



ОПТИМИСТ

ИНТЕРНЕТ - ГАЗЕТА № 305

Мир принадлежит оптимистам, пессимисты – всего лишь зрители

ФИНАНСИРОВАНИЕ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ПРИГРАНИЧНЫХ ПОСЕЛЕНИЙ



расположенным неподалёку от границы. На заседании совета предполагалось обсудить ряд постановлений, направленных на помощь этим поселениям, пострадавшим в результате войны.

Одно из нуждающихся в утверждении предложений предусматривает введение специального сбора на благоустройство участков, продаваемых государством в пределах границ региональных советов, которые прилегают к южной и северной границам. Согласно закону, государство должно платить местным властям сбор в 12% от стоимости земли, проданной застройщикам, что эквивалентно сбору «Налог на улучшение» («Этель ашбаха»), выплачиваемому муниципалитетам и местным советам.

А вот на приоритетных приграничных территориях государство бесплатно выделяет строительным подрядчикам землю и утверждает, что, поскольку оно не получает оплаты за землю, то освобождено и от сбора.

В последние годы региональные советы вели упорную борьбу с этим решением, утверждая, что сбор предназначен для финансирования необходимых при новом строительстве инфраструктурных проектов, и что от этих расходов никуда не деться, даже если земля выделяется бесплатно. Одним из лидеров борьбы за получение государственных выплат был Офир Либштейн, глава регионального совета Шаар-ха-Негев, погибший в боях за Кфар-Азу.

По оценкам, «сбор на улучшение» способен приносить региональным советам десятки миллионов шекелей в год и тем самым помочь восстановить поселения. По этой причине после многих лет противостояния предложение об уплате

Обсуждение финансирования населённых пунктов на линии конфликта снято с повестки дня Национального совета планирования. Обсуждение отменено из-за противодействия министерства финансов, которое ведёт борьбу за власть с руководством Земельного управления Израиля по поводу управления доходами государства от продажи земли. Жители обратились к министру финансов: «Нам срочно нужны деньги, чтобы возместить ущерб от войны».

Земельный совет Израиля под председательством министра строительства Ицхака Гольдкнопфа снял с повестки дня предложенную им резолюцию, предусматривающую передачу десятков миллионов шекелей населённым пунктам,

Продолжение на стр.2

К.ב. צלמים
צילום מקצועי
לכל מטרה
מגנטים לאירועים
052-2485809 - 📞
054-4971611 - 📞

Вам бы хотелось превратить ваши стихи в песню?
- Услышать, как тексты наполняются разнообразием интонаций?
- Заказать музыкальное или поэтическое поздравление?
- Наполнить свой новый творческий проект стихами и песнями?

Сейчас - это всё возможно!

- Написание музыки и исполнение под гитару ваших стихов.
- Озвучивание прозы, запись аудиокниг.
- Написание на заказ стихов, музыки, запись и исполнение.

Только голос наполняет слова настоящей жизнью!

050-3059062
050-7435866
victor-s@mail.ru

КАРМИЭЛЬ СЕГОДНЯ



כרמיאל מתגייסת איסוף מזון וציוד

של מצרכים ומוצרי מזון לתושבי הדרום, חיילי צה"ל וכוחות הביטחון

בכל יום במרכז ברוך בין השעות 09:00-18:00

רשימת הציוד המומלצת להביא:

- | | | |
|----------------------------|--|------------------------------|
| ✓ כפפות חד פעמיות | ✓ פלדים (בצבע שחור/צבאי) | ✓ מטענים ניידים |
| ✓ סיגריות | ✓ סבונים / שמפו / מרכך | ✓ ברכיות |
| ✓ תחתונים לחיילים ולחיילות | ✓ דאורדורנטים | ✓ כובעי צמר (בצבע שחור/צבאי) |
| ✓ גרביים צבאיות | ✓ חומרי ניקוי - סבון כלים + סקוצ' / כלור | ✓ חם צוואר (בצבע שחור/צבאי) |
| ✓ סכיני גילוח + קצף גילוח | ✓ כפכפי אצבע | ✓ ש"קשים + מורנים |
| ✓ פנסי ראש | ✓ טלק | ✓ בקבוקי מים |
| | ✓ אוכל לתינוקות, בקבוקים ומוצצים | ✓ סכ"ם חד פעמי |

כרמיאל. מרכז החיים בגליל

КЕНГУРУ Индивидуальный подход и креативность

Графика Тексты

Реклама Все виды печати

050-7435866

Ведение страниц в соцсетях

ОПТИМИСТ
ИНТЕРНЕТ - ГАЗЕТА ДЛЯ КАРМИЭЛЬЦЕВ И НЕ ТОЛЬКО

Вы можете заказать в нашей газете интервью, статью, рекламное объявление. Мы поможем провести рекламную кампанию вашей продукции и услуг, а также логное позиционирование на страницах нашей газеты и в соцсетях.

30.000 читателей еженедельно!

Вы можете поделиться с нами вашими публикациями в рубриках «творчество», «письма читателей» или «актуальные события».

e-mail
optimist-gazeta@mail.ru

Продолжение.
Начало на стр.1

ФИНАНСИРОВАНИЕ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ПРИГРАНИЧНЫХ ПОСЕЛЕНИЙ

сбора и было выдвинуто – по инициативе Земельного управления.

Однако заседание, на котором должны были утвердить выплаты, перенесли на другой день. Хуже того: новая повестка дня не включает в себя обсуждение уплаты сбора – и потому вызвала протест местных властей. Источники утверждают, что обсуждение, по-видимому, было отменено из-за противодействия министерства финансов, которое на протяжении прошлого года вело упорную борьбу за власть с руководством Земельного управления по вопросу управления доходами государства от продажи земли и использования этих доходов для предоставления льгот.

В ответ на исключение этого пункта из повестки дня Моше Давидович, глава регионального совета Мате-Ашер и председатель Форума приграничных населённых пунктов, обратился к министру финансов Бецалелю Смотричу с требованием вновь нести оплату сбора в повестку заседания. «Нам нужны бюджеты на развитие инфраструктуры и строительные работы из-за значительного ущерба от войны, а также из-за обширной деятельности армии на нашей территории», – написал Давидович. Он даже потребовал, чтобы налог «Этель ашбаха» применялся задним числом с начала года.

Официального ответа от минфина не последовало. Чиновники министерства заявляют, что финансирование

льгот и скидок, предоставляемых местным властям в рамках их деятельности, должно осуществляться, насколько это возможно, через государственный бюджет, а не посредством Земельного управления.

Ответов от минстроя и из канцелярии министра Ицхака Гольдкнопфа тоже не поступило, и, судя по всему, внесение этого пункта как одной из тем заседания Национального совета планирования не было согласовано с министром.

Земельное управление заявило: «Управление выдвинуло это предложение, считая, что было бы уместным предоставить региональным советам средства в счёт сбора «Этель ашбаха». К сожалению, из-за противодействия министерства финансов этот пункт был исключён из повестки дня».

Недавно между минфином и Земельным управлением возник спор по вопросу об отсрочке платежей подрядчиками, выигравшими земельные тендеры накануне войны. Управление опасается, что в связи с войной сделки будут отменены на том основании, что мобилизация резервистов помешала оформлению платежей. Поэтому Управление решило отложить оплату земельных участков на конец декабря. В минфине утверждают, что у Управления нет полномочий принимать такие решения, и ожидается, что спор скоро будет вынесен на рассмотрение юридического советника правительства.

Адар Хореш, TheMarker

ЗНАМЕНИТЫЕ МУЗЫКАНТЫ В ПОДДЕРЖКУ ИЗРАИЛЯ



В субботу, 18 ноября, в социальных сетях было опубликовано видео, в котором артисты мирового уровня, лауреаты международных конкурсов из Израиля, США, Великобритании, Бельгии, Швейцарии, Люксембурга, Испании, Австралии, Черногории, Венгрии, Украины и России, совместно исполнили композицию Наоми Шемер «Золотой Иерусалим». Цель, которую преследовали создатели видеоролика – напомнить всему миру единственно актуальный сегодня призыв о возвращении домой похищенных 7 октября террористами ХАМАСа: #BringThemHome.

Автор идеи создания музыкального видео в поддержку Израиля – скрипач, профессор Королевской Бирмингемской консерватории Роман Минц. Режиссёром ролика выступил композитор Игорь Горский, а его коллега Алексей Курбатов создал уникальную аранжировку для 35 солистов. Все

музыканты, принявшие участие в проекте, сами сняли себя на камеру, а звукорежиссёр Павел Богатыренко собрал все записи в единую композицию.

В создании видео приняли участие выдающийся виолончелист Миша Майский, солисты-виртуозы Илья Грингольц и Филипп Квинт, концертмейстер симфонического оркестра BBC (Великобритания) Игорь Юзефович, первый скрипач Лондонского симфонического оркестра Бенджамин Маркиз-Гилмор, Борис Бровцын, Алиса Маргулис, Александр Ситковецкий, Айлен Притчин, Алёна Баева, Максим Рысанов, солисты Израильского филармонического оркестра (Тель-Авив), участники Иерусалимского струнного квартета и других прославленных мировых коллективов. Некоторые из них – израильтяне с международной карьерой, многие – выпускники или преподаватели международного курса для исполнителей на струнных инструментах «Кешет Эйлон», который уже много лет проходит в кибуце Эйлон в Западной Галилее. Ряд участников импровизированного ансамбля не раз выступали в Израиле. Ролик стремительно набирает популярность в социальных сетях, а в комментариях к нему люди со всего мира на разных языках сообщают о своей солидарности с Израилем. Только за первый день после публикации на YouTube «Золотой Иерусалим» в исполнении знаменитых классических музыкантов собрал более 19 тысяч просмотров.

«Детали» Н.В.

КОЛИЧЕСТВО ПОСЫЛОК ИЗ-ЗА ГРАНИЦЫ УПАЛО НА ДЕСЯТКИ ПРОЦЕНТОВ

Среди причин – отмена авиарейсов в Израиль, скачок цен за доставку и ухудшение отношений с Турцией. Израильские коммерсанты – в выигрыше.

Ежегодно в ноябре в Израиль прибывают миллионы посылок из Европы, США и Китая. Но в этом году всё изменилось. Курьерские компании сообщают о резком замедлении темпов доставок. Шломи Поставки с ранее популярного китайского сайта продаж SHEIN упали на 60%. Главная же причина – удлинившееся из-за войны время доставки: к примеру, доставка товаров, заказанных на Amazon, занимает месяц, а то и больше.

Ещё одна причина, негативно сказавшаяся на поставках товаров из-за границы – резко ухудшившиеся отношения между Израилем и Турцией, в том числе из-за того, что президент страны Реджеп Тайип Эрдоган фактически стал на сторону ХАМАСа. «Израильтянам очень нравилось заказывать товары из Турции», – говорит блоггер Мааян Райхман, специализирующаяся на потребительской сфере, – «но сейчас из-за заявлений Эрдогана и ухудшения отношений с Турцией заказы из этой страны упали на 70%».

Заморожены даже переговоры о поставках в Израиль

турецких электромобилей TOGG. Это – первый турецкий электромобиль, и в Турции его разработка считается «национальным проектом», пользующимся огромной правительственной помощью, которая среди прочего включает в себя и дискриминационное налогообложение в отношении конкурирующих импортных автомобилей.

Значимым фактором снижения заказов являются и фейковые новости, согласно которым некоторые зарубежные сайты якобы перестали отправлять посылки в Израиль. Между тем, китайские сайты SHEIN и AliExpress по-прежнему отправляют посылки в Израиль и дают понять, что не занимают никакой позиции в войне.

А вот повысившаяся стоимость доставки – не фейк, увы. Мероприятия по бесплатной доставке практически прекратились. Блоггер Яна Нахмани приводит в пример британский сайт детской одежды George: «Если раньше доставка в Израиль обходилась в 25 шекелей, и оно того стоило, потому что цены на одежду были действительно очень и очень низкими, то теперь доставка обходится в 150 шекелей, и покупки на этом сайте стали вообще не актуальными».

Александр Казин, НЭП

СТАРТОВАЛА РЕФОРМА ПРОЦЕНТНЫХ СТАВОК ПО ДОЛГАМ



Кнессет окончательно одобрил поправки к закону «О начислении процентов и привязке» и к закону «Об исполнении», вынесенные на рассмотрение министром финансов Бецалелем Смотричем и министром юстиции Яривом Левином. Цель закона – гарантировать, что проценты по долгам будут пропорциональными и сбалансированными, так, чтобы, с одной стороны, обеспечить кредиторам адекватную компенсацию, а с другой – простимулировать должников к погашению долгов.

Сегодня механизм пени приводит к непропорциональному увеличению процентов за просрочку. Поправка к закону о процентах предусматривает отделение компонента базовой процентной ставки от компонента сборов за просрочку и «настраивает» размеры сборов так, чтобы они были ниже сегодняшних и стимулировали должников. Начисление пени на сумму долга вообще приостанавливается, если должник приступил к погашению долга и аккуратно вносит платежи. Кроме того, процентная ставка по пене не будет вычисляться и накапливаться по формуле сложных процентов.

Пока (и если) должник будет соблюдать график своих платежей, проценты за просрочку начислять не будут, и, как показывают расчёты, в общей сложности они уменьшатся в среднем на 70%. Начисления должникам, затрудняющимся выдерживать график платежей, будут снижены на десятки процентов. Предполагается, что пониженные проценты за просрочку станут для должников стимулом к тому, чтобы как можно быстрее погасить долги.

Поправка подготовлена под руководством юрисконсульта правительства Меира Левина и главного аудитора минфина Яхели Ротенберга. Законопроект подготовлен в сотрудничестве со Службой судебного исполнителя, министерством юстиции и Банком Израиля.

НЭП

ЗАРПЛАТЫ ЭВАКУИРОВАННЫМ БУДУТ ВОЗМЕЩАТЬ ДО КОНЦА ГОДА



Минфин Израиля продлит возмещение заработной платы эвакуированным из-за войны гражданам до конца 2023 года. Об этом стало известно 23 ноября.

Из-за постоянных обстрелов было эвакуировано большинство жителей Сдерота на юге и Кирьят-Шмоны на севере. Также покинули свои дома жители кибуцев на приграничной с Газой полосе и посёлков у границы с Ливаном.

Большинство из них не могут явиться на свои рабочие места. Чтобы они не остались без средств к существованию, государство компенсирует нанимателям их зарплаты.

Работодатель, выплачивающий зарплату эвакуированному, не являющемуся на работу, будет иметь право на компенсацию из фонда налога на имущество.

«Детали»

ПРАВИЛА ХОРОШЕЙ ССОРЫ

Как вы думаете, какие самые частые запросы звучат в кабинете психолога? Правильно. Про отношения. Про негативные эмоции в этих отношениях. Про ссоры и конфликты. И про то, как сохранить себя и отношения после очередной душераздирающей ссоры.

«Всё время страдаю в отношениях. Как будто сама выбираю страдать, а не наслаждаться».

«Живу в постоянном страхе, что муж уйдёт, оставив меня с ребёнком. Из-за этого часто в плохом настроении, не хочется секса, нет сил ни на что».

«Вечные ссоры и скандалы. Не пойму, что я делаю не так? Или дело не во мне?»

«Ищу поводы для ссор. Ругаемся, потом чувствую себя виноватой и извиняюсь».

«Муж ревнует меня и всё время проверяет мой телефон, соцсети. Звонит, спрашивая, где я и с кем...»

Это лишь часть запросов, с которыми приходят клиенты на консультации. И они часто демонстрируют пример того, что в отношениях не всё благополучно.

КАК ПОНЯТЬ, ЧТО У ВАС «ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ КАЧЕЛИ» В ОТНОШЕНИЯХ?

Вы несчастливы в этих отношениях. И в то же время бывают периоды, когда всё кажется прекрасным и безоблачным. Вместе невозможно, но и врозь очень трудно.

Вам сложно говорить с партнёром о чём-то, важные вопросы решаются через намёки и манипуляции.

Внимание, нежность и любовь необходимо заслуживать.

Все эмоции сконцентрированы на партнёре; нет своих целей и желаний.

Частые ссоры, постоянная тревожность, нарушение личных границ.

О ЧЁМ НА САМОМ ДЕЛЕ МЫ ССОРИМСЯ?

«Ты меня никогда не слышишь!», «Тебе плевать на мои просьбы!», «Ты мне не помогаешь!» Расскажите мне, о чём вы ссоритесь с супругом (супругой), и я расскажу вам об истинной причине – «голодной» потребности привязанности.

Что же такое потребности привязанности? Наши ссоры – это страх разрыва связи, протест против разъединения. Причем абсолютно неважно, речь о разбросанной одежде или обеде у её мамы. Все конфликты – из-за неудовлетво-

ренных потребностей привязанности.

Любому из нас как социальному существу жизненно важно и необходимо чувствовать следующее:

Я нужна / нужен тебе,

Я важна / важен тебе,

Я и наши дети для тебя важнее всех других людей,

Ты на моей стороне, ты «за» меня, а не «против» меня,

Ты мне доверяешь,

Ты в меня веришь,

Ты меня слышишь,

Я хорошая / хороший в твоих глазах,

Мне безопасно с тобой, я могу выразить любые чувства и ты их примешь.

Когда мы не чувствуем всё вышеперечисленное, когда наши потребности привязанности не удовлетворены, мы бунтуем как умеем. Кто-то закатывает скандал, хлопает дверьми, плачет, кричит, пытается доказать свою позицию. Кто-то, наоборот, дистанцируется и замолкает, уходит в другую комнату либо погружается в книгу или гаджет.

Если же наши потребности привязанности удовлетворены, мы становимся самыми нежными, самыми чуткими, самыми любящими и самыми понимающими

Так о чём же на самом деле наши ссоры? «Опять крошки от хлеба разбросаны по всему полу» – это ведь не о крошках, скорее всего. Это история про то, что «мои желания и потребности для тебя не важны, мои просьбы для тебя не важны» или «ты не ценишь то, что я делаю», если вы много времени и сил тратите на уборку дома. «Ты мог бы позвонить, что долетел!» – на самом деле это про то, что «я не чувствую, что значима для тебя».

КАК ПРАВИЛЬНО ССОРИТЬСЯ?

На первый взгляд, странная постановка вопроса. Но если ссоры в совместной жизни – признак близости и неравнодушия, то разумно выработать некоторые правила этих ссор.

1. Позволяем друг другу высказаться, даже если вы не согласны с тем, что говорит партнёр. Возможность проговорить свои обиды и претензии существенно снизит напряжение во время ссоры и позволит вести разговор конструктивно. Помните, что в момент бурных эмоций у нас работает преимущественно правое полушарие, которое отвечает за эмоции – и никак не помогает конструктивному анализу в

НЕЙРОСЕТЬ ПРОТИВ ТРЕВОГИ

Тревога в современном мире неизбежна. Но, к счастью, вместе с развитием технологий появляются и новые способы борьбы с ней. Когда-нибудь слышали про арт-терапию? Сегодня мы расскажем нашим читателям, как усовершенствовался данный метод с появлением нейросетей.

Арт-терапия – это практика, в основе которой лежит изобразительное творчество. В рамках арт-терапии клиенты создают рисунки, коллажи, скульптуры и инсталляции, работают с природными объектами и экспонатами искусства. По словам психолога, арт-терапию можно разделить на три основных направления:

Художественно-ориентированная (много творим, мало анализируем и говорим, пространство студии и само искусство служат факторами исцеления);

Личностно-ориентированная (творим и рефлекслируем, помогаем личности решать её задачи: например, справиться с трудной жизненной ситуацией, улучшить самооценку);

Клиническая (осуществляется в рамках медицинской практики, работает непосредственно с симптомом – психической или соматической болезнью).

ТОП-4 ТЕХНИК АРТ-ТЕРАПИИ:

Техник в арт-терапии очень много. Полина Постельгина называет самые известные и базовые:

Работа с рисунком состояния и его трансформацией (изображаем текущее состояние и меняем на желаемое);

Создание автопортрета (позволяет исследовать и укреплять самоотношение, самооценку, улучшает контакт с самим собой);

Рисование гармонизирующих мандал (это рисунок в круге, который балансирует состояние);

Создание тематических коллажей (помогает исследовать отношение клиента к разным проблемам и жизненным задачам).

ПОДДЕРЖКА ИСКУССТВЕННОГО ИНТЕЛЛЕКТА.

В арт-терапии появляются и новые технологии – в частности, искусственный интеллект (ИИ), за развитием которого мы все пристально следим в последнее время. Многие из нас начинают пользоваться нейросетями на повседневной основе. Ведь, несмотря на всю «искусственность», ИИ помогает разбираться с самыми «живыми» человеческими проблемами. Нейросеть сильно упрощает и процесс арт-терапии, ведь теперь для выполнения того или иного упражнения достаточно просто взять в руки смартфон или ноутбук! Так, например, можно использовать нейросеть в приложении Шедеврум – она позволяет самостоятельно генерировать изображения. А наши упражнения сделают этот процесс не только творческим, но и терапевтическим.

Упражнение 1. Визуализация тревоги.

С помощью текстового описания необходимо сгенерировать изображение своей тревоги. Какой вы её чувствуете? Затем попробуйте провести с тревогой мысленный диалог. Постарайтесь увидеть, что, какой бы неприятной она ни была внешне, у неё добрые намерения. Она друг, а не враг – как и любые другие чувства. Спросите тревогу, о чём она хочет вам сообщить. На что в вашей жизни стоит обратить внимание? И что вам стоит сделать, чтобы тревога стала менее интенсивной? Внимательно прислушайтесь к ответам бессознательного.

Упражнение 2. Путь.

Первый пункт этого упражнения похож на предыдущий. Здесь также необходимо сгенерировать изображение тревоги. Только теперь она может принимать любой образ: не только человека, но и животного или места. Сохраните получившуюся картинку, а затем постарайтесь изобразить желаемое состояние – также в виде любого образа. Посмотрите на оба изображения и спросите у себя, какие шаги необходимо выполнить, чтобы прийти из первого состояния во второе. Выпишите их.

Упражнение 3. Безопасное пространство.

решении проблемы.

2. Ссоримся только тет-а-тет. Не ссорьтесь при родителях. Не ссорьтесь при детях. Не ссорьтесь при друзьях. Как говорится, вы быстро забудете даже сам факт ссоры, а теща или свекровь могут долгое время помнить обиду за своего сына или дочь. Кроме того, вы создаёте повод людям чувствовать себя неловко, оказавшись включёнными в ваши личные проблемы.

3. Ссоримся только по конкретному поводу. Очень важно ограничиться этим конкретным поводом и не переходить на личности, не припоминать все проступки вашего супруга или супруги со дня вашей свадьбы. Лучше не обобщать и не говорить «ты никогда меня не слушаешь и всегда поступаешь не так как я сказала». В этом случае шансов исправить ситуацию и помириться практически нет. Постарайтесь даже в разгар самой жёсткой ссоры оставаться в рамках конкретной ситуации. Фраза «меня очень задела твои слова, я чувствую себя маленькой девочкой, которую родители отчитывают за то, что она поздно вернулась домой» более предпочтительна, чем: «ты достал меня своими претензиями и упрёками, вечно тебе всё не так».

4. Озвучиваем своё недовольство «в моменте» – не копию обиды для большого скандала. Намного проще сказать друг другу о своём недовольстве сразу, по мере его возникновения, не доводя до «снежного кома». Если же вы будете копить обиды, то решить эти ситуации будет намного сложнее, так как непонятно, где искать «первый ком».

5. Договариваемся заранее о табу. Например: запрещены оскорбления, уход к маме и хлопанье дверьми. А упрёки сексуального характера и критика внешности вообще не забываются, поэтому запрещены категорически. Это не значит, что данные темы вообще исключены из обсуждения между супругами, но для них больше подойдёт спокойный и доверительный разговор.

Я часто задаю вопрос своим клиентам: а чем бы вы занимались, если бы не ссорились? Что бы вы делали, если бы не упрекали друг друга? Чем была бы наполнена ваша жизнь, если бы вечером не случился очередной скандал? И вы знаете, многие клиенты затрудняются ответить, а кто-то из них даже начинает плакать. Как думаете, почему?

О. Савкин

Суть этой техники состоит в том, чтобы погрузиться в генерацию такого пространства, которое будет приносить самые светлые эмоции. Как выглядит то место, где вы чувствуете себя в безопасности? Попробуйте изобразить его с помощью нейросети. Позже полученную картинку можно использовать для медитаций – визуализировать себя в этом пространстве. Также её можно рассматривать в минуты особо острой тревоги.

Самые частые запросы среди клиентов арт-терапевтов – это работа со стрессом и внутренним напряжением, повышение самооценки и уверенности в себе, работа со страхами и тревогой.

При этом взрослые клиенты часто приходят в арт-терапию потому, что чувствуют недостаток спонтанности и свободы, тоскуют из-за отсутствия творчества в жизни

«Я часто работаю с клиентами через образы внутреннего ребёнка и взрослого. Мы изображаем обе эти части через автопортреты, исследуем потребности, подавленные переживания, ресурсы каждого – и налаживаем отношения между ними. В этой практике клиенты могут увидеть и почувствовать, что их сдерживает», – рассказывает Полина Постельгина, – «например, образ внутреннего ребёнка грустный, ему одиноко, он не получил поддержки и затаился. А образ внутреннего взрослого – очень занятой человек, который приобрёл навыки решения различных задач и трудностей, но лишён радости жизни и удовольствия. Клиент дорисовывает руки, которые тянут эти персонажи друг к другу, они обмениваются словами и подарками, и вот уже ребёнку не так одиноко и он чувствует поддержку, а взрослый расслабился. Результат после процесса – клиент чувствует больший контакт с собой, лучше различает свои желания, решается на смену работы в пользу более интересной, позволяет себе больше отдыхать».

П.Постельгина

КОРОТКИЙ ТУР В ПРОШЛОЕ ВЕНЫ



В исторических или археологических музеях часто говорят о путешествии во времени – при этом экскурсоводы полагаются лишь на воображение посетителей. Однако далеко не все могут представить

себе жизнь средневекового города или роскошные приёмы во дворцах. Зато в Вене можно совершить короткий тур в прошлое и встретиться там с людьми, сыгравшими важную роль в истории австрийской столицы. Для этого нужно лишь посетить аттракцион Time Travel. Дети, которые ценят современные технологии больше, чем старинные здания, будут в восторге от мультимедийного путешествия в те времена, когда Вена ещё носила название Виндобона.

Некоторые спецэффекты юные посетители раскусят сразу: все бывали в кинотеатрах 5D. Но даже зная принцип работы, детвора застывает с открытым ртом, когда вдруг начинают разговаривать персонажи старинной картины.

Лишь только стрелки древних часов начнут обратный ход, лучше отложить на время анализ происходящего и посмотреть на Вену... скажем, глазами римского легионера, который торопится на построение. Или глазами крысы, принесшей в город страшную чуму. Или возницы, который погоняет коней, несущихся по старинным улицам. Такая экскурсия по Вене никому не покажется нудной! В 5D-кинотеатре вы увидите фильмы о нескольких моментах истории города. И вряд ли удивитесь, что открытие венских кофеен и появление торта «Захер» приравниваются по значимости к строительству собора Святого Стефана.

Но у аттракциона есть и другие секреты. Вам навстречу выйдут представители династии Габсбургов, вы увидите, как сочиняют музыку Моцарт и Штраус, почувствуете, как страшно находиться в бомбоубежище, хотя где-то за толщей потолка – мирное небо.

Вы встретите императрицу Сиси, Зигмунда Фрейда, Отто Вагнера, Густава Климта. А среди самых известных объектов столицы Австрии наверняка узнаете дворцы Шёнбрунн и Бельведер, колесо обозрения в парке Пратер.

Архитектурные шедевры вы будете рассматривать с

высоты птичьего полёта – именно там проходит трасса крылатого фиакра.

Благодаря 5D-кинотеатру, аниматронным восковым фигурам, различным аттракционам и мультимедийным шоу, а также необыкновенным звуковым и световым эффектам, Time Travel Vienna делает историю Вены живой и осязаемой.

В путешествии во времени вас будут сопровождать гиды, чей интересный рассказ запоминается лучше, чем сухой текст учебника по истории. Также можно воспользоваться аудиогидом (он доступен на десяти языках, в том числе на русском).

Фильмы не содержат сцен, которые могут напугать маленьких детей. Вместе с тем не рекомендуем посещать с малышами тур, посвящённый истории Второй Мировой войны.

Аттракцион очень популярен.



Lada Baumgarten

ДИЗАЙНЕР МУСОРНОГО БАЧКА



Виктор Папанек – американский промышленный дизайнер, антрополог, философ и теоретик дизайна. Известность принесла ему книга «Дизайн для реального мира» (англ. «Design for the Real World»).

Папанек родился в Вене 22 ноября 1923 года. В начале 1930-х, когда Австрию присоединили к фашистской Германии, родители Папанека сумели эмигрировать в Англию. Начальное образование он получил в английской частной школе. Вместе с семьёй переехал в США.

В Америке Папанек начал обучаться профессии архитектора в колледже «Купер Юнион» (англ. «Cooper Union»). Во время учёбы он также посещал и занятия Ф. Л. Райта, развивавшего идеи органической

архитектуры. По окончании колледжа в 1948 году Виктор получил звание бакалавра гуманитарных наук.

Вскоре Папанек поступил в Массачусетский технологический институт и стал там магистром наук по специальности «дизайн». Затем преподавал в Университете Северной Каролины, позже – в Стокгольмском университете. Выступал консультантом компании Volvo.

Известен тем, что проповедовал взгляд на дизайн как на возможность облегчить и улучшить жизнь людей, а не как на забаву богатых. В западном мире получил прозвище «Дизайнер мусорного бачка» после того, как спроектировал радиоприёмник для стран третьего мира, умещающийся в использованной консервной банке.

«Этот радиоприёмник, созданный в начале 1960-х, в самый разгар увлечения так называемым «современным стилем» функционального дизайнера с его лозунгом

единства «функции-конструкции-формы», был столь далёк от признанных норм настоящего дизайна, что воспринимался в те годы курьёзной выходкой и какой-то нелепостью. И уж никак не концептуальной контр-позицией, которая позднее открыла эпоху антиглобализма в дизайне», писал В. Аронов.

Виктор Папанек проповедовал следующие принципы при проектировании изделий: максимальная полезность, дешевизна изготовления, возможность изготовления в регионе конечного использования, максимальная простота конструкции и экономия ресурсов при изготовлении. Он спроектировал множество изделий для медицинских нужд, для нужд инвалидов, для развивающихся стран, игры для развития детей, функциональную мебель. Позже написал несколько теоретических трудов, среди которых наибольшую известность приобрела книга «Дизайн для реального мира».

«Убеждать людей приобрести то, что им не нужно, на деньги, которых у них нет, чтобы произвести впечатление на тех, кому до этого нет никакого дела – сегодня это мошенничество стало поистине виртуозным», писал Виктор Папанек о рекламе.

Применяя идеи фуллеровской синергетики, Папанек разрабатывал новое кредо антиглобалистского дизайна. Работая со студентами самых разных национальностей, он стремился пробудить и развить в них самобытное дизайнерское видение мира, не порывающее связи с их культурными ценностями.

Осенью 1971 года в США вышло первое издание книги «Дизайн для реального мира». Предисловие к ней написал Фуллер, который стремился включить эту книгу в более общий теоретический контекст философии проектного мышления.

Умер Папанек 10 января 1998 года.

Lada Baumgarten

СИМВОЛИКА В ШАХМАТАХ

ходы ограничены очевидностью.

Королева – это дух, передвигающийся по своей воле, вольный деятель.

Слон в разных странах в шахматах имеет самые разные названия:

«шут» или «сумасшедший» (фр. fou) – у французов;
«бегун» (нем. läufer, венг. futó) – у немцев и венгров;
«офицер» (болг. офицер, белор. афіцэр) – у болгар, белорусов;

«слон» – у русских.
«копье» (эст. oda) – у эстонцев;
«епископ» (англ. bishop; порт. bispo) – в англоязычных и португальскоязычных странах
«гонец» (польск. goniec) – у поляков;
«стрелец» (чеш. střelec) – у чехов;
«охотник» (серб. ловац) – у сербов.

Связано это во многом с тем, что в шатрандже слон («алфил») ходил на две клетки по диагонали, перепрыгивая через фигуры, как конь. Арабы, не любившие рисовать людей и животных, оставили от слона два бивня – и раздвоенная фигура кому-то показалась шутом, кому-то католическим епископом.

Слон олицетворяет правителей духовного мира, и его ходы основаны на треугольнике; его движение по белым полям означает позитивный интеллектуальный путь, а по красным или чёрным – путь религиозный, благочестивый;



движение по диагонали – экзистенциальное и женственное, подчинённое Юпитеру.

Тура, Замок или Колесница – светская власть правителей этого мира; движение её основано на квадрате, который символизирует материю и землю, осевое движение, пересекая цвета, означает мужское и мужественное и подчиняется Сатурну.

Рыцарь, зачинщик, использует как интеллектуальные, так и религиозные пути, но не имеет силы духа. Предполагается, что у него имеются военные и турнирные ассоциации с правилами инициации у Тамплиеров и что он странник, или «блуждающий конь», подчиняющийся Марсу.

Пешки – это простые бойцы, пытающиеся пересечь доску через семь ступеней инициации и достичь восьмой как цели инициации. Достичь восьмого уровня – значит вновь обрести рай, что означает реализацию, просветление, возведение в Ферзи и впрямь движение по своей воле. Пешки подчиняются Меркурию и Венере, паре любовников.

В арабо-испанских шахматах мат не обязательно означает смерть короля, но он теряет честь и снимается с доски. Ладья – это ужасный Рок, которого так страшился Синдбад; это ещё и название колесницы, и потому означает прямой ход. Епископ (слон) возникает в этом варианте как Слон. Нет Королевы, но есть Советник.

Великие или Большие шахматы имели сто сорок четыре клетки, и в них участвовали двенадцать фигур и двенадцать пешек. Рядом с королём стоял Грифон, потом Василиск, Жираф, Единорог, Лев, Тура. Шахматный порядок символизирует дуализм в проявленном мире.

Lada Baumgarten

Что мы знаем о шахматах? Игра... нуда!.. А ещё?

Шахматы олицетворяют королевскую игру жизни; конфликт между духовными силами света и тьмой, дэвами и асурами, ангелами и демонами, борющимися за господство над миром.

Двухцветная, чёрная или красная и белая, шахматная доска символизирует поочерёдное притяжение всех фундаментальных свойств и качеств в их проявлении, как отрицательных, так и положительных: ночь и день; Солнце и Луна; мужчина и женщина, помутнение и ясность; светлое и тёмное время Луны, время и пространство, а также шахматный порядок жизни, колеблющийся между хорошим и плохим, от удачи к неудаче.

Шестьдесят четыре шахматных клетки – это мандала Шивы в его трансформирующем аспекте. Они базируются на символизме четырёхкратности (8+8), на фундаментальной форме храма или города, означающей космос во всех его возможностях вместе с силами, оперирующими во Вселенной и в человеке. Этот образ, следовательно, предполагает космическое совершенство.

Индийская круглая шахматная доска означает бесконечность и Круг Рождения и Смерти. Каждая игра – это эпоха, а смена фигур означает период неосуществлённости. Движение фигур – это реализация всех возможностей в этом мире и в отдельном человеке в течение данной манифестации. Выбор ходов свободен, но ответственность – в том, что каждый ход влечёт за собой неумолимые последствия. В игру вовлечены как свободная воля, так и судьба; дух её есть истина, и в ней человек свободен, а вне её он раб судьбы.

Король – это Солнце, сердце, силы закона и порядка; его

«СОЗДАТЕЛЬ»



2065 год. Прошло десять лет с тех пор, как ядерный взрыв в Лос-Анджелесе вынудил страны Запада начать войну против умных машин. Американский сержант Джошуа (Джон Дэвид Вашингтон) работает под прикрытием в Новой Азии, где к имитантам и роботам относятся как к равным. Его цель – выйти на след таинственного Создателя

искусственного интеллекта. Во время миссии Джошуа сблизается с местной девушкой по имени Майя (Джемма Чан). Пара заключает брачный союз и готовится стать родителями. Однако мечты о семейной идиллии внезапно нарушает ночной рейд американского спецназа, после которого беременная Майя предположительно погибает. Спустя пять лет Джошуа соглашается вернуться на службу, чтобы помочь соотечественникам найти и уничтожить новое секретное оружие Создателя. Выполнить задание становится сложнее, когда он понимает, что это оружие – маленькая девочка-андроид (Мэделин Юна Войлс).

На этапе продакшена «Создатель» выглядел довольно перспективно. Идея развернуть сюжет вокруг противостояния людей и искусственного интеллекта была хоть и не новаторской, но как никогда актуальной. В пользу проекта говорила и его оригинальность – редкое качество для современного кинопроизводства, особенно когда дело касается блокбастеров. Детище британского режиссёра Гарета Эдвардса явно выделялось: не экранизация, не ремейк, не часть франшизы, не спин-офф и не приквел. Фильм позиционировался как уникальное авторское высказывание.

В теории «Создатель» мог бы стать экстраординарной работой подобно одному из центральных действующих лиц – единственной в своём роде девочке-андроиду. На выходе получилась хоть и эффектная, но штамповка – безликая копия робота из массовой. Вся индивидуальность проекта потерялась в лавине отсылок: от «Аватара» до «Бегущего по

лезвию», от «Терминатора» до «Звёздных войн», от «Дитя человеческого» до «Района № 9», от «Искусственного разума» до «Апокалипсиса сегодня». В конечном итоге от оригинальной идеи остались лишь схемы. Блокбастер перегружен заимствованиями и не привносит ничего нового в жанр. Постановщик картины Гарет Эдвардс («Годзилла», «Изгой-один: Звёздные войны. Истории») вместе с соавтором Крисом Вайцем фантазирует о будущем в контексте влияния технологий на жизнь человека. Однако фильм не всегда справляется с глубиной исследования, структурно рассыпается, проваливается в сюжетные дыры. Вопрос о том, что значит быть человеком, – опостылевшее клише. Пафосные диалоги звучат неубедительно, а связь между



главным героем и ребёнком-андроидом слишком надуманна. Музыка Ханса Циммера вроде пытается компенсировать отсутствие внятной лирики, но и ей не всегда удаётся создать нужную атмосферу.

В конце концов сам подход к теме кажется чересчур поверхностным и сентиментальным. Авторы пытаются манипулировать чувствами зрителей, то и дело кидаясь в дешёвую драму. Получается, надо сказать, с переменным успехом. Впрочем, к финалу слёзы выжать всё же удаётся: в момент трогательного прощания героев сложно остаться равнодушным, не растрогаться могут разве что запрограммированные на отсутствие эмпатии роботы. Во вселенной



фильма подобные машины если и существуют, то не особо интересуют создателей. Всё внимание авторов занимает общество андроидов-имитантов, которые так или иначе могут испытывать чувства. Машины человечнее людей – один из основных посылов картины. Проект выступает в защиту ИИ так, словно сценарий писал ChatGPT.

Зачастую вторичный сценарий – приговор, но не в случае с «Создателем». Пусть Эдвардс и не силён в создании эмоционально проработанного текста – он, несомненно, хорош в том, что касается визуальной части. Композиционно фильм выглядит лучше многих современных блокбастеров. И это при условии, что на производство картины потратили всего 80 миллионов долларов – по нынешним меркам это ничто, на аналогичные голливудские проекты уходит вдвое, а то и втрое больше. Ради экономии бюджета авторам пришлось отказаться от использования зелёного экрана и масштабных декораций. Вместо этого съёмочная группа во главе с Эдвардсом и оператором «Дюны» Греггом Фрейзером каталась по миру и снимала на природе. Компьютерная графика накладывалась поверх отснятого материала. В результате получилась выразительная картинка с впечатляющими панорамами и любопытными визуальными эффектами. Хотя с содержательной точки зрения «Создатель» не может предложить ничего интересного, качественный видеоряд сглаживает если не все, то многие недостатки.

Ю. Салихова

«ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: БАЛЛАДА О ЗМЕЯХ И ПЕВЧИХ ПТИЦАХ»



Будущий президент страны Панем Кориолан Сноу (Том Блит) – сирота, сын героя войны, живущий в столичной обветшалой квартире с бабушкой (Финола Флэнаган) и кузиной Тигрис (Хантер Шафер). В шкафу – только школьная форма и одежда отца, в холодильнике – банка с бульоном. Когда-то семья Сноу была одной из

самых богатых и влиятельных, теперь же Корио и Тигрис нечем платить за жильё, и его скоро придется продать как-нибудь нуворишам из провинции. Единственный шанс на спасение чести семьи – стипендия в институт, которую обещают выдать ментору победителя 10-х Голодных игр. Вот только Корио получает в распоряжение женского трибута из самого бедного, производящего уголь 12-го района Люси Грей Бэйрд (Рэйчел Зеглер). Надежды на счастливое будущее, похоже, пропали, но девушка во время церемонии Жатвы привлекает всеобщее внимание, засунув за шиворот дочке мэра ужа.

Десятилетия спустя Капитолий будет утопать в роскоши, сейчас же город восстанавливается после недавней войны, а нравы людей как никогда суровы. В будущем трибутов будут селить в шикарном отеле, три дня учить выживанию и боевым искусствам. Люси Грей повезло намного меньше: её вместе с другими трибутами свалили в клетку зоопарка, оставили без медицинской помощи, еды и воды, выставив на потеху публики. Корио понимает, что рассчитывать на то, что девушка силой победит на арене, не получится, поэтому начинает закулисные политические игры. Благо, у него есть способ повлиять на формат игр – юношей заинтересовалась распорядитель Голодных игр Волумния Гоул.

В 2020 году Сьюзен Коллинз, подарившая миру главный подростковый роман 2010-х «Голодные игры», выпустила приквел об антагонисте франшизы президенте Сноу. Коллинз – не первая и не последняя, кто решил воспользоваться успехом своего произведения, чтобы заработать ещё денег на сюжетной надстройке. Отличие подхода писатель-



ницы – в том, что она хочет не оправдать злодея (как это сделали в «Малефисенте» и «Круэлле»), а продолжить философские искания «Голодных игр». Героиня оригинальной трилогии Китнисс Эвердин (Дженнифер Лоуренс) при всей её бунтарской натуре – идеализированный человек в ужасных обстоятельствах (две битвы на гладиаторской арене и война). Хотя Китнисс была символом революционного движения, почти всегда она оказывалась пешкой в чьей-то большой игре. В «Балладе о змеях и певчих птицах» Сноу – распорядитель своей жизни, через его развитие Сьюзен Коллинз изучает природу человеческой души, где сосуществуют тьма и свет.

Двойственность души Корио и его отношений с Люси Грей не удалось передать в экранизации. В книге он быстро влюбляется, но не доверяет Люси и ревнует ко всем подряд – в кино всё очевидно. Проблема в выпуклой актёрской игре Рэйчел Зеглер, подходящей для бродвейского мюзикла, но не для менее насыщенного эмоциями кино. Всё произведение истинные чувства девушки должны оставаться загадкой, Зеглер нужно играть на полтонах, быть хитрой, не выдавать двуличность натуры. Промаш в актёрской игре особо виден в речи, явно выдающей двуличность Люси Грей: она говорит с друзьями из 12-го дистрикта с выраженным южным акцентом (что особенно странно, потому что её район находится на северо-востоке США), а в разговорах с Корио из её речи

почему-то пропадают тexasские нотки. Это – один из многих примеров режиссёрской неряшливости, возникших из-за попытки уместить 400 страниц в 2.5 часа экранного зрелища.

Другая сложность «Баллады о змеях и певчих птицах» – малое количество экшен-сцен. Десятые Голодные игры были одними из самых скучных в истории, почти половина трибутов погибла ещё до начала битвы. В книге авторка отводит место мыслям Корио, его ментальным играм и попыткам спасти квартиру семьи. Режиссёр фильма Фрэнсис Лоуренс (он же снял все части «Голодных игр», кроме первой) ускорил темп повествования – это вынужденное, патовое решение, приведшее к не лучшим последствиям. Интимная драма взросления подростка в тоталитарно-капиталистическом обществе отошла на второй план, все рифмы и отсылки к оригинальной трилогии стали крикливыми, а образы героев – плакатными. Последнее особенно видно на примере распорядительницы Голодных игр доктора Волумнии Гоул, превратившейся в интерпретации Виолы Дэвис в диснеевскую злодейку Урсулу. Повезло только второстепенному персонажу, телеведущему Лаки Фликерману (Джейсон Шварцман): в книге он был похож на клоуна, в фильме – на комичного, но профессионального шоумена.

«Голодные игры: Баллада о змеях и певчих птицах» – кино, постоянно спешащее от одной сцены к следующей, будто испугавшееся, что зритель заскучает, уткнётся в телефон и напишет негативный отзыв. Произведение Коллинз – совсем не великое, но писательнице снова удалось указать на важнейшую проблему современного социума. Общество рационального капитализма подчиняет себе человека, обещая успех и все блага мира, если тот будет играть по правилам и потворствовать угнетению других. Пусть будущее Кориолана Сноу предрешено, он станет диктатором и будет отправлять детей на кровавую бойню, Коллинз верит, что человечество сможет измениться – её книги тому доказательство. Истории грандиозных событий всё меньше и меньше интересуют людей, пришло время тишины и маленьких героев.



ПАВЕЛ ХРАПКИН

Живу и пишу в Санкт-Петербурге – городе, породившем немало стихов. Не претендую на оригинальность или место в рядах других стихотворцев нашего великого города, но надеюсь, что мои мысли будут близки и интересны другим.

Я в составе РСП с 2021 года, автор нескольких сборников стихов, включён в состав «Антологии российской поэзии» и ряда других сборников, издававшихся РСП и Стихи.ру. По образованию – инженер-физик, по образу жизни – скорее, лирик. Не думаю, что кому-то интересны моя биография, увлечения и тому подобное. Но не прятаться за псевдонимом, не обижать детей и собак – мой жизненный принцип.

Об открытости очень хорошо сказано в письме у Сергея Довлатова к Науму Сагаловскому:

«Может быть, тебе кажется, что стихи – это твоя собственность. Это не так. Они в большей степени моя собственность, чем твоя.»

Александр Городницкому

В России надо долго жить,
Чтоб увидеть судьбы итоги,
Чтобы по полкам разложить
Свои нелёгкие дороги.

Куда по свету ни ходи,
Куда тебя ни носят ноги –
Увидеть то, что позади,
Что стало буднями для многих,

И спеть. А может, помолчать.
И ничего, что дрогнет голос.
Жизнь колосками собралась
И песнями перемололась!..
19.11.2022

Ноябрьское

Ноябрь устало по тропинкам носит
Оставшиеся листья. Холода.
Продрогли дни. Чего ж ты хочешь – осень.
Неужто это время навсегда?

Ах, полно, друг мой, разве в этом дело,
В осенних мыслях, в ранних холодах?
Коснётся ветер с нежностью несмелой
Твоей щеки, и канет навсегда...

И закружатся новостные ленты,
Наперебой стараясь рассказать
Такие важные осенние моменты,
Которые зачем-то нужно знать.

Но, эта осень – просто, время года,
Ноябрьский холод, ветер над прудом –
Осенняя дождливая погода,
А всё, что с нею связано – потом...
8.11.2023

Строчки

Стихи состоят из строчек,
Пустой разделяясь на строфы,
Между словами точки,
А иногда – эпохи.

Между собою споря,
Часто – не соглашаясь,
В мир человеческий – море,
С берега погружаясь,
Чайки, крикливо судят,
Сразу же забывая,
Мимо событий и судеб
Звуки их проплывают.

По городам и странам,
Ветренным интернетом
Носит их, и бросает,
Читают их, проверяют
Жизненные сюжеты.

Строчки – они как люди,
Верят, или страдают,
Любят, а их осудят,
Находят, или теряют.

Сорок лет по пустыне,
А всё равно – рабами,
Соснами строевыми,
И верстовыми столбами.

Старятся вместе с нами,
Вместе с детьми подрастают.
Все мы немного строчки –
Вместе и поодиночке –
Сущность наша такая.
27.9.2023

С улыбкой

Бедность – не порок, но вы держитесь,
Голь – она на выдумки хитра.
Если трудно – лучше улыбнитесь,
И не надо к разным докторам.

Не стремитесь быть других умнее,
Лучше помолитесь от души,
Потому, что вера сердце греет,
И надежды тоже хороши.

Без труда ведь, как известно, рыбка
Ни в каких не водится в прудах,
Вот и помолитесь, и с улыбкой,
Без улыбки наше дело – швах.

И потом, шагайте через поле –
Жизнь прожить – не по полям ходить,
И с улыбкой, это ж наша доля,
А другие доли – впереди.

Если трудно – наша хата с краю,
На коней дарёных не смотри,
Кто их дарит, я и сам не знаю,
Но, конечно, с верою внутри.

Это только кажется, что вечность –
Перемелется, да было б что молоть.
Нам молоть, да жить себе беспечно,
А от трудностей всегда спасёт Господь!

Нам бы выжить, нам бы не бояться,
Ни волков, ни всяческих бумаг,
Чтоб друзьям почаще улыбаться,
И пусть обзавидуется враг!
16.11.2023

