с помощью наколов (эти наколы впоследствии соединяются тушью). В городских условиях можно пользоваться ксерокопиями: они удобны и не пачкают нитей.

Нитки — хлопчатобумажные (№ 10—40); шелковые, ирис (для скани). Понадобятся также тонкий крючок и булавки с «головками» (можно самим оплавить головки неудобных портняжных булавок).

После того, как будет готово все необходимое, мы приступим к изучению приемов плетения кружева, — в следующем номере.

А москвички, желающие эту науку постичь очно, могут обратиться в фирму «Осиновый плес». Кстати, у нас есть и другие курсы: макраме, лозоплетения, бисероплетения, аранжировки цветов, вышивки по трикотажу, росписи и резьбы по дереву.

Звоните: 471-41-82, 473-67-45.

О. СУЧКОВА

**ЗАБЫТЫЕ
КОКЛЮШКИ**

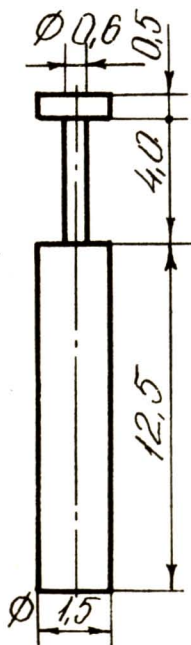


Рис. 1.

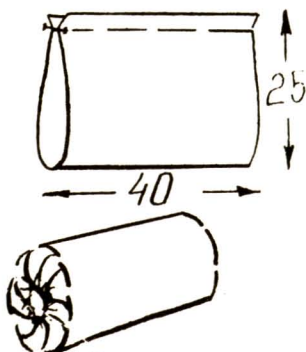


Рис. 2.

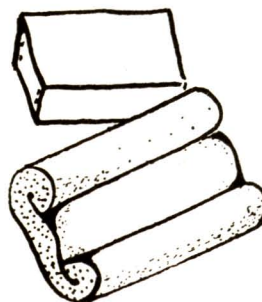


Рис. 3.

ЭКЗОТИКА? ПОПРОБУЙТЕ!

«Ваш «Домашний калейдоскоп» для меня самая главная кулинарная книга. Все рецепты перепробовала. Но хочется чего-то необыкновенного, чтобы удивить, сразить наповал и семью, и гостей. Конечно, жизнь сейчас — не сахар, все дорого, но праздники ведь все равно есть. И раз в году (а может, два или три) можно выпить шампанское с ананасами...»

К. ФЕДОТОВА, Подмосковье»

«Сегодня в магазинах появилось много всего диковинного. Дорого, конечно. Но я бы лучше своему сыну вместо жвачки и шоколада купила бы ананас, киви или кокосовый орех. Только как их есть?»

*Л. СЕМЕНОВА,
С.-Петербург».*



Разрешите представить нашего нового автора: Иммо Ферстер, фудменеджер. Он родился в немецкой семье в Намибии, расположенной на западном побережье Атлантического океана в Южной Африке. В Намибии окончил школу, затем в Германии изучал менеджмент гостиниц и ресторанов. В течение 15 лет работал в гостиницах системы «Интерконтиненталь», «Хилтон», «Трастхаус Форте», организовывал работу в только что открытых гостиницах Африки и Британии, в гостинице «Метрополь» в Москве.

С самого начала у него была возможность выбора между традиционной немецкой кухней и экзотической африканской. Но всегда ли надо делать выбор?

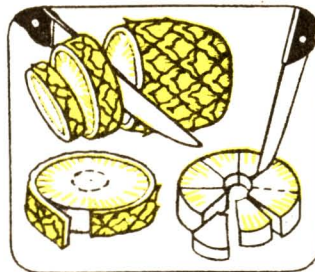
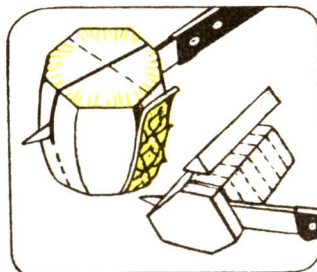
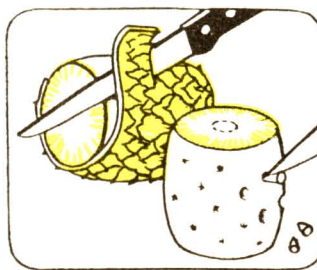
Рецепты Иммо Ферстера поражают своим богатством и разнообразием: в них кухни всего мира — Африки и Южной Америки, США, Европы и Азии... Сейчас Иммо живет и работает в нашей стране. И все рецепты, которые он любезно предлагает вашему вниманию, вы сможете попробовать на своей кухне.

АНАНАС

Как режут ананасы? Есть два способа.

1. Почистить ананас, вырезать глазки, оставшиеся на поверхности, разрезать ананас вдоль на 4 части, отрезать жесткую сердцевину и затем порезать кусочками.

2. Если вам больше нравится ананас, нарезанный колечками, разрежьте его вначале поперек кружочками, затем почистите их и удалите жесткую кочерыжку.



Говяжий шашлык с ананасом

*(Рецепт с островов Фиджи.
Рассчитан на 4 человека.)*

Необходимые продукты: 1 ананас, 1 головка чеснока, 100 г соевого соуса, 500 г мяса, 12 зеленых оливок без косточек, 2 ст. ложки растительного масла, соль, 12 шампуров.

Почистить ананас, вырезать жесткую сердцевину и разрезать пополам.

1. Одну половину пропустить через мясорубку и отжать через кусок материи, чтобы получить свежий сок.

2. Вторую половину ананаса нарежьте небольшими кубиками, размером 2 см.

3. Смешайте ананасовый сок с давленным чесноком и соевым соусом.

4. Вымойте мясо и порежьте его кусочками размером около 2 см.

5. Положите мясо в кастрюльку и залейте получившимся у вас соусом. Закройте крышкой и дайте промариноваться не менее часа.

6. Нанизывайте мясо и кусочки ананаса на шампуры попеременно. А вначале и конце каждого шампура наколите по одной оливке, смажь-

те шашлыки сверху растительным маслом и зажарьте на костре, в гриле или духовке (около 15 минут), поворачивая их каждые 5 минут. Затем немного посолите. Рекомендуется подавать с вареным рисом.

Ананасовое мороженое безе (Рецепт, популярный в Австралии.)

200 г кубиков свежего ананаса, 1 л воды, 300 г сахара, 100 г очищенного миндаля, 30 г водки или коньяка, 5 яичных белков, 250 г сливок.

Для соуса: 230 г малины или других ягод, 100 г сахара.

Ананасы, 300 г сахара залить одним литром воды и довести до кипения.

Как закипит, снять с огня и охладить при комнатной температуре. Повторить так 4 раза. Вынуть ананасы и мелко нарезать. Смешать рубленые ананасы с миндалем, апельсиновой кожурой, нарезанной тонкими полосками, и водкой. Взбить белок, медленно прибавляя сахар. Взбить сливки в густую пену и смешать со взбитыми белками и полученным раствором. Налить в емкость диаметром примерно 20—35 см и поставить в холодильник на ночь.

Соус: малину или другие ягоды и сахар положить в кастрюлю и на слабом огне довести до кипения, кипятить около 12 минут, откинуть на очень мелкий дуршлаг или марлю.

Нарезать замороженное безе на кружки около 10 см, украсить долькой ананаса и полить ягодным соусом.

Сэндвичи «Гавай» (Рецепт популярен на Гавайских островах.)

4 кусочка белого хлеба, 4 тоненьких кусочка ветчины, 4 кусочка ананаса, 4 кусочка эдамского сыра, масло.

Обжарить кусочки хлеба в масле до золотистого цвета.

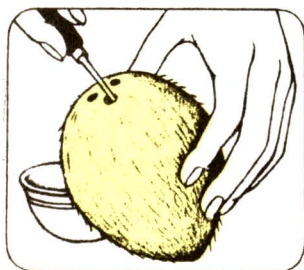
На хлеб положить ветчину, затем колечко ананаса и сверху сыр. Поставить в разогретую духовку до появления на сыре пузырей.

КОКОС

Когда покупаете кокос, потрясите орех, чтобы проверить, плещется ли там жидкость. Если вы не слышите плеска, не покупайте: это значит, что орех старый или засохший.

Открывать орех лучше ножом с острым концом, штопором или отверткой. Сделайте дырочки в трех темных пятнышках, находящихся на одной из сторон кокоса, и вылейте кокосовую водичку. Кокосовая вода, или молочко, как ее называют, очень вкусная и является важным компонентом в приготовлении многих экзотических блюд.

После этого постучите молотком со всех сторон кокосового ореха, это поможет отсоединить белую мякоть от скорлупы. Теперь разбейте орех и выньте белую мякоть. Мякоть очень вкусная, и ее можно есть и без особого приготовления. Для приготовления блюд мякоть кокоса надо натереть.



Овощи с кокосом и соусом из земляных орехов

(Рецепт из Индонезии, рассчитан на 4 человека.)

700 г различных (доступных по сезону) овощей, 250 г очищенных земляных орехов, подсолнечное масло, 20 г зеленого лука, 1 головка чеснока, 3 ст. ложки нарезанного острого красного перца, 15 г сахарного песка, 2 ст. ложки лимонного сока, тертая цедра примерно с половины лимона, 375 г кокосового молочка, соль по вкусу.

Вымойте овощи, очистите, на-

режьте небольшими кусочками около 2 см и обжарьте орешки в растительном масле до светло-коричневого цвета. Положите их на бумагу, чтобы ушел лишний жир. Обжарьте зеленый лук, чеснок и острый красный перец в течение нескольких секунд. Все это пропустите через мясорубку, лучше дважды. Положите все в сковороду, добавьте сахар и лимонный сок.

Затем приготовьте кокосовое молочко. Возьмите мякоть одного кокоса, пропустите ее через мясорубку, добавьте 350 г воды и пропусти-

те через мясорубку еще раз. Затем через марлю или кусок материи отожмите из этой массы жидкость. Добавьте это кокосовое молочко в сковороду с остальными продуктами и посолите по вкусу. Доведите массу до кипения и кипятите на маленьком огне, постоянно помешивая. Обжарьте овощи на сковороде и залейте их этим соусом.

Торт из тыквы с кокосом (Рецепт из Малайзии.)

250 г тыквы, 150 г сахара, 150 г пропущенного через мясорубку кокоса, 1 взбитое яйцо, 85 г муки, 100 г воды.

Почистите тыкву, нарежьте небольшими кусочками и кипятите в небольшом количестве воды, чтобы тыква стала очень мягкой (около 20 минут). Откиньте на дуршлаг и оставьте стекать (на 1 час). После этого сделайте из тыквы пюре.

Растворите сахар в воде. Смешайте все перечисленные продукты в однородную массу, положите в форму и выпекайте в духовке до золотисто-коричневого цвета.



КИВИ

Это китайский крыжовник. Свежие ягоды имеют зеленый цвет и много маленьких черных семян, которые расположены очень красиво. Вкус — нечто среднее между клубникой и крыжовником. Этот фрукт очень богат витаминами, особенно А, В и С, минеральными солями, также дубильной кислотой и ферментами, которые растворяют белок. Благодаря этим свойствам вы можете сделать мясо более нежным. Порезьте мясо, затем очистите одну ягоду киви, нарежьте дольками, вотрите в куски мяса и оставьте на некоторое время. Когда приготовите мясо — оно будет необыкновенно нежным.

Киви считаются созревшими, когда при нажатии пальцем вы чувствуете, что они слегка мягкие. Наиболее вкусны они все-таки в свежем виде. Их обычно едят, разрезав пополам поперек, чтобы получилось две чашечки. Ложечкой ешьте нежную мякоть из мохнатой природной чашки.

Фруктовое ассорти с киви

1 средняя морковь, 50 г изюма, сок $\frac{1}{2}$ лимона, 100 г мякоти кокоса, 8 фиников, 2 киви, 2 персика, 100 г сливок, 2 чайных ложки меда, щепотка перца.

Натрите морковь. Вымойте изюм и дайте стечь воде. Смешайте морковь с изюмом и 2 чайными ложками лимонного сока. Порежьте кокос кусочками. Вымойте финики, разрежьте вдоль и удалите косточку. Почистите киви и порежьте тонкими дольками. Почистите персики, удалите косточки и порежьте кубиками.

Красиво разложите все приготовленные фрукты на 4 тарелках. Сбрызните персики лимонным соком. В середину каждой тарелки по-

ставьте чашечку со взбитыми сливками (сливки взбейте с добавлением меда, лимонного сока и перца (чуть-чуть!) до густой пены).

Творожный торт с киви

250 г муки, 20 г дрожжей, 150 г молока, 1 ст. ложка сахара, 1 щепотка соли, 50 г масла, 3 яйца, 250 г творога, 50 г тертого миндаля, 75 г сахара, 1 ч. ложка ванили, 25 г ликера «Киви» или коньяка, 3 киви, желатин.

Для соуса киви: 5 киви, 20 г масла, 10 г сахара, 25 г воды.

Почистите киви и нарежьте мелкими кусочками. Растопите масло, смешайте с сахаром на медленном огне. Затем добавьте киви и воду,

варите на слабом огне до получения однородной массы 25 минут.

Просейте муку в миску, сделайте углубление посередине, смешайте дрожжи с теплым молоком, небольшим количеством муки и сахаром. Накройте салфеткой и поставьте в теплое место на 15–20 минут. Растопите масло, не делая его горячим, смешайте с мукой, затем добавьте дрожжевую массу, соль и 1 яйцо. Смешайте все это до получения теста. Накройте салфеткой и поставьте в теплое место на час. Смажьте маслом форму (диаметром около 24 см). Накройте форму тестом (раскатанным нетолстым слоем). Два яйца разделите на желтки и белки. Взбейте белки до получения густой пены. Смешайте орехи с творогом, соусом киви, желтками, сахаром, ванилью и коньяком или ликером. Последними добавьте взбитые белки. Выложите это в форму с приготовленным тестом. Выпекайте в заранее разогретой духовке 55–60 минут. Затем дайте тарту остыть около 2 часов.

Очистите киви, нарежьте тонкими кусочками. Выложите красиво на остывший торт. Растворите желатин, сварите густое желе и смажьте им торт. Дайте застыть.

Советы домашнего



У вас течет кран? Видимо, износилась прокладка. Стойкие прокладки, служащие в несколько раз дольше обычных, получают из старой автомобильной шины. Прокладку надо вырезать из боковины (там шина тоньше), прочность ей придают нити корда.



У вас сломался ключ прямо в замке? Не паникуйте. Одолжите у соседки тонкую пилку от лобзика. Вставьте ее в замок зубцами вверх, поверните на 90°, чтобы она зацепила ключ, и вместе с ним вытащите ее из замка.



Вы не можете завернуть шуруп — слишком твердая древесина? Натрите шуруп мылом и наколите шилом отверстие для шурупа. Работа пойдет как по маслу.



В вашем серванте дребезжат стекла, когда вы ходите по комнате, и это действует вам на нервы? Наклейте на верхнюю кромку стекла несколько кусочков лейкопластыря. Если же паз слишком широк, наклейте пластырь в несколько слоев.



Почему так часто отрываются пуговицы, особенно на детской одежде? И вы уже устали их пришивать... Протрите нитку воском — она станет немного прочнее и порвется не скоро.



Вы с трудом открываете ящик кухонного или письменного стола? Протрите края ящика и пазы, в которые он входит, сухим мылом или свечкой.



Живой уголок

ВНИМАНИЕ: КОНКУРС!



Думаем, что в этом конкурсе смогут участвовать почти все, потому что почти в каждом доме рядом с нами живут любимые Мурки, Гоши и Кузи — четвероногие, пернатые, плавающие и ползающие наши верные друзья. Они терпеливо ждут нас с работы, бескорыстно дарят свою ласку, заглядывают в глаза и прощают нам все.

Наше плохое настроение улетучивается, наши болезни проходят, семейные ссоры затихают: атмосфера в семье, где живет кошка или собака, намного спокойнее и доброжелательнее — так утверждают исследования психологов.

А как считаете вы? Ну, во-первых, вы, конечно, уверены в том, что ваша кошка (собака, рыбка, птичка) — самая умная. Она все понимает (еще чуть-чуть — и заговорит!). Она почти как человек! Она любит вас так, как не любит никто... Вы можете рассказывать о своем друге часами. Мы предлагаем рассказать о нем в нашем журнале — для этого и объявляем конкурс.

Первое место займут те, кто пришлет самые интересные истории о своих «меньших братьях» или забавную фотографию своего друга, или чертежи и описание приспособления, которое сделало жизнь вашей собаки или птички намного комфортабельнее и уютнее, а также прекрасно вписалось в интерьер вашей квартиры.

Письма на конкурс с пометкой «ЖИВОЙ УГОЛОК» высылайте по адресу: 101458, ГСП, Москва, А-137, Бумажный проезд, 14, журнал «Работница», «Домашний калейдоскоп». Срок до 15 июля с. г.

Какие призы получают победители? Это — пока сюрприз, но точно можно сказать одно: награда порадует не только вас, но и вашего друга, о котором вы нам напишете.

ИТАК, КОНКУРС НАЧАЛСЯ!

Ваша аптечка

ДОЛОЙ АНТИБИОТИКИ!

А как же быть, когда замучила проклятая простуда, верная спутница зимней непогоды? Попробуйте использовать старинные средства, известные еще нашим бабушкам. Средства эти найдутся в каждом доме. Итак, если у вас есть настойка йода и питьевая сода, никакая простуда вам уже не страшна.

★ При тонзиллите и даже гнойной ангине несколько раз в день смазывайте миндалины питьевой содой, обмакнув в нее мокрый палец, после чего в течение двух часов не пейте и не ешьте.

★ При жжении и сухости в носу или чиханье смажьте мокрым пальцем с питьевой содой полости носа и втягивайте носом воздух некоторое время. Эта процедура не даст развиваться насморку. Питьевая сода — отличное средство против обострения синусита, если вам удастся «захватить» его в самом начале.

★ Лучшие капли от насморка: 6—7 капель йодной настойки или щепотка питьевой соды, добавленные к двум чайным ложкам кипяченой воды.

★ При насморке полезны ингаляции: открыв пузырек с йодом, глубоко вдыхайте его пары сначала одной, затем другой ноздрей.

★ При упорном грудном кашле несколько дней на ночь натирайте грудную клетку настойкой йода. Процедура помогает и при плеврите.

Йод — верный помощник не только при простуде.

★ Для предотвращения инфекции ссадины смажьте стойкой йода, а на порез наложите пропитанный ею кусочек лейкопластыря. Йод окажет поистине волшебное действие даже при начавшемся нагноении, если процедуру повторить 4—5 раз.

★ Не пытайтесь вытаскивать иглой занозу, как бы глубоко она ни засела. Намажьте обильно этот участок йодом (возможно, процедуру придется повторить несколько раз) и заноза сгорит.

★ При ушибе и растяжении связок протирайте больное место йодной настойкой. Восстановительный процесс ускорится, и в дальнейшем при перемене погоды травма не будет напоминать о себе.

★ Гнойник быстро исчезает, если его головку смочить йодом.

★ Те, кто страдает грибковым поражением ногтей, знают, как трудно излечить это заболевание. Очень неприятна развивающаяся при этом деформация ногтевой пластины. Хорошего эффекта можно добиться с помощью йода: сделайте горячую ванночку для ног или рук, удалите пилкой поверхностный слой ногтей, обработайте их йодной настойкой, а затем покройте лаком. Процедуру повторяют ежедневно.

★ Йод помогает при легких гинекологических воспалениях — им смазывают кожу нижней части живота 3—4 вечера подряд.

★ Несколько капель йода в небольшом количестве воды — действенное средство при желудочно-кишечных расстройствах.

П. СУШАНСКАЯ



МНОГОЦВЕТНЫЕ ФИАЛКИ

В 10-м номере нашего журнала за прошлый год мы рассказали о Н. Н. Ширяевой из Рязани, хобби которой — выращивание фиалок — стало главным делом жизни. Писем пришло великое множество, и, судя по обратным адресам, география распространения фиалок не знает границ. По вашим многочисленным просьбам мы предложили Надежде Николаевне стать нашим консультантом. Так что освобождайте побольше места на своих подоконниках!

Многие любители узамбарских фиалок (сенполий) жалуются, что, выращивая растения вегетативно, из листовых черенков, не получают той расцветки, которая указана в описании сорта. Например, «**Белокрылая чайка**» (селекции Макуни) по описанию должна быть бело-малиновая, двухцветная, а при выращивании из листовых черенков получаются чисто-белые или чисто-малиновые цветы. «**Летучий голландец**» (зарубежный сорт), новая красивейшая двухцветная сенполия, вместо ярко-синей с широким белым пятном в середине расцветает чисто-синей. Не спешите винить в неустойчивости сорт или предполагать ошибку. Вполне возможно, что на изменение окраски повлияли неблагоприятные условия выращивания.

Двух- и многоцветные сенполии бывают каемчатые: лепестки цветка окаймлены другим, контрастным цветом (например, «**Mistik-Moment**» — малиновые махровые цветки с белой каймой; «**Bavaria**» — белые цветки с широкой синей каймой). Кайма может быть ровной, волнистой, бахромчатой.

Многоцветность может проявляться в виде «**фантази**»: на лепестках цветка точки или штрихи другого цвета (например, «**Lavender Love**» — лавандовые махровые крупные цветы со штрихами и пятнами фиолетового цвета; «**Christmas Candy**» — розовые полумахровые цветы с малиновыми точками по краю лепестков).

«**Химеры**» — вариант расцветки, когда у двухцветной сенполии лепестки с четкой белой или цветной полосой (например, «**Невада**» — малиновая с белой полосой; «**Star Wars**» — синяя с белой полосой, или возможен вариант этого же сорта — лепестки белые с синей полосой). «**Химеры**» — наиболее декоративная форма расцветки. Их явное превосходство над другими группами сенполий привело к тому,

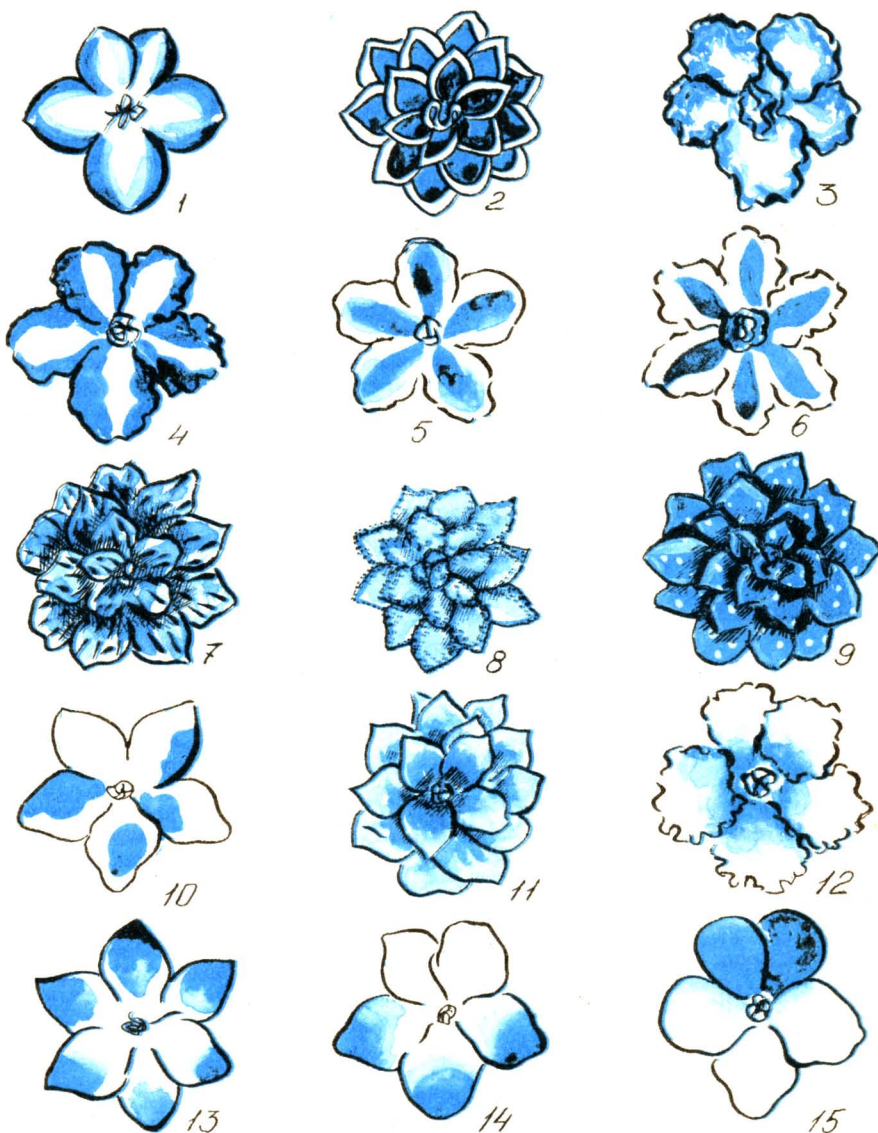


Рис. 1—3. Каемчатые сенполии: 1 — простая («**Bavaria. Opt.**»); 2 — махровая звезда («**Dayo**»); 3 — бахромчатая («**Агата Кристи**»).

Рис. 4—6. «Химеры»: 4 — белая полоса по центру лепестка («**Dorle**»); 5 — темная полоса по центру лепестка («**Star Wars**»); 6 — звезда с волнистым краем («**Silver Romance**»).

Рис. 7—9. «Фантази»: 7 — штрихи по всему лепестку («**Lavender Love**»); 8 — кайма в виде точек («**Christmas Candy**»); 9 — точки по всему лепестку («**Looking Good**»).

Рис. 10—15. Пятнистые сенполии: 10 — хаотично расположенные пятна («**Белокрылая чайка**»); 11—12 — пятно в центре («**August Skies**» и «**Susi**»); 13 — темные кончики лепестков («**Летучий голландец**»); 14 — пятна на нижних лепестках («**Caprice**»); 15 — пятна на верхних лепестках («**Izumi**»).

что на выставках узамбарских фиалок в Европе и США они сравниваются и оцениваются только между собой.

Многоцветная сенполия может быть пятнистой: по лепесткам как бы разбросаны пятна другого цвета (например, «**Белокрылая чайка**») или пятно расположено в центре цветка (например, «**Susi**» — белая, бахромчатая с малиновым глазком; «**August Skies**» — белая махровая с голубым пятном; «**Bertina**» — ярко-розовая с малиновым глазком).

Причем цветовая гамма, расположение и количество пятен непредсказуемы, в точности неповторимы и поэтому уникальны.

Иногда окраска определяется по прожилкам лепестка. Эффектные цветки сорта «**Carnival**», верхние лепестки у которого как бы раскрашены в лилово-белую полоску. У «**Родничка**» по белому полю — светло-голубые прожилки.

Вырастить многоцветную сенполию сложно, это целое искусство. Но искусство, основанное на рациональных методах. Мои собственные наблюдения, советы опытных цветоводов позволили выявить ряд условий для успешного выращивания подобных форм.

1. Очень важно правильно выбрать материал для размножения. Он должен быть здоровым, не пораженным вирусами и грибами. Способность к размножению зависит от возраста черенка. У молодых черенков корнеобразовательная способность выше, но не всегда передает признаки материнского растения. Со старением черенки утрачивают

способность к регенерации. Взрослый, хорошо окрашенный черенок вполне подойдет.

Возраст растения и сорта тоже имеет значение. Известный английский ботаник Ф. Мак-Миллан Броуз считает, что все растения, происходящие из одной селекционной формы (семенной коробочки), должны быть в физиологическом смысле одного возраста, независимо от того, когда их в последний раз размножали вегетативно. Наблюдения показывают, что чем старше сорт, тем больше отклонений в расцветке и форме цветка от материнского растения. Поэтому настойчиво рекомендую приобретать черенки непосредственно у селекционеров.

Кроме того, хорошо известно, что больше шансов повторить расцветку материнского растения, а тем более получить необычную, если брать черенок более светлой окраски (у двухцветных сенполий и листья часто имеют многоцветную окраску, от светло-зеленого до почти черного) и коротко его подрезать.

2. Следующая предпосылка успеха — создание хороших условий, прежде всего освещенности. При недостатке света исчезает каемчатость, в окраске часто преобладает какой-либо один цвет. Любители обвиняют в этом неустойчивость сорта, а виноваты в этом сами. Если вы хотите получить необычные, пестрые расцветки, то, несмотря на дороговизну электричества, вам придется освещать полку шириной в 50 см тремя или в крайнем случае двумя лампами ЛД или ЛБ по 40 Вт.

3. Если все предыдущее вы соблюдаете, а сенполии все же не

радуют вас цветением, то, возможно, виновата земляная смесь. Известно, что на кислых почвах окраска меняется в сторону более темной (это доминантный признак).

4. Очень важно время года, так как в жару (при температуре свыше 24°C) в плохо проветриваемых помещениях многоцветность может совсем не проявиться. Особенно страдают от этого любители сенполий Средней Азии, Украины и Казахстана. В этом случае я обрываю цветоносы и жду более прохладного сезона.

5. По моим наблюдениям пятнистость и расцветку типа «**химера**» дают самые последние, маленькие и слабые детки, полученные от листа. А в первых, самых сильных, будут преобладать доминантные цвета. К расцветке типа «**фантази**» это замечание не относится, она повторяется значительно лучше, хотя и не стопроцентно.

Возможно, я перечислила не все, что нужно для выращивания многоцветных сенполий. Прошу читателей откликнуться, поделиться своим опытом, пусть это будет маленькая заочная конференция, а наиболее ценные замечания будут опубликованы на страницах журнала.

В заключение хочу отметить, что так же, как и у людей, недостатки являются продолжением их достоинств, точно так же у сенполий: сложность воспроизведения многоцветных расцветок является результатом их чрезвычайной изменчивости, благодаря которой только за столетие получены многие тысячи новых великолепных сортов.

Н. ШИРЯЕВА

390048, г.Рязань-48, а/я 506.

«ИНФОРМАБОТНИЦА»

ЛИГА НЕЗАВИСИМЫХ АСТРОЛОГОВ

предлагает астрологические услуги и консультации по почте

ВАШ ГОРОСКОП — психологические особенности личности, семья, партнерство, здоровье и др.

АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ на любой период времени.

СОВМЕСТИМОСТЬ: родители — дети, любовь, дружба, бизнес.

ГОРОСКОП ВАШЕГО РЕБЕНКА — особенности характера, здоровье, способности, профориентация.

При Лиге Независимых Астрологов открыт специализированный **ЧИТАЛЬНЫЙ ЗАЛ** (литература по

астрологии, психологии, эзотерическим наукам, саморазвитию и др.).

Можно приобрести **ОРИГИНАЛЬНЫЕ КОМПЬЮТЕРНЫЕ ПРОГРАММЫ ПО АСТРОЛОГИИ, НЕТРАДИЦИОННОЙ МЕДИЦИНЕ** и др.

(среди них: Музыкальный гороскоп, Астрокомпьютерный журнал, программа «Сам себе астролог», компьютерный Астродневник с записной книжкой, стихотворными прогнозами на каждый день и многое другое, лечебно-профилактическая система «биокор», индивидуальный подбор лекарственных растений и многое другое).

**Адрес для письменных заявок: Москва, 115551, а/я 71.
Телефон для справок: 150-45-63 (звонить с 16 до 19 час.).**

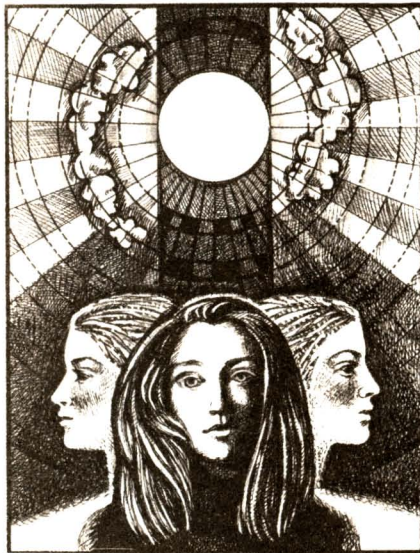
Часто, как только человек слышит слово «медитация», он начинает представлять себе йога, сидящего в позе «лотоса» с закрытыми глазами и отрешенным видом. Этот создавшийся стереотип действует как психологический барьер. «Я не йог, значит, у меня ничего не получится» — такова схема мыслей большинства людей. Здесь-то и допускается главная ошибка. Надо усвоить раз и навсегда, что медитация необходима не только йогу, она необходима прежде всего нам с вами, живущим в это напряженное время, когда каждый нерв натянут, как тетива лука, готовая выстрелить в любую секунду, когда голова пухнет от бесконечного множества проблем, когда ноги разучились ходить размеренным шагом, им все время хочется куда-то бежать, а язык не умолкает ни на минуту. Именно нам с вами она необходима уже срочно и всерьез!

Существует большое количество различных медитативных методик, но самой распространенной из них является медитация на каком-либо образе или предмете. Это объясняется тем, что наличие объекта для концентрации дает возможность интуитивному типу мышления занять доминирующее положение перед аналитическим. Хорошо помогает при этом чтение мантр, молитв, вибрация на звуке «АУМ». Если объект для концентрации выбран удачно и концентрация идет успешно, то тут же аналитический, рациональный рассудок затухает, давая простор интуитивному, который и приводит человека к расширенному, «исключительному познанию». Это состояние «исключительного познания» называется на Востоке «нирваной», или «сатори», что означает «просветление».

Тем, кто собирается заняться медитацией или только начал, очень важно определить в своих сложившихся на данный момент возможностях и правильно поставить задачу. Хотя и существует целый ряд медитативных техник, но нет универсальной, единой для всех. Подход должен быть чисто индивидуальным. Одному, например, хорошо медитировать в спокойном состоянии тела, другому же больше подойдет медитация в движении, в танце. Людям, родившимся в водных знаках, полезно медитировать, концентрируя внимание на свече, а родившимся в огненных знаках лучше концентрироваться на солнце, оно поможет им сильнее, чем остальным, пополнить свой энергетический багаж, причем сеансы лучше проводить при восходящем солнце.

Для увеличения глубины погружения и усиления остроты восприятия рекомендую вспомогательное средство, рецепт которого открылся мне в состоянии медитации. Перед началом сеанса полезно выпить 1 стакан отвара корней цикория

ЗАГЛЯНИ В СЕБЯ!



или элеутерококка, доведенного до кипения и отстоявшегося 30—40 минут (1 ст. ложка на стакан воды).

Для выбора способа медитации можно посоветоваться с опытным наставником. Но лучше, прислушиваясь к собственным ощущениям, выбрать свой способ самому. Вы должны принять его собственной душой, тогда он будет точно ваш.

Постоянная медитативная практика (а для начала понадобится ежедневно лишь 20—30 мин.) помогает человеку достичь высот духовного опыта, а также с большей эффективностью выполнять свои профессиональные обязанности.

Вечерние медитации помогают снять напряжения трудового дня, вызванные различными стрессовыми ситуациями.

Несмотря на то, что состояния «нирваны» достигают далеко не сразу и не все, медитация дает огромный терапевтический эффект, помогает преодолеть многие болезни. Например, медитация с применением мантр очень эффективна при лечении тревожных состояний и невроза тревоги, при лечении фобий (навязчивых состояний), применяется даже для лечения наркомании, алкоголизма, помогает при гипертонических кризах.

При продолжительной и упорной медитативной практике через определенный период времени (в зависимости от духовного уровня развития) с человеком про-

исходят существенные перемены. Характер его извращается от множества недостатков. В отношении к людям проявляется все больше и больше понимания, терпимости к их эмоциональным выплескам. Что раньше раздражало в знакомых, близких, теперь находит сочувствие, сострадание. Поведение в обществе становится уравновешенным, без лишней суеты и агрессии. Часто человек ловит себя на мысли, что мозг его стал намного чаще трансформировать мудрые решения тех или иных проблем, которые раньше казались бы вовсе не разрешимыми. Ослабевает привязанность к пагубным страстям, просто-напросто само собой проходит отвращение к курению, вину, мясу.

Мало этого, человек сам начинает излучать вокруг себя вибрации покоя, умиротворения, доброжелательности. Жизнь человека, занимающегося продолжительной медитативной практикой, становится сбалансированной, огражденной от ненужной, вредной суеты. Какие-то мелкие заботы решаются сами по себе или отпадают вовсе. Вокруг него как бы создается невидимая стена, о которую разбиваются все посылаемые к нему отрицательные сигналы, темные мысли, завистливые, недоброжелательные взгляды. Он защищен, как черепаха панцирем. Дома, на улице, на работе обстановка благоприятствует ему. При любых обстоятельствах он всегда находит правильное решение. Точнее, оно приходит само и в нужный момент. Чудеса! — скажут некоторые. Возможно, если считать чудом все, что происходит помимо нашего сознания.

Я назову это иначе: возвращение к истинному гармоническому состоянию души, к тому состоянию, которое дано человеку с момента его появления на белый свет и которое он день за днем ухитряется утрачивать, превращаясь в слепое орудие темных сил, владеющих им посредством его же собственных страстей и пагубных привычек, а также отрицательных черт его характера, которые он не в состоянии изменить. А надо для этого совсем немного, всего лишь на 20—30 мин. заглянуть в себя через призму высшего открытия.

МЕДИТАЦИЯ — вот истинный кратчайший путь к высшей духовной гармонии!

РАЛЛАНА

МАНТРА БОГУ ШИВЕ

Ом нама Шива - 3 раза.

Шива ом нама - 1 раз.

Украшенный цветами зал гостиницы в Сиэтле был предоставлен на несколько дней бизнесменам компании «Лайфтрендз Моментум». Улыбки, радостный смех... А смеялись в основном милые стройные дамы. И только по маленьким фотографиям, прикрепленным к лацканам их костюмов, было понятно: совсем недавно они были другими. Судя по фотографиям, каждая из них когда-то весила за сто кило. И смеялись они над собой. Кто-то стал поправляться в юности, кто-то — после родов, кто-то — из-за болезни. Килограммы набирались незаметно, а остановить их рост было трудно. И препараты «Лайфтрендз М.» каждая, как выяснилось, открыла для себя не сразу. Странно было слышать до боли узнаваемые откровения Карен, Деби или Линды, которые, ну совсем как мы с вами, пытались похудеть — кто на яблочном соке, кто на овощах, но ничего, решительно ничего не помогало, пока... Вот это «пока» присутствует в каждом разговоре. Кого в «Лайфтрендз М.» привела подруга, кого — родственница, кого — знакомая, и с того момента система похудения по «Лайфтрендз М.» стала частью образа жизни каждой.

Впрочем, не только система похудения. Каждая, кто пришла в «Лайфтрендз М.», стала не только значительно обаятельнее, но и гораздо богаче. Дело в том, что препараты «Лайфтрендз М.» нельзя купить в магазине или аптеке. Его распространяют дистрибьютеры, выбирая для себя разные программы — не только похудения, но и оздоровления (в том числе и детей), и вывода шлаков из организма, и стабилизации давления. Короче, каждый может найти в «Лайфтрендзе М.» свое. Чем больше найдешь подруг, тем больше заработаешь, хватит и себе на страховочную порцию «Лайфтрендза М.», и на обеспечение той новой, богатой жизни, которой начала жить, войдя в систему «Лайфтрендза М.». Бизнес этот многие строят, не выходя из собственного дома, был бы телефон под рукой. «Своих клиентов и дистрибьютеров надо знать в лицо» — такой позиции придерживается руководство «Лайфтрендза М.», регулярно проводя семинары.

У каждого препарата «Лайфтрендз М.» свое строгое предназначение, а все вместе они работают

с одной целью — избавить человека от лишнего веса, улучшить здоровье, самочувствие, поднять жизненный тонус, работоспособность. Одни таблетки «сжигают» лишний жир, другие — помогают вывести шлаки из организма, третьи — подпитывают энергию, четвертые — поддерживают необходимый баланс минералов и витаминов. Один день вы питаетесь нормально (принимая часть таблеток), следующий — почти не едите, но порция таблеток увеличивается. А есть-то, наверное, хочется? Всем, кто худел, знаком такой страшный аппетит, когда кастрюля борща или сковородка жареной картошки кажется пределом всех мечтаний. Но никаких героиче-



ских усилий, чтобы держать диету «Лайфтрендз М.», не требуется. Профессионалы компании продумали и этот аспект: специальные капли, входящие в комплект, просто заглушают ваш аппетит.

Самое главное — это мера во всем, говорили с древних времен. Строгие пропорции каждого компонента (а их множество) и составляют главный секрет успеха «Лайфтрендз М.». Ведь все они натурального происхождения. И история создания каждого продукта уникальна. Много лет профессионалы компании потратили, например, на изучение культуры американских индейцев. Ведь жили они до старости здоровыми, крепкими, поджарыми, болели редко, выздоравливали быстро, ибо были близки к природе и собирали секреты лечебных корней.

Через месяц-два вы станете не только стройной — у вас изменится лицо. Исчезнут морщины, разгладится кожа, изменятся цвет лица и выражение глаз. Это не рекламная сказка, перемены в своем лице вы заметите уже на второй-третий день, а потом вам

захочется смотреть в зеркало все чаще и чаще.

«Везет американкам!» — вздохнут наши отчаявшиеся похудеть толстушки. Считайте, что повезло и вам. Правда, препараты «Лайфтрендз М.» недешевы, комплект на месяц будет стоить около 100 тысяч, но, став членами «Лайфтрендза М.», вы сможете очень прилично заработать, и эти сто тысяч покажутся вам копейками.

Издравле на Руси полнота считалась чуть ли не синонимом богатства. (Вспомните толстых довольных купчих!) Времена меняются. Только достаток, приличные деньги дают возможность человеку следить за своим здоровьем, настроением, весом. Состоятельные американцы, как правило, худы, стремительны, ослепительно улыбаются и выглядят на 10 лет моложе возраста по паспорту.

...Каждый день я вижу свою могущественную соседку по лестничной клетке. Ее черно-белое лицо, как в телевизоре, лишено красок, всегда озабочено и устало. Большая фигура выдает все ее меню — от макарон до пончиков. Я никогда не задумывалась о ее возрасте, а тут кольнуло: а ведь ей, наверное, нет и сорока? Я мысленно «убавляю» фигуру, разглаживаю лицо и морщинки, ставлю улыбку, «подкручиваю» цвет. Я вижу привлекательную женщину, одну из тех, что улыбались мне в Сиэтле. Впрочем, почему, как в Сиэтле? Ведь каждая из нас рождается красивой, только вот остаться ею или нет — зависит от нас самих. Сегодня «Лайфтрендз М.» для вас — это реальность. И вы можете не только похудеть, но и построить по системе компании свое собственное дело. Причем не выходя из дому.

О том, как приобрести «Лайфтрендз М.», стать красивой и богатой, вам расскажут по телефону: 250-11-93.

Просим звонить тех, кто хочет стать дистрибьютером или просто купить препараты для себя. Дистрибьютеры должны приехать или прийти на семинар.

Наталья ПЕТРОВА



ЛУНА И РАБОТЫ НА ПРИУСАДЕБНОМ УЧАСТКЕ

В № 1 за 1992 г. мы уже рассказывали о принципах, лежащих в основе сельскохозяйственной астрологии. Кратко повторим главные правила, позволяющие заметно повысить урожайность на вашем участке и получить продукцию более высокого качества.

Во-первых, многие виды работ с растениями следует правильно распределять по фазам Луны (новолуние, растущая Луна — первая и вторая четверти; полнолуние, убывающая Луна — третья и четвертая четверти).

В день новолуния нежелательно ни сажать растения, ни сеять, ни пересаживать, ни окапывать. В это время можно лишь удалять засохшие и больные части, бороться с вредителями.

После новолуния, в период растущей Луны (первая и вторая четверти), все соки растения начинают двигаться вверх — от корней в стебель, листья и т. д. В этот период хорошо сажать (сеять) те культуры, от которых вам требуются надземные части. Также хорошо в это время проводить полив, подкормку, рыхление почвы.

К полнолунью верхние части растений максимально наполняются соками и питательными веществами, следовательно, именно в это время лучше собирать урожай плодов, семян, побегов, листьев — всего того, что растет над землей, они будут и вкуснее, и полезнее, да и храниться будут дольше. В этот же период хорошо окапывать растения, рыхлить землю, прореживать всходы. Однако ни в коем случае не следует вблизи полнолуния проводить обрезку и прививку.

После полнолуния, в период убывающей Луны (третья и четвертая четверти), происходит постепенное перераспределение соков в растениях — они устремляются вниз, от вершины через стебель к корням. В это время следует сажать те растения, от которых вам нужно получить подземные части — клубни, корневища, корни. В этот же период хорошо проводить обрезку (лучше в четвертую четверть — поближе к новолунию).

Точные даты новолуний и полнолуний даны в двух последних строчках таблицы 1 (также все фазы Луны указываются в отрывных календарях), а более детальные рекомендации вы

найдете в таблице 2, по каждой из четырех четвертей лунного цикла.

Второй важнейший фактор, который нужно учитывать при планировании агротехнических работ, — это нахождение Луны в разных знаках Зодиака. По каждому знаку Зодиака Луна идет примерно 2—3 дня (скорость этого перемещения непостоянна, в среднем Луна находится около 2,5 суток в каждом знаке, точные сроки даны в таблице 1). Нахождение Луны во время посадки в некоторых знаках Зодиака почти наверняка сделает растения малопродуктивными или даже бесплодными, несмотря на все агрономические ухищрения, а в других знаках — наоборот, при прочих равных условиях весьма плодотворными и хорошо растущими. В этой связи одни знаки Зодиака получили название «плодовитых», а другие — «бесплодных». К характеристикам знаков также относятся «сухость» и «влажность», кроме того, они делятся на «огненные», «водяные», «воздушные» и «земляные». Все эти образные характеристики помогают понять, какого рода работы лучше проводить, когда Луна находится в каждом знаке Зодиака. Основные указания на этот счет вы найдете в таблице 3.

Пользуясь тремя предлагаемыми таблицами и комбинируя данные о нахождении Луны в знаках Зодиака с данными о фазах (возрастание или убывание, разные четверти Луны и т. д.), вы сможете выбрать оптимальные сроки для всех видов работ на приусадебном участке. Разумеется, помимо астрологических правил, следует соблюдать и все общепринятые агрономические, в том числе традиционные для вашей местности крайние сроки посадки и сбора, может быть, лишь с небольшими корректировками год от года, в зависимости от положений и фаз Луны.

В заключение еще несколько слов о посадке растений. Общепринято сажать растения либо рано утром, либо, что предпочтительнее, ближе к вечеру. Уточним и эти правила с точки зрения астрологии — лучше сажать или до восхода Луны, или уже после ее захода. Хуже всего сажать именно в моменты восхода и захода, в непосредственной близости от них (плюс-минус полчаса). Время восхода и захода Луны можно найти в отрывных календарях.

Таблица 1. ВХОЖДЕНИЕ ЛУНЫ В ЗНАКИ ЗОДИАКА В 1994 ГОДУ
С ДАТАМИ НОВОЛУНИЙ И ПОЛНОЛУНИЙ (ВРЕМЯ МОСКОВСКОЕ «ЗИМНЕЕ»)

Как пользоваться таблицей. Например, вам необходимо узнать, где будет Луна 6 февраля. Для этого находим в верхней строке слово «февраль» и по столбцу под ним ищем нужное число — 6. В той же горизонтальной строке, что и найденное число, слева читаем: «Козерог». Следовательно, 6 февраля Луна входит в знак Козерога в 19 час. 02 мин. (эти цифры указаны в скобках). Дальнейшее движение Луны по знакам Зодиака в феврале можем проследить вниз по этому же столбцу: в Водолей она войдет 9-го в 01 час. 16 мин. (т. е. до этого времени будет еще в Козероге), а в Рыбы перейдет 11-го в 09 час. 23 мин. (т. е. до этого времени Луна будет находиться в Водолее). Далее видим по этому же столбцу, что Луна в феврале

«побывает» еще в знаках Овна, Тельца, Близнецов, Рака, Льва, Девы и Весов. Далее Луна должна перейти в знак Скорпиона, но в столбце «февраль» мы находим, что в Скорпионе Луна была уже с 1-го по 4-е, а последним числом месяца указано 27-е. Это значит, что в Скорпион она перейдет уже в марте (следующий столбец: 1-го в 17 ч. 43 мин.), а конец февраля «останется» в Весах.

Еще пример. Где будет Луна 4 июня? В столбце «июнь» мы не находим 4-го числа, зато есть 2-е и 5-е. 2-го (в 21.31) Луна вошла в знак Овна, а вышла из него 5-го (в 10 ч. 14 мин. перешла в Телец). Следовательно, 4-го Луна была еще в Овне. Если нас заинтересовало, какая Луна в этот день — растущая или

убывающая, то смотрим на две нижние строки столбца «июнь». Там мы находим, что новолуние будет 9-го (в 11 ч. 26 мин.), значит, 4-го июня Луна еще убывает, а расти начнет только после 9-го.

И последний пример. Хотим узнать, когда Луна в августе будет в знаке Рака. Для этого в левом столбце находим знак Рака, а в верхней строке — «август». На пересечении горизонтальной строки, соответствующей Раку, и столбца «август» видим: 4 (01:22). Значит, Луна в августе входит в знак Рака 4-го в 1 ч. 22 мин. И будет там находиться до 9 ч. 31 мин. 6-го августа (следующая строчка вниз, переход в знак Льва). Подобным же образом определяется положение Луны в любом знаке.

Таблица 2. ФАЗЫ ЛУНЫ И РАБОТЫ НА УЧАСТКЕ

ОБЩИЕ ПРАВИЛА: на растущей Луне (от новолуния до полнолуния) сажать однолетние растения, от которых нам нужна надземная часть, на убывающей Луне (от полнолуния до новолуния) сажать двулетние, многолетние растения и те однолетние, от которых нужно получить подземную часть.

ФАЗЫ ЛУНЫ	РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ВИДЫ РАБОТ
Первая четверть (первая половина промежутка от новолуния до полнолуния)	Посадка однолетников, дающих надземный урожай в виде листовой зелени, всех тех растений, у которых в пищу употребляются части, не содержащие семян, например: капуста, петрушка, сельдерей, салат, спаржа и т. п. Кроме того, огурцы, дыни и зерновые, злаки — их тоже лучше сажать в первую четверть. Внесение минеральных удобрений. Приобретение животных (когда Луна в плодовых знаках — см. таблицу 3).
Вторая четверть (вторая половина промежутка от новолуния до полнолуния)	Посадка однолетников, дающих надземный урожай в виде мясистых плодов с семенами внутри, например: помидоры, перцы, кабачки, тыква, также и горох, бобы, все ползучие, стелющиеся. Зерновые и злаки хорошо сажать и в это время, также и чеснок. Внесение минеральных удобрений (лучше, когда Луна в плодовых знаках).
Третья четверть (первая половина промежутка от полнолуния до новолуния)	Посадка двулетников и многолетников, а также тех однолетников, которые дают подземный урожай клубневых, корневищных растений. Все осенние, подзимние посадки — в этой четверти. Деревья, кустарники, луковицы, картофель, ревеня, озимую пшеницу, виноград также лучше всего сажать в это время. Сушка плодов (лучше всего, когда Луна в «огненных» знаках — Овен, Лев, Стрелец). Внесение органических удобрений (лучше, когда Луна в плодовых знаках). Обрезка деревьев и кустарников (лучше всего, когда Луна в Скорпионе или Козероге).
Четвертая четверть (вторая половина промежутка от полнолуния до новолуния).	Перекопка, рыхление почвы, прополка, борьба с вредителями и сорняками — особенно хорошо, если Луна в одном из бесплодных знаков (лучше всего Лев и Овен). Закладка компоста — лучше всего, когда Луна в «водных» знаках, особенно в Скорпионе. Внесение органических удобрений (лучше, когда Луна в плодовых знаках). Опрыскивание (лучше в бесплодных знаках). Консервирование (предпочтительнее, когда Луна в «водных» знаках — Раке, Скорпионе, Рыбах).

Примечание: не нужно слишком жестко и слепо следовать рекомендациям, касающимся разграничения посадок в первую и вторую четверти Луны. Это лишь предпочтения. Если вы не успели что-то посадить в первую четверть, смело сажайте во вторую.

Таблица 3. ПОЛОЖЕНИЕ ЛУНЫ В ЗНАКАХ ЗОДИАКА И РАБОТЫ НА УЧАСТКЕ

ГЛАВНОЕ ПРАВИЛО: сажать лучше всего, когда Луна в плодовитом знаке.

ОВЕН — бесплодный, сухой, огненный.

Благоприятен для борьбы с сорняками, вредителями, а также для культивации почвы и сбора плодов. Можно сажать те растения, которые быстро растут и сразу используются в пищу, например, салат. Хорош для посадки ревеня.

ТЕЛЕЦ — плодовитый, влажный, земляной.

Подходит для посадки любых культур, особенно же для картофеля и любых корнеплодов, для всех кормовых растений. Очень хорошо сажать капусту, кочанный салат и другие листовые овощи, также и бобовые, луковичные. Придает всем растениям выносливость, плодам — стойкость к хранению.

БЛИЗНЕЦЫ — бесплодный, сухой, воздушный.

Благоприятен для прополки, борьбы с вредителями, для культивации, удаления ненужных побегов. Для посадки и пересадки большинства растений неблагоприятен, за исключением вьющихся, а также земляники, клубники и плетистых роз. Хорош для снятия урожая листовых культур.

РАК — очень плодовитый и влажный, водный.

Это наиболее продуктивный знак. Прекрасно подходит для всех посадок и пересадок, для полива, подкормки, прививок. Особенно хорош для бахчевых, для помидоров, для плодовых деревьев и ягодных кустов. Не следует уметь, что все собранное, когда Луна в этом знаке, не подлежит длительному хранению.

ЛЕВ — бесплодный, сухой, огненный.

Наиболее бесплодный знак. Лучше всего подходит для борьбы с сорняками и удаления всего лишнего с участка, для культивации. Сажать можно только деревья и кустарники. Хорош для сбора фруктов и корнеплодов.

ДЕВА — бесплодный, влажный, земляной.

Подходящее время для культивации, прополки и уничтожения вредителей. Не следует сажать и пересаживать съедобные растения. Подходит для посадки декоративных растений, особенно жимолости, тюльпанов, нарциссов, гладиолусов, может дать им высокий рост. Хорошо также для посадки цикория и любых лекарственных растений.

ВЕСЫ — умеренно плодовитый, влажный, воздушный.

Хорош для посадки большинства культур, дает растениями красивые, сочные плоды, хорошую корневую систему, крупные клубни. Цветы, посаженные в период, когда Луна находится

в Весах, выделяются особой красотой и ароматом. Очень хорошо сажать все ползучие и стелющиеся растения, а также кормовые культуры.

СКОРПИОН — очень плодовитый и влажный, водный.

Близок по продуктивности к Раку, подходит для тех же работ, что в период нахождения Луны в Раке. Дает высокую выносливость и жизнестойкость, изобилие. Особенно благоприятен для стелющихся культур, лекарственных растений и всех колючих с шипами. Корнеплоды собирать в это время не рекомендуется (особенно для хранения). Лучшее время для обрезки, когда Луна в третьей четверти. Хорош для полива.

СТРЕЛЕЦ — бесплодный, сухой, огненный.

Хорошо подходит для прополки, культивации, для уборки овощей, фруктов, корнеплодов, для сбора семян. Можно сажать быстрорастущие культуры, лук, перец, сеять кормовые травы.

КОЗЕРОГ — плодовитый и умеренно сухой, земляной.

По продуктивности близок к Тельцу, но суше. Особенно хорошо сажать картофель и другие корнеплоды, бобовые и луковичные. Дает растениям выносливость, долговечность и устойчивость к холоду. Хорошо подходит для посадки деревьев и кустарников.

ВОДОЛЕЙ — бесплодный, сухой, мужской.

Благоприятен для прополки и культивации, борьбы с вредителями, сбора урожая (особенно листовых культур и корнеплодов).

Сажать, пересаживать и прививать не рекомендуется ничего, за одним исключением: можно сажать лук.

РЫБЫ — очень плодовитый и влажный, водный.

Похож на Рака, придерживайтесь тех же рекомендаций, но особенно хорош для корневищных растений, огурцов, тыквы. Однако плоды растений, посаженных в период, когда Луна находится в Рыбах, не подлежат длительному хранению. Очень хорош для полива.

Борис БОЙКО



ТАБЛИЦА 1

Знак зодиака	Январь число (час:мин)	Февраль число (час:мин)	Март число (час:мин)	Апрель число (час:мин)	Май число (час:мин)	Июнь число (час:мин)	Июль число (час:мин)	Август число (час:мин)	Сентябрь число (час:мин)	Октябрь число (час:мин)	Ноябрь число (час:мин)	Декабрь число (час:мин)
Овен	17(11:42)	13(19:49)	13(02:59)	9(09:09)	6(15:01)	2(21:31) 30(5:07)	27(13:31)	23(21:55)	20(05:30)	17(11:56)	13(17:44)	11(0:03)
Телец	20(0:22)	16(08:20)	15(15:27)	11(21:48)	9(03:50)	5(10:14)	2(17:23) 29(01:13)	26(09:13)	22(16:47)	19(23:34)	16(05:44)	13(11:56)
Близнецы	22(12:35)	18(21:05)	18(04:29)	14(10:48)	11(16:43)	7(23:03)	5(06:12)	1(14:05) 28(22:07)	25(05:41)	22(12:28)	18(18:41)	16(01:00)
Рак	24(21:55)	21(07:27)	20(15:54)	16(22:41)	14(04:47)	10(10:22)	7(17:17)	31(10:00) 4(01:22)	27(18:12)	25(01:15)	21(07:21)	18(13:25)
Лев	27(3:38)	23(13:48)	22(23:39)	19(07:45)	16(13:58)	12(19:29)	10(01:43)	6(09:31)	2(18:37) 30(03:55)	27(12:05)	23(18:33)	21(0:13)
Дева	1(23:15) 29(6:39)	25(16:27)	25(03:14)	21(12:58)	18(20:31)	15(02:16)	12(07:48)	8(14:42)	4(23:33)	2(09:39) 29(19:21)	26(03:09)	23(09:01)
Весы	4(02:31) 31(08:34)	27(17:06)	27(03:46)	23(14:40)	20(23:54)	17(06:48)	14(12:15)	10(18:07)	7(01:57)	4(11:56) 31(22:46)	28(08:22)	25(15:27)
Скорпион	6(05:29)	2(10:49)	1(17:43) 29(03:15)	25(14:18)	23(0:51)	19(09:20)	16(15:35)	12(20:56)	9(03:26)	6(12:22)	2(23:19) 30(10:21)	27(19:17)
Стрелец	8(08:34)	4(14:14)	3(19:54) 31(03:41)	27(13:48)	25(0:43)	21(10:32)	18(18:09)	14(23:53)	11(05:25)	8(12:47)	4(22:46)	2(10:13) 29(20:46)
Козерог	10(12:16)	6(19:02)	6(0:24)	29(15:05) 2(06:38)	27(01:17)	23(11:37)	20(20:30)	17(03:18)	13(08:44)	10(14:44)	6(23:02)	4(09:42) 31(20:58)
Водолей	12(17:25)	9(01:16)	8(07:15)	4(12:45)	29(04:19) 1(19:34)	25(14:10)	22(23:38)	19(07:34)	15(13:42)	12(19:09)	9(01:48)	6(10:51)
Рыбы	15(01:04)	11(09:23)	10(16:09)	6(21:51)	31(11:03) 4(03:47)	27(19:44)	25(04:56)	21(13:27)	17(20:31)	15(02:18)	11(08:04)	8(15:24)
Новолуние	12(02:10)	10(17:30)	12(10:05)	11(03:17)	10(20:07)	9(11:26)	9(0:37)	7(11:45)	5(21:33)	5(06:55)	3(16:36)	3(02:54)
Полнолуние	27(16:23)	26(04:15)	27(14:10)	25(22:45)	25(06:39)	23(14:33)	22(23:16)	21(09:47)	19(23:01)	19(15:18)	18(09:57)	18(05:17)