

# Диана Райхель Самайн

#### Райхель Д.

Самайн / Д. Райхель — ИГ "Весь", 2015

Колесо года, или цикл саббатов, – это восемь главных торжеств, которые отмечаются современными приверженцами Викки и жрецами природной магии. Эта книга посвящена в основном Самайну (31 октября – 1 ноября), на Западе называемому Хеллоуин. Но также дает общее представление обо всех саббатах Колеса года. Вы узнаете, чем отличаются старинные и современные ритуалы и как их проводить. Найдете конкретные гадания и формулы заклинаний. Сможете сделать для близких подарки своими руками и приготовить вкусные праздничные блюда по предложенным рецептам. Не важно, в каком месте земного шара вы живете – в городе или сельской местности. Благодаря нашей книге вы сможете приспособить традиции и практики отмечания саббатов к вашей собственной жизни и ее условиям.

УДК 133.4 ББК 86.4

# Содержание

Путешествие по Колесу года	8
Восприятие современными язычниками Колеса года	12
Старинные ритуалы	14
Праздник огня	16
Влияние христианства	17
Распространение Хеллоуина	18
Возрождение Самайна	19
Ночные огоньки	20
Конец ознакомительного фрагмента.	21

## Диана Райхель Самайн: ритуалы, рецепты и обряды на Хеллоуин

Diana Rajchel

Samhain: Rituals, Recipes & Lore for Halloween

Book design: Donna Burch-Brown

Cover art: iStockphoto.com/18232461/@Electric\_Crayon

iStockphoto.com/8926216/©Anna-Lena iStockphoto.com/10848596/©nicoolay iStockphoto.com/14009704/©LoopAll Interior illustrations: Mickie Mueller

Перевод с английского *Екатерины Громовой*, *Евгении Жарковой* Дизайн обложки *Натальи Рыловой* 

Опубликовано с согласия Llewellyn Publications Woodbury MN 55125 USA. <a href="https://www.llewellyn.com">www.llewellyn.com</a>

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

ISBN 978-5-9573-3622-8

ISBN 978-0-7387-4216-8 (англ.)

- © 2015 by Diana Rajchel
- © Перевод на русский язык, издание на русском языке, оформление. ОАО «Издательская группа «Весь», 2020





Doporoù Yamamero!

Искренне признателен, что Вы взяли в руки книгу нашего издательства.

Наш замечательный коллектив с большим вниманием выбирает и готовит рукописи. Они вдохновляют человека на заботливое отношение к своей жизни, жизни близких и нашей любимой Родины. Наша духовная культура берёт начало в глубине тысячелетий. Её основа — свобода, любовь и сострадание. Суровые климатические условия и большие пространства России рождают смелых людей с чуткой душой — это идеал русского человека. Будем рады, если наши книги помогут Вам стать таким человеком и укрепят Ваши добродетели.

Мы верим, что духовное стремление является прочным основанием для полноценной жизни и способно проявиться в любой области человеческой деятельности. Это может быть семья и воспитание детей, наука и культура, искусство и религиозная деятельность, предпринимательство и государственное управление. Возрождайте свет души в себе, поддерживайте его в других. Именно это усилие создаёт новые возможности, вдохновляет нас на заботу о ближних, способствуют росту как личного, так и общественного благополучия.

Искренне Ваш, Владелец Издательской группы «Весь» Пётр Лисовский

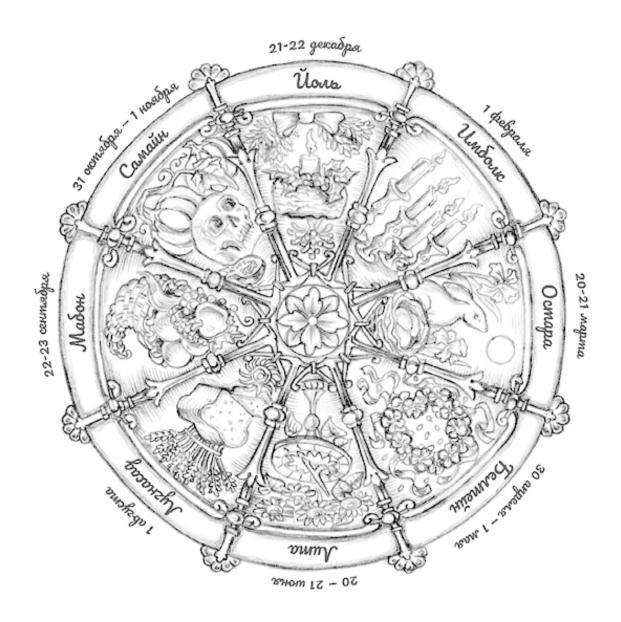
#### Путешествие по Колесу года



Когда мы обращаем внимание на Колесо года, то наилучшим образом настраиваем себя в соответствии с природными энергетическими ритмами, прислушиваемся к тому, что каждый период года шепчет (или кричит!) нам, вместо того чтобы сражаться с естественными волнами жизни.

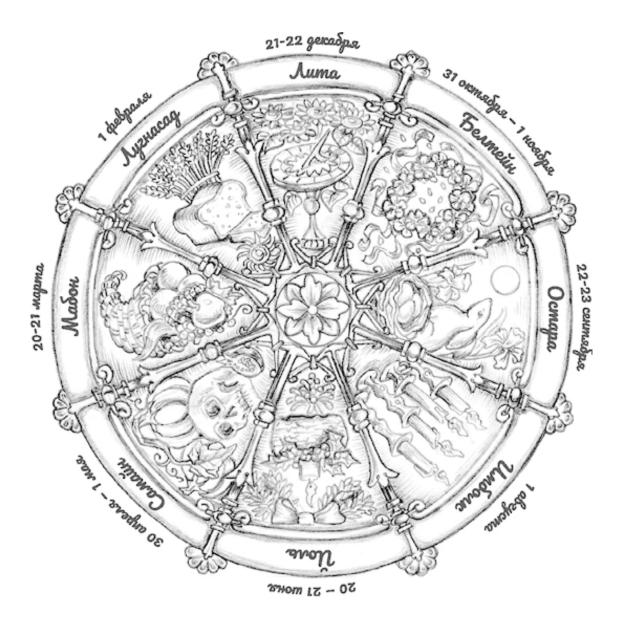
Возможно, это ваша первая книга по Викке, ведьмовству или язычеству, а возможно – очередное издание, скачанное на электронное устройство, или новое приобретение, которое займет свое место в вашем книжном шкафу, под завязку набитом магической мудростью. Как бы то ни было, надеемся, что вы отыщете здесь нечто ценное, что пригодится вам на жизненном пути.

Каждый из восьми саббатов отмечает важную веху в ежегодном природном цикле. Они представлены в виде равноотстоящих спиц на колесе, символизирующем год. Даты, на которые выпадают эти восемь праздников, также располагаются в календаре практически через равные промежутки.



Колесо года в Северном полушарии (Все дни равноденствий и солнцестояний указаны приблизительно, точную дату можно узнать в календаре на каждый год)

Колесо включает в себя две группы по четыре праздника в каждой. В круге есть четыре солнечных гулянья, связанных с положением Солнца на небосводе и делящих год на четверти. Это – день весеннего равноденствия, летнего солнцестояния, осеннего равноденствия и зимнего солнцестояния. Даты этих праздников обусловлены астрономически и, таким образом, незначительно меняются год от года. Между этими днями располагаются четыре праздника огня: Имболк, Белтейн, Лугнасад и Самайн. Первую группу праздников называют Малыми саббатами, вторую – Большими саббатами, хотя названия эти условны и ни одна из групп не уступает в важности другой. Сезоны в Южном полушарии противоположны временам года в Северном полушарии, поэтому и праздники будут отмечаться в другое время.



Колесо года в Южном полушарии

Эта книга посвящена в основном Самайну, но тем не менее она даст общее представление обо всех саббатах Колеса года.

День зимнего солнцестояния, называемый также Йолем или серединой зимы, происходит в момент, когда ночь будет самой длинной в году. Сразу после дня зимнего солнцестояния светлое время суток начинает увеличиваться. Несмотря на то что мир по-прежнему погружен во тьму, появилась надежда на ясные дни. Согласно викканским преданиям, в этот период рождается юный солнечный бог. В неоязыческой традиции это время, когда Король Падуб обречен проиграть битву своему светлому аспекту – Королю Дубу. Зажигаются свечи, люди радостно пируют и приносят в дом ветви вечнозеленых растений как напоминание о том, что, несмотря на суровую зиму, свет и жизнь побеждают.

Имболк (произносится также как «Имболг») — время, когда земля начинает оттаивать, оповещая о том, что пора готовить поля к новому посевному сезону. Люди пробуждаются после долгих месяцев самосозерцания и осмысливают то, чему научились за зимний период, начиная понемногу планировать свое будущее. Некоторые виккане в Имболк благословляют свечи, тем самым символически помогая набирающему силу дню.

В праздник Остара, день весеннего равноденствия, ночь и день уравниваются, и после светлое время суток неумолимо начинает прибывать. День весеннего равноденствия знаменует обновление; пора сажать семена в землю, которая снова пробуждается к жизни. Мы украшаем яйца как символ жизни, надежды и плодовитости и участвуем в церемониях, которые заряжают нас энергией и силой, необходимой для роста и жизни.

В земледельческих сообществах Белтейн знаменовал собой начало летнего сезона. Скот выгоняли пастись на обильные пастбища, когда деревья буйно покрывались прекрасным и пахучим весенним цветом. В это время проводились ритуалы для защиты посевов, скота и людей. Зажигали костры и делали подношения в надежде получить божественное благословение. В викканской системе верований весной бог оплодотворяет богиню. Мы все хотели бы собрать богатый урожай к концу года: воплотить намеченное и запланированное. И Белтейн – идеальное время, чтобы с энтузиазмом запустить этот процесс.

День летнего солнцестояния — самый длинный в году. Его еще называют Лита, или Мидсаммер. Солнечные энергии находятся в своей наивысшей точке, а сила природы достигает максимума. Согласно знаниям Викки, это время, когда солнечный бог особенно силен. При этом парадоксальным образом его мощь в этот же день начинает убывать, оплодотворив богиню Деву, которая становится Матерью Землей. В некоторых неоязыческих традициях это период, когда Король Падуб снова одерживает победу над своим светлым аспектом — Королем Дубом. В общем и целом середина лета — это время веселья и празднования.

Ко дню Лугнасад созревает богатый летний урожай. Проводятся праздники, ритуальные игры, благодарят за хорошую жатву и радуются на пирах. Лугнасад, называемый также Ламмас, – это день, когда отмечают сбор первого урожая, не важно, будут ли это плоды из личного сада или осуществление планов на год. Отмечая сбор урожая зерновых, в этот день часто пекут хлеб.

День осеннего равноденствия, или Мабон, знаменует еще одно важное сезонное изменение и сбор второго урожая. Солнце одинаково светит в обоих полушариях, а день равен ночи. После этого дня ночь снова начнет набирать силу. В связи с урожаем Мабон отмечается как праздник жертвоприношения и умирающего бога, восхваляются солнце и плодородная сила земли.

Для кельтов Самайн знаменовал собой начало зимнего сезона. В это время забивали скот и собирали последний урожай, прежде чем неминуемо погрузиться в глубины зимней тьмы. Чтобы помочь блуждающим душам на их пути, разжигали костры и совершали подношения во имя богов и предков. В современном ведьмовстве Самайн считают началом Нового года. В этот день прославляют почивших предков, сворачивают бурную деятельность и готовятся к месяцам рефлексии... а потом круг повторяется.



#### Восприятие современными язычниками Колеса года

Современные язычники черпают вдохновение во множестве дохристианских духовных традиций, в которых есть примеры, соответствующие Колесу года. Цикл из восьми праздников, которого сейчас придерживается современное язычество, вы не встретите целиком ни в одной из дохристианских культур. В период с 1940-х по 1950-е годы англичанин по имени Джеральд Гарднер создал новое духовное течение – Викку, сведя воедино несколько культур и традиций и адаптировав практики из ряда дохристианских религий, анимистических верований, народной магии, шаманизма и эзотерических учений. Он объединил межкультурные традиции встречи дней равноденствия и солнцестояния с кельтскими торжествами и земледельческими и пастушескими праздниками ранней Европы, создав единую модель, которая стала основополагающей для викканского ритуального года.

Сейчас викканский ритуальный год широко отмечается викканами, приверженцами ведьмовства, равно как и многочисленными языческими течениями. Некоторые признают только половину саббатов Колеса года: большие или малые, другие вообще не придерживаются годового круга и празднуют только те дни, которые совпадают с культурой выбранной ими традиции, не обращая внимания на природный земледельческий цикл. У всех разный путь в язычестве, и важно не допускать высокомерия, почитая свой лучшим. Открытость и позитивное отношение – то, что делает языческое сообщество динамичным.

Многие последователи приспосабливают Колесо года к своим условиям. Викка разрослась поистине в одно из самых известных мировых течений, но лишь немногие из ее приверженцев живут в климате, похожем на погодные условия Британских островов. К примеру, традиционно Имболк знаменует пробуждение земли после зимней спячки, однако во многих северных широтах этот день — еще самая середина зимы. Для некоторых Ламмас может быть днем благодарения за сбор урожая, тогда как в районах, подверженных засухе и лесным пожарам, — это самое опасное и изменчивое время года.

Стоит также учитывать два полушария, в которых мы живем. Когда в Северном полушарии зима, в Южном, соответственно, лето. В то время как язычники Америки празднуют Йоль и день зимнего солнцестояния, их собратья в Австралии отмечают Мидсаммер. Поэтому, рассматривая цикл саббатов, всегда стоит помнить о том, что собственный живой опыт практика важнее любых книжных догм.

Таким образом, вы можете отложить или передвинуть празднование какого-либо дня из годового цикла в зависимости от погодных условий вашей местности, можете уделить более пристальное внимание тем темам саббата, которые переживаете именно сейчас. В серии наших книг вы легко найдете указания, как это сделать.

Не важно, в каком месте земного шара вы живете – в городе или сельской местности, вы сможете приспособить традиции и практики отмечания саббатов к вашей собственной жизни и ее условиям. Природа окружает нас, и смена времен года неизбежна, независимо от того, как бы мы, люди, ни пытались изолироваться от ее циклов. Вместо того чтобы плыть против течения, современные язычники с радостью приветствуют каждую новую сезонную энергию – тьму, свет, межсезонье – и используют ее аспекты в повседневной жизни.

Как это делать, подскажет данная книга. В первой части «Старинные ритуалы» речь пойдет об истории, мифологии и преданиях дохристианских традиций, отголоски которых еще можно встретить в современном мире. В части «Современные ритуалы» раскрываются темы и элементы обычаев празднования саббатов, которых придерживаются современные язычники. Глава «Заклинания и гадания» посвящена обычаям, связанным с сезоном или основанным на фольклоре. В следующей главе «Рецепты и подарки своими руками» предлагаются идеи для украшения дома, подарков, которые можно сделать самостоятельно, и рецепты сезонной кухни.

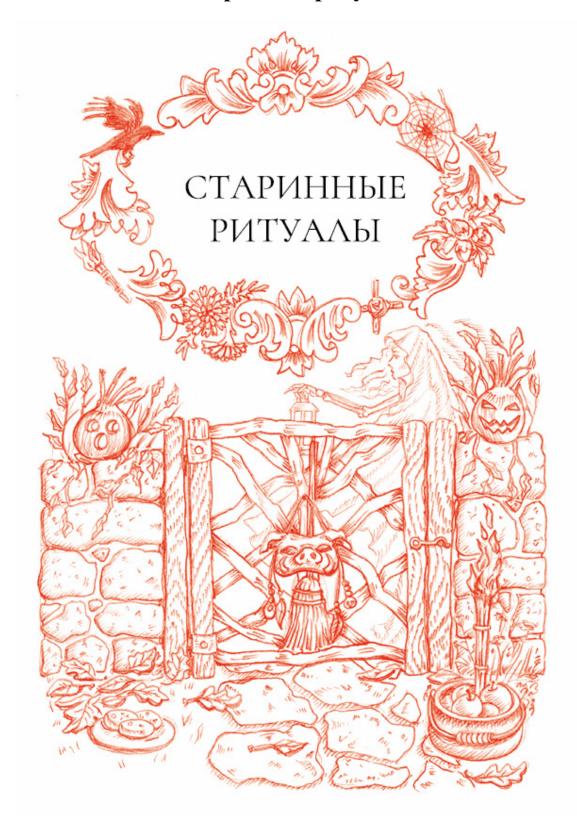
В главе «Молитвы и обращения» приводятся готовые молитвы и обращения, которые можно использовать в ритуалах, медитациях и при ведении дневника. В главе «Ритуалы празднования» вы найдете описание сразу трех ритуалов: для случаев, если вы отмечаете саббат в одиночку, вдвоем или же целой группой (ковеном, кругом или рощей). (Вы можете абсолютно свободно приспособить любой ритуал к собственным нуждам: включайте личные способы подношений, воззваний, магических действий и т. д. Планируя групповой ритуал, постарайтесь быть открытыми к любым потребностям участников. Есть множество книг, в которых описаны подробности конкретных церемоний, если у вас нет опыта в этой области.) И наконец, в заключительной части книги вы найдете полный список соответствий определенному саббату в различных культурах, начиная от магического мотива и божества и заканчивая символами, едой, предпочитаемыми цветами и т. д.

После прочтения этой книги у вас появятся знания и вдохновение, чтобы отмечать саббат с удовольствием. Почитая Колесо года, мы восстанавливаем связь с природой и ее бесконечными циклами, оказываясь способными плыть в жизненном потоке и наслаждаться этим путешествием.





## Старинные ритуалы



В Самайн Колесо года завершает свой оборот. Урожай собран, умирающий бог погребен, а Богиня спускается в подземный мир, чтобы быть вместе со своим возлюбленным. Люди начинают ощущать, что граница между миром живых и миром умерших становится тонкой, духи предков навещают нас, и, спрятав подальше орудия земледелия, мы погружаемся в период

размышлений, экономии ресурсов, прощания и новых планов. Земля становится бесплодной, и над ней воцаряется власть богини-Старухи.

В некоторых климатических зонах октябрь – это печальная и прекрасная пора. Листья опадают, покрывая землю кроваво-красным ковром и оставляя деревья голыми. Зеленая трава становится бурой, а по утрам ее скрывает иней. Холодает, и мы все чаще остаемся дома, собираясь вместе; теперь у нас чуть больше времени на то, чтобы вспомнить тех, кого уже нет рядом. Среди язычников принято считать, что между физическим и миром духов есть своего рода вуаль, которая в период поздней осени истончается. Сущности могут проникнуть сквозь нее. Среди них – духи, феи, а также те, кто ушел и с кем так хочется встретиться вновь. Вот почему Самайн считается временем, наиболее подходящим для магии и предсказаний.

Хеллоуин соответствует Самайну. Поэтому многие язычники считают Хеллоуин частью общего празднования. Это время переодеваний, застолий и превращений, и традиция двух праздников имеет единые корни. Самайн – праздник серьезный и нежный, когда принято звать в гости любимую бабушку, а вот Хеллоуин раскрепощает нашего внутреннего дикаря. Множество язычников почитают оба варианта празднования как дихотомию различных природных процессов. Оба праздника – и тот, что полон уважения, и другой, буйный, – отмечаются 31 октября.

Само слово «Самайн» имеет гэльские корни и обычно произносится как СОУ-ин. Самый популярный перевод — «конец лета». В начале XX века некоторые ученые утверждали, что название праздника происходит от «samhtheine», что означает нечто вроде «мирный огонь» (MacLean). Современные последователи кельтов и друидов используют несколько названий для этого дня, в зависимости от того, к какой ветви кельтской культуры они себя причисляют. Уэлльский вариант звучит как «Calan Gaeaf» либо «Nos Calan Gaeaf». На мэнском языке — «Оіе Houney» или «Нор-tu-паа». Традиции уэлльских, шотландских и ирландских народов предполагают заботу о жилище и поддержании семейного очага в течение всего зимнего периода. Носители мэнского языка считали, и до сих пор считают, что «Оіе Houney» знаменует приход Нового года. Все эти праздники иные, нежели Самайн, но, возможно, в этот период все границы настолько условны, что это же касается и культур и практик. Современные популяризаторы язычества преобразуют все эти исторические традиции в собственные уникальные праздники.



#### Праздник огня

У древних кельтов Самайн считался важнейшим из четырех праздников огня. Расположенный между равноденствием и солнцестоянием, он относится к переходным праздникам. Каждый год в октябре, с первыми морозами на полнолуние, семьи собирались дома у горящего очага. К этому времени они завершали сбор урожая и возвращали животных с пастбищ.

Когда очаг догорал, люди, вместе с членами своей общины, собирались вокруг жрецадруида, и тот снова разжигал священный огонь. Инструментами розжига служили веретено и колесо: вращаясь, подобно солнцу, с востока на запад, они высекали искры.

Наступало время для чтения молитв, заклинаний и жертвоприношений. Появлялся Кром Круах, символизировавший солнце. Ученые до сих пор не могут установить, был ли Кром Круах языческим богом или это был каменный столб, представляющий определенный аспект природы.

На окраинах деревень люди оставляли подношения для духов и народа фей. Они также приносили в жертву черную овцу, черную свинью или крупный рогатый скот. В конце ритуала каждый возвращался домой с частичкой священного огня, чтобы разжечь домашний очаг, кроме того, разводились костры или устанавливались факелы по краям полей. Использование священного огня иным образом было грехом.

Древние кельты считали Самайн окончанием сбора урожая и направляли всю свою энергию на подготовку к наступающей зиме. Это также знаменовало период, когда их предки приходили в гости, проникая сквозь истончившуюся пограничную вуаль, через которую из мира мертвых в ночь Самайна могли пройти любые сущности – и добрые, и злые. Поскольку эти духи подчас бывали враждебными, кельты переодевались в животных или каких-нибудь страшных существ, чтобы не навлечь на себя гнев духов и ведьм и избежать участи быть похищенными феями.



#### Влияние христианства

С распространением в Европе христианства официальная Церковь раскинула свое влияние и на языческие праздники, преобразовывая их в христианские. Иногда церковники меняли дату, перенося торжество на другое время года. Иногда языческий праздник просто переименовывался, и ему присваивалось имя того или иного святого. В V веке папа Бонифаций попытался трансформировать праздник почитания потусторонних духов и мертвых, объявив его днем поминовения христианских святых и мучеников и установив новую дату — 13 мая.

Однако люди продолжили славить праздник огня на изломе октября/ноября, и поэтому в IX веке папа Григорий решил перенести день христианских святых и мучеников, приурочив его к «мирскому» дню поминовения мертвых. Как и в случае с Самайном, праздник усопших был провозглашен Днем памяти всех святых и отныне отмечался 1 ноября, известный также как День мертвых. Впоследствии Церковь перенесла День мертвых на 2 ноября, возможно, потому что День всех святых так и не вытеснил языческие ритуалы.

В результате День всех святых и День мертвых стали самостоятельными праздниками, причем подразумевалось, что День всех святых касается душ, уже вознесшихся на небеса, а в День мертвых почитались души, еще прорабатывающие свои проблемы в Чистилище. В эти дни в Ирландии завершается сезон дойки коров, и жители собираются семьями. Со временем праздник, наступающий в ночь перед 1 ноября, известный многим из нас как Хеллоуин, или канун Дня всех святых, стал своеобразным хранилищем исконных языческих традиций.



#### Распространение Хеллоуина

В XIX веке Ольстерские протестанты (ирландского происхождения), осевшие в Соединенных Штатах, привезли с собой традицию празднования Самайна/Хеллоуина. Они организовывали вечеринки, игры, проводили маскарадные шествия, к которым присоединялись также их неирландские соседи. Большинство обычаев, которые переняли американцы, были связаны с традицией вечеринок и детских забав. Подростки и молодежь часто начинали на этих вечеринках романтические отношения.

В 30-е годы XX века традиция карнавала на Хеллоуин стала для многих американских общин важной и притом дорогостоящей. В 50-х годах прошлого столетия во многих городах бытовал ритуал «сладость или гадость», направляющий энергию нарушителей спокойствия в мирное русло.

К 70-м Хеллоуин в США из преимущественно детского развлечения превратился в коммерческое мероприятие, светский праздник для каждого. Представители американского ЛГБТ-сообщества сделали из него день борьбы за права, студенты проводят костюмированные вечеринки и ритуалы «сладость или гадость», а компании-производители развернули целую индустрию леденцов и товаров для украшения дома.

Со временем Хеллоуин стал еще более спорным. Некоторые христиане были настроены решительно против распространения в Соединенных Штатах Хеллоуина, зная о его языческом прошлом. Сельские жители пренебрежительно называли Хеллоуин «Ночью нищих», поскольку ходящие от двери к двери колядующие, с их точки зрения, занимались попрошайничеством. А традиция розыгрышей в современном мире чаще всего влечет за собой разрушения и вандализм, что дорого обходится его жертвам.



#### Возрождение Самайна

В действительности Самайн не исчез — он просто перевоплотился. В 80-е с распространением движения язычников в Северной Америке и викканов — в Соединенном Королевстве все больше людей стали практиковать серьезные и торжественные ритуалы, приуроченные к 31 октября или ближайшему полнолунию. Большинство жителей Соединенного Королевства продолжали традиции празднования Самайна, ведь они когда-то составляли основу их культуры. Современные язычники модернизировали Самайн, дополнив его фильмами ужасов, колядованием «сладость или гадость» и вырезанием фонарей из тыквы. Некоторые предпочитают участвовать формально. Многие специфические традиции язычества вошли в состав обрядов празднования Самайна.

На Самайн вуаль между мирами истончается, равно как стирается черта между мирским и духовным, о чем говорят и средневековые, и более современные практики празднования. В конце концов традиции Самайна, в большинстве своем языческие, стали частью христианских обрядов, например, колядки «сладость или гадость»; что касается христианского, на первый взгляд, обычая почитать усопших, то он имеет глубокие корни в язычестве. Многие из указанных выше древних практик могут встречаться, иногда в преобразованном варианте, и в традиции современных язычников.



#### Ночные огоньки

Кельтский праздник огня черпает вдохновение в Средневековье, интегрируя традиционные практики в современность. Например, в Уэльсе и горных районах Шотландии прислуга и мальчики с восьми лет и до подросткового возраста ходили к священному огню, который был разведен на центральной улице деревни, зажигали факелы и обегали с ними поля и фермы, расставляя их на границах. Семьи и члены общины разводили священные костры на близлежащих холмах у ферм. С этими кострами, которые назывались самгнаганы, начиналась праздничная ночь. Таким образом жители Уэльса отпугивали народ фей. Позже они утверждали, что факелы, зажженные от священного огня, защищали их фермы и поля от колдовских чар.

Те, кто шел на улицу, несли с собой вырезанные репы, в прорезях которых светились угольки. Каждый такой светильник, который назывался Джек-фонарь, припоминал христианскую легенду о кузнеце по имени Старина Джек – этот человек был настолько злым, что его не принимали ни в Рай, ни в Ад. Единственный вариант для него оставался в Чистилище, и потому Джек бродил по дорогам в ночь на Хеллоуин, освещая себе путь репой с горячими угольками. Когда традиция праздновать Хеллоуин добралась до Нового Света, репа была заменена на более привычную тыкву, из которой ирландские переселенцы отныне делали свои фонарики.

Жители Уэльса в ночь празднования Хеллоуина часто оставались возле костров, зажженных на вершинах холмов, – они кидались головешками, что было довольно жестокой забавой, и устраивали фейерверки. Когда костер догорал, они с криками сбегали вниз. В северных районах Великобритании во время бега использовались также дополнительные источники шума, такие как колокольчики и горны.

Со временем ритуалы защиты от фей стали направляться против колдовских чар. В викторианскую эпоху крестьяне бросали в костер фигурку старухи, выкрикивая: «Сгори, ведьма».

Также среди уэльсцев было принято проводить на Хеллоуин ритуал Тинли. После того как в центре города или на фермах гасли костры, каждый брал по камешку, которые раскладывали на пепелище в виде круга. Если кто-то на следующее утро обнаруживал, что его камень сдвинулся с места, община решала, что он обречен и в следующем году умрет. И хотя все это кажется лишь суеверием, все эти ритуалы приносили и практическую пользу – весь следующий год огонь и пепел защищали поля от сорняков.

## Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.