



# ОПТИМИСТ

ИНТЕРНЕТ - ГАЗЕТА № 321

Мир принадлежит оптимистам, пессимисты – всего лишь зрители

## ОТ ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА ИНТЕРНЕТ-ГАЗЕТЫ «ОПТИМИСТ»

Песах – праздник весны, праздник свободы.

Именно сейчас хочется выбросить не только ненужные вещи из своего дома, но и страх, боль, переживания и опасения из своего сердца.

Жизнь приносит нам новые испытания, требуя выдержки, терпения, понимания – и много любви. Любви к своим близким, родным, друзьям, знакомым и незнакомым, и, конечно же, к себе. Только освободившись от ненависти, злости, зависти, мы можем обрести свою Землю Обетованную – свой личный мир, в котором будут править добро, любовь, красота.

Просто ли это сделать? Нет! Иногда кажется, что это почти невозможно: мелкие и крупные тревоги повседневности захватывают нас в свои сети безысходности, а иногда и отчаяния – но это всего лишь иллюзия. На самом деле мы – и только мы – полностью властны над своей душой, своими эмоциями и своим внутренним миром. В нашей власти сбросить рабские оковы и вздохнуть полной грудью!..



**Счастливого вам праздника Песах - праздника весны, праздника свободы!**

Ирина Островская

## «ЦЕНА ДЛЯ НОВОСЁЛА» ПОВЫСИЛА ДОСТУПНОСТЬ ЖИЛЬЯ

В июне 2015 года увидела свет программа «Цена для новосёла», детище министра финансов Моше Кахлона. Первые ключи от квартир, построенных в рамках программы, были вручены 54 семьям в новом районе С1 в Афуле, всего же до конца 2017 года в проектах в Афуле и Лоде было заселено порядка 600 квартир. Обзор главного экономиста показывает, что 18% покупателей квартир в Лоде на данный момент воспользовались предоставленной им возможностью продать квартиры.

Участники лотереи «Цены для новосёла» получали право продать купленную со скидкой квартиру либо через семь лет после победы в лотерее, либо через пять лет после заселения (получение формы 4) – раннее из двух. Таким образом, к 2022 году победители первых лотерей получили право продать купленные со скидкой квартиры, и многие уже реализовали его, продав квартиры с высокой прибылью.

Согласно данным, фигурирующим в отчёте отдела главного экономиста министерства финансов, квартиры продали почти 16% покупателей квартир в первых проектах «Цены для новосёла» в Афуле и почти 18% покупателей квартир в аналогичных проектах в Лоде. В отчёте отмечается, что средний рост цен на квартиры в проекте в Лоде составляет примерно 1.1 миллиона шекелей. Всего на данном этапе участники лотереи продали 11.8% квартир, ещё почти 6% квартир выставлены на продажу.



Проверка цен показала, что уже совершённые сделки принесли продавцам высокую прибыль: цены на квартиры в проектах около восьми лет назад в среднем достигали около 800 тысяч шекелей, сегодняшние цены – в среднем около 1.9 миллиона шекелей.

Проверка минфина также показала, что продавцами этих квартир обычно являются обеспеченные семьи, чья общая средняя зарплата (для обоих супругов) достигла 38.5 тысячи шекелей брутто в месяц по состоянию на 2022 год.

Напомним, что программу «Цена для новосёла» не раз называли «Ценой для богатого новосёла», так как в программе изначально не было экономических критериев. Это

Продолжение на стр.2



**כ.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



**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 логотипное 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

## «ЦЕНА ДЛЯ НОВОСЁЛА» ПОВЫСИЛА ДОСТУПНОСТЬ ЖИЛЬЯ



означает, что удешевлённые квартиры на равных правах могут приобрести и состоятельные люди, и те, кто испытывает трудности в привлечении начального капитала и потому не в состоянии претендовать даже на квартиры со скидкой в проектах в центре страны.

К примеру, в 2018 году минфин проверил один из проектов в Явне и обнаружил, что заявки на участие в лотерее подали десятки молодых пар, зарабатывающих более 30 тысяч

шекелей в месяц. В одном же случае месячные доходы претендентов превышали 60 тысяч шекелей. Можно предположить, что состоятельные молодые люди покупали относительно недорогие квартиры не для собственного проживания, а в качестве инвестиций.

Как известно, разработчики программы по продаже льготных квартир ставили своей целью не только ослабить жилищный кризис, но и сократить неравенство между израильянами, помогая малообеспеченным молодым семьям приобрести свою первую квартиру. Проведённое в прошлом году исследование Банка Израиля показало, что эта цель не была достигнута.

Программа «Цена для новосёла» повысила доступность жилья для израильян в целом, но сильнее всего вероятность приобрести свои первые квартиры выросла у 20% самых обеспеченных семей, особенно по сравнению с 20% самых малообеспеченных. Иными словами, социальные разрывы после запуска программы только увеличились.

«Детали»

## РАМИ ЛЕВИ КУПИТ ИЗРАИЛЬСКУЮ ПОЧТУ?

Кто именно купит компанию «Почта Израиля» («Доар Исраэль»), пока неизвестно, но на финишную прямую вышли два претендента: группа «Делек» вместе с Рами Леви и группа «Мильгам» совместно с «Фениксом» и «Лайман Шлиссель». В начале года Управление государственных компаний сообщило, что всего на участие в тендере было подано 11 заявок от инвесторов и различных групп, выразивших заинтересованность в покупке израильской почты. Антимонопольное ведомство выступило против участия в приватизационном тендере компании «ДФус Беэри», поскольку типография из печально известного кибуца владеет через другие фирмы компанией «Месер», которая предоставляет почтовые услуги.

В основном претендентов интересует принадлежащая израильской почте недвижимость, однако в рамках оздоровления государство влило в компанию «Доар Исраэль» сотни миллионов шекелей, а взамен получило главные объекты недвижимости компании, и это снизило привлекательность тендера в глазах многих потенциальных покупателей.

Мотивацию части потенциальных покупателей подорвал и конфликт между министром связи Шломо Караи и председателем совета директоров Почтовой компании Мишалем



Вакнином: министр настаивал на увольнении Вакнина, и избежать этого удалось только благодаря вмешательству Верховного суда.

В соответствии с планом Управления госкомпаний, приватизация почтовой компании должна быть проведена в ближайшие месяцы – после утверждения плана финансовой комиссией Кнессета. Гендиректор «Доар Исраэль» Давид Ларон предупредил, что, если приватизация будет отложена, компания снова окажется на грани банкротства.

НЭП

## ОТЧЁТ О НЕРАВЕНСТВЕ В СИСТЕМЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ



Жители Севера и Юга больше болеют и больше умирают. Они получают меньше медицинских услуг, меньше специалистов и меньше медицинского оборудования. Результатом является меньшая продолжительность жизни по сравнению с жителями центра страны. Об этом говорится в отчёте о неравенстве в системе здравоохранения Израиля за 2022 год, недавно опубликованном минздравом.

Согласно отчёту, средняя продолжительность жизни по стране в 2020-2022 годах составила 82.7 года. Самая большая продолжительность жизни была в Центральном округе (84 года) и в Иудее и Самарии (83.9 года), а вот в Северном и Южном округах она составила 81.3 года.

В распределении по группам населения самая высокая продолжительность жизни среди евреев была в Центральном округе и Иерусалиме (84.3 года и 84.1 года соответственно), а самая низкая – в Южном и Северном округах (81.9 года и 82.2 года соответственно).

Однако среди арабского населения наблюдается иная картина. Среди арабов самая высокая продолжительность

жизни была в Северном и Иерусалимском округах (80.1 года и 79.3 года соответственно), а самая низкая – в Тель-Авивском и Центральном округах (74.5 года и 78.1 года соответственно).

В отчёте также сказано, что в 2022 году количество врачей на 1000 человек в среднем по Израилю составило 3.2. В Тель-Авивском и Хайфском округах этот показатель самый высокий (4.97 и 3.71 соответственно), а в Южном округе и в Иудее и Самарии он самый низкий (1.92 и 1.52 соответственно). То же самое относится и к специализированной медицине.

«Министерство здравоохранения уделяет особое внимание сокращению разрыва между центром и периферией», – заявил министр здравоохранения Уриэль Бусо, – «мы работаем над тем, чтобы значительно увеличить качественный медицинский персонал, а также расширить предоставление медицинских услуг всем жителям за счёт реформы, которая позволит пациентам по всей страны выбирать, где они будут проходить обследование и лечение».

«Детали»

## ОПРОС: ЭКОНОМИЧЕСКОЕ ПОЛОЖЕНИЕ ТРЕТИ ИЗРАИЛЬЯН УХУДИЛОСЬ

90 процентов израильян заявили, что корзина покупок к Песаху подорожала по сравнению с прошлым годом, при этом экономическое положение трети израильян ухудшилось с начала войны. Об этом свидетельствуют данные опроса, проведённого Управлением по делам потребителей «Гистадрута».

Опрос проводился Институтом геокартографии среди 602 респондентов, которые представляют собой репрезентативную выборку еврейского населения Государства Израиль.

Около 47 процентов респондентов, чьё финансовое положение ухудшилось, заявили, что это заставит их сократить покупки к празднику или искать способы снизить стоимость корзины, выбирая продукты со скидками. Вместе с тем, около 81 процента респондентов не верят в то, что торговые сети действительно предлагают выгодные акции на Песах.

Более половины израильян сравнивают цены между продуктовыми сетями, чтобы найти для себя наиболее доступную корзину, а 35 процентов совершают покупки в нескольких сетях. Данные опроса также показывают, что около 70 процентов пользуются льготами потребительских клубов.

Досуг во время праздника в этом году тоже будет выглядеть иначе. Около 48 процентов респондентов сообщили, что ситуация в сфере безопасности повлияет на их планы на будни Песаха, а около 43 процентов сообщили, что их досуг в этом году будет выглядеть иначе по причине плохого настроения из-за войны.

Около 90 процентов респондентов вообще не будут отдыхать во время недели Песаха. Около 19 процентов не отправятся в отпуск из-за ухудшения финансового положения. Около трети респондентов сообщили, что не планируют ехать в отпуск из-за войны, а около трети – по другим причинам.

Опрос также показывает, что израильяне предпочитают заранее готовиться к праздничной трапезе и закупать продукты, опасаясь дефицита. Около 71 процента израильян стали покупать больше израильских продуктов после того, как продавцов обязали отмечать страну происхождения сельскохозяйственной продукции.

«Двар ха-овдим б'Эрец Исраэль»

## КНЕССЕТ УТВЕРДИЛ КОМПЕНСАЦИИ ЗА ЯНВАРЬ И ФЕВРАЛЬ

Финансовая комиссия Кнессета во главе с Моше Гафни утвердила положение о выплате компенсаций предпринимателям и бизнесам на севере Израиля, которые пострадали из-за боевых действий.

В соответствии с положением, населённые пункты вдоль ливанской границы на севере будут иметь право на ту же расширенную систему компенсаций, которая применяется к ним до конца декабря, то есть на полную компенсацию в рамках экономического цикла. Населённые пункты на Голанских высотах будут иметь право на полную компенсацию в соответствии с «красным маршрутом» в сфере туризма и сельского хозяйства, а в соответствии с недавним решением правительства в этой области будет предоставлен грант на фиксированные расходы для других сфер экономики.

Как известно, в соответствии с постановлением, утверждённым ранее финансовой комиссией Кнессета, предприятия в населённых пунктах, где система безопасности установила строгие ограничения на бизнес-деятельность, располагают правом на повышенную компенсацию за период с октября по декабрь 2023 года.

Эти предприятия вправе выбирать или повышенные компенсации за снижение торгового оборота, или фиксированную компенсацию по статье «зарплата» на сумму 520 шекелей в день за любого сотрудника, который отсутствует на рабочем месте по указанию системы безопасности.

«Детали»

## «А ЧТО Я ТАКОГО СКАЗАЛА?»: 5 ПРИЗНАКОВ «МЯГКОГО» БУЛЛИНГА

Иногда травля бывает такой нежной и вкрадчивой, что её нелегко распознать.

### ОПРЕДЕЛЕНИЕ.

Обычно, когда речь идет о буллинге, мы представляем себе грубое, агрессивное преследование, издевательства, оскорбления, угрозы, и так далее. В общем, что-то очень громкое, явное, и у всех на виду.

Именно такой буллинг обычно встречается в детской и подростковой среде

Однако во взрослом коллективе чаще процветает скрытая, мягкая форма травли, при которой используются совершенно иные стратегии, позволяющие держать эмоциональное состояние жертвы под контролем:

- закулисные интриги,
- сплетни,
- нравоучения,
- изображение в качестве невинной жертвы самого себя,
- комплименты с двойным дном.

Чаще всего мягкой травлей занимаются женщины, причём делают это так изощрённо и коварно, что в случае чего жертве им просто нечего предъявить – любые обвинения разбиваются о слова:

- «А что я такого сказала?»
- «Тебе всё показалось»
- «Ты всё придумываешь»
- «Ничего не было»
- «Уж слишком ты нежная».

### ПРИЗНАКИ.

Вот несколько признаков того, что вы имеете дело с мягким буллингом.

#### 1. Ваши обидчицы – ходячие добродетели (на словах).

Если цель состоит в том, чтобы кого-то обвинить, очернить или пристыдить, то будет лучше, если эти слова исходят из уст безгрешного, чистого, практически святого человека, каковыми себя и изображают те, кто исподтишка занимаются буллингом в коллективе, удовлетворяя тем самым свои нездоровые наклонности или амбиции.

Обычно такие люди, ничуть не стыдясь, приписывают себе все возможные позитивные качества.

Они и добрые, и щедрые, и любящие, и заботливые, и честные, и справедливые. И вам должно быть стыдно, что вы посмели проявить неуважение к таким «светлым человечкам».

#### 2. От вас постоянно требуют быть милой.

То есть приспособливаться, идти на компромиссы, подчиняться, прогибаться, делать то, что вам сказали, отдавать всего себя, как будто в этом состоит ваш моральный долг. А если вы недостаточно милы, тем хуже для вас, видимо вы – аморальная личность.

#### 3. Вас обвиняют в неадекватности.

«Да успокойся ты, что ты так разволновалась, я ничего такого не сказала» – подобная фраза из уст «ходячей добродетели» призвана перевести стрелки на вас – ведь её точно нельзя ни в чём заподозрить, она не кричала, не

оскорбляла, не унижала, не нападала, вообще спокойный человек, поэтому если и есть какие-то проблемы, то они ваши. Это вы неадекватно реагируете, это вы эмоционально нестабильны, это вас задела за живое, это вы раздражительная и злая.

А если вас ещё больше взорвёт от всего этого фальшивого сочувствия к вашей неспособности быть такой же милой, как она, то это только усугубит вашу вину.

#### 4. Вас газлайтят.

Как и в случае традиционного буллинга, те, кто практикует мягкий буллинг, ненавидят, когда их уличают в непоследовательности. Поэтому, если вы внимательно их слушаете и можете слово в слово повторить, а они постоянно обвиняют вас в том, что вы ослышались, и они такого не говорили, скорее всего, они чувствуют, что противоречат сами себе, а это неприятно. Лучше, опять же, перевести стрелки на вас – проблема с вами, а не с ними.

#### 5. Недостатки есть только у вас.

По умолчанию подразумевается, что «ходячая добродетель», ввиду своих высоких моральных качеств, отсутствия пороков и способности совершать ошибки, имеет право выступать в роли верховного судьи, обсуждая и порицая недостатки других членов коллектива. При этом обычно в спокойном, доброжелательном, сочувственном тоне, так что её даже сложно упрекнуть в пристрастности или других недобрых намерениях.

По материалам Psychology Today

## КАК ПРАВИЛЬНО МЕДИТИРОВАТЬ

В последнее время то и дело сбивает с ног шквал новостей, а растерянность, грусть и ощущение беспомощности после них ещё больше перегружают и без того утомлённый организм. Как итог – проблемы со сном, отказ от привычных задач и полный «расфокус». Справиться с негативными эмоциями и отстраниться от плохих мыслей могут помочь медитации. Это хороший способ самостоятельно снизить общий уровень стресса и успокоиться, если тревога окутывает внезапно. Разберёмся, как медитировать в домашних условиях.

Медитации распространялись последователями буддизма, но связь термина с религиозностью давно сошла на нет. По крайней мере, когда речь заходит о практиках осознанности – mindfulness. Такие медитации популяризируют во всём мире: их внедряют в психотерапевтические программы, активно изучается их влияние на мозг и нервную систему.

Доказано, что mindfulness улучшает концентрацию внимания, заметно снижает уровень стресса и тревожности и даже помогает в борьбе с зависимостями.

Но перед выполнением упражнения на осознанность у новичка возникает много вопросов: что надо знать перед практикой? А что, если «очистить» ум во время медитации не получается? Нужно ли сидеть в позе лотоса, если мне неудобно? Разберёмся со всем по порядку и выясним, как начать медитировать.

### КАКИЕ БЫВАЮТ МЕДИТАЦИИ?

Медитации условно можно разбить на две большие группы: концептуальные и практики осознанности.

К первым относятся, например, мантры и аффирмации. Они включают наше воображение и помогают временно отвлечься от текущих проблем. Такие техники могут снять напряжение, но эффект сохранится лишь до следующей стресс-ситуации.

Медитации осознанности фокусируют наше внимание на том, что происходит в уме и теле здесь и сейчас.

Вы отслеживаете свои текущие эмоции, но стараетесь не ассоциироваться с ними – и при регулярном выполнении упражнений научите мозг не так интенсивно реагировать на тревожащие факторы. Поэтому, чтобы снизить общий уровень стресса и повысить концентрацию, рекомендуют именно mindfulness.

Практикующий бизнес-психолог Юлия Керецман предупреждает: от медитации лучше воздержаться в случае тяжёлых психических расстройств или в состояниях изменённого сознания. В остальных случаях практика полезна: она даёт большее понимание своих эмоций и чувств и прервёт циклы импульсивного, эмоционального поведения.

Расскажем, как правильно медитировать дома.

### КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К МЕДИТАЦИИ?

Вопрос «как медитировать?» для начинающих наиболее актуален. Чаще всего новички читают инструкцию и сразу приступают к упражнению – не задумываясь о том, что вначале полностью расслабиться и сфокусироваться они смогут только в безопасном пространстве. Вот как лучше подготовиться к медитации в домашних условиях.

#### 1. Сядьте в любую удобную позу.

Необязательно медитировать в позе лотоса. Можно выбрать любое положение: главное – чтобы физический дискомфорт не отвлекал от наблюдения за состоянием ума. Сядьте на стул или подушку, вытянув ноги.

При этом следует придерживаться одного правила – насколько возможно долго держать спину в прямом положении. Руки в это время могут лежать на бёдрах.

#### 2. Выберите место без лишних звуков.

Первую медитацию лучше проводить в полной тишине: гул города за окном, уведомления на телефоне и записанная лекция с голосом наставника могут отвлекать от отслеживания мыслей и ощущений в теле.

То же самое с музыкой: она часто вызывает образы и ассоциации и уводит от настоящего момента. А ваша цель – оставаться в нём вместе со своими текущими эмоциями.

#### 3. Закройте глаза.

С открытыми глазами легко отвлечься на происходящее вокруг и потерять фокус. Поэтому мы советуем во время медитации их закрывать.

### ПРОСТАЯ МЕДИТАЦИЯ: ПОШАГОВЫЙ ГИД.

Итак, как научиться медитировать новичкам? Для начала поставьте таймер на 10 минут – столько достаточно для первой практики. Когда вы готовы, закройте глаза и обратите внимание на своё тело. В течение всей практики старайтесь удерживать фокус на нём.

Сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов. Почувствуйте вес рук, ощущения в спине, ягодицах и голове.

«Просканируйте» тело: медленно перемещайте фокус от головы вниз до самых ступней, замечая ощущение в каждой части тела. Не анализируйте это – просто чувствуйте. После обратитесь к ощущениям всего тела одновременно.

Сместите внимание на дыхательный процесс. Просто наблюдайте, как делаете вдох, как он перетекает в выдох. Почувствуйте, как воздух наполняет живот при вдохе, как расширяется грудная клетка, как выдох щекочет ноздри.

Отпустите контроль за мыслями. Наблюдайте за тем, что происходит внутри вас. Что вы испытываете? Стремление заняться рабочими делами или, наоборот, думаете о своей усталости? Заметьте эти ощущения, но не анализируйте их: не спрашивайте, «как» и «почему», просто отслеживайте свои мысли.

По истечении времени поблагодарите себя – вы провели

свою первую медитацию! Когда будете готовы, откройте глаза. Вы можете почувствовать себя более спокойно или ощутить расслабление, но важно помнить, что яркий эффект не наступит мгновенно. Это как со спортом: тут важно медитировать регулярно, чтобы увидеть сильные результаты.

### ЧАСТЫЕ СЛОЖНОСТИ ВО ВРЕМЯ МЕДИТАЦИИ И КАК С НИМИ БОРЬТЬСЯ.

Если во время практики вы смогли уловить свои мысли, отдать себе отчёт в том, что они вас в принципе занимают, – это уже большой первый шаг к осознанности. Однако новички часто сталкиваются с трудностями, которые могут демотивировать. С опытом вы научитесь быстро их перебарывать. Главное – понимать заранее, к чему стоит быть готовым.

Вот что может помешать во время медитации и что с этим делать.

#### Сонливость.

Если чувствуете, как ускользаете в сон, выполните скоростное сканирование тела: быстро переключайте внимание с головы на руки, на живот, на колени – и закончите на ступнях. Повторите такое «сканирование» несколько раз. Можете попробовать открыть глаза и посмотреть на любой источник света – например, солнце за окном. Просто замечайте, как лучи проникают через стекло. Постарайтесь не вглядываться в какие-то конкретные предметы, иначе высок риск отвлечься.

#### Неусидчивость или навязчивые мысли.

Часто случается, что спустя минуту с начала медитации вы замечаете, что витааете в мыслях. Или чувствуете раздражение, тревогу из-за тишины. Заставить себя ни о чём не думать не получится. Вы должны просто наблюдать за мыслями, будто зритель в театре. Когда замечаете неприятные эмоции, вернитесь к ощущениям в теле и наблюдению за дыханием.

#### Дискомфорт в теле.

Зачесался нос, затекла нога – всё это может начаться, как только вы приступите к практике. Не нужно сбиваться с медитации – обратитесь к ощущениям, примите их и не пытайтесь с ними бороться. Если сидеть в том же положении стало неудобно, поменяйте его.

### КАК ЧАСТО НУЖНО МЕДИТИРОВАТЬ?

Основное правило – делать практики ежедневно. Не стоит требовать от себя слишком многого. Не успели сделать практику дома – выполните её в такси. Нет 15 минут – потратьте 5, но ежедневно. Такой подход принесёт вам гораздо больший эффект, чем идеальная часовая медитация в тщательно подготовленном месте, но раз в неделю.

## РОЛЬ ОДУВАНЧИКОВ В МИРОВОЙ ЛИТЕРАТУРЕ

Вот и появились первые одуванчики, как раз сегодня собирала первый урожай на одуванчиковый мёд. А что есть об одуванчиках в литературе?

**О. ГЕНРИ, «ВЕСНА ПОРЦИОННО».**

СУТЬ: Девушка-официантка, печатая меню, натывается на салат из одуванчиков и вспоминает своего возлюбленного, дарившего ей одуванчики прошлой весной.

СИМВОЛ: Ёжику понятно – здесь одуванчики символизируют любовь.

**РЭЙ БРЕДБЕРИ, «ВИНО ИЗ ОДУВАНЧИКОВ».**

СУТЬ: Связывая обрывки происшествий одного лета, вино из одуванчиков, которое, как понятно из названия, является здесь главным элементом, напоминает нам о светлых летних деньках.

СИМВОЛ: Одуванчики, а точнее, вино из них, здесь – символ лета, а если брать шире – всей жизни.

**РЭЙ БРЕДБЕРИ, «451 ГРАДУС ПО ФАРЕНГЕЙТУ».**

СУТЬ: Эпизод: девушка-мыслитель рассказывает главному герою, пожарному, о всяких вещах, в том числе и о такой примете: если провести жёлтым одуванчиком по подбородку и останется след – значит, вы влюблены.

СИМВОЛ: Символ любви и понимания.

**УОЛТ УИТМЕН, «ПЕРВЫЙ ОДУВАНЧИК».**

СУТЬ: Это короткое стихотворение о первом одуванчике весны, который пробуждается ото сна, «как будто не было никогда на свете ни мод, ни политики, ни денежных дел».

СИМВОЛ: Вообще-то Уитмен был «певцом Вселенной» и поэтом свободы, так что, скорее всего, одуванчик тут является как раз символом свободы.

**Н. НОСОВ, «ПРИКЛЮЧЕНИЯ НЕЗНАЙКИ».**

СУТЬ: Знайка и его друзья используют одуванчик в качестве парашюта.

СИМВОЛ: Утрированно здесь одуванчик – символ спасения, хотя, скорее всего, решающую роль здесь сыграла форма одуванчика.

**А. ЖВЛЕВСКИЙ, И. МЫТЬКО, «ПОРРИ ГАТТЕР 2. ЛИЧНОЕ ДЕЛО МЕРГИОНЫ».**

СУТЬ: В эпизоде мелькает циклоп с венком из одуванчиков голове.

СИМВОЛ: Звучит это очень нелепо, так что это может быть символом нелепости, а также – беззащитности.

**Б. АКУНИН, «ВНЕКЛАСНОЕ ЧТЕНИЕ».**

СУТЬ: Данила Фондорин добавляет эссенцию одуванчика

в самодельные свечи – чтобы те дольше и ярче горели.

СИМВОЛ: Всё просто – энергия.

**Т. ТОЛСТАЯ, «МИЛАЯ ШУРА».**

СУТЬ: Одуванчики фигурируют в описании душевного, жаркого городского лета.

СИМВОЛ: Символизируют город.

**РОАЛЬД ДАЛЬ, «МИССИС БИКСБИ И ПОДАРОК ПОЛКОВНИКА».**

СУТЬ: Героиня не слишком лестно описывает своего мужа и сравнивает его с одуванчиком.

СИМВОЛ: По мнению героини, одуванчик символизирует хвастовство и пустую трату сил (дунешь – он и разлетится).

**С. ЛУКЪЯНЕНКО «ВЕЧЕРНИЙ ДОЗОР».**

СУТЬ: Цитата: «От обычных травников... я имею в виду обычные ведьмовские травники, этот отличался какой-то особой злокозненностью. Там даже для одуванчиков было найдено несколько гнусных предназначений».

СИМВОЛ: Нечто не гнусное и чистое.

**К. БАЛЬМОНТ.**

СУТЬ: Цитата: «Целый мир, круглый, как земля»

СИМВОЛ бренности, хрупкости и непрочности бытия. Но, отцветая, разлетаясь, одуванчик каждый год становится снова золотым, поэтому он ещё и символ надежды и возрождения.

**Д. ВЕДЕНЯПИН. «ОДУВАНЧИК».**

СУТЬ: Цитата:

Но не зря в серебряном конверте

Нас бесстрашно держат на весу –

Как от ветра, спрятавшись от смерти,

Одуванчик светится в лесу.

СИМВОЛ: Возможно двоякое толкование – как символа бренности или же наоборот, созидания – так как каждый раз, отцветая, одуванчик возрождается золотым. Надежда на лучшее и возрождение – вот что это.

**И. БРОДСКИЙ.**

СУТЬ: Цитата:

Время, если не гранит,

Одуванчик сохранит.

СИМВОЛ: Вечная, незыблемая жизнь.

**Д. ТОЛКИЕН, «ХОББИТ, ИЛИ ТУДА И ОБРАТНО».**

СУТЬ: Когда Бильбо и Горлум играют в загадки, одна из загадок Бильбо звучит так:

Огромный глаз сияет



В небесной синеве,  
А маленький глазок –  
Сидит в густой траве.

Большой глядит и рад:

«Внизу мой младший брат!»

Здесь старший брат – это солнце, а младший, соответственно – одуванчик. Правда, в последний момент вспомнив своё детство, Горлум отгадывает загадку.

СИМВОЛ: Здесь одуванчик символизирует, по-видимому, последнюю нить, связывавшую Горлума с его прошлой жизнью.

**В. ПЕЛЕВИН, «ЧИСЛА».**

СУТЬ: Одуванчики тут встречаются два раза. Первый, когда о главном герое, Стёпе, говорится, что он похож на одуванчик, хотя на самом деле он не такой. Во второй – когда дети финнов отчего-то называются одуванчикообразными.

СМЫСЛ: Попробуйте найти смысл у Пелевина!

**В. ЕРОФЕЕВ, «МОСКВА-ПЕТУШКИ».**

СУТЬ: Цитата: «Или вот, например, одуванчик. Он всё колыхается и облетает от ветра, и грустно на него глядеть... Вот и я: разве я не облетаю? Разве не противно глядеть, как я целыми днями всё облетаю да облетаю?»

СМЫСЛ: Опять-таки бренность бытия. Уж слишком символично облетание одуванчика.

**А. ЛИНДГРЕН, «МАДИКЕН И ПИМС ИЗ ЮНИБАККЕНА».**

СУТЬ: Семья шведской девочки Маргариты (чьё прозвище – Мадикен) каждый год в день рождения её мамы устраивает пикник на лужайке с одуванчиками.

СМЫСЛ: Символ радости – «Вот погоди», – говорит Мадикен, – «мы придём на лужайку с одуванчиками, и у тебя пройдёт плохое настроение. Хочешь верь – хочешь не верь!»

Lada Baumgarten

## ОТКУДА В ЧЕЛОВЕКЕ ИЗЮМИНКА И ЧТО ТАКОЕ МАКОВАЯ РОСИНКА?

**Маковая росинка.**

Фразой «И маковой росинки во рту не было» говорящий обычно хочет выразить свой неимоверный голод и жажду. Но если вдуматься в смысл слов, появляются сомнения по поводу того, что в действительности означает сама маковая росинка. На самом деле происхождение подобного сочетания связано с русской народной пословицей, гласящей: «Ни мачинки, ни росинки во рту не бывало». Стремление к лаконичности объединило в языке самую крошечную частицу съестного – мачинку – и мельчайшую капельку воды – росинку, в результате чего и появилась маковая росинка. Мачинка – это уменьшительно-ласкательное слово, означающее маковое зёрнышко.

**Изюминка в человеке.**

Впервые уменьшительно-ласкательное обозначение сушёного винограда в отношении человека и какой-либо его особенности было употреблено в драме Л. Н. Толстого «Живой труп». В одной из сцен главный герой рассказывает о своей супружеской жизни: «Моя жена идеальная женщина была... Но что тебе сказать? Не было изюминки. Знаешь, в квасе изюминка? – не было игры в нашей жизни». Существуют версии, что данное высказывание было создано автором на основе русской народной пословицы: «Не дорог квас, дорога в

квасу изюминка!». Дело в том, что и по сей день при приготовлении кваса советуют добавлять в него изюм, всего несколько ягод на одну бутылку: ввиду малого количества он никак не влияет на вкус, но значительно помогает в процессе брожения. Иными словами, изюминки попадают далеко не в каждую кружку кваса, и потому их присутствие может считаться особенным. Возможно, поэтому в наши дни изюминка обозначает чью-либо особенность, выделяющую её обладателя из всех.

**Не в своей тарелке.**

Фраза, обозначающая неловкое состояние, появилась в русском языке по причине неверного перевода французского аналога «Ne pas etre dans son assiette». Как заметил ещё Пушкин, дело в том, что во французском слово «assiette» означает не только тарелку, но и настроение, дух, состояние. Существует версия, будто бы именно в начале XIX века какой-то переводчик, занимаясь «русификацией» французской пьесы, впервые неправильно перевёл фразу «приятель, ты не в духе», написав «приятель, ты не в своей тарелке». А. С. Грибоедов, заметив такое интересное сочетание, решил использовать его в своём знаменитом «Горе от ума» с целью высмеять смешение языков, «франко-нижегородский» диалект и подарил таким образом русскому языку новое уникальное устойчивое

выражение, которого нет даже в языке оригинала.

**Истина в вине.**

Устойчивое выражение, в том числе часто употребляемое на латыни – «In vino veritas», впервые было упомянуто в труде древнеримского учёного Кая Плиния Старшего (I в. н. э.) «Естественная наука». В своей работе он говорит, что если человек хочет узнать правду из чьих-то уст, то ему следует угостить своего собеседника вином – ведь, как гласит русский народный аналог, «что у трезвого на уме, то у пьяного на языке».

**Соль земли.**

Выражение, которым обычно определяют лучших представителей человеческого общества, произошло из Библии, а именно, из Нагорной проповеди Христа: «Вы – соль земли. Если же соль потеряет силу, то чем сделаешь её солёною? Она уже ни к чему не годна, как разве выбросить её вон на попрание людям». Таким образом он обозначает людей, без которых жизнь, как пища без соли, пресна, почти безвкусна и неинтересна.

**Аппетит приходит во время еды.**

История происхождения фразы противоречива: многие приписывают её французскому писателю Франсуа Рабле (XVI век), вложившему это изречение в уста одного из героев своего романа «Гаргантюа и Пантагрюэль». Однако настоящим автором

выражения является французский епископ Жером де Анже, употребивший его в одном из своих красноречивых полемических выступлений – «О причинах» (1515 год) против протестантов. В настоящее время афоризм также может обозначать, что человеческие потребности растут по мере их удовлетворения: чем больше человеку давать, тем больше он будет просить.

**Как сыр в масле.**

Происхождение данного выражения, чаще всего употребляющегося с глаголом «кататься» и приобретающего значение «беззаботно, легко жить», связано с былыми способами производства сыра. В прежние времена сыры готовили на основе брожения молока с высушенным сычужком – частью желудка жвачных животных (сейчас используют сычужный фермент). Впоследствии формировали сырную голову и оставляли её созревать (обмазав изначально свежим коровьим навозом и закопав в землю). Через несколько месяцев или лет готовый продукт доставали, срезали с него корочку и для сохранности помещали в кадку с маслом: оно значительно удлиняло срок хранения сыра, препятствуя появлению влаги и выпотеванию жира, и в то же время сырный сычужный фермент помогал маслу не прогоркнуть. Таким образом, сыр и масло идеально сосуществовали.

Lada Baumgarten

## «АРТУР, ТЫ КОРОЛЬ»



Майкл (Марк Уолберг) посвятил большую часть своей жизни бегу, но прославился громким поражением и неудачными решениями в качестве капитана. Как любому спортсмену, ему важно стать чемпионом, обрести признание и доказать, что он боец и лучший из лучших. Спустя несколько лет после провального состязания он

решает вновь собрать команду и отправиться в свою последнюю приключенческую гонку, несмотря на возникающие проблемы и недоумение окружающих. Поездка в Доминикану приведёт в его жизнь нового друга и изменит отношение к жизни.



Приключенческие гонки – существующий, но малоизвестный вид спорта, в котором участникам приходится проходить через разные виды местности и испытания: каяки, велосипеды, альпинизм и, конечно, бег. Главная особенность соревнований – возможность самостоятельно выбирать маршрут между точками стоянки. Микаэль Линднорд – участник этих гонок из Швеции и прототип героя Марка Уолберга. Именно он пережил эти невероятные

события в 2014 году и написал книгу о псе, который обрёл дом, нашёл своего человека и оказался таким же выносливым и сильным, как люди, проходившие годы подготовки.

Новая духоподъёмная картина Саймона Селлана Джонса напоминает сразу десятки прочих и не похожа ни на одну из них. Смесь жанров не позволяет зрителю заскучать. Экшен здесь выполнен на высшем уровне – использование камеры телефона и быстрый монтаж помогают стать участниками событий на экране, адреналин разливается по телу сидящих в кресле. Когда герои преодолевают очередные трудности, дух захватывает так, что хочется выдохнуть вместе с ними и радостно вскочить со своего места.

Грамотно выстроенная драматургия позволяет переключиться между очередной динамичной сценой и донести важные для создателей послы. Картина работает сразу на нескольких уровнях, что также выделяет её среди подобных. Цели, преследуемые героями в начале, как и вся концепция приключения, да и значение слова «победа» внезапно изменяются к концу.

Поражает «Артур, ты король» и разнообразие поднимаемых тем – и взаимовыручка, и дух соперничества, существующий только внутри соревнований, и следование за мечтой, и помощь бездомным животным, и поддержка семьи, и такая неожиданная неразрывная связь между теми, кто этого совсем не ждал.

Конечно, ключевым достоинством картины становится «мохнатый нос» Артур, роль которого исполнил пёс Укаи. Он покорила всю команду так же, как Артур когда-то покорила Майкла Линднорда, – своей выносливостью, работоспособностью и невероятным очарованием. Даже сам спортсмен, выступавший продюсером и консультантом ленты, остался под впечатлением от знакомства. Поразительное сходство двух псов и вовсе заводит в тупик тех, кто знаком с ориги-



нальной историей, – кажется, что Артур исполнил роль самого себя.

Пазл складывается из каждого участника съёмочного процесса – Марк Уолберг, Симу Лю, Натали Эммануэль и Али Сулиман очень убедительны в своих ролях. Самовлюблённый Лео, травмированный Чик, исполняющая волю отца Оливия и внимательный, но властный Майкл – отличная команда. Впрочем, и оставшаяся в Америке Хелен, жена Майкла, в исполнении Джульетты Райленс запоминается не меньше остальных, а её самозабвенная поддержка мужа – один из самых воодушевляющих сюжетов истории.

«Артур, ты король» – работает как отличный симбиоз драмы и экшена, в котором ни один жанр не превалирует над другим, и они дополняют друг друга на протяжении всего хронометража. Такое грамотное сочетание встречается крайне редко. Более того, фильм оставляет послевкусие безграничных возможностей и вдохновляет следовать за своей мечтой. После выхода из зала на душе остаётся приятное чувство надежды и радости – и очень стойкая мысль: «Всё обязательно получится!»

## «ГОДЗИЛЛА И КОНГ: НОВАЯ ИМПЕРИЯ»



После боины с Мехагодзиллой мир вроде бы пришёл в относительное равновесие. Конг царствует в Полой Земле, а Годзилла не даёт монстрам всполошиться, активно реагируя на их угрозы. Но в отделе «Монарха» фиксируют неизвестный сигнал – понять его истоки может только телепатка Дия (Кэйли Хотлл): вместе

со своей матерью Айлин (Ребекка Холл), отвязным ветеринаром Трэппером (Дэн Стивенс) и подкастером (Брайан Тайри Генри) они отправляются расследовать тайны Полой Земли. Конгу и Годзилле снова придётся объединиться, чтобы остановить Кинг Скара и его племя.



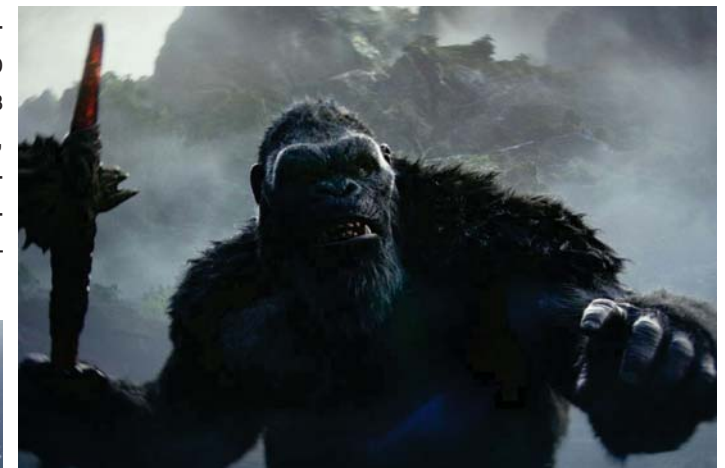
Довольно странно осознавать, что нынешнее десятилетие проходит под рёв и баталии доисторических монстров. Кайдзю, как в старые добрые 1960-е, снова собрались на поле брани. Им действительно уготовили целый конвейер, грамотно поделив зоны влияния в Тихом океане: совсем недавно прогремела японская «Годзилла: Минус один» (да ещё и схватив престижную оскарговскую статуэтку за лучшие визуальные эффекты), а американская вселенная Monsterverse расширила свою экосистему удачным сериалом (к проекту «Монарх: Наследие монстров», кажется, ни у кого не возникло критических вопросов). Более того, именно с суперкроссовера Адама Вингарда в 2021 году голливудские блокбастеры встали в строй после пандемии: «Годзилла против Конга» пришёл на большие экраны, чтобы

пробудить не только первобытную ярость чудовищ-мутантов, но и искреннее «вау» нашего внутреннего ребёнка. В ленте хватало нелепостей, всё взрывалось в графических фракталах, да и себя приходилось одёргивать, напоминая, что всё это немного понарошку, однако файтинг-шоу Вингарда вполне годилось в качестве символа: большие блокбастеры – громкие, первобытные и клякастые – никуда не уходили, а просто ждали своего часа.



Что касается «Новой империи», то и здесь Вингард своего ребёнка не растерял. На экране снова бездумный графический хаос с поединками на любой вкус: раздача тумачков в Риме, Каире, Рио-де-Жанейро и где-то на широтах Полой Земли. Главный бич таких суперкроссоверов – необходимость тянуть за сюжетом человеческую линию (всегда, легко предположить, малоудачную и шитую белыми нитками). В кои-то веки авторы решили не мешать монстрам размахивать хвостами – у людей, конечно, есть условный театр действий: доктора что-то там фиксируют в Полой Земле, а героиня Ребекки Холл не теряет времени, пытаясь вместе с приёмной дочерью (Кэйли Хотлл) разобраться, какие хтонические силы припрятаны под земным слоем. Чтобы совсем не увязать во мраке, сюжету дали и своего весельчака – Дэна Стивенса в гавайской рубашке, сыгравшего ветеринара, дантиста и по совместительству своеобразного дарителя высокотехнологичной перчатки для Конга.

Цветастое CGI-шоу легко подловить на необязательности. В «Годзилле против Конга» Вингарду было что сказать и показать, да и потом появление Мехагодзиллы и титаническое кайдзю-порно многим превосходило дутые масштабы



сиквела, а вот на разъярённое племя обезьян смотреть уже не так увлекательно (тем более что где-то по соседству есть такая франшиза, и она вроде как ещё в строю). Однако наивное простодушие и, осмелимся сказать, осознанная второсортность тоже будто бы вписаны в план режиссёра-мегаломана: Вингард просто захотел снова повеселиться, ещё ярче выкрутить цвета и найти хоть какой-то повод для триумфальной боины. «Как в 80-е» – в унисон заговорят зрители и окажутся правы. К общему вайбу олдскула добавлен ещё и бодрый электронный плейлист, который по ошибке можно спутать с саундтреком к «Стражам Галактики».

В отличие, допустим, от стартовой «Годзиллы» Гарета Эдвардса, сумбурность «Новой империи» не имеет конца, ибо Вингард клеит в кадре самые сочные кайдзю-фетиши: вот Годзилла снова разрывает противника радиоактивным лучом, обезьяна и ящер устраивают звонкую доисторическую переключку, пустыни, мегаполисы, культурные объекты – всё превращается в труху. А потом шоу даёт дозу умильной ревизии: Годзилла побеждает врагов и складывается калачиком в Колизее, а Конгу изобретательно лечат зуб, используя для задачи почти военные мощности. Этот парад безвкусицы имеет право на существование, вот только японцы – условные соперники американцев на шахматной доске «Годзиллы» – сделали куда более сокрушительный ход. На фоне картины «Минус один» цифровая порнография Вингарда выглядит доисторическим регрессом – откатом в те далёкие времена, когда жизнь на Земле прекрасно обходилась без людей.



Под именем **НиколайКа** русскоязычная общественность, равнодушная к музыке и стихам, живущая на североамериканском континенте, знает этого сочинителя песенок и прочей приятной музыки. НиколайКа иногда, много реже, чем песни, пишет и разные стихи. То, что не помещается в рамку мелодики и гармоний, – иногда в силу сложности и ритмики, или иногда в силу того, что пришедшие мысли не могут и не хотят становиться напевом, – оно и остаётся в виде таких вот стихотворений.  
НиколайКа Йе – <https://Reminor.com>

### РЖИ ВО РЖИ

*(в прошлой исторической формации известное под именем «Над пропастью во ржи..» или --- ну наконец-то почувствуй себя счастливым у карусели под дождём...)*

Живи! Живи, и не тужи!  
С тоской-печалью завяжи!  
Вбеги на поле спелой ржи,  
И ржи во ржи!!

Под жарким солнцем ржи во ржи!  
На остальное – положи!  
То, что всегда кладут моржи.  
И не печалься, не тужи,  
Не стой тревожно у межи.  
Иди, не бойся, не дрожи!  
Да, жизнь не поле, но скажи,  
Что есть и жар, и куражи  
Жить не по лжи,  
И ржать во ржи!

Заняты жизни миражи.  
Сквозь все цветные витражи –  
Всё, что захочешь – одолжи,  
Всё, что не важно – отложи,  
И миру средство предложи –  
Всем ржать во ржи!

Вверх улетают этажи.  
Вокруг тупые типажи.  
Живут во лжи.  
ТочАт ножи.  
Им, что и как ты ни лижи,  
Своё попробуй докажи –  
Карман держи!  
Но ты им делом покажи,  
Свинью им эту подложи,  
Что несмотря на виражи  
Ты всё ж горазд на кутежи –  
Ты ржёшь во ржи!

Нехитры жизни чертежи.  
Мёд, пироги, порой коржи..  
Отбросив ляжку от баржи,  
Давай вперёд! И не дрожи.  
Однажды внукам расскажи –

Ты ржал во ржи!

21 февраля 2024 года

### ЧТО Ж ?

«Что ж не спится тебе, барин?» –  
Тихо сетует душа.  
Отойдёт, чайку заварит,  
Принесёт мне не спеша --  
Ейной пассии капризной:  
«Вишь, не спит, опять одно!..»  
Долго смотрит с укоризной  
За полночное окно.  
Поворчит, и повздыхает.  
Помаячит за плечом –  
Строчки молча почитает  
Всё кривые, ни о чём.  
Погремит в сердцах посудой  
Нарочито, за своё,  
Мол, она не одобряет  
Это бАловство моё.  
Как же можно, встав с перины,

Бросив тёплую кровать,  
Непонятные глубины  
И высоты рифмовать?  
Понимаю, было б дело,  
Получал бы за строку.  
Чтож за «так» так мучать тело?  
Барин, иль совсем ку-ку?  
Почему ж не спишь, родимый?  
Посмотрел бы на часы!  
Не часы, тогда б, хотя бы,  
Спящей на жены красы!

Полно, милая, не сетуй,  
Не ропщи, душа моя.  
Я пытаюсь в жизни этой  
Уловить суть бытия.  
И не то чтоб в смысле вечном –  
Где мне, годы уж не те –

В твоём странном подопечном  
Зело тяга к красоте.

В ней глядишь и догадаюсь  
В чём здесь смысл и в чём здесь суть.  
И глядишь тебе, под старость,

Растолкую как-нибудь.

23 августа 2018 года

### ОН ПРИДЁТ

Он придёт,  
Чтобы снова ходить по воде.  
Он сказал, что вернётся,  
Он знает, что нужен,  
Он знает, что мы в неприятной беде.

Он вернётся опять,  
Он не будет ни в чём нас винить.  
Он вернётся, помочь нам понять.  
А мы будем «Спаси нас!» просить.

Он придёт!  
Обязательно скоро придёт!  
Он подарит мечту и надежду.  
Чтобы время отправилось вспять,  
Чтобы всё стало классно, как прежде.

Как же тягостно ждать!  
И на воду мы смотрим опять,  
В ожидании новых усилий.  
Он придёт!  
Обязательно снова придёт

Наш сантехник Василий.

12 мая 2018 года

