



# ОПТИМИСТ

## ИНТЕРНЕТ - ГАЗЕТА № 342

Мир принадлежит оптимистам, пессимисты – всего лишь зрители

### ВЫВОДЫ КОМИССИИ ПО РАССЛЕДОВАНИЮ ТРАГЕДИИ 7 ОКТЯБРЯ



ответственность за этот провал, должен понести личную ответственность».

Председатель комиссии, судья в отставке Варда Альшейх, представляя выводы комиссии, отметила: «Ответственность, которую мы стремимся возложить, сбалансирована, беспристрастна и охватывает весь политический спектр. Следует подчеркнуть, что события 7 октября стали результатом процессов, тянувшихся как минимум два десятилетия».

Альшейх добавила: «Премьер-министр Биньямин Нетаниягу несёт ответственность в силу занимаемой им должности, особенно учитывая его долгий срок пребывания на посту. Он сыграл значительную роль в принятии решений, в том числе в рамках кабинета и Совета национальной

26 ноября гражданская комиссия по расследованию трагедии 7 октября 2023 года представила свои рекомендации на пресс-конференции в выставочном центре в Тель-Авиве («Ганей-тааруха»). Организаторы признали: «Мы не те, кто должен представлять отчёт о расследовании. Необходимо как можно скорее создать государственную следственную комиссию».

«Правительство Израиля не справилось с задачей обеспечения безопасности граждан страны», – заявляется в преамбуле отчёта, – «силовые структуры – ЦАХАЛ и ШАБАК – провалили свою основную миссию. Каждый, кто несёт

безопасности, которые избегали содержательных обсуждений. Он также способствовал укреплению концепции «тишина в обмен на деньги», заглушив критику в её адрес. Нетаниягу несёт ответственность и за решение не наносить упреждающий удар по ХАМАСу».

В отчёте в качестве ответственных за провал 7 октября также указаны Нафтали Беннет и Яир Лапид, которые продолжили поддерживать концепцию «тишина в обмен на деньги». Ответственность за события несут и начальники Генштаба, которые сократили военные силы вокруг сектора Газа.

Продолжение на стр.2

**К.В. 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

### חַנּוּכָּה בְּכַרְמִיָּאל

**סדנת הכנת לביבות וסופגניות לחנוכה כ - 10 דקות**

**19:00** | **16.12.24**  
מתנ"ס גבעת רם | יום שני ט"ו בכסלו תשפ"ה

**10:00** | **23.12.24**  
כיפלי אביב הובלח | ביום שני כ"ב בכסלו תשפ"ה  
"אישה בגליל"

דמי השתתפות 15 ש"ח | ניתן להירשם בלינק המצורף  
לפרטים תחום קהילה ומתנדבים 04-9094925

**כרמיאל. מרכז החיים בגליל**

רשת המתנ"סים כרמיאל מזמינה לסיור מודרך ברחובות העיר החדרית ולהדלקת נר שני של חנוכה

**קהילה מטיילת**  
**חג האורות בבני ברק**

**יום חמישי | 26.12.24**  
**כ"ה בכסלו תשפ"ה**

**יציאה: 14:00** מחניון עיריית כרמיאל  
**שעת חזרה משוערת: 21:00**

דמי השתתפות 150 ש"ח

ניתן להירשם בלינק המצורף  
לפרטים נוספים אתי שפרבר-רכזת "קהילה מטיילת" 050-4041322

**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 лучшее 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](mailto:optimist-gazeta@mail.ru)

## ВЫВОДЫ КОМИССИИ ПО РАССЛЕДОВАНИЮ

### ТРАГЕДИИ 7 ОКТЯБРЯ

Продолжение. Начало на стр.1

Министр обороны, начальник Генштаба и глава разведуправления АМАН ответственны за отсутствие готовности и за игнорирование угроз безопасности. ЦАХАЛ не смог дать оперативный ответ на предупреждения 6 и 7 октября. Руководство ЦАХАЛа ответственно за то, что важная информация не была вовремя передана подразделениям. Министры правительства ответственны за крах общественных структур после 7 октября.

В отчёте подчёркивается, что высокомерие стало одной из ключевых причин провала, приведшего к трагедии. Критике подвергнута концепция «тишина в обмен на деньги», в рамках которой Израиль передавал ХАМАСу средства из Катара, избегая крупных боевых операций против террористической организации. Ответственность за провал возложена как на политическое, так и на военное руководство.

«Высокомерие привело к тому, что ЦАХАЛ оказался не готов к масштабному вторжению боевиков ХАМАСа в Израиль, хотя об их планах было известно. Высокомерие и слепота заставили политическое руководство продолжать укреплять ХАМАС, избегая наступательных действий и полагаясь на иллюзорный мир за деньги, несмотря на явные угрозы. Всё это происходило без консультаций с ключевыми фигурами, такими, как, к примеру, глава Моссада», – говорится в отчёте.

Комиссия отметила неэффективность процессов принятия решений в сфере безопасности, указав, что министры получают недостаточную и неактуальную информацию. Подвергнута критике ослабленность Совета национальной безопасности и кабинета по политическим и военным

вопросам. «Заседания кабинета редки и нерегулярны, обсуждения поверхностны. Регулярные встречи премьер-министра с главой разведки АМАН в последние годы прекратились, что воспрепятствовало получению информации, необходимой для взвешенного принятия решений», – говорится в выводах комиссии.

«Этот отчёт – самый полный и значительный на тему трагедии 7 октября, но важно подчеркнуть, что он далёк от совершенства», – заявила глава комиссии, – «несмотря на 120 ключевых свидетельств и собранные материалы, некоторые лица отказались представить свою версию общественности. Это те, кто уклонился от правды и пытался помешать комиссии. Они потерпели неудачу. Однако самый важный вывод таков: необходимо создать государственную следственную комиссию».

Комиссия подчеркнула: «У этого тяжелейшего – с момента основания государства – провала есть причины и есть ответственные лица. Члены комиссии получили мандат от представителей семей погибших, но не только от них. Девять миллионов обвинителей не допустят повторения этой трагедии».

Комиссия, действующая без официальных полномочий, была сформирована по просьбе семей пострадавших в трагедии 7 октября. В её состав входят судья в отставке Варда Альшейх, бывший глава полиции Шломо Аронишки, генерал в отставке Эаль Бен-Реувен, бывший мэр Бейт-Шеана Рафи Бен-Шитрит, у которого погиб сын, а также бригадный генерал в отставке Йехудит Гарсиро.

*Таль Каспин, «Двар ха-овдим б'Эрец-Израэль»*

## ИЗРАИЛЬ ДОСТИГ ВПЕЧАТЛЯЮЩЕГО РЕЗУЛЬТАТА В МИРОВОМ РЕЙТИНГЕ УНИВЕРСИТЕТОВ

В Шанхайском академическом рейтинге три израильских вуза вошли в топ-100 мировых университетов. Это значительное достижение для израильской системы образования, особенно если учесть, что в подобных списках крайне мало университетов из европейских стран, меньших по размеру, чем Израиль. Лишь Дания, Норвегия, Финляндия и Швейцария – все с населением менее 10 миллионов человек – могут похвастаться более чем тремя университетами в топ-500. Однако целенаправленное ослабление государственной системы образования и чрезмерные инвестиции в религиозное и ультраортодоксальное образование ведут Израиль к статусу отсталой страны. Согласно опубликованным на прошлой неделе данным, Институт Вейцмана, Еврейский университет и Технион вошли в топ-100, а 11 их факультетов заняли позиции в топ-50 мировых (математика, химия, космическая инженерия, электронная инженерия, а также коммуникации и право). Технион занимает 11-е место среди технологических университетов мира. На первый взгляд, война не повлияла на рейтинг, но анализ показателей израильской образовательной системы свидетельствует, что в ближайшем будущем этим вузам будет крайне сложно оставаться в числе мировых лидеров. Помимо нарастающей утечки мозгов, академического бойкота, сокращения грантов и пожертвований, усиливается эрозия государственной образовательной системы, которая является основой успеха израильских академических учреждений на международной арене. Согласно данным министерства образования за 2022-2023 учебный год, с момента прихода к власти ультраортодоксального и религиозного правительства государство стало значительно больше вкладывать в религиозное образование, чем в светское, несмотря на то, что религиозные школы ещё до того получали самые большие ассигнования. За последние десять лет государственное финансирование учеников религиозных школ выросло на 67%, тогда как в светских школах рост составил лишь 51%.

В настоящее время, по данным министерства образования, на одного ученика в религиозных школах тратится 49 тысяч шекелей в год – на 36% больше, чем на ученика в светских школах. Неудивительно, что за последнее десятилетие в государственных школах резко сократилось число учащихся, которые сдают математику на пять единиц.

В целом отмечается значительное снижение числа выпускников с качественным аттестатом (пять единиц по

английскому, четыре или пять по математике с общим средним баллом выше 90). Ультраортодоксы отказываются изучать основные предметы и делают всё, чтобы и никто другой их не изучал. Все эти проблемы обострились и будут обостряться в светских школах из-за ультраортодоксального правительства, члены которого, такие, как министр финансов Бецалель Смотрич, открыто заявляют о своём намерении превратить Израиль в теократическое государство. Если в правительстве большинство поддерживает теократическое устройство страны (ведь даже члены «Ликуда», такие, как Шломо Караи, предпочитают теократию демократии), ослабление государственной образовательной системы становится одним из ключевых инструментов достижения этой цели. А ведь именно она – «жемчужина в короне» Израиля как демократического и либерального государства.

Восстановление государственной системы образования не обязательно требует крупных вложений. Примерно два года назад Университет Дьюка опубликовал интересное исследование о финансировании школ в США с 1980 года. Учёные выяснили, что инвестиции в повышение зарплат учителям, привлечение психологов и социальных работников в школы увеличивают успеваемость учеников примерно на 10% и снижают количество школьных отчислений почти на 10%.

Эти расходы на повышение качества человеческого капитала составляют всего 200-300 долларов на ученика. И они оказались намного эффективнее, чем дополнительные вложения в размере 4 тысяч долларов (!) на ученика в физическую инфраструктуру (например, классы или компьютеры). В прошлом году бывшие управляющие Банком Израиля Карнит Флуг и Яков Френкель говорили о необходимости укрепления экономической инфраструктуры, которая является ключом к национальной устойчивости. Наиважнейшая же человеческая инфраструктура – образованные и просвещённые граждане. Однако правительство даже не отреагировало на их слова, а министр образования от «Ликуда» Йоав Киш занят дешёвым популизмом ради голосов на праймериз, а не улучшением системы, за которую он несёт ответственность. Итог таков: пока правительство продолжает перераспределять ресурсы в пользу ультрарелигиозных и религиозно-националистических секторов, мы будем двигаться в сторону религиозного и отсталого государства (как все религиозные государства).

*Уриэль Даскаль, Walla*

## ОБЩИНА ВЫХОДЦЕВ ИЗ ЭФИОПИИ – ИЗРАИЛЬСКАЯ РЕАЛЬНОСТЬ



28 ноября израильские выходцы из Эфиопии празднуют Сигд – свой национально-религиозный праздник, который с 2008 года

признан государственным праздником для всех израильтян, и закон разрешает отмечаящим его израильтянам в этот день брать на работе выходной. Накануне праздника ЦСБ опубликовало подборку данных об этой израильской общине.

Сведений об эфиопской общине у ЦСБ сравнительно немного. Обычно израильские статистики вспоминают об «эфиопах» раз в год, как и сейчас, накануне общинного праздника Сигд. И это при том, что община – крупная: на конец 2023 года в Израиле проживали 172 тысячи «эфиопов», в том числе 94 тысячи родились в Эфиопии, а у остальных 78 тысяч, родившихся уже в Израиле, в Эфиопии родился хотя бы один из родителей. В 2023 году из Эфиопии в Израиль прибыли 1812 человек.

Почти две трети из них проживают в центральном (37%) и южном (24%) округах. Больше всего «эфиопов», около 13 тысяч, проживают в Нетании, далее следуют Ришон ле-Цион и Беэр-Шева – примерно по 10 тысяч. А город с наибольшей долей выходцев из Эфиопии, 14%, – Кирьят-Малахи. Далее следуют Кирьят-Гат, Афула, Ашкелон, Хадера, Нетания, Рамла и Кирьят-Ям: в каждом из этих городов на долю «эфиопов» приходится более 5% всех жителей.

Но это – по городам в целом. Между тем, есть городские районы, в которых на долю «эфиопов» приходится более половины жителей. Среди них Кирьят-Моше-Цафон в Реховоте – 56,4%, Паз в Кирьят-Гате и Рамат-Элиягу-Цафон в Ришон ле-Ционе.

Большинство – пожалуй, что, и подавляющее большинство – «эфиопов», 85%, вступают в брак с представителями своей общины, среди родившихся в Израиле – 76%. Это чрезвычайно высокий процент, свидетельствующий, пожалуй, о провале абсорбции представителей этой общины. Так или иначе, прочности брачных уз брак «со своими» не способствует: «эфиопы» разводятся почти вдвое чаще, чем израильские евреи в целом.

Уровень получения аттестатов зрелости, соответствующих требованиям университетов, среди выпускников эфиопского происхождения в последние годы демонстрирует рост, но всё ещё отстаёт от общеизраильского показателя – соответственно, 55 и 76%. Результат: спустя восемь лет после окончания школы к учёбе в ВУЗах приступили только 23% «эфиопов» – вдвое меньше, чем среди школьных выпускников в целом. При этом на долю «эфиопов», обучающихся на вторую академическую степень, приходится всего 0.9% всех студентов, а на третью – менее 0.2%.

*Третий Израиль?*

Доходы нетто средней семьи выходцев из Эфиопии составляют 14676 шекелей в месяц по сравнению со среднеизраильским показателем, равным 18237 шекелям, то есть примерно на 20% ниже. Расходы на одного члена семьи у «эфиопов» меньше примерно на 40%.

В 2023 году в министерстве социального обеспечения было зарегистрировано около 25.5 тысячи уроженцев Эфиопии (273 на 1000 человек) и около 20 тысяч уроженцев Израиля, чьи отцы родились в Эфиопии (261 на 1000 человек). Иными словами, более четверти представителей общины вынуждены полагаться на милость социальных служб.

На долю «эфиопов», включая представителей второго поколения, приходится всего 1.7% всех жителей Израиля, тем не менее, по данным за 2022 год, доля выходцев из Эфиопии среди всех еврейских и так называемых «других» жителей Израиля, привлекавшихся к суду – вчетверо выше, а среди несовершеннолетних – впятеро (соответственно 7.2 и 9.6%).

*Александр Казин, «Детали»*

## МУЖ ИЛИ ПАПА?

В идеальном мире мы могли бы вернуться в прошлое, получить от отца то, чего не хватило, вернуться, встретить своего мужчину и жить счастливо. Но, к сожалению, так не получится. К тому же ожидать от другого человека, что он изменится – плохая идея. Так что же делать, если изменений хочется, а вернуться в прошлое нельзя? И как не проигрывать этот сценарий в личной жизни?

Давайте для начала отвлечёмся от фигур отца и мужа – и обратимся к себе. Потому что достраивать отношения с отцом мы будем внутри себя. И это часто большая работа. Но вы точно можете начать её с этой статьи. Здесь будет много вопросов, но все ответы уже есть внутри вас.

### Найдите то, чего не хватило в отношениях с отцом.

Если мы что-то ищем, значит, мы это потеряли или никогда не имели, но всё-таки хотим получить. Так что же вы не получили от папы? Чего не хватило – и теперь там пустота?

Например, отец был постоянно занят, и вам не хватало его внимания. Представьте, он пришёл домой, сел рядом с вами, посмотрел в глаза, обнял, спросил, как дела. Что с вами? Какой себя ощущаете? Любимой, замеченной, нужной? Важно не только почувствовать, но и дать этому название, имя. Найдите своё. Это тот детский голод, который не был утолён тогда. И который всё ещё с вами.

Понаблюдайте за собой, не это ли вы ищете в отношениях? Поразмышляйте, где ещё это можно получать, кроме папы в прошлом и потенциального мужа сейчас? Даете ли вы сами себе то, в чём нуждаетесь? Замечаете себя, считаете нужной, заботитесь о себе, даже если отец этого

никогда не делал?

### Какие слова не получилось сказать отцу в прошлом?

Ещё мы в себе ищем то, что не получилось отдать, – слёзы, злость, боль, о которой никогда не говорили. Найдите эти чувства и дайте им слова.

Ребёнком не могли злиться? Злитесь сейчас. Не плакали? Дайте себе место и время для этого сегодня. Хотя бы просто вслух, когда вы одна. Если сложно говорить – пишите дневники, письма, рисуйте, танцуйте.

Не ставьте себе задачу получить ответ от отца, наладить диалог и так далее. Важно самой заметить свои чувства и дать им протечь внутри. Эти переживания годами были в заточении и прорывались как могли – в постоянных размышлениях об отношениях с отцом или болезнях и болях в теле. Или в поиске мужчины, похожего на отца, чтобы хоть так, но получить шанс поговорить.

Любое отношение отца ребёнок воспринимает как любовь. Для нас любовью было то, как относились к нам родители. Ребёнком мы не оценивали, хорошо это или плохо. Просто любовь – это вот так. Даже если отец не разговаривал неделями из-за опоздания домой с прогулки. Или если его единственной фразой после командировки была «покажи дневник». Только взрослыми мы можем критически посмотреть на способы проявления отцом его любви. И никто не хочет себе плохого. Можно просто не знать, что бывает по-другому. У психики нет опыта хорошего, и ей спокойнее оставаться в плохом, но знакомом.

Задайте себе вопрос: «Я правда хочу такой любви, какую

давал мне отец? Или сейчас мне такое не подходит?». Тогда следующим вопросом будет: «Какие отношения я хочу сейчас?». И это то место, с которого уже можно строить отношения с мужчиной по-другому.

**На чём мы сфокусированы, что ищем, то и видим вокруг.** Именно это становится главным, всё остальное – только фон. Поэтому сильная сконцентрированность на отце и отношениях с ним мешает «увидеть» мужчину рядом. И он с его личными качествами, опытом, желаниями исчезает, растворяется, а на его место становится образ папы. Такой, каким он был или каким мы бы хотели его видеть.

Получается, что отношения мы строим не с живым мужчиной рядом, а с призрачным образом отца, который видит наша психика. Наша задача – научиться замечать это за собой, возвращаться в реальность, разлеплять чувства к отцу и отношений с ним от чувств и отношений с мужчиной.

То, какими отцы были с нами в детстве, навсегда в нас. Это опыт, который невозможно из себя достать. Мы будем вспоминать и радоваться хорошему, грустить и оплакивать плохое. Но сейчас мы можем опереться на своё прошлое, чтобы лучше понять себя и свои желания. Взять столько ценного, сколько его было. Увидеть в своём прошлом то, что точно нам не подходит и к чему мы не хотим возвращаться в настоящем. Отделиться от своих детских отношений с отцом, чтобы пробовать строить новые. С самим отцом, с мужчинами и с самой собой.

Влада Кудряшова

## СПОСОБЫ ЗАЩИТЫ ОТ КРИТИКИ НАШЕГО ТЕЛА И ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ

Под видом дружелюбного отношения или желания позаботиться нам может прилететь немало критики, непрошенных советов, приказов, обвинений и оценочных суждений об образе тела, пищевом поведении. Это чревато ростом тревожности и даже может провоцировать РПП (расстройства пищевого поведения). Как своевременно распознать нарушение личных границ и защититься от нежелательных комментариев на тему телесности?

### Токсичные интервенции:

1. **Напоминания без запроса.** «Ты ведь худеешь, значит...», «ты ведь планировала не ужинать, и вот...», «ты же была на диете, а ешь...»

Почему это нарушение границ? Обычно такой комментарий, даже сделанный «из лучших побуждений», подспудно транслирует идеи:

«Ты сама не справишься, поэтому я тебе буду «помогать», «Сейчас ты не окей, и я тебе буду об этом напоминать».

2. **Советы и указания.** «Займись уже наконец своим весом!», «поешь лучше салат, а не пиццу», «советую тебе отказаться от десерта», «лучше пока не носи это платье, наденешь его, когда скинешь пару кг».

Почему это нарушение границ? Если этот человек не ваш коуч по питанию, то его не касается, что и как вы едите, это ваше дело. Такие советы могут вызывать чувство стыда и вины, повышать тревожность, понижать вашу уверенность и компетентность, ведь только вы на самом деле знаете, какая еда сейчас нужна вашему телу.

3. **Скрытая и открытая критика.** «То, как ты располнела, – просто ужасно», «ты поправилась, и тебе это не идёт», «не могу смотреть, как ты ешь пончики».

Почему это нарушение границ? Никто не имеет права критиковать вас без запроса. Даже если человек это объясняет тревогой за вас, его тревога – это его проблема. Критика без запроса – всегда злонамеренное действие.

4. **Предсказания.** «Продолжишь так питаться, будешь всю жизнь страдать от лишнего веса», «с такой попой замуж тебя не возьмут».

Почему это нарушение границ? Потому что никто из нас не видит будущее, и, получая такие «пророчества» от собеседника, мы получаем «инъекцию» тревоги или безысходности.

5. **Гиперобобщения, запугивания.** «У всех, кто любит конфеты, диабет», «ты вот никогда не можешь обойтись без десерта».

Почему это нарушение границ? Гиперобобщения создают ложное представление о реальности и подрывают вашу уверенность в собственных выборах. Они могут вызвать страх и тревогу, заставляя думать, что ваше поведение



предопределено.

6. **Оценки, в том числе под видом фактов.** «Ты так сильно похудела, уже некрасиво», «выглядишь хуже, чем месяц назад, ты что, поправилась?»

Почему это нарушение границ? Никакого права на «свободу слова» в том, что касается вас лично, быть не может, пока вы об этом не попросите. Такие комментарии создают ощущение давления, необходимости соответствовать чужим стандартам.

7. **«Комплименты».** «Хорошо, что ты немного поправилась, – лицо лучше выглядит, морщин меньше». «Здорово, что ты взялась за себя и сбросила пару кг, а то было совсем не очень».

Почему это нарушение границ? Такие «комплименты» скрывают критику и заставляют чувствовать себя некомфортно. При этом увидеть двойное дно и тем более указать на него «доброжелателю» бывает непросто.

8. **Манипуляции.** «Если не похудеешь, то...», «я прошу тебя сесть на диету, а если ты этого не делаешь, значит, тебе плевать на меня и мои просьбы», «дарю тебе абонемент в спортзал – и если ты не тряпка, то будешь ходить каждый день», «сможешь не есть сладкое всю неделю – куплю тебе новое платье».

Почему это нарушение границ? Манипуляции заставляют ощущать ответственность за чужие эмоции и ожидания. Они лишают вас выбора и свободы, создавая ощущение, что ваши потребности не имеют значения.

9. **Поучения.** «Не бери картошку на гарнир, лучше салат, так меньше в бока отложится», «вместо конфетки лучше на пробежку выйди – тоже успокаивает».

Почему это нарушение границ? Таким образом человек пытается вас контролировать, а заодно выражает недовольство вашим внешним видом.

10. **Пристыживание, обвинения.** «Как ты можешь снова

есть пиццу, мы же договаривались, что ты будешь худеть!», «утебя совсем нет силы воли, поэтому ты опять поела в 9 вечера!»

Почему это нарушение границ? Подобная тактика приведёт только к негативным эмоциям и усилит чувство стыда и вины, что в итоге может ухудшить ваши отношения с едой и своим телом.

11. **Прямое влияние на ваше пищевое поведение.** «Не ешь после 18:00! Это вредно!» «Я купил тебе еду на неделю, чтобы ты не ела всякие гадости!»

Почему это нарушение границ? Такой подход лишает свободы выбора и контроля над своим телом. Это создаёт зависимость от мнения других и снижает способность самостоятельно принимать решения.

**Как распознать и обезвредить нежелательные комментарии о нашей телесности и пищевом поведении?**

1. Определите для себя собственные границы – что можно и что нельзя комментировать. Ориентируйтесь только на собственные чувства: если от чьих-то слов о вашем теле, фигуре и пищевом поведении вы чувствуете стыд, смущение, вину, тревогу – значит, эти комментарии травматичны и нарушают границы.

2. Решите для себя, что те комментарии, которые вы определили, как «со мной так нельзя», и правда токсичны для вас. Не вы слишком чувствительны и ранимы, а комментарии – ранящие и травматичные.

3. Обозначьте свои границы в контакте с теми, кто их нарушает. Здесь важно быть уверенной: «Могу я попросить тебя не комментировать мой вес?»

4. Возможно, ваш визави не будет готов сразу отказаться от своего поведения, тогда он предложит свои аргументы, например: «Я беспокоюсь о тебе, поэтому слежу, чтобы ты не ела много шоколада».

5. Будьте стойкими. Используйте принцип «заезженной пластинки» – снова обозначайте свои границы, чтобы вас наконец услышали и поняли.

6. Вводите «санкции». Если, несмотря на договорённость и напоминания, вас не слышат, скажите: «Я уже не раз просила тебя не указывать мне, что мне есть, а ты продолжаешь, хотя мы договаривались, что ты остановишься. Мне грустно, что ты меня не слышишь и не соблюдаешь наши договорённости. В следующий раз, если ты вновь позволишь себе непрошенные советы в мою сторону, я прерву нашу совместную трапезу (или выберу не ужинать больше вместе)». Скажи, ты услышал меня?»..

Е. Гуревич

## ЧЕМ ЗАКОНЧИЛСЯ САМЫЙ СЕКРЕТНЫЙ ПРОЕКТ 1960-Х «ЛЕДЯНОЙ ЧЕРВЬ»



В напряжённые дни Холодной войны, когда соперничество между двумя ядерными державами СССР и США неуклонно нарастало, американцами был запущен сверхсекретный проект, получивший название «Ледяной червь». Согласно этому проекту, под ледяными просторами Гренландии развернулось масштабное строительство военного объекта, сооружения которого больше напоминали декорации к шпионскому фильму о Джеймсе Бонде. И хотя создание скрытой подо льдом ядерной базы, способной запускать межконтинентальные баллистические ракеты, в те годы было вполне реальным, с годами она превратилась в токсичные руины, представляющие серьёзную угрозу для окружающей среды.

Этот грандиозный проект был задуман в 1950-х, в разгар Холодной войны, после того, как США и Дания подписали соглашение о защите Гренландии, позволяющее членам НАТО использовать этот остров в военных целях. Строительство военной базы, предназначавшейся для размещения ядерного оружия, началось приблизительно в 1959 году и проходило в режиме максимальной секретности под предлогом строительства научно-исследовательского центра. Даже правительство Дании не было полностью проинформировано о сути проекта «Ледяной червь». Объект был настолько засекречен, что о его истинном предназначении мир узнал только спустя 36 лет, когда датское парламентское расследование опубликовало соответствующие

документы. Оказалось, что целью строительства были вовсе не научные исследования, а создание ядерной ракетной базы, скрытой подо льдами Гренландии.

По проекту эта база должна была включать множество стартовых площадок, туннелей и ракетных шахт, соединённых между собой подземным железнодорожным сообщением. Там могло быть размещено до 600 ядерных ракет одновременно, которые должны были постоянно перемещаться между 2100 шахтами, расположенными на площади около 84 тысяч квадратных километров, что затрудняло бы их обнаружение и обеспечивало бы Соединённым Штатам стратегическое преимущество в ходе ядерной войны. Проект «Ледяной червь» требовал гениальных инженерных разработок и стоил колоссальных денег, но правительство США посчитало, что он того стоит.

Когда американцы подписывали соглашение о строительстве объекта с правительством Дании, они представили его как научно-исследовательский центр, который будет заниматься проведением научных экспериментов в условиях вечной мерзлоты и проверять эффективность портативного ядерного реактора. Кроме того, одной из основных задач проекта было представлено тестирование различных методов строительства в условиях острова, практически полностью покрытого ледяной шапкой.

В некоторой степени эти задачи в первые годы решались. Строительство действительно началось с подземного минигорода, который предназначался для временного проживания исследователей и был рассчитан на 200 человек. Но, помимо учёных, там жили и военные, которые выполняли свои задачи. В подземных туннелях были сооружены сборные дома, в которых размещались жилые и офисные помещения, лаборатории, магазины, больница и даже церковь. Там были проведены первые в мире испытания портативного ядерного реактора, обеспечивающего подземный город электроэнергией на протяжении трёх лет.

В лабораториях подземного города начали работать учёные, занимающиеся исследованием тающих ледников на наличие микробов, но на самом деле это было всего лишь

прикрытием для решения более грандиозных задач. С первых дней учёные и инженеры неустанно трудились над обеспечением стабильности сооружений в расчёте на долгосрочную перспективу. За первые годы строительства во льдах Гренландии, помимо подземного города, были тайно вырыты 20 траншей общей протяжённостью около трёх километров, а также несколько шахт для размещения ядерных ракет, но до оборудования стартовых площадок и установки ракет дело не дошло. Примерно через три года стало понятно, что ледяной покров Гренландии не настолько стабилен, как предполагалось вначале, а пласты льда и снега перемещаются и деформируются намного быстрее, чем ожидалось ранее. Учёные предупредили, что вырытые во льду туннели могут быть подвержены разрушению в течение двух-трёх лет после завершения их строительства.

Словно в подтверждение их расчётам в 1962 году случилась первая авария – потолок реакторного помещения дал трещину и начал провисать, его пришлось срочно укреплять, чтобы он не упал на реактор. После этого было принято решение демонтировать реактор и эвакуировать людей из подземного городка. В 1967 году проект «Ледяной червь» был закрыт, а построенные к тому времени подземные сооружения просто законсервированы. Инженеры полагали, что все постройки будут со временем полностью поглощены льдом, унеся с собой тайну истинного предназначения подземного города. Однако всё пошло не по плану.

Из подземного города было вывезено только самое необходимое, включая ядро ядерного реактора, но там осталось множество опасных радиоактивных отходов, бочки с жидким топливом и тысячи литров отходов человеческой жизнедеятельности. Десятилетия спустя в условиях изменения климата и таяния ледников это стало серьёзной проблемой. Учёные считают, что великолепные пейзажи Гренландии вскоре могут претерпеть серьёзные изменения, а радиоактивные и токсичные вещества, которые могут выйти на поверхность из подземного города и попасть в океан, нанесут колоссальный ущерб экологии нашей планеты.

## СОНГТЭО ИЛИ ТАЙСКИЙ ТРАМВАЙ

В середине 1970-х талантливые и гостеприимные тайцы создадут футуристическую версию «тук-тука» и назовут этот вид транспорта «сонгтэо» (на тайском это означает буквально «два ряда»). Позже «сонгтэо» появятся и в соседних странах этого региона, но национальным в широком смысле он может считаться именно в Таиланде. К 1987 году «сонгтэо» будут курсировать внутри городов и посёлков всей территории королевства – от Чиангмая на севере, до Пхукета и другого островного Таиланда на юге.

Сонгтэо представляет собой пикап или малогабаритный грузовик, кузов которого адаптирован под пассажирские перевозки. Сияющая на солнце хромированная крыша, достаточно высокая для путешествий внутри сонгтэо стоя, открытое боковое пространство, необходимое количество поручней для пассажиров, и сзади умиляющая деталь – порожек, чем-то напоминающий трамвайную подножку, заботливо продуманную для тех, кто любит во время поездки провожать глазами убегающую от взгляда дорогу. И, кстати, не так уж это экстремально, как может показаться на первый взгляд – ехать стоя на подножке. Обязательно попробуйте и убедитесь сами.

Внутри салона две мягкие лавочки – одна напротив другой. Такое их расположение также не случайно указывает на дружелюбный и коммуникативный характер тайцев. Сев в «сонгтэо», в особенности на островной территории Сиама, не отворачивайте голову и не плюйте в потолок по старой доброй русской привычке. Здесь не ругают политиков и не жалуются на дороговизну и низкие зарплаты. Даже самые бедные тайцы выглядят вполне счастливыми людьми, и, если ни вы, ни они не говорите на универсальном английском, как минимум, вам душевно улыбнутся и с вами поздороваются. Выходцы из Австралии, Канады, США, европейцы, которых вы тоже часто можете встретить в сонгтэо, – не менее дружелюбны и приветливы, чем тайцы. Знаете хоть пару слов на английском, с вами познакомятся и обязательно втянут в беседу о самом прекрасном месте на Земле – Таиланде. Ещё бы, почему бы и не поделиться



искренним восторгом от рая наяву?

Ещё одно колоритное отличие общественного транспорта в Таиланде – здесь нет столь привычных для большинства из нас

остановок и кондукторов. Внутри пассажирского кузова вдоль поручней и крыши прикреплены кнопки со звончком, так – чтобы сидящему в любом конце салона не приходилось тянуться. Когда вы хотите выйти – просто нажимаете на кнопку, и водитель останавливается. Затем выходите и идёте к кабине водителя заплатить за проезд. Путешествуют водители обычно с кем-то из родственников или просто с друзьями.

Неизвестно практически ни одного случая, чтобы кто-то старался уклониться от символической платы (проезд в сонгтэо очень дешёвый, обычно около 10 батт; даже если расстояние значительное), а за это вам улыбнутся и скажут своё солнечное «капхун каап». Даже если вы профессиональный «заяц», поверьте, здесь даже импульса к подобному не возникнет. Всё в Таиланде располагает к доброте и взаимоуважению. Ещё одно свидетельство того, что коммунизм, может быть, и призрак, но рай явственен. Водители сонгтэо водят порой не менее резво, чем тук-тукеры, но в авариях замечены не были. По утрам или днём, особенно в небольших населённых пунктах, вы можете увидеть белые рубашки и цветные ранцы школьников, которыми наполнен сонгтэо. Дети дружно и весело едут вместе на учёбу.

Сама идея, как и все гениальные идеи, лежала в буквальном смысле слова под ногами. А если быть совсем точными – ездил по дороге. Дело в том, что Таиланд – второй по величине в мире производитель пикапов. Здесь они доступны и популярны очень давно.

В период между 1987 и 1996 годами пикапы составили 58

процентов от всех проданных в стране автомобилей. При этом королевство является вторым по величине рынком в мире по продаже пикапов после США. На заметку: в течение 2011 года в Таиланде в общей сложности было изготовлено 893988 пикапов, в то время как продажи на внутреннем рынке достигли 328219 единиц. И преобразованные пикапы в Songthaew («двухрядный микроавтобус»), образующий основу общественного транспорта, составили 37 процентов от общей доли рынка.

Кому первому пришла в голову идея переделать пикап в общественный транспорт, каким его знают вот уже около четырёх десятков лет – история умалчивает. У тайцев достаточно легенд и народных мудростей, которыми они охотно делятся с любопытствующими. Но на вопрос о сонгтэо они лишь смущённо улыбаются, говоря о нём так – как будто он был всегда. А в чём-то они правы. К хорошему привыкаешь быстро, и уже не представляешь того, что этого когда-то и не существовало. Безусловно, это не искоренило наличие тук-туков в королевстве, в том числе и в Бангкоке, но сделало передвижение по Таиланду более комфортным и дешёвым. Правда, в популярных туристических районах сонгтэо часто используют и как такси, и в этом случае цена вопроса известна только по исходу переговоров и ваших пожеланий. Его можно брать в аренду на несколько часов, на весь день или для того, чтобы доехать от места до места. Кстати, сонгтэо туристы часто называют тук-туком. Такую ошибку в своих рассказах допускают гиды, после чего все гости страны подхватывают это смешное и легко запоминающееся слово.

Songthaew курсируют и вдоль пляжей, как внутри городов, так и между городами и деревнями (к примеру, Убон Ратчатхани – Ubon Ratchathani). Одна безделица только порой важна – понять, в какую сторону движется сонгтэо, который вы остановили, и ваш ли это маршрут. Практически во всех регионах Таиланда, в каждом посёлке и в каждом городе, маршруты различаются по цветам. Это облегчает задачу выбора правильного направления.

## «ПЕРЕВОЗЧИК ДУШ»



В конце осени мировой кинопрокат традиционно заполняют хорроры – удачные и не очень. «Улыбка 2», «Еретик», «Хищные земли», «Замри», «Астрал. Медиум», «Ужасающий 3» – лишь малая часть того, что припасли прокатные компании для зрителей. Мистический триллер «Перевозчик душ» на фоне остальных выделялся лишь примечательным звёздным кастом – роль злодея в фильме сыграл британец Ник Фрост.

Комедиант и постоянный экранный партнёр Саймона Пегга наиболее известен по таким фильмам, как «Рок-волна», «Типа крутые легавые», «Зомби по имени Шон», и сериалу «Книжный магазин Блэка». Подобно Хью Гранту в «Еретике», Фрост примеряет не самое привычное для себя амплуа, однако делает это куда менее тонко и остроумно.

Сюжет «Перевозчика душ» вращается вокруг молодой пары: Энн (Синнэве Карлсон) и Патрик (Джордж Букари) садятся в ночное такси после неприятного вечера в компании с друзьями. Не так давно влюблённые пережили длительную размолвку и до сих пор не смогли окончательно склеить отношения. Энн не уверена, что хочет снова съезжаться, но Патрик упорно на неё давит – напряжённый разговор продолжается в такси, водителем которого оказывается большой, на первый взгляд добродушный мужчина (Ник Фрост). После пары километров пути дружелюбие водителя окончательно растворяется, ему на смену приходит тихая ярость. Энн и Патрик оказываются в заложниках непредсказуемого человека, который находится под

влиянием тёмных сил.

Режиссёром «Перевозчика душ» выступил Брюс Гудисон, автор бесцветных медицинских процедуралов «Доктор Фостер» и «Безмолвный свидетель». Сценарий к фильму написала его коллега Вирджиния Гилберт в соавторстве с самим Ником Фростом, который решил добавить что-то от себя к персонажу таксиста-маньяка. Концептуально «Перевозчик душ» во многом вторит недавнему «Еретик» – это неторопливый, преимущественно разговорный триллер с элементами мистики. Впрочем, злодей у Фроста явно не из интеллектуальной среды – за образом примерного семьянина скрывается, в общем-то, довольно ординарный психопат, с неконтролируемыми приступами агрессии и признаками параноидальной шизофрении.

Основная часть действия «Перевозчика душ» разворачивается в кабине старомодного кэба, где главные герои коротают время с преступником. Мотивы таксиста максимально непрозрачны, единственное, что его заботит, – физическое состояние Энн, которая, по его убеждениям, беременна. Для девушки, находящейся в абьюзивных отношениях с партнёром, эта поездка превращается в настоящее психологическое чистилище. Находясь между двух агрессоров, она в конечном счёте выбирает себя. Однако тёмным силам это только на руку.

Не имея особого опыта в пугающем жанре, Гудисон,



Гилберт и Фрост создают историю, которая не то чтобы увлекает. Материал, заложенный в основу сценария «Перевозчика душ», отлично подошёл бы для короткометражки. В рамках полуторачасового фильма страшилка об одержимом таксисте изживает себя на двадцатой минуте, всё остальное время сюжет банально топчется на месте в ожидании кульминации. Скромный бюджет «Перевозчика душ» существенно ограничивает создателей в использовании спецэффектов, а те, что в итоге появляются в кадре, не отличаются качеством и изобретательностью. Недостаток оригинальности – основная и самая очевидная проблема хоррора, который ничего, кроме колоритного злодея, предложить не может.

Впрочем, один скромный плюс у «Перевозчика душ» всё-таки имеется. Оператор Адам Этерингтон («Полдарк», «Отбросы», «Открытие ведьм») не балует зрителей разнообразием планов, но композиции выстраивает по-настоящему завораживающие, тонко передавая настроение каждого кадра. Отдельного внимания заслуживает его работа с захватом движения в третьем акте – в сцене, когда герои фильма впервые покидают кабину автомобиля и попадают в дом маньяка. Увы, эти небольшие технические особенности не способны спасти «Перевозчика душ» от безоговорочного провала. В период, когда жанр хоррора находится на пике популярности, картины подобного порядка могут скорее пополнить списки главных разочарований жанра, нежели вызывать положительный отклик (даже у фанатов Ника Фроста).

Оля Смолина

## «ДОРОГОЙ САНТА»



Лиам (Роберт Тимоти Смит) – добродушный и застенчивый мальчик, у которого проблемы с поиском друзей. А ещё семейный союз трещит по швам, ведь его родители (Брианна Хоуи и Хэйз МакАртур) постоянно ругаются, даже когда наряжают рождественскую ёлку. Мальчик записывает список желаний и отправляет письмо

Санте – вот только дислексия играет злую шутку с Лиамом: он вместо Санты отправляет письмо Сатане (Джек Блэк). Вскоре адский властелин появляется самолично и предлагает мальчику загадать три желания – сделка для Лиамы начинается с желания добиться взаимности от одноклассницы Эммы (Кай Чех).

До Рождества примерно месяц, но Paramount+ торопятся украсить кинематографическую ёлку. Главным элементом декора стало возвращение братского дуэта Фаррелли: Питер и Бобби сделали себе имя в 1990-х, поставив искромётную комедию «Тупой и ещё тупее», а затем и другой знаменательный фильм с Джимом Керри – «Я, снова я и Ирэн». В последнее время тандему не везёт с комедиями, а вот Питеру обособление пошло на пользу – пять лет назад режиссёр и сценарист обзавёлся «Оскарами» за «Зелёную книгу». Теперь братья снова вместе на пути к реабилитации в жанре – аккуратно к рождественскому столу. Много времени для сочинения комедии не потребовалось – достаточно было вспомнить, что слова «Санта» и «Сатана» содержат одинаковые буквы, и потенциальный сюжет всплывает сам.

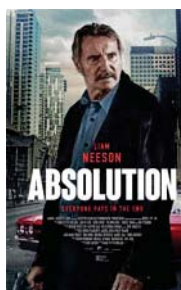
Как говорил Эдгар Аллан По, «нехватка одной запятой часто превращает аксиому в парадокс, а сарказм – в проповедь». Примерно по такой же схеме работает и новоиспечённая комедия с Джеком Блэком в образе бесовского князя и искусствителя. Достаточно ошибиться – и вместо доброго деда с бородой придёт злой с рогами.

«Дорогой Санта» – наивная комедия с небольшим заделом на рассуждение на вечную тему. При просмотре то и дело вспоминается гётевский «Фауст»: нелепый Сатана в исполнении Блэка заключает с мальчиком договор, то и дело пытая ребёнка тремя заветными желаниями. Фантазийную убедительность убивает один простой факт: Блэк – душка, даже переодеваясь в одежду какого-нибудь князя тьмы и рисуя на лице коварную улыбку, он всё равно продолжает выглядеть добродушным. Наверное, было бы более резонно, сыграй Блэк Санту – без экивоков, как Курт Рассел в «Рождественских хрониках».

Привлекают аудиторию не одним лишь Блэком – в качестве сюрприза появляется даже Пост Малон, на концерт которого приходит мальчик вместе с дружной компанией. Главное усложнение в сюжете – не столько договор со злом и даже не вопрос первой юношеской влюблённости, сколько конфликт с родителями. В этом есть что-то забавное: взрослые отправляют сына к детскому психологу, так как сын большую часть времени рассказывает о своей встрече с Сатаной, который круто повернул его жизнь, – чем не материал для жуткого оккультного хоррора?

В один момент Фаррелли нажимают на скабрёзности и

## «ПРОФЕССИОНАЛ»



Новый фильм Ганса Петтера Муланда позиционируется как «очередной боевик с Нисоном» – об этбм кричат и прокатное название «Профессионал», и описание сюжета, и, конечно, свирепая физиономия Лиамы Нисона со шпалером в руке на постере. Но не верьте лукавым прокатчикам – картина оказалась тяжёлой, депрессивной и, что греха таить, довольно занудной криминальной драмой об отпущении грехов (как, собственно, фильм и называется в оригинале).

Видали мы, конечно, описания фильмов, призванные шпионов обмануть. Но тут наши локализаторы превзошли самих себя! Только одно там правда: пожилой безымянный герой, в титрах названный просто Бандитом (Лиам Нисон), тридцать лет «проработавший» мелким решалой, действи-

тельно жаждет восстановить отношения со взрослой дочерью Дэйзи (Фрэнки Шоу). Но раскаяние приходит не просто так, оно вызвано роковым диагнозом врачей: неизлечимое заболевание мозга, следствие славного боксёрского прошлого. Что же касается того, что герой «решает оставить криминал, а преступный мир не намерен отпускать его», то тут всё с точностью до наоборот. Бандит и рад бы продолжить «службу», но босс Чарли Коннер (Рон Перлман) и его мерзкий сынок Кайл (Дэниел Димер) готовы сбросить старпёра с провалами в памяти со счетов, в лучшем случае уволить без выходного пособия, а в худшем – просто шлёпнуть. И лишь осознав это, Бандит наконец решает выйти на тропу войны. На сей раз Муланд выбрал манеру повествования, соответствующую меткому выражению безымянной подруги героя (Йолонда Росс) – «струйка бензина очень тихо ползёт к огню»; вяло развивающееся

туалетные шутки (например, Сатана наводит кишечный недуг на ворчливого школьного учителя), да и это скорее лишь напоминание об авторском кредо – братья Фаррелли, может, и немного выдохлись, но своего стиля по-прежнему придерживаются.

Кто, в самом деле, в 2024 году ждёт от комедии сенсации, срыва жанровых покровов или даже повторения успеха «Тупого и ещё тупее»?! Балансируя на грани чудаковатого фэнтези и семейной комедии, «Дорогой Санта» собирает все тропы рождественского кино и любезно их развешивает, как носки над камином: трещащий семейный союз должен укрепиться, ошибки будут прощены, а мечты ребёнка получат наглядное воплощение. Самая, пожалуй, остроумная находка Фаррелли, что в какой-то момент мы даже забываем, что в фильме нет Санта-Клауса, а есть адский искусствитель с рогами. От перестановки сущностей значение не сильно меняется: даже со здешним Мефистофелем вполне можно выстроить сказочный антураж, а празднику – быть. Конечно, ленте не суждено закрепиться даже в библиотеке почётных рождественских комедий, но «Дорогой Санта» – фильм лёгкий и воздушный, даже и близко не задирает нос. Если вы ищете праздничного компаньона по ту сторону экрана, то Джек Блэк будет не самым плохим вариантом.

К. Мышкин



**БОГДАН ГАЛИНА.** Творческий псевдоним Лина Богданова, родилась в городе Берёза Брестской области Беларуси, в семье военного лётчика. Закончила факультет математики Гродненского государственного университета им. Янки Купалы (Беларусь). Более 40 лет работает в школе – учителем, заместителем директора, координатором проектной деятельности.

Является членом Союза писателей Беларуси, Союза писателей Союзного государства, Интернационального Союза писателей (ИСП). Автор более 200 публикаций в газетах, журналах, сборниках, а также 43 книг, вышедших на гонорарной основе в республиканских издательствах Беларуси «Беларусь», «Народная асвета», «Четыре четверти».

Лауреат и дипломант республиканских и международных литературных конкурсов. В том числе: «Первая глава», «Добрая лира», «Триумф короткого сюжета» (8 дипломов), «Десятая планета», «Мой лучший сценарий», «Пушкинский конкурс», «Конкурс имени Уолта Уитмена», «Золотое перо Руси» и других. Пишет для детей и для взрослых. Особой популярностью у читателей пользуются авторская серия интерактивных рассказов для подростков «В контакте» (издательство «Народная асвета»), а также рассказы о пенсионерах, публикуемые в ряде белорусских, азербайджанских и российских журналов.

### Ноябрьская радуга

– Ойййй! – ахнула девушка. – Какая красота!  
– Красота у меня ты! – рассмеялся парень, заключая её в объятия. – А это... просто редкое климатическое явление. Ноябрьская радуга.  
– Не красота, – выдохнула девушка, – восторг!  
Её восхищение было искренним: серые ветки, серое небо, серая куртка Артёма – и вознесённая над серостью мира подкова радуги. Главная примета её счастья. Позже Лана «увековечила» свои впечатления в гобелене, который принёс ей известность. Вот только счастье сменило своё направление: из ожидаемо семейного стало успешно-профессиональным. Артём затерялся в лабиринте жизненных дорог. Его примеру последовал Костик. Потом Егор.  
А известная и очень востребованная художница всю жизнь жалела, что не уберегла тот самый гобелен с радугой:  
– Наверное, в нём моё женское счастье осталось. Вместе с восторгом и радостью.  
– Ну, на одном восторге не проживёшь, – успокаивали художницу её подруги. – С милым рай, может, и в шалаше случается. А без милого желательнее в отдельной квартире жить. Так что, пока принц твой нужную дорогу ищет, наслаждайся, чем Бог послал. И Лана наслаждалась. Уютной двушкой в тихом центре. Милыми женскими междусобойчиками. Путешествиями. Вкусной едой и красивой одеждой. И любимым делом. Когда тебе за сорок, можно и довольствоваться малым. А когда под пятьдесят...  
\*\*\*

День выдался холодным и ветреным. Ноябрь – тут уж либо терпи, либо уезжай в тёплые страны. Лана готовила выставку. Носилась по залам диковинной заморской птиц: рыжие волосы, юбка расцветки павлиньего пера, малахитового шёлка блуза, голубая шаль.  
Лаконизм выставочного пространства выгодно оттенял яркий образ художницы. И сдержанный, в полутонах колорит её творений. Вот только ценителей не собралось. Выставка открывалась завтра.  
Лана накинула серое пальто. Вышла в осеннюю мглу. Свернула за угол. И замерла на месте.  
Между домами, сквозь линии проводов и фонарных столбов, подсвеченная уходящим в закат солнцем поднималась радуга. Непостижимо прекрасная. Пронзительно чувственная.  
– Всю жизнь ждал... – выдохнул кто-то за Ланиной спиной.  
– И я... – шепнула она в ответ, – ... как мне тебя не хватало...  
– Ты обо мне? – магию момента нарушил возникший на горизонте мужчина.  
– Нет, о ней...  
– А... редчайшее климатическое явление. Только я о другом... о жар-птице, которую когда-то потерял. И потом искал... всю жизнь...  
– Артём?  
– Не забыла? А я и не пытался. Как насчёт второго дубля?  
Лана подняла глаза в небо. Зацепилась взглядом за переливчатую дугу. И загадала желание.

### Долгое лето Анны Ильиничны

Анне всегда лета не хватало, а уж когда до почтенных лет дожила – хоть волком вой. Обострялись хвори с наступлением холодов и слякотей. Что только не делала – одно залечит немножко, второе проклёвывается. Эффекта от двух недель на тёплом море хватало до сентября. А там организм возвращался к старым привычкам.  
– Ну и продляли бы себе лето, – посоветовала участковая терапевтша.  
– Это как?  
– Очень просто. К чему летом по курортам мотаться? Летом и дома тепло. С мая до сентября на даче приятное с полезным сочетайте. А осенью о тёплых морях вспомнить можно.  
– Так ведь и там холода... – начала было Анна Ильинична. И поняла, какие моря имела в виду докторша. Вздохнула: – так ведь дорого...  
– Ой, не намного дороже вашей любимой Затоки. А с Кавказом вполне сопоставимо, – скривила губки собеседница, подписывая рецепт нового действенного средства. – Горящие путёвки бывают. Раннее бронирование выгодно очень. Вы разок попробуйте, сами убедитесь.  
И Анна Ильинична загорелась. Обратилась к сыну за помощью. Тот поддержал:  
– Давно пора, мамуля, свет повидать. Мы в ноябре в Египет собираемся. Давай с нами.

Деньги на путёвку дало репетиторство – опытная учительница английского натаскивала учеников к тестированию. К тому же в турагентстве скидку дали на большую компанию. А сын пообещал маленькие капризы оплатить. Предложил бартер:  
– Ты вечерами с внуками сидишь, а мы с Олей гуляем.

Анна Ильинична обрадовалась: всё лучше, чем одной вечера коротать. Бабушкины вечера внучатам пришлись по вкусу. Дома они наперебой рассказывали об увлекательных прогулках, поздних купаниях, весёлых уроках английского.

Пиар получился удачным. Старшая дочь попросила матушку сопроводить и их заграничный вояж. Февраль пролетел незаметно. А Вьетнам Анне Ильиничне очень понравился. Да обошёлся всего-ничего – дочь взяла на себя оплату дороги. И повелось. Слава курортной бабушки облетела на только родню. За детьми пошли племянники. За ними – крестники и знакомые. За Вьетнамом последовали Тунис, Турция, снова Египет.  
– Что-то давненько ко мне не навевались, – встретила курортнице участковая. – Неужели новые таблетки помогли?  
– Скорее совет Ваш, – улыбнулась та. – Перешла на режим приятных командировок. Теперь болеть некогда. Лето на даче загораю, а придут холода – везу внучат в жаркие страны. Раза два в сезон успеваю обернуться.  
– И что, – удивилась докторша, – денег хватает?  
– О, вполне. Можно считать, бизнес у меня появился. Курортный. Даже выгодно, между прочим.

### Капризы сентября

Дождь лил второй день. Сырости в квартире добавили и Анютины слёзы. Она плакала второй день: муж попал в больницу. Сердце. Прогнозов врачи не давали.  
– Терпеть не могу сентябрь, – всхлипывала Анюта, – вроде как от лета земля не остыла, а тут и ливни и туманы и ранние холода. На дачу ехать и не хочется. Урожай вымокнет – и Бог с ним! Нам бы с насущными делами разобраться. А вдруг...  
Она замолчала: слишком тревожные, даже страшные мысли сверлили мозг. Как она без Андрея? Зачем?  
– Нет, должны справиться медики, – гнала она прочь горькие сомнения, – в областном диспансере сплошные светила. И Андрейка у меня борец. Как-нибудь справимся. И они справились. В середине месяца Андрея выписали. Совет ветеранов на его заводе выхлопотал путёвку в хороший санаторий. Муж упёрся: едем только вдвоём. Анюта не сильно сопротивлялась: и ей хотелось быть вместе. Ну и попробовать на вкус радости неведомого санаторного отдыха не грех. А урожай...  
– Не буду морочить себе голову. Что-то дети на выходных соберут. Не маленькие, всё сами умеют делать. Остальное попрошу в погребок сложить. Обойдётся.  
И ни разу не пожалела о своём решении. Санаторий был хорош. Вкусная еда, чистый уютный номер, по вечерам развлекательные программы. С танцами даже – а они тысячу лет не танцевали. Как удержаться? Да и стоит ли?  
Особенно впечатлила Анюту забота медперсонала:  
– Как с дитём малым возятся! На процедуры три раза позовут. Всё точно по времени. Аккуратно. Предупредительно. Там поддержат, тут посоветуют – не то, что в городской поликлинике.  
Супруги с удовольствием прогуливались по ухоженной территории. Наслаждались пением птиц, ароматами соснового леса. Послеобеденный отдых проводили в гамаках на открытой террасе. Ласковое солнышко, приятный тёплый ветерок настраивали на расслабление и позитив.  
– Ох уж этот капризный сентябрь, – лениво ворчала Анюта, – то холодит, то греет. Поди, подстройся!  
– А чего тут подстраиваться, – не соглашался муж. – Бери, что дают. И благодарить не забывай. Хорошо-то как! А от добра добро только дураки ищут.  
Конец месяца они провели в городе. Опять зарядили дожди. Сырости в квартире добавили Анютины слёзы: крошила кабачки для салата и порезалась. Не столько больно, сколько обидно – теперь думай, как работу завершить.  
– Не люблю сентябрь, столько с ним мороки, – начала она и вдруг вспомнила залитую солнцем террасу с гамаками. – Может, и правда, не в календаре дело. Капризница из меня та ещё – покруче сентября. Не пора ли начать меняться?

