

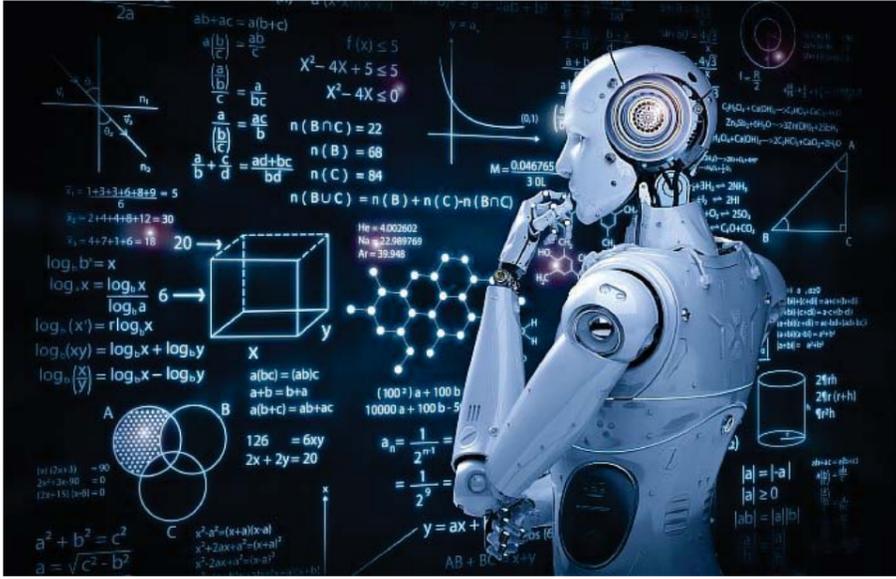


ОПТИМИСТ

ИНТЕРНЕТ - ГАЗЕТА № 347

Мир принадлежит оптимистам, пессимисты – всего лишь зрители

ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ В ШКОЛАХ



контрольные тесты. А генеративный ИИ может разнообразить традиционные методы обучения и адаптировать контент к жизни учащихся.

Наряду с этим существуют также недостатки и риски. Недостатки связаны с процессом сбора данных и самими данными, которые использует ИИ: было обнаружено, что, когда инструменты искусственного интеллекта не знают правильного ответа, они его изобретают.

Кроме того, данные могут содержать оскорбительный контент. На сегодняшний день часть сбора данных скрыта и не контролируется человеком.

Управление инноваций и технологий опубликовало рекомендации по использованию искусственного интеллекта для педагогических коллективов в системе образования.

Как сообщает сайт «Давар», эти рекомендации были опубликованы в рамках заявления министра образования Йоава Киша о том, что 2025 год – год искусственного интеллекта.

В документе подробно описаны преимущества и недостатки использования искусственного интеллекта в образовательном контексте.

Например, предиктивный ИИ может помочь адаптировать учебный материал к потребностям учащихся и подготовить

частной жизни учащихся из-за использования персональных данных, а также интеллектуальной собственности, поскольку инструменты искусственного интеллекта не всегда предоставляют подробную информацию об источнике данных.

Министерство образования поощряет использование ИИ – и в то же время ограничивает его применение, возможно, в качестве способа борьбы с недостатками и рисками.

Использование ИИ будет постепенно расширяться по мере перехода из класса в класс: в 1–3 классах возможен диалог ИИ с учениками, но не допускается использование в обучении образовательных ботов на основе генеративного ИИ.

Продолжение на стр.2

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

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

Сейчас - это всё возможно!

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

Только голос наполняет слова настоящей жизнью!

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

Кармиэль - центр Галилеи



הרצאה יוצאת מן הכלל
"מלב אל לב"
יום שני י"ב בשבט תשפ"ה, 10.2.25
בשעה 10:00 במתנ"ס רבין

כברואר יוצא הכלל
חודש המודעות להכללת אנשים עם וללא מוגבלות בקהילה

הכניסה חופשית
הורשמה בלינק המצורף



סדר ט"ו בשבט יוצא מן הכלל
שרים בצוותא סביב שולחנות
יום חמישי ט"ו בשבט תשפ"ה, 13.2.25 בשעה 11:00 במתנ"ס רבין

כברואר יוצא הכלל
חודש המודעות להכללת אנשים עם וללא מוגבלות בקהילה

דמי השתתפות: 20 ₪
הורשמה בלינק המצורף

КЕНГУРУ *Индивидуальный подход и креативность*

Графика | Тексты
Реклама | Все виды печати

050-7435866

Ведение страниц в соцсетях

בדף הפייסבוק של רשת המתנסים | www.m-karmiel.co.il | [reshet_hamatnasim_karmiel](https://www.instagram.com/reshet_hamatnasim_karmiel) | [reshet_hamatnasim_karmiel](https://www.facebook.com/reshet_hamatnasim_karmiel)
קרמיאל. מרכז החיים בגליל



משחק כדורגל "יוצא מן הכלל"
הנשרים VS עובדי העירייה ורשת המתנ"סים כרמיאל
19:15 | רביעי | 19.2.25
במגרש הצמוד לביה"ס אופק

כברואר יוצא הכלל
חודש המודעות להכללת אנשים עם וללא מוגבלות בקהילה

הכניסה חופשית
הורשמה בלינק המצורף



תערוכה יוצאת מן הכלל
בה יוצגו יצירות אמנות של משתתפי תכנית עמיתים
יום ראשון י"א בשבט - 9.2.25 עד יום רביעי י"ד בשבט - 12.2.25 בשעות 08:30-20:00 בלובי מתנ"ס רבין

כברואר יוצא הכלל
חודש המודעות להכללת אנשים עם וללא מוגבלות בקהילה

הכניסה חופשית
הורשמה בלינק המצורף

בדף הפייסבוק של רשת המתנסים | www.m-karmiel.co.il | [reshet_hamatnasim_karmiel](https://www.instagram.com/reshet_hamatnasim_karmiel) | [reshet_hamatnasim_karmiel](https://www.facebook.com/reshet_hamatnasim_karmiel)
קרמיאל. מרכז החיים בגליל

ОПТИМИСТ
ИНТЕРНЕТ - ГАЗЕТА ДЛЯ КАРМИЭЛЬЦЕВ И НЕ ТОЛЬКО

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

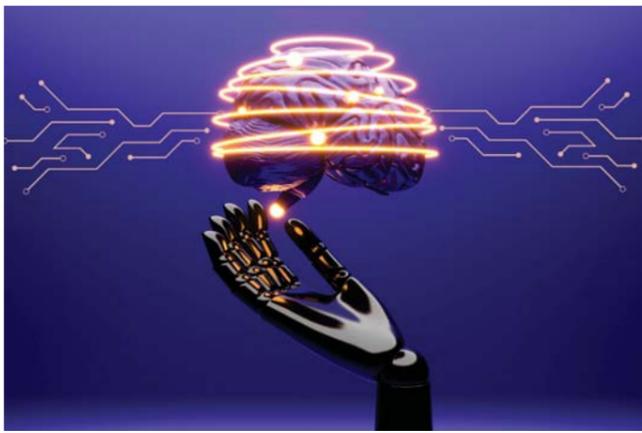
30.000 читателей еженедельно!

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

e-mail
optimist-gazeta@mail.ru

Продолжение. Начало на стр.1

ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ В ШКОЛАХ



Учащиеся 4 класса могут использовать бот министерства образования, а ученики 5-7 классов могут использовать

инструменты искусственного интеллекта, находящиеся под контролем учителя, без раскрытия данных ученика.

Начиная с 8 класса использование инструментов искусственного интеллекта будет происходить самостоятельно под руководством учителя. Любое использование ИИ учащимися требует разрешения родителей.

Министерство образования предоставляет утверждённый репозиторий инструментов искусственного интеллекта, которые могут использовать педагогические коллективы.

Например, Formative – это инструмент, который позволяет учителям в режиме реального времени отслеживать прогресс учащихся в усвоении материала. Second Nature AI – инструмент, который практикует устное и письменное общение на английском языке со студентами.

«Детали»

ИЗРАИЛЬ НА «БЕРЛИНАЛЕ»: ЖДАТЬ ЛИ СКАНДАЛОВ?

Фильм «Письмо Давиду» не просто вошёл в программу «Berlinale Special», но и откроет её. Документальная картина израильтянина Тома Шоваля посвящена истории его друга Давида Кунио, который до сих пор находится в Газе в плену ХАМАСа. Давид был похищен из дома в кибуце Нир-Оз вместе со своей женой Шарон, трёхлетними дочками-



близнецами и сестрой жены с дочерью. Девочки и женщины оказались на свободе в прошлом ноябре. Давид и его младший брат Ариэль вместе с десятками других заложников всё ещё ждут своей участи. Но картина Тома Шоваля не только о тёмном настоящем – она и о светлом прошлом, которое объединяет его с этой семьей. Близнецы Давид и Эйтан Кунио снимались в дебютной картине Шоваля «Молодость», её премьера тоже была на «Берлинале», только в далёком 2013 году. Архивные кадры тех съёмок стали частью «Письма Давиду».

Тема заложников поднимается и в документальной ленте Holding Liat («Поддерживая Лиат»). На этот раз американский режиссёр Брэндон Крамер деликатно сопровождает со своей камерой возвращение домой заложницы Лиат Ацили, которая была похищена 7 октября и вернулась в Израиль примерно через два месяца, чтобы узнать, что её муж Авив был убит террористами ХАМАСа.

В центре внимания – личная история Лиат и процесс её реабилитации, который сопровождает её отец, Йегуда Бенин. Эти двое пытаются смириться с невообразимой травмой, а также восстановить свою веру в человеческую мораль и своё видение мира между израильтянами и палестинцами.

Ещё один представитель Израиля на фестивале – «Дома», фильм Вероники Николь Теттельбаум – немецко-израильское совместное производство с участием Яэль Айзенберг, Тали Шарон и Евгении Додиной. Это чёрно-белая драма, следующая за путешествием в прошлое иммигрантки из Советского Союза, которая идентифицирует себя как гендерно небинарную и задаётся вопросом о значении концепции дома. Тем временем, израильско-американский режиссёр Идо Флук займёт центральное место на «Берлинале» этого года со своим фильмом «Кёльн 75», который будет представлен на специальном гала-вечере. Это реальная история Веры Брандес, юной покровительницы музыкальной сцены Кёльна 1970-х, которая рискнула всем, чтобы организовать один из величайших сольных джазовых концертов в истории музыки: легендарный Кёльнский концерт Кита Джарретта.

Также в контексте израильско-еврейской темы нельзя не упомянуть документальный фильм француза Гийома Рибо «All I Had Was Nothingness» («Всё, что у меня было, – ничто»), который возвращается к монументальному произведению Клода Ланцмана «Шоа», вышедшему 40 лет назад, и сочетает цитаты режиссёра с найденными фотоматериалами и не вошедшими в картину кадрами. В прошлом году руководители кинофестиваля «Берлинале» были вынуждены столкнуться с различными конфликтами и жалобами политического

характера со всех сторон, особенно в отношении документального фильма «Дагомья», получившего «Золотого медведя». После победы режиссёр Мати Диоп крикнула со сцены «Я поддерживаю Палестину» на церемонии награждения. Также прозвучала речь с порицанием от создателей фильма «Нет другой земли» Базеля Адры и

Ювала Абрахама, который получил награду как лучший документальный фильм на Panorama Audience Awards.

Фильм «Нет другой земли» (2024) в феврале 2024 года стал причиной сильнейшего антисемитского скандала, разгоревшегося на «Берлинале». Этот палестино-норвежский документальный фильм посвящён жизни на Западном берегу. Съёмки были начаты в 2018 году, а закончены незадолго до 7 октября 2023 года. В центре сюжета – молодой палестинский активист Базель Адра из Масафер Ятта, группы небольших деревень к югу от Хеврона. На месте домов палестинцев планируется строительство израильского военного полигона. Армия сносит здания бульдозерами.

Вместе с израильским журналистом Ювалем Абрахамом и его коллегой Рахель Сзор, а также палестинским фотографом Хамданом Баллалом, Базель снимает разрушения и протесты жителей деревни. Фильм был удостоен награды «Документальный фильм «Берлинале». На вручении приза Базель Адра и Юваль Абрахам произнесли речь, которая и в Европе, и в Израиле породила острую дискуссию и даже скандал. Адра призвал Германию прекратить поставки оружия Израилю, а Абрахам обратился к аудитории:

«Мы с Базелем одногодки, я израильтянин, он палестинец. Через два дня мы вернёмся в страну, где у нас нет равных прав. Я живу по гражданскому праву, Базель – по военному. Мы живём в 30 минутах друг от друга. У меня есть право голоса, у Базеля нет. У меня есть свобода идти куда хочу. Базель, как и миллионы других палестинцев, заперт на оккупированных территориях. Этой ситуации апартеида между нами, этому неравенству необходимо положить конец. И мы спрашиваем, как добиться перемен, положить конец оккупации и добиться политического решения».

Новый директор фестиваля Триша Таттл затронула этот вопрос в интервью британской газете The Guardian, «Мы – Берлинский фестиваль, который всегда знали и любили», – цитирует издание её слова, – «что означает плюрализм и принятие различных точек зрения». В свете этого особенно значимым становится включение в программу Panorama документального проекта «Ялла Паркур». Американский режиссёр палестинского происхождения Ариб Зуайтер собрал фотодокументацию паркур-подвигов группы подростков по всему сектору Газа задолго до масштабных разрушений, которым его территория подверглась в прошлом году. Многие из зданий, снятых в фильме как опора для прыжков и местных мастеров паркура, больше не существуют, а некоторые из самих участников погибли во время недавней войны.

«Детали»

УТЕЧКА НЕФТИ В ЗАПОВЕДНИКЕ ЭВРОНА



15 января была вынесена часть приговоров по делу об утечке нефти в природном заповеднике Эврона в пустыне Арава 10 лет назад. Как сообщает «Кан», согласно условиям сделки о признании вины, компания КАЦАА («Трубопровод Эйлат-Ашкелон») заплатит штраф в размере 1.562 миллиона шекелей. Между тем, эксперты в обвинительном заключении оценили ущерб в сумму, превышающую 100 миллионов шекелей. Штрафы также будут наложены на двух высокопоставленных сотрудников компании: бывшего заместителя директора по инженерии Шломо Леви, который должен будет выплатить 70 тысяч шекелей, и директора по техническому обслуживанию трубопровода Бара Селу, который будет оштрафован на 35 тысяч шекелей и приговорён к 180 часам общественных работ.

Экологическая катастрофа в заповеднике Эврона произошла во время работ по отводу трубопровода. Инженерная ошибка привела к разрыву трубопровода и выбросу около пяти миллионов литров сырой нефти, которая вытекла на землю и загрязнила большие площади заповедника. В результате инцидента заповеднику и экосистеме в этом районе был нанесён значительный ущерб. Поток нефти унёс растения и животных, включая охраняемые виды, а также разрушил структуру почвы и среду обитания. Общая площадь пострадавших территорий составляет около 144 дунамов.

Как отмечает «Кан», несмотря на эту катастрофу и многочисленные случаи загрязнений, часть из которых КАЦАА скрыла, правительство недавно разрешило компании в несколько раз увеличить объём нефти, которая будет поступать в Эйлатский залив и пройдёт через природные заповедники, а также через города Беэр-Шева и Ашкелон. Как выяснилось, в заключении, полученном министрами, вообще не обсуждался сценарий удара ракетой или БПЛА по трубопроводу.

«Детали», Е.А. Фото: Элиягу Гершкович

КАЖДЫЙ ДЕСЯТЫЙ ЧЕЛОВЕК В МИРЕ ВЫБИРАЕТ ЭТОТ PIN-КОД

Журналисты ABC составили топ самых часто используемых четырёхзначных паролей пользователей со всего мира. Данные получены после анализа 29 миллионов паролей с сайта Have I Been Pwned?, который используется для обнаружения утечек данных.

Наиболее распространённым четырёхзначным PIN-кодом является простейшая комбинация 1234. Её использует каждый десятый человек в мире.

Вторым по популярности PIN-кодом оказался 0000, третьим – 1111. Ещё в десятку вошли 1212 и 4444. Часто встречается и код 4321. Некоторые действуют оригинальнее – перепутывают первые четыре цифры, например, 1342, который является четвёртым по популярности PIN-кодом.

«Наиболее часто используемые PIN-коды оказались ошеломляюще популярными, что означает, что их особенно легко угадать, когда телефоны и банковские карты попадают в чужие руки», – пишут в ABC.

Журналисты отдельно отметили комбинации 19 и 20 – они очень популярны, так как пользователи в качестве PIN-кода ставят какой-либо год, например, год своего рождения. В первую десятку таких кодов вошли 1986 и 2004. Выяснилось, что цифры от 5 до 8 встречаются реже остальных.

Также в топ худших PIN-кодов попал 2580. Кажется, что он сложный, однако это просто прямая вертикальная линия на клавиатуре смартфона.

«Детали»

КАК РАСПОЗНАТЬ И ОСТАНОВИТЬ РОДИТЕЛЬСКИЙ АБЬЮЗ?

Вопросы детского насилия нечасто поднимаются в обществе, хотя больше 80% преступлений против детей происходят в семье. Как это влияет на жизнь ребёнка? По какому признаку можно предположить факт абьюза дома? И что нужно сделать самому родителю, чтобы стать не обидчиком, а другом? Рассказывает практикующий семейный психолог.

Почему родитель может стать абьюзером?

Абьюзер – человек со сломанной психикой. Из-за искажённого восприятия реальности им управляет желание доминировать, самоутвердиться любой ценой. Это желание становится сильнее любви взрослого, поэтому, когда ребёнок пытается защитить свои границы, родитель воспринимает это как бунт и неповиновение. Чаще всего мать или отец применяют насилие из-за того, что сами когда-то пережили абьюз в семье и продолжают придерживаться привычного для себя сценария.

Признаки родительского абьюза:

Задуматься о нездоровой атмосфере в семье можно, если есть:

Недостаток коммуникативных проявлений – у детей плохо развиты навыки общения, им сложно выражать свои эмоции.

Странная реакция на чужой плач – когда пострадавший ребёнок видит, как плачет другой малыш, то пугается подобной реакции и бессознательно начинает проваливаться в свою травму.

Крайности в поведении – например, яркая агрессия или полная апатия.

Излишний самоконтроль – если говорить про дошкольный и школьный возраст, то ребёнок старается отслеживать каждое своё действие, ожидая критики со стороны.

Последствия нездоровых детско-родительских отношений

1. Страх создания семьи.

Взрослый, который подвергался насилию в детстве, бессознательно убегает от взаимоотношений и часто сталкивается с избегающим типом привязанности. При вербальном абьюзе единственная потребность – попытка избежать оценки, а в случае сексуального насилия ребёнок в будущем будет бояться не просто создания семьи, а любых взаимоотношений в целом.

2. Развитие психиатрических заболеваний.

Дети, подвергавшиеся абьюзу, часто страдают от пограничного расстройства личности (ПРЛ). Отсюда берётся

недоверие к жизни: люди тяжело устаналивают контакт и оказываются чаще других подвержены разного рода зависимостям.

Расстройство личности в формате пограничного встречается очень редко в психиатрии: 3% населения, согласно последней статистике. 30% из них доводят суицидальные попытки до конца. Человек испытывает настолько глубокую боль, что уже не справляется с ней.

Чаще всего ПРЛ формируется, если человек рос в абьюзивной семье, где присутствовало сексуальное и физическое насилие.

3. Склонность к абьюзивному поведению.

Травма ищет повторения. Без терапии со специалистом выросший ребёнок будет действовать по сценарию, который сформировали родители или значимые взрослые – то есть станет ровно таким же абьюзером, какими были мама или папа. Причём он будет применять насилие в любых взаимоотношениях, потому что самые важные люди в его жизни поступали с ним так.

Как помочь ребёнку, который пережил абьюз?

Оказать такую помощь, которая бы имела длительный эффект, сам себе ребёнок не сможет, поэтому здесь будет эффективна только психотерапия. Сиюминутную же он получит, общаясь со сверстниками, проявляя заботу или посещая кружки и секции.

Сложность в том, что дети чаще всего не осознают, что страдают от абьюза. До пубертатного возраста ребёнок идеализирует родителя и не может понять, что что-то не так. Он чувствует боль, неприятие, но в этом обвиняет себя. Малыш ищет проблему изнутри: «Я что-то не так сделал?», «Я непослушный?», «Я недостаточно хорошо прочёл стихотворение, чтобы получить отметку выше?»

Люди со стороны (учителя, знакомые и друзья семьи) могут прекратить абьюзивные отношения родителя и ребёнка. В первую очередь нужно обратиться за помощью в органы опеки и полицию. Если сторонний наблюдатель понимает, что родитель контактный и готов поменять качество взаимоотношений в семье, тогда, наверное, стоит попробовать обратиться за квалификационной помощью – но при этом нужно помнить, что поддержка нужна не только абьюзеру, но и жертве.

Поддерживать ребёнка нужно достаточно осторожно, потому что он уже напуган. Если поддержка будет физической, например, бабушка хочет приобнять или учитель

собирается погладить по плечу, то нужно понимать, что именно пережил ребёнок – при пережитом сексуальном насилии любые прикосновения будут возвращать к травме. А вот вербальная поддержка точно будет полезна.

Как указать на нездоровое поведение и не нарваться на конфликт? В разрешении конфликта должны быть заинтересованы обе стороны: если желание наладить отношения есть только у ребёнка, то ему будет очень сложно самому достучаться до родителя. Шанс установить контакт без вмешательства специальных органов есть, если взрослый боится потерять своих детей. Но это тернистый путь.

Я не уверена, что родителю хватит силы воли, – он сам ещё вчера был жертвой абьюза, поэтому дать что-то другое он не сможет. Поэтому, чтобы изменить ситуацию, нужна либо проработка со специалистом, либо личностный рост, то есть огромное желание родителя и бесконечная любовь к ребёнку.

Советы родителям, которые склонны к абьюзу:

Взрослому нужно отслеживать, насколько часто он прислушивается к своему ребёнку и запоминает всё, что тот говорит. Не должно быть срывов на вербальную агрессию.

Взрослые часто оправдывают себя усталостью и привычным «Нас так воспитывали. Выросли же нормальными!» Увы, нет, человек не вырос нормальным, если срывается на крик при общении с ребёнком. Родителям нужно понимать, что у них есть жизненный опыт, мудрость, а дети только проходят этот путь. Мама или папа должны первые идти на контакт. Очень важно создавать безопасную среду для разговора и вербального контакта. Как только малыш выходит на тот физиологический уровень, когда с ним можно беседовать, нужно дать понять, что он вправе проявлять себя, проговаривать любые мысли. Вопросы по типу: «Что ты поменял бы в наших взаимоотношениях?», «А как тебе хотелось бы?» помогают наладить открытый диалог. В таком случае ребёнок будет доверять родителю.

Чувство безопасности формируется в семье. Здесь можно проявлять эмоции и говорить то, что не нравится. Почему многие дети, которые подвергаются насилию вне дома, не рассказывают об этом родителям? Потому что они не чувствуют себя в безопасности в своей же семье. Есть множество примеров, когда дети подвергаются сексуальному насилию со стороны соседей или знакомых, а родители даже не догадываются.

Л. Темirkanова

ПЯТЬ ВЕЩЕЙ, КОТОРЫЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО ЗРЕЛЫЕ ЛЮДИ ДЕЛАЮТ РЕГУЛЯРНО

Достаточно ли вы... взрослый? Умеете ли вы справляться с собственными реакциями на самые разные события? Регулируете ли собственное поведение? Не бывает ли такого, что вы реагируете на что-то слишком бурно, а потом жалеете об этом? Срываться время от времени вполне нормально. В конце концов, мы люди, а не роботы. Однако у некоторых из нас получается справляться со своими чувствами лучше других.

Первые «эмоциональные уроки» мы получаем в раннем детстве, и возможности выбирать учителей у нас нет – ими становятся наши родители или те, кто о нас заботится. И если это эмоционально зрелые люди, которые располагают временем и возможностями нами заниматься, это может заложить прочный фундамент для потенциальной зрелости.

Далее в игру вступают жизненный опыт, окружение и ролевые модели.

Всё копится на эмоциональном «банковском счёте», с которого мы «снимаем средства», чтобы взаимодействовать с миром тем или иным образом – как-то себя вести, реагировать на происходящее вокруг, оставаться на связи или замыкаться в своей скорлупе.

И для того, чтобы понять, к чему стоит стремиться, неплохо бы понимать, как выглядит настоящая эмоциональная зрелость. Итак, такие люди...

1. Принимают себя со всеми своими недостатками и провалами.

А они случаются со всеми, даже с лучшими из нас. Вредные привычки и зависимости, ошибки и неудачи, скверные черты характера и постыдные поступки. Отличие зрелых людей – в том, что они не винят других (семью и школу, социум) за это и полностью берут ответственность на себя.



Они не занимаются самобичеванием, но стараются исправиться, если это возможно – извиниться, заглянуть вину, учесть ошибки. Они учатся на собственных провалах, а принятие своих недостатков делает их более цельными.

2. Сочувствуют чужой боли, но не погружаются в переживания других с головой.

Последнее особенно сложно, если вы добрый человек. Но мы не можем забрать у других их боль – разве что немного уменьшить её. С эмоционально зрелыми людьми окружающим легко делиться своими проблемами, они готовы прийти на помощь, но не в ущерб себе и своим потребностям. Они не «отдают последнее», не лезут из кожи вон, чтобы всех спасти. Они остаются в контакте с близкими, поддерживают их, продолжая жить своей жизнью.

3. Выстраивают и отстаивают границы.

Личные границы – воображаемая линия, отделяющая нас от окружающих физически и эмоционально; она показывает,

где заканчиваемся мы и начинается другой, как с нами можно, а как нельзя обращаться.

Правильно выстроенные границы помогают снизить уровень стресса и защитить себя, психическую и физическую целостность.

Но устанавливать и тем более поддерживать границы очень нелегко, особенно когда дело касается отношений с близкими. Если вы привыкли всем угождать, то понимать, что отказ их обидит или разочарует, особенно больно. Но оно того стоит, ведь границы возвращают нам чувство безопасности, благодаря им мы остаёмся собой.

4. Смотреть на ситуацию чужими глазами.

Иметь свою точку зрения и отстаивать её, безусловно, важно, – но бывает и так, что приверженность одной позиции ограничивает наше восприятие мира. Эмоционально зрелые люди, как минимум, уважают право окружающих на другое мнение, понимая, что у каждого свой опыт, своя история, а как максимум – стараются чему-то у них научиться.

5. Плачут и смеются, когда чувствуют в этом необходимость.

Эмоционально зрелые люди не боятся быть и казаться уязвимыми. Они не бегут и не закрываются от того, что их пугает, не блокируют свои эмоции. Если их обижают, они грустят и даже могут заплакать. Если их подводят – могут разозлиться и дать выход своему гневу (но делают это экологично). Когда им помогают, они испытывают благодарность и не стесняются её выразить. Наконец, если им смешно, они хохочут от души, не опасаясь того, что о них подумают другие.

К. Нуммо

ДОЛЬМЕНЫ – ОДНА ИЗ ДРЕВНИХ ЗАГАДОК ЧЕЛОВЕЧЕСТВА

Что такое дольмены и где они находятся, как строились и зачем? Вы получите ответы на эти вопросы, а также узнаете о дольменах в наиболее популярных местах силы России и Кавказа.

Даже сегодня, живя в технологически развитом мире XXI столетия, мы не перестаём удивляться поразительным творениям наших праотцов. Египетские пирамиды, загадочные рисунки пустыни Наска, древние сооружения в Перу – лишь несколько примеров из огромного списка их удивительного наследия. Но всё это «где-то там, за морем», а ведь древние загадки существуют прямо рядом с нами! И имя этим загадкам – дольмены.

Сначала обратимся к этимологии слова «дольмен», которое происходит от бретонских слов «tol», что означает «стол», и «men» – «камень». То есть нечто, сделанное из камня и по форме похожее на стол. Сегодня дольменами обычно называют внушительного размера составные или монолитные каменные сооружения специфической формы: дольмен может быть как логически завершённым объектом, напоминающим собачью будку, так и строением, состоящим из нескольких каменных плит, являющихся опорами, и монолитной крыши. Причём эти сооружения датируются приблизительно от 4-го до 1-го тысячелетия до нашей эры. Есть также и версии, очень распространённые в эзотерических кругах, что некоторые из дольменов – гораздо более древние и построены, возможно, даже прямыми потомками атлантов.

Географически дольмены разбросаны по довольно большому участку Земли: больше всего их в Корее (где на данный момент сохранилось не менее 30 тысяч), много дольменов в Европе (в Южной, Северной и Западной) и Северной Африке. Более того, дольмены в России – тоже вовсе не редкость. Дольмены Кавказа пользуются большой популярностью у эзотериков как места силы.

Вопросы о том, как же строились дольмены и зачем – самые интересные, и на них до сих пор нет конкретного ответа. Но зато есть множество предположений...

Итак, что касается предназначения дольменов, то мы перечислим несколько распространённых вариантов:

Согласно очень популярной научной версии, многие дольмены были построены солнцепоклонниками и, возможно, служили своего рода солнечными часами. Такое предположение основано на их специфическом географическом расположении, которое для многих групп дольменов можно связать с движением Солнца. Но в то же время



далеко не для всех сооружений можно найти подобную связь.

Ещё одна чрезвычайно популярная теория заключается в том, что дольмены служили местами захоронения. И базируется она на найденных под некоторыми дольменами человеческих останках. Но, опять же, вовсе не факт, что их строили специально для захоронения. Ведь вполне может быть, что для этих целей дольмены начали использоваться значительно позже.

Наиболее же любимые теории людей, естественно, связаны со сверхъестественным назначением дольменов. И все эти теории объединяет уверенность в том, что дольмены являются местами силы. И, согласно тому, что говорят экстрасенсы и ясновидцы, это действительно так.

Но интересно не только то, зачем же строили дольмены, но и как. Как огромные камни весом в несколько тонн транспортировали к месту постройки? Как каменные плиты подгоняли настолько точно, что между ними не просунуть и лезвие ножа? А ведь строительство происходило почти пять тысяч лет назад! Теории, в которых люди при помощи средств того времени транспортировали многотонные грузы на десятки километров, звучат, мягко говоря, неправдоподобно. Кроме того, анализ образцов камней, из которых построены дольмены, и камней, находящихся в местах их предположительной добычи, показывает, что это разные породы. Но есть одна версия, подкреплённая фактами, которая отлично описывает все конструктивные особенности дольменов в России и в других частях мира.

Согласно этой версии, несколько тысяч лет назад в определённых местах из недр Земли на поверхность выдавливалась масса, которая впоследствии застыла, превращаясь в камень. Именно из этой массы, пока она ещё не застыла, формировали будущие плиты и собирали всё

вместе. Поскольку на момент соединения масса ещё была пластичной, то после высыхания щелей фактически не было. Крышу дольмена формировали методом литья, предварительно засыпав всё землёй, а потом, раскопав дольмен, через так называемый портал (небольшое круглое отверстие на лицевой стороне) выгребали землю. Таким образом, используя доступные в то время инструменты, можно было построить действительно выдающиеся сооружения.

Сложно назвать наиболее известный дольмен в мире, ведь на каждый регион обычно приходится несколько этих мегалитов. Наиболее изученные находятся в Италии, Франции, Ирландии, Германии, Израиле, Корее, а также на побережье Чёрного моря.

Стоит сказать об одном чрезвычайно известном дольмене, находящемся во Франции – Тумлюсе святого Михаила. Это действительно впечатляющий с виду мегалит, состоящий из нескольких огромных продолговатых каменных плит, служащих колоннами, и ещё более поразительной по размеру «крыши».

Как мы уже упоминали, много дольменов есть и в России, а дольмены Краснодарского края пользуются заслуженной популярностью. Среди них – дольмены на горах Нексис и Цигановка, возле сёл Возрождение, Дивноморское и Михайловский перевал, дольмены на обоих берегах Пшады и дольмены Архипо-Осиповки.

Если вы ещё никогда не были у настоящего дольмена, то вам непременно стоит там побывать. Ведь дольмен – это не просто исторически ценное сооружение, но и место, имеющее определённую силу и мощную энергетику. Находясь в подобных местах, человек заряжается энергией и часто получает ответы на свои сокровенные вопросы. Более того, места силы способствуют духовному развитию тех людей, которые готовы к этому, и, как говорят, дольмены могут дать новые знания, ныне скрытые для человечества. Стоит учитывать, что место силы – это необычное место, и к нему нужно подходить с соответствующим настроением. Если вы будете возбуждены или обеспокоены, то вряд ли что-либо почувствуете. Нужно расслабиться и настроиться, и тогда можно ощутить энергетику места и услышать ответы на свои мысленно заданные вопросы. Так что, если вас интересует саморазвитие, вы хотите почувствовать энергетику дольменов или же просто посмотреть на эти древние творения, то у вас есть прекрасная возможность сделать это, и такой шанс не стоит упускать.

КУКУРУЗНОЕ ПРОКЛЯТИЕ ИНДЕЙЦЕВ



Испанцы смогли победить индейцев потому, что у них был могущественный союзник. И это не только и не столько порох их аркебуз. Главным

убийцей туземцев Нового Света стали эпидемии. Бумеранг очень быстро настиг сначала алчных испанцев, а потом и всю Европу. Ацтеки тоже преподнесли обитателям Старого Света бесценный «подарок», который убил миллионы европейцев. Одним из помощников в этом акте возмездия стала обычная кукуруза...

Наверное, самой знаменитой вредной культурой, привезённой Колумбом в Европу из Америки, которая и сегодня убивает миллионы людей, является табак. Сам мореплаватель не курил. Первым человеком, который подал европейцам дурной пример, был Родриго де Херес – один из членов экипажа Христофора Колумба. Церковь сразу заклемила курильщиков, выпускающих изо рта клубы дыма, «слугами сатаны» и запретила табак. Из этой схватки табак вышел победителем и по сей день продолжает убивать людей по всему миру. Испанцы победили индейцев, «подарив» такие незнакомые им болезни, как оспа, чума, холера и грипп. Те в долгу не остались и «наградили» ненавистных врагов невиданной ими доселе позорной болезнью – сифилисом. Первая же эпидемия нового для Европы венерического заболевания распространялась со скоростью лесного пожара и сократила численность европейцев на целых пять

миллионов человек! За пять столетий до того, как было изобретено лекарство от сифилиса, он убил ещё несколько миллионов людей. Опустошение, которое несла с собой эта неприличная хворь, прекратилось только с открытием пенициллина в XX веке.

Ещё один «милый» дар Нового Света – это известный всем колорадский жук. Этот вредитель уже несколько веков отравляет жизнь фермерам разных стран. Виноват в этом всё тот же бедняга Колумб. Именно он не только привёз полосатого паразита в Европу, но и фактически «научил» его есть картофель! Дело в том, что колорадский жук в Америке веками ел никому не нужный дикий паслён. Картофель же тогда не особо был похож на те аппетитные клубни, которые мы привыкли сегодня видеть на рынках и прилавках магазинов. Выглядел он весьма непривлекательно, был водянистым и не особо вкусным. Европейцы даже посчитали его ядовитым.

Несколько столетий селекции, и вуаля – картофель вернулся на родину аппетитным продуктом питания. Только теперь им заинтересовались и полосатые паразиты – им понравилось его поедать. Конечно, картофель вкуснее дикого паслёна. Хорошее питание привело к усиленному размножению вредителей посевов, и вскоре жук, получивший наименование «колорадский», стал главной головной болью всех фермеров. По сей день, несмотря на обилие разнообразных ядохимикатов, его не могут победить.

В начале 18-го века в Каталонии был зафиксирован необычный недуг, который в соответствии с названием местности окрестили «Астурийской проказой». Позже её стали называть пеллагра – производное от слов «pell» (кожа)

и «agra» (падуб). Всё потому, что кожа у больных становилась такой шелушащейся и корявой, как кора падука. Всего за одно столетие непонятная хворь убила более ста тысяч испанцев.

Врачи долго не могли понять, как бороться с пеллагрой, потому что были неясны причины её возникновения. Со временем стало ясно, что болезнь развивается в течение нескольких лет и в конце концов приводит к летальному исходу. Было замечено, что страдают от неё по большей части бедняки, которые питаются в основном дешёвой кукурузой – новым злаком, привезённым из Америки.

Учёные поняли, что необработанное должным образом кукурузное зерно при термической обработке очень бедно ниацином – никотиновой кислотой (витамин В3). Недостаток её вызывает в организме человека необратимые изменения. Но ведь индейцы употребляли её тысячелетиями – и ничем таким не страдали! Исследователи выяснили, что жители Мезоамерики подвергали зёрна кукурузы процессу никстамализации – они обрабатывали их неочищенными в щелочной среде. Как они это поняли – неизвестно. Зёрна замачивали в слабом растворе негашёной извести или древесной золы. Потом промывали и сушили. Только после этого употребляли в пищу. Так кукуруза не только приобретала повышенную пищевую ценность, – улучшался её вкус и аромат, а также увеличивался срок хранения.

Пока учёные не сделали это открытие, кукуруза убила сотни тысяч человек по всей Европе. Так обычная кукуруза и другие «дары» ацтеков стали своеобразным проклятием для европейцев, которые практически полностью уничтожили великую цивилизацию Мезоамерики.

«ВОЛШЕБНИК ИЗУМРУДНОГО ГОРОДА. ДОРОГА ИЗ ЖЁЛТОГО КИРПИЧА»



Оно, конечно, фильм «Волшебник Изумрудного города. Дорога из жёлтого кирпича» гребёт миллиарды. Но на зимних выходных любое семейное кино будет в крутом плюсе. Между тем, публика не очень-то довольна. Ибо авторы ленты в погоне за прибылью кое в чём схитрили – там, где хитрить не стоило...

Выяснилось, более половины зрителей не знали, что предлагаемая их вниманию киносказка обрывается на полуслове. Продолжения приключений девочки Элли в Волшебной стране придётся ждать целый год, когда выйдет сиквел – «Волшебник Изумрудного города. Злая ведьма». Не то чтоб информация об этом утаивалась, однако лишний раз упоминать о дроблении тонкой книжки Александра Волкова на отдельные фильмы причастные к тому люди избегали.

Это полбеда. Дополнительное недовольство вызывает то, что при длительности в один час и 43 минуты картина выглядит чрезмерно затянутой, что для современных детей, испытывающих проблемы с усидчивостью и фокусировкой на сюжете, весьма критично. Им становится скучно задолго до того, как герои добредут до владений Гудвина, Великого и Ужасного.

Да, новые диалоги и сцены, полнее раскрывающие бэкграунд персонажей, присутствуют. Вот только они не настолько интересны, как события, придуманные Волковым. Положение усугубляется тем, что в фильме мало юмора. Зубоскальства и постмодернистского стёба хватает, а сочных, запоминающихся шуток в стиле «Шрека» – нет. Серьёзный просчёт.

Отдадим должное режиссёру Игорю Волошину («Повелитель ветра»): ключевые моменты книги перенесены близко к тексту. Хотя Элли тут не из Канзаса, а из России, Тотошка не



чёрный песик, а белый с рыжим, злая ведьма Бастинда живёт не в пещере, а в замке, да и время действия ленты – наши дни, а не начало XX века. И «делать красиво» российские кинематографисты научились не хуже спецов из Голливуда: природные красоты Дагестана в кадре соседствуют с яркой компьютерной графикой, костюмами необычного дизайна и достаточно масштабными декорациями.

С актёрскими работами, правда, похуже. Юная Катя Чернова в роли Элли изображает девочку неприятную – истеричную, зацикленную на гаджетах, склонную к предательству. Понятно, что создатели картины хотели показать духовную эволюцию героини из балованной эгоистки в ответственного лидера сплочённой команды, но лучше бы Элли осталась изначально хорошей и доброй.

Светлана Ходченкова в образе Бастинды переигрывает, да и прочие актёры с трудом сопротивляются инстинктам советской лицедейской школы, норовя впасть в наив и упрощенчество, присущие детсадовским утренникам.

В итоге стяжаемые сказкой безумные деньги кажутся не вполне заслуженными. «Волшебник Изумрудного города. Дорога из жёлтого кирпича» – блестящий, но нудноватый и сырой коммерческий продукт, тщетно пытающийся выглядеть фильмом-событием, которым вовсе не является.

Александр Чекулаев, "Петербургский телезритель"

«ФИНИСТ: ПЕРВЫЙ БОГАТЫРЬ»



Ну что ж, история Белогорья, изложенная в трилогии «Последний богатырь», завершена. И хотя эта сказочная курочка несла не бог весть какие золотые яйца, создатели решили её не резать. И вот, пока телесериал «Последний богатырь: Наследие» продолжает историю в завещанном ещё стариком Дюма стиле «20 лет спустя», режиссёр кинофраншизы Дмитрий Дьяченко отправляет зрителя в прошлое – в новом фильме-сказке «Финист: Первый богатырь».

Итак, во времена, когда Баба Яга была ещё молодой (сыграла её Юлия Пересильд), первым богатырём Белогорья был Финист Ясный Сокол (Кирилл Зайцев). Не без помощи пройдохи-денщика Мелёхи (Сергей Лавыгин) Финист совершал ратные подвиги, а потом сам же слагал о них былины, обеспечившие ему всенародную любовь и почитание – даром что кое-какие богатырские деяния вроде удержания упавшего неба на самом-то деле герою приснились!

Но вот однажды, отправившись спасать томящуюся в башне красавицу Злату (Кристина Строителева) от чудища, Финист теряет зрение. Тут-то и выясняется, что Белогорье – не Япония, и Финиста ждёт не статус местного аналога слепого воина Дзатоити, а участь нищего! Но не было бы счастья, да несчастье помогло: басурмане пленяют Финиста и вместе с Мелёхой и Бабой Ягой увозят в далекий восточный город. А там их выкупает из неволи богатый и благородный Анариф (Фёдор Добронравов), филантроп и изобретатель. Он-то и поможет нашему первому богатырю не только зрение вернуть, но и осознать, что один в поле не воин...

Что ж, наши опасения, что красавец-здоровяк Финист не потянет статус главного героя новой трилогии, оправдались. Кирилл Зайцев неплохой актёр, но, привязанный к своей



фактуре, и в шкуре героя, действующего по принципу «сила есть – ума не надо», лишён возможности выжать интересный образ. Поневолле вспоминается Виктор Хориняк, чей Иван Ильич хоть и раздражал эгоизмом и хитрованством, а всё же таки был персонажем ярким! Да и Фёдор Добронравов, конечно, признанный мэтр, но свою роль мог сыграть и потоньше. А то такого благообразного старца, мудрого наставника и бескорыстного радетеля включает, что сразу становится понятно, кто тут главный гад!

Но это ещё ладно, будь бледноватые герои упакованы в нон-стоп-экшен! Но увы – в ожидании очередной битвы зритель успевает заскучать, потому как болтовни в картине много, а вот бодрой движухи и постмодернистских приколов, за которые мы полюбили франшизу, не хватает. В общем и целом – как в начале признаёт и сам Финист! – былина не сложилась: как зрелищная сказочка для детей кино прокатывает, но на достойное продолжение остроумной франшизы не тянет – по сравнению с «Богатырями» это явный шаг назад. Одна надежда, что заявленный в финале задел на сиквел будет реализован, и в нём мы увидим не только красивые виды и качественные спецэффекты, но и толковый сюжет с интересным развитием характеров.



Эрик М. Кауфман, "Петербургский телезритель"

«НОСФЕРАТУ»

Новатор кинохоррора Роберт Эгерс намеревался создать эту картину ещё в 2015 году, после триумфа полнометражного дебюта «Ведьма». Однако волевым решением отложил проект, сочтя себя недостаточно опытным. И лишь набив руку на съёмках камерного хоррора «Маяк» (2019), где натешился отсылками к немецкому киноэкспрессионизму, и нордического пеплума «Варяг» (2022), где потренировался в воссоздании давней эпохи, наконец решился и явил миру незаурядный вампирский хоррор «Носферату».



Итак, в 1838 году в Германии владелец агентства по недвижимости герр Кнок (Саймон Макбёрни) посылает молодого клерка Томаса Гуттера (Николас Хольт) в Трансильванию заключить сделку с эксцентричным местным магнатом. Томас, надеющийся на повышение, отправляется в далёкий и опасный путь, не ведая, что его клиент граф Орлок (Билл Скарсгорд) – древний вампир, с которым Кнок заключил кровавую сделку, ставка в которой – молодая жена Томаса Елена (Лили-Роуз Депп)...

Знакомый сюжет? Конечно! Ибо перед нами долгожданный ремейк фильма Мурнау «Носферату, симфония ужасов» – первой, нелегальной экранизации романа Брэма Стокера «Дракула». На экране возникают узнаваемые кадры и персонажи оригинального шедевра (включая очаровательную кису!), на глазах оживающие и обретающие новое прочтение. При этом, что интересно, с первых эпизодов узнаётся и целая россыпь отсылок к «Дракуле Брэма Стокера» Фрэнсиса Форда Копполы – как в видеоряде, так и в репликах.

Под пугающую музыку Робина Каролана в завораживающей игре цветного и чёрно-белого изображения на экране разворачивается мрачная история потусторонней любви, в которой соблюден расклад героев: Николас Хольт (кстати, недавно сыгравший Ренфилда в комедийной версии истории Дракулы) намеренно сделан бледноватым, зато Лили-Роуз Депп на его фоне выдаёт такой перформанс, что дух захватывает!

Что же касается самого Носферату, то тут режиссёр сознательно отошёл от канона и постарался передать ужас не через набившую оскомину лысую башку с зубами, а через выразительные руки. Сама же внешность Орлока, от которого мы большей частью видим лишь зловещую тень, скорее основана на описании Дракулы в романе, нежели на образах из киноклассики.



Стоит отметить, что режиссёр не поленился разжевать условия победы над Носферату, чтобы современные зрители наконец-то правильно поняли финал и не думали, что вампир сгорел в лучах восшедшего солнца.

Фильм, безусловно, займёт достойное место в череде ремейков картины Мурнау (кстати, это уже третья переделка классики – после изысканной притчи Вернера Херцога 1979 года и артхаусной ленты Дэвида Ли Фишера, вышедшей в прошлом году). Он несомненно доставит удовольствие взыскательному киноману – от стилизованных под 1920-е логотипов киностудий и до последнего кадра, напрямую отсылающего к эмблеме немецких киноэкспрессионистов.

Эрик М. Кауфман, "Петербургский телезритель"



ПИНЯ КОПМАН

Я старец, но не суперстар. Люблю собак, прочее зверьё жалею.

Женщин люблю и уважаю.

Родился в Харькове и ностальгирую по Украине. Довелось пожить в Узбекистане, Казахстане, Татарстане и России. Уже более 24 лет как истый израиль-тянин.

Патриот Негева.

Люблю историю и поэзию. Стихи пишу много лет. Опубликовано 13 книг в издательстве ЛитРес.

О любви с патетикой

Я много исходил дорог, и жизнь меня трепала.
Тебе не встретить столько бед, хоть сотню лет живи.
Но на последний став порог у крайнего причала,
Я прохриплю, что смерти нет. Есть светлый мир любви.

Покуда светит Солнца глаз, а тучи дарят тенью,
Верши, что сможешь совершить, не важно, сколько лет.
Уходят лучшие из нас в иные измеренья,
Чтоб там опять любить и жить. Иной дороги нет.

Есть те, кто светоч наших дней, сердечная отрада.
Мы ради них порой не спим, себя и мир кляня.
Они – любовь. Всё дело в ней. И большего не надо.
Ведь я любил и был любим. Всё прочее – фигня.

Кто нам любовью отвечал, надежды не имея,
Чей стон любви в душе не смолк, чьи слёзы чище рос.
Они приходят по ночам, прекрасные, как феи.
И кожа их нежней, чем шёлк, а запахах слаще роз.

И будет дождь сереброкрыл. И будет ночью звёздной
Плыть, как мираж, любви корвет, сверкая и маня,
Но сожалеть о тех, кто был, – бессмысленно и поздно.
Потом в мой дом придёт рассвет. Но только без меня.

Magic Art

Букет, стоящий долго в вазе,
теряет лепестки цветов
и скоро, гол и безобразен,
навек уйти в НИЧТО готов.

Вот и тебе, красотка, стоит
постичь, как я давно постиг:
природа дарит красотой
лишь на единый краткий миг.

Но образ твой художник смело
запечатлеет на холсте
и вдруг бессмертным станет тело,
и нет пределов красоте.

Картина, статуя, камешка
стоят веками без помех.
Ведь лишь одно искусство смеет
остановить мгновений бег.

Так время не теряй беспечно
пока прекрасна и юна.
Жизнь коротка, искусство – вечно,
а ты в своих страстях вольна.

Взгляни: вот посланный судьбою,
способный красоту воспеть,
стоит поэт перед тобою.
А вдруг других не будет впредь?

Не упусти возможность эту
сопротивленья забвению,
и подари любовь поэту!
Он воспоёт красу твою.

Пусть не смущает робость мнима,
и про грехи поклёп и ложь.
И ты, прекрасна и любима
в его стихах в века войдёшь!

Баллада о громкой любви

В припортовых тавернах в далёких восточных морях,
меж воришек и нищих, поэтов и прочих отбросов,
ходит странная сказка, как дочка морского царя
за глаза и отвагу влюбилась в простого матроса.

И безмерной была, словно сам Океан, их любовь.
Страсти штормом. И так эти двое друг друга любили,
что и страны тонули, чтоб вовсе не вынырнуть вновь,
и вздымались цунами волнами на целые мили.

Мать Земля зарыдала, не зная, где день и где ночь.
Небо рвали любовные стоны, природу дурманя.
Царь морской, сам влюблённый в прекрасную дочь,
в дикой ревности сжёг дочь с любимым в подводном
вулкане.

Этой сказки для взрослых (сердечко моё, не реви!)
столь печальный финал всем влюблённым на свете
наука:
Кто бы как ни стонал от великой и страстной любви, –
но негромко, и чтоб за пределы квартиры – ни звука!

Роковой треугольник

Ты Бермудский треугольник-
беспокойная вода.
Все слова мои невольно
пропадают в никуда.
Я взываю, но напрасно
в страстном кличе рву живот.
Взгляд, как воды в полдень, ясный
прячет, что там в толще вод.

Как окно разбивший школьник
я влеку свою вину,
прорываюсь в треугольник
и ныряю в глубину.

Без следа поглотят хляби
след от чувства моего.
Только солнца блеск на ряби
и не более того.

Я, – прикованный невольник,
вечно предан кораблю.
Ты Бермудский треугольник.
Всё равно тебя люблю!

Щербины

Любовь... Это что-то безмерное, как океан.
Но молодость кончится быстро, без срока и прока.
А сердце в шестнадцать стучит, как по бубну шаман,
и нет в том, наверно, ничьих ни вины, ни порока.

Уроки, гитара, дзюдо, поэтический клуб.
Весь в бизнесе daddy, и тут до полуночи в школе.
А девочка хочет умелых накачанных рук
и жарких объятий физрука красавчика Коли.

Не в тренде дурацкий, давно устаревший запрет,
и сказки про принцев, – давно устаревшие сказки.
Подружки всё знают, и учит всему Интернет.
А тело созрело, настойчиво требуя ласки.
В эпоху цинизма сам дух мелодрамы смешон.

Ромео с Джульеттой священник был нужен не слишком.
В спортзале на матах был быстренький перепихон.
И Коля умчался к уюту, – к жене и детишкам.

Мир не оборвался. Но что-то болело внутри.
Снег жалил колюче, а лёд был осклизлый и ломкий.
И девочка Оля, что жаждала счастья любви,
тащилась домой, подгоняема злобной позёмкой.

А к ночи прогнозы уже обещали пургу.
Зима. Потому и душа ощущала щербины.
И будто бы красными каплями кровь на снегу...
Привиделось. Это краснели лишь кисти рябины.

Всего лишь черешневый сок

Он ярок и бесстыдно-грешен,
Он создан лишь для нас двоих.
Прекрасен сладкий сок черешен,
достойный неги губ твоих.

Но ласка губ твоих хмельнее,
и, словно спирта приняв штоф,
как мальчик я черешневою,
лишиться разума готов.

Прикосновенья губ смелее.
И, в бережливости слепой,
Я ощущения лелею,
как злато пушкинский скупой.

И вдруг, в порыве чувств высокоом,
волной морской сквозь решето,
Мгновение изольётся соком,
замкнувшись коконом в ничто.

А ход времён шуршит, неспешен,
и сеет Вечности пески.
И, – да, прекрасен сок черешен.
Покуда мы с тобой близки.

Поэт должен быть голодным!

Познакомлю с простыми вещами
незнакомых ещё поэтесс:
Не кормите поэтов борщами.
Борщ поэта убьёт как Дантес.
Вот борща он наестся от пуза,
на диван упадёт, и тогда
переевшая толстая Муза
от него улетит навсегда.

