

Перед вами уникальный календарь-копилка полезных народных знаний. Обратившись к календарю, вы узнаете все секреты успешного садоводства и огородничества: какие дни благоприятны для посева и посадок; когда лучше всего бороться с вредителями; как и когда правильно удобрять почву; когда собирать урожай для его наибольшей сохранности. Знание сезонных и лунных ритмов, народных примет, важных рекомендаций и предостережений поможет вам с наименьшими усилиями получить и сохранить обильный урожай. Читателей также порадует множество рецептов вкуснейших домашних заготовок. Кроме того, авторы собрали в издании эффективные оздоровительные практики и народные ритуалы, направленные на улучшение здоровья.

Этот календарь-справочник станет для вас незаменимым помощником и на дачном участке, и в городской квартире!

ОТ АВТОРОВ

Эта книга-календарь сложилась на основании многолетнего существования раздела «Огородная азбука», который авторы вели сначала на страницах санкт-петербургской газеты «Лунный астрологический календарь», а в настоящий момент — журнала «Времена года».

Опыт показывает, что реальные пользователи литературы, освещающей различные факты жизнедеятельности растений, обычно вынуждены задействовать сразу несколько различных источников. Это правильно. Но — неудобно среднестатистическому горожанину (к коим авторы себя и причисляют), ибо серьёзная работа с книгами о культуре земледелия требует и дополнительного времени, и дополнительных знаний, и дополнительной (чего уж греха таить) памяти. На практике же получается, что нужной информации под рукой не оказывается именно в то время, когда её и надо бы применить. Так и появилась эта книга, которая, с одной стороны, является привычным календарём посева и посадок, с другой — даёт краткое представление о каждом дне с точки зрения практического опыта народной традиции.

Кроме того, в календаре рассказывается о фенологических природных фазах, то есть о сезонных явлениях природы, сроках их наступления и причинах, определяющих эти сроки. Эти факторы, анализом которых занимается фенология, являются определяющими для растительного мира и, следовательно, для планирования сельскохозяйственных работ. Поэтому всем, кто имеет дело с землёй, важно чётко различать именно *фенологические индикаторы*, поскольку они всегда ярко выражены в природе, заметны для наблюдения и понятны всем.

Параллельно информации, которую желательно учитывать при общении с растительным миром, в Календаре даны простые, любопытные или просто нужные рецепты и рекомендации, касающиеся нас с вами непосредственно.

В стародавние времена подобные знания человек получал не задумываясь, поскольку усваивал их

спонтанно, с раннего детства. Жизнь протекала, да и сейчас во многом это так, в постоянной «борьбе» за урожай — успешность этой борьбы обеспечивала выживание. Поэтому столетиями люди наблюдали, замечали, запоминали влияние сезонных ритмов на процессы, происходящие в природе. Так создавался народный календарь, ставший основой уклада жизни на земле, — традиции, приметы, праздники. Естественность этого процесса сегодня в целом утрачена. Потому авторы и попытались к ней вернуться — к той естественной информации, которая сама оседает в памяти. Которая, наверное, нужна каждому — в конце концов, сезонные ритмы существуют для всех.

Надеемся, что этот уникальный календарь-справочник станет для вас интересным собеседником и незаменимым помощником в делах.

И последнее. Мы сознательно уделили довольно много внимания (и места) так называемым «экологическим датам». Обычно это дни, призванные обратить внимание людей на какую-то из проблем нашей единственной планеты. Мысль материальна, и кому как не нам с вами, уважаемые читатели, стоит присоединиться — хотя бы мысленно — в конкретный день к общему потоку осознания единства всего живого, осознания себя частицей Земли, как живого существа, с любовью и благодарностью за чудо жизни.

ФАКТОР ВРЕМЕНИ

Ингрессии Луны (время вхождения Луны в зодиакальные созвездия), время новолуний и полнолуний, летнего и зимнего солнцестояния, весеннего и осеннего равноденствия даны для часового пояса и географических координат Москвы (55°45' N 37°42' E).

Жителям других регионов необходимо делать соответствующую временную поправку.

Сроки работы с культурами даны для средней полосы России и для усреднённых климатических условий — при проведении работ всегда необходимо ориентироваться на фактические погодные условия на данный момент.

Время Зимы

АКТИВНЫЕ ЭНЕРГИИ ЗИМЫ

По утверждению фенологов, в европейской части России зима продолжается 111 дней — с конца ноября до второй половины марта. Сезон низких температур условно делится на три периода: первозимье, коренная зима и перелом зимы.

Первозимье начинается с выпадением покровного снега и длится до декабрьского солнцестояния. Пора глубокого покоя живой природы продолжается примерно 25 дней. Погода неустойчива, за морозами следуют оттепели. В это время в лесах разбиваются на пары рябчики; нерестятся селёдка-ряпушка и сига; с холодами, на радость рыбаков, оживает налим. Деревья и кустарники переходят в состояние глубокого покоя (в комнатном тепле их ветки не выгоняют листьев); посев семян не рекомендуется. Время выгоночных культур (луковицы, корнеплоды, корневища).

Коренная зима длится примерно 55 дней, с последних чисел декабря до начала февраля (когда начинает петь большая синица). Период стуж, прибавляется день, деревья и кустарники переходят в состояние вынужденного покоя (если срезанную ветку поставить в воду, распустят почки); вороны затевают брачные игры; клёсты выводят птенцов (при урожае еловых шишек). Водоёмы скованы льдом, и, чтобы не было замора рыбы, необходимо рубить проруби (обогащать воду кислородом). Нерестится налим, начинается ход миноги. Время выгоночных культур, посев семян рекомендуется только с использованием электродосвечивания.

Перелом зимы занимает примерно 31 день, характерен резким приростом светового дня. Ощутимо греет солнце. Время капелей, веселей поют синицы и овсянки, у волков и лис — гон, период спаривания. Снег подёргивается настом, возле деревьев появляются глубокие проталины. Поднимается с зимовальных ям лещ, отмечается кратковременный жор щуки. Начинается массовое выращивание рассады для закрытого и открытого грунта.

Включаясь в ритмы природы осознанно, человек способен использовать энергии конкретного сезона для улучшения здоровья, настроения, выправления жизненных ситуаций. Главные

характеристики ЗИМЫ — Холод, Аскетизм, Душевная мягкость. *Зимой источниками нашей силы являются энергии Севера, белого и голубого цвета, покоя, тишины.* Согласно классическим канонам о природе Стихий, с приходом Зимы вступает в полные права стихия Воды.

В теле человека под её управлением находятся почки, мочевой пузырь, уши, волосы на голове. Меридиан почек связан с горлом и, кроме того, является одной из главных магистралей, питающих энергией ноги. Почки управляют циркуляцией жидкостей, развитием костного мозга, от них зависит состояние костей. Поэтому к заболеваниям почек, часто нечувствительных к боли, относятся: болезни ног, уха-горла-носа, органов мочевыделительной системы, костные. *Типичные признаки болезни (даже при отсутствии болевых симптомов) — отёки, давление, боли в пояснице, депрессивные состояния.* Таким образом, зимою мы прорабатываем один из базовых принципов долголетия — укрепление почек и ног, ибо «старение начинается с ног и поднимается выше». Укрепление почек — основа, например, противораковой цигун-терапии.

Необходимое дополнение к зимней терапии и профилактике — укрепление сердца. Оно находится под управлением стихии Огня, и в это время года, естественно, пребывает в угнетённом состоянии: Вода (почки) заливают Огонь (сердце). Две главные природные стихии, в идеале, должны находиться в состоянии устойчивого равновесия: при соединении энергии огня и воды рождается загадочный «эликсир бессмертия», позволяющий телу оставаться здоровым и молодым. Зимой главный способ укрепления здоровья — сохранение в укрытии: «...нужно рано ложиться и рано вставать. Нужно избегать холода и стремиться к теплу».



Январь

Коли в январе март, бойся в марте января.

Сух январь — крестьянин богат.

Серый январь — хлебом беда.

В январе начинает стучать дятел — к ранней весне.

Обилие длинных сосулек в январе — к доброму урожаю.

Месяц хорош для того, чтобы спланировать будущие посадки, определить новые сорта, с которыми хотелось бы поэкспериментировать (опытные огородники не спешат отказываться от сортов уже проверенных, рекомендуя опробовать в сезон не более 3–4 новинок). В списке обязательных работ января — снегозадержание, но и освобождение от излишнего снега веток деревьев и кустарников, защита растений от повреждения морозами и грызунами, проверка садового инвентаря и мебели, зимних перекрытий. Если опоздали по осени, снимаем с деревьев и сжигаем зимующие гнёзда боярышницы, златогузки, убираем мумифицированные плоды. Не забываем о птицах — оборудование кормушек всегда было вызвано не только необходимостью привлечь дополнительную защиту от вредителей, но и внутренней потребностью человека, живущего на природе. Забота о живых существах всегда возвращается сторицей.

При уходе за комнатными растениями учитываем, что, если света маловато, жизненные процессы неизбежно замедляются. Поэтому необходимо пропорционально уменьшать и другие факторы роста (тепло, удобрение, полив). Исключение — цветущие зимой, которые нуждаются в дополнительном освещении и подкормке. Ещё одно условие их нормальной жизнедеятельности — правильный полив. В это время богато цветут цикламены (полив только в поддон), рождественский кактус (не чаще раза в неделю), каланхоэ (переполив не боится).

Не засыпают на зиму папоротники (полив умеренный, по мере пересыхания земляного кома). Очень полезна просушка земляного кома, для лучшего доступа воздуха к корням, болотным растениям (циперусы и др.). То же относится к холодолюбивым культурам (олеандр, аукуба, самшит, лавр, кипарис, криптомерия, араукария и др.), которые поливают очень редко.

Зимой цветут: *сенполии, азалии, зигокактусы, примулы, каллы, гиппеаструмы, кливии, эухарисы*. Их содержат при 16–18°C, ближе к свету или досвечивают люминесцентными лампами (12–14 часов в сутки). Полив регулярный, тёплой, отстоявшейся водой, подкормка раз в две недели 0,1%-ным раствором полного минерального удобрения. Январь никак нельзя упустить, если цветущие растения с длительным периодом вегетации хочется иметь уже в конце весны — начале лета. Высаживают клубни бегоний, глоксиний, геснерий, корневища ахименеса (в горшки диаметром 9–13 см). Это очень хорошее время для посева гвоздики Шабо, левкоя, пеларгонии, львиного зева, кобеи.

Продолжается посадка выгоночных растений для получения ранней зелени на подоконнике (луки, петрушка, сельдерей, мангольд, свёкла и т. д.); можно сеять семена быстрорастущих зеленных (кресс-салат, редис, люцерна, укроп, горчица). При наличии электродосвечивания можно начинать выращивать томаты, перец и другие огородные культуры длительных сроков созревания. При появлении первых всходов температуру необходимо, по возможности, понизить.

Неблагоприятные дни для работы с растениями: 5–9, 20–21

2	11:58	Стрелец	19	6:44	Рак
4	21:54	Козерог	21	6:54	Лев
6	4:30	● Новолуние	21	8:12	Лунное
6	4:44	Солнечное			затмение
		затмение	21	8:17	○ Полнолуние
7	9:45	Водолей	23	6:22	Дева
9	22:43	Рыбы	25	7:02	Весы
12	11:17	Овен	27	10:31	Скорпион
14	9:46	● Перв. четв.	28	0:12	● Посл. четв.
14	21:31	Телец	29	17:33	Стрелец
17	4:00	Близнецы			

1–2 (11:58) [Скорпион]

Праздновать, призывать в дом благополучие. Заканчивается лунный месяц, жизненные процессы идут на спад, в растениях замедляется движение соков.

При желании — на участке — имеют смысл меры по задержанию снега (утапывать вокруг деревьев, укрывать снегом кустарники).

По наблюдениям лесорубов, срубленное на 1 января дерево не гниёт, с возрастом каменеет (идеальный день заготовки древесины для свай, срубов и т. д.).

Помним, все посевы, посадки зимы имеют смысл только при наличии электродосвечивания, поэтому для большинства огородников январь — время преимущественно выгоночных культур, закупки удобрений, семян.

ТРАДИЦИИ, ПРИМЕТЫ

1 янв. Рождественский пост. Новый год. Каков первый день января, таков и первый день лета. Звёздная ночь — к большому урожаю ягод, сильный ветер обещает урожай орехов, сильный мороз и снег — к урожаю хлебов. Яркая луна — к урожаю бобовых. По поверью, если в Новый год постучать по дереву груши или яблони, оно подарит по осени обильный урожай.

Очень важно отслеживать первые 12 дней нового года (по 13 января). Считается, что каждый день является концентратом событий соответствующего месяца, поэтому старики отслеживали погоду (получали приблизительный рисунок погодных условий на год), знахари примечали состояние здоровья односельчан (перспективное прогнозирование, на основании чего можно делать профилактику). Анализ происходящих событий в каждый из этих дней позволял судить о наиболее значимых событиях года, для каждого индивидуально. Поэтому и приметы начала января соответствующие. Так, в первый день года нежелательно выполнять тяжёлую и грязную работу, иначе весь год пройдёт в труде без отдыха. Новогодний стол накрывали по принципу: «Как год встретишь, так его и проведёшь». Поэтому праздничное меню включало 12 блюд, каждое из которых олицетворяло и конкретный сезон, и, с некоей долей условности, определённый месяц. Разнообразная и сытная пища подразумевала, что весь год будет изобильным. Девичьи гадания о замужестве.

День почитания великомученика Вонифатия (290 г.), которому молятся об избавлении от пьянства, наркомании и других губительных пороков.

День почитания преподобного Ильи Муромца, русского богатыря и Печерского чудотворца (1148–1203 гг.). В конце жизни он постригся в монахи Киево-Печерской лавры, где и принял смерть от копья, защищая обитель во время набега на Киев объединённых войск Рюрика и половцев. Там и поныне находятся его чудотворные мощи. Результативны молитвы святому о помощи от лихоимцев, о защите от врагов «видимых и невидимых», при болезнях, параличе ног. Сегодня Илья Муромец является покровителем Российских ракетных войск стратегического назначения и Пограничной службы России.

2 янв. Рождественский пост, со 2 по 6 января — строгий: по понедельникам, средам и пятницам сухоядение — хлеб, овощи, фрукты, по вторникам и четвергам — пища без масла, по субботам и воскресеньям — пища с маслом.

Игнатий Богоносец (I–II вв., носитель божественного духа, ученик Иоанна Богослова). Погода дня характеризует погоду августа. Особое внимание предлагается уделять родному дому, ритуалам защиты (активна нечисть): встарь в этот день служили молебны, обносили иконы вокруг села, чтобы уберечь жилище от напасти. Кланялись дому, благодарили за тепло. *Яблочный день*: договаривались с яблонями об урожае, трясли, отряхивали с них иней и снег. (Приём действует на все плодовые деревья — они удивительно чутко реагируют на внимание со стороны человека.)

Св. прав. Иоанна Кронштадтского (результативно: благотворительность, молитвы об исцелении, особенно от недуга пьянства, ибо такой дар он имел ещё при жизни).

2 (11:58) — 4 (21:54) [Стрелец]

Посадка луков, чеснока для выгонки на перо.

Проверка инвентаря, покупка семян. Борьба с наземными вредителями. Ограничить полив, внесение удобрений.

ТРАДИЦИИ, ПРИМЕТЫ

3 янв. Пётр Полукорм (обычно к этому дню оставалась половина кормов, заготовленных для домашнего скота на зиму, хозяева проверяли запасы). Девичьи гадания на судьбу, ритуалы на исполнение желаний. Если до этого дня не лёг снег,

год будет неурожайным. Погода дня характеризует погоду сентября.

Почитание Прокопия Вятского, юродивого (1578–1627 гг.). Обладал даром предвидения, известен многими предсказаниями. Ему молятся при тяжёлых затяжных недугах, в тех случаях, когда надо укрепиться духовно. Похоронен в Успенском Трифоновом монастыре (г. Хлынов, Вятка, ныне Киров).

4 янв. Анастасии Узорешительницы. Святая, мученица, целительница, при жизни часто посещала темницы, кормила, лечила, духовно укрепляла узников, страдавших за веру во Христа. Ей молятся о помощи людям, находящимся в местах заключения, при болях в суставах, просят помочь в родах, сохранить беременность. В этот день вышивали узорочье — полотенце-оберег, которое помогает при родах.

Раз в году, 4 января, читают защитный заговор от отравителей: *«Святой Пётр сидит у божьих ворот. Мать Божья шла, говорила: я никогда никого не травила. Так и меня этот год никто не отравит, на тот свет не отправит. Ключ. Замок. Язык. Аминь»* (3 раза).

Погода дня характеризует погоду октября.

УЧИТЫВАЕМ СРОКИ ХРАНЕНИЯ СЕМЯН

Январь — основной месяц закупки семян. Но прежде имеет смысл пересмотреть прошлогодние запасы и проверить их на всхожесть.

1–2 года: анис, катран, сельдерей, пастернак, лук (слизун, репчатый), чабер, астра однолетняя, бархатцы, водосбор, космея, дельфиниум.

2–3 года: горчица салатная, иссоп, капуста (брокколи, краснокочанная, пекинская, савойская), душица, кервель, петрушка, любисток, лук (батун, порей, шнитт), щавель, ревень, спаржа, тмин, укроп, эстрагон, фенхель, шалфей, майоран, мелисса лимонная, котовник, мята перечная, бораго (огуречная трава), анютины глазки, василёк, гайлардия, георгины, иберис, пиретрум, колокольчик, маттиола, рудбекия, шалфей, хризантема, цинния, эшольция.

3–4 года: бамя, кориандр, морковь, салаты, салатный цикорий, свёкла, репа, шпинат, баклажаны, перец, эндивий, эскариол, долгоцветка (агератум),

годеция, календула, кларкия, хатьма (лаватера), люпин, маргаритка, настурция, петуния, шток-роза (алцея).

3–5 лет: горох, бобы, фасоль, редис, редька, брюква, тыква, артишок, кукуруза сахарная, капуста (белокочанная, цветная, брюссельская, китайская, кольраби), кресс-салат, томаты, физалис, гвоздика турецкая, гипсофила, душистый горошек, кореопсис, немезия, перец горький.

6–8 лет: капуста листовая, кабачки, патиссоны, огурцы, дыня, арбуз, лагенария, крукнек, левкой.

Главное правило жизнестойкости семян цветов и овощей — поддержание сухости. Влажность воздуха для большинства культур составляет примерно 50 %, для томатов, огурцов, капусты, фасоли, гороха, свёклы оптимальная влажность 60 %. Семена плохо переносят холод, наиболее благоприятная температура хранения от +11 до +18 °C (если семена находились в холодильнике на стратификации, перед посадкой их необходимо отогреть несколько недель при температуре около + 27 °C). Лучшее место хранения — в жилых помещениях, вдали от батареи, ближе к полу (например, в нижнем ящике письменного стола). В этом случае жизнеспособность семян продержится от 2 до 8 лет.

4 (21:54) — 7 (9:45) [Козерог], 6 (4:30) [новолуние], 6 (4:44) [солнечное затмение]

Посадка выгоночных растений. Благоприятно: обрезка, заготовка черенков и посадка на окоренение, полив, внесение жидких подкормок и удобрений. Нежелательно: пересаживать растения, проводить мероприятия по уничтожению вредителей, живущих в почве.

6-го: исключить любые работы, связанные с жизнедеятельностью растений (посев, посадка, пересадка). Неблагоприятен полив. Период новолуния хорош для планирования желаемых ситуаций на ближайший лунный месяц, избавления от ненужных связей и мусора (в прямом и переносном смысле слова). Чистить, проветривать помещения, выбрасывать старые вещи, жечь хлам на участке.

По наблюдениям лесорубов, срубленное на Рождество дерево не гниёт.

ЗАТМЕНИЯ: что делать и чего не делать

Затмения всегда отражаются на самочувствии всего живого не лучшим образом: затихают птицы, беспокойны животные, никнут растения. Человек может погружаться в стрессовые, депрессивные состояния, почему это время требует особо бережного отношения и к себе, и к окружающему миру. Затмения всегда происходят на оси Лунных узлов (так называемая ось Судьбы). Именно поэтому они проявляют скрытые, кармические проблемы. Принятые в такие дни решения имеют важные последствия. Не зря в старину это время старались проводить в посте и молитве, чаще бывать в храмах, посещать святыя места. В период действия затмений астрологи всех времён советовали воздерживаться от животной пищи, секса, алкоголя.

Благоприятно: завершать что-либо, начатое ранее; прерывать изжившие себя отношения, отказываться от вредных привычек. Хорошо искать что-то потерянное, есть шанс это обнаружить. Подводить итоги, строить планы на будущее, готовить список целей и желаний. Не забываем, энергия периода лунного затмения конфликтна, поэтому лучше провести это время уединённо, сосредоточившись на хобби и планировании.

Неблагоприятно: находиться в этот день, и особенно в час затмения, на открытом воздухе; переезжать, отправляться в путешествие или командировку. Не стоит в этот день играть свадьбу, менять место работы, давать деньги в долг, брать кредиты, подписывать документы, заключать сделки. В период лунного затмения старайтесь максимально отложить любые важные дела и переговоры.

ТРАДИЦИИ, ПРИМЕТЫ

5 янв. Федул, Нифонт. Считался днём изгнания злых духов из людей и домашних животных. От козней и наваждений нечистой молились Нифонту, известному борцу с лукавыми духами, пекли постные лепёшки, которые скармливали скоту; домашнюю птицу кормили зерном. Для привлечения в дом добрых сил выпекали ритуальное печенье в форме лошадок, коровок, птиц (такие фигурки можно вешать на ёлку). Начало предпраздничной уборки, приготовление рождественской куты.

Погода дня характеризует погоду ноября. Ветреный день — к урожаю. Считается, что родившийся в этот день человек будет обладать особенной властью над домашними животными.

6 янв. Навечерие Рождества Христова (канун, Рождественский сочельник). Сохраняется обычай ничего не есть до первой вечерней звезды, напоминающей о явлении звезды на востоке, возвестившей о рождении Иисуса Христа. Блюда, приготовленные в особые, «святые» дни, могут обладать исцеляющим эффектом. Но этот эффект достигается только соответствующей самонастройкой, для чего желательно предварительное посещение церкви (в идеале, хорошо бы освятить и продукты для праздника, и семена, предназначенные для посева). В любом случае, и продукты, и готовые блюда до употребления не должны находиться в небранном помещении, атмосфере ссор или конфликтов.

На вечерней трапезе установлено вкушать пищу «с елеем, сыра же и подобных ему, и рыб, и никакоже дерзнем ясти» — то есть можно есть постную пищу с маслом, но не сыр и рыбу. *Главное блюдо в Сочельник — сочиво* (откуда и пошло название трапезы). *Сочиво* (коливо, канун, кутья) — ритуальная каша, которая варится из целых зёрен пшеницы (реже ячменя или других круп), с добавлением мака, мёда или сахара, иногда с изюмом, орехами, вареньем. Кутья обязательно ставилась на стол к Рождеству и Крещению, а также в день Пасхи. «На кутью» у восточных славян приглашали Мороза, диких зверей, у южных славян коливом угощали стихии, души умерших и духов болезней — чтобы задобрить их и обеспечить себе их благоволение и защиту.

Вечером 6 января с обрядовой трапезы (Первая, Голодная, Постная кутья) начиналось празднование Коляд. Вечером 13 января отмечали Вторую, Щедрую кутью. Третья, Постная, Голодная, Крещенская кутья праздновалась 18 января. Продукты, из которых готовится кутья, имеют символическое значение:

- зерно является символом воскресшей жизни;
- мёд считается символом здоровья и благополучного быта (сладкой жизни);
- мак символизирует достаток в семье.

Считают, что чем богаче (вкуснее и сытнее) кутья, тем лучше будет урожай и выше достаток в семье.

Рецепт приготовления Щедрой, Богатой, Толстой кутьи (Голодная кутья представляет собой просто пшеничную кашу с мёдом). Тщательно промыть пшеницу, залить водой и 2 часа варить на медленном огне; слить, промыть в холодной воде (избавиться от клейковины). Мёд смешать с тёплой водой до образования густого сиропа (3–4 ст. л. воды). Растереть мак до получения макового молочка, добавить в мёд, перемешать. Полученным сиропом залить пшеницу, настоять 30 минут. Грецкие орехи поломать, добавить семечки, всё обжарить. Изюм обдать кипятком. Цукаты, жареные орешки и семечки, изюм добавить к пшенице с мёдом и всё тщательно перемешать. Выложить в небольшие салатники. При желании в кутью можно добавить порезанную кусочками курагу, финики и чернослив, можно украсить её кусочками шоколадных конфет, бананами и дольками мандаринов. Если бортики посуды предварительно обмакнуть в сахарный сироп, а затем в кокосовую стружку, получится кант из настоящего снега. Счастливого и светлого Рождества!

Приметы сочельника: ясная звёздная ночь — к обильному урожаю черники, звёзд мало или нет вовсе — год в целом будет не богат на ягоды. В Святой вечер нельзя уходить из дома (а то скотина по весне будет плутать). Традиция не рекомендовала ткать, вязать: можно напутать по судьбе, привлечь несчастье (но можно «тугие клубки пряжи мотать, чтоб кочки капусты туги были»). Если в этот день в бане попариться — здоровья на год прибавится.

Погода дня характеризует погоду декабря.

Аналогично годоводному, настоящий праздничный рождественский стол непременно включает 12 блюд (это священное число, и именно 12 дней тянутся Святки). Кроме сочива и кутьи, обычно готовили блины, студень, заливную рыбу, окорок, буженину, бараний бок с кашей, домашнюю колбасу, жареного поросёнка, фаршированного гречей; гуся или утку с антоновскими яблоками, утку с капустой, пироги и пирожки с разными начинками, кулебяки...

Ночь перед Рождеством — время предвосхищения основных событий года. День строгого поста до первой звезды (в память о Вифлеемской). После окончания вечерней трапезы народная традиция рекомендует оставить стол до утра неубранным (ночью за него усаживаются духи рода, утром пищей с него кормят домашних животных). Желательно весь

день быть вместе, посещать церковь всей семьёй. Гадать на свечах. Колядовать. Приглашать Мороз на ужин (чтобы весной не побил ранних всходов и рассады). С Сочельника и до Крещения охотиться на птицу и зверя — грех, считалось, что с охотником может случиться несчастье.

ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ

В Рождественскую ночь, незадолго до полуночи, желательно выйти под открытое небо (в крайнем случае, на балкон) и, замерев, протянуть вверх ладонями руки. Наступает удивительный по ощущениям промежуток времени, когда хотя бы на несколько минут проясняется любая непогода, стихает ветер. Даже если облачно и не появляется луна, всегда на короткий миг видны звёзды... или одна звезда. В самую полночь «...отверзаются небесные врата, и с высот заоблачных сходит на землю Сын Божий. Пресветлый рай во время этого торжественного явления открывает взорам праведных людей все свои сокровища неоценимые, тайны неизъяснимые. Из райских пределов обитающее в них Солнце рассылает на Землю щедрые дары. *Если кто о чём будет молиться в полночь, о чём просить станет, всё исполнится-сбудется...*» Практика будет много эффективнее, если за 1–2 часа до полуночи провести планирование на год, сосредоточившись на своих самых насущных проблемах или задачах. Кратко сформулированные желания лучше записать на листе бумаги (с ним и идти на улицу). В этом случае информация уходит к небесам «пакетом», и можно сосредоточиться на удивительных внутренних ощущениях — они сами по себе являются ценной энергетической подпиткой на весь предстоящий год.

СВЕТ КАК ЗАЛОГ УРОЖАЙНОСТИ

При отсутствии возможности электродосвечивания не спешите с посевом семян. Переросшие растения при посадке в грунт долго болеют, и «сэкономленные» 2–3 недели обернутся потерями раннего урожая.

Для рассады огурцов, томата, перца электродосвечивание проводят с декабря по февраль. В марте — для рассады капусты, лука, салата, сельдерея, предназна-