

Читайте в номере:



Сначала был  
Гойко Митич

стр. 3



Как наше слово  
отзовется...

стр. 6, 11



Красота.  
Мода.  
Стиль

стр. 13

# Тораяжка

№30 (571) 28 июля 2010 г.

Интернет-версия: [www.goryankakbr.ru](http://www.goryankakbr.ru)

Издается с 1993 г.

Газета для семейного чтения



ЖЕНСКОМУ ЮМОРУ БЫТЬ!

стр. 4



ОФИЦИАЛЬНО

ФОРУМ

# Арсен Каноков: Нам удастся добиться динамичного развития республики

Президент Российской Федерации Дмитрий МЕДВЕДЕВ встретился с главой Кабардино-Балкарии Арсеном КАНОКОВЫМ. В ходе встречи были обсуждены вопросы восстановления Баксанской ГЭС, а также другие социально-экономические проблемы региона.

Президент КБР считает, что восстановление Баксанской ГЭС необходимо завершить к 2012 году, учитывая важность объекта для надежного энергообеспечения республики. План-график комплексной реконструкции подготовлен «РусГидро» и будет в ближайшее время утвержден Минэнерго РФ. В связи с этим Арсен Каноков обратился к Президенту России с просьбой дать указание Минфину РФ об определении источников финансирования через вклад в уставный капитал «РусГидро» 1,5 млрд. рублей, необходимых для проведения работ.

Глава КБР также сообщил, что в соответствии с решением правительства РФ, КБР и ОАО «РусГидро» выплаты семьям погибших составят 1 млн. 300 тыс.

рубли, а пострадавшим – 600 тыс. рублей.

Была затронута и тема развития агропромышленного комплекса Кабардино-Балкарии. А. Каноков сообщил, что для реализации госпрограммы развития сельского хозяйства в Кабардино-Балкарии разработано 118 инвестпроектов на сумму более 72 млрд. руб. Их реализация позволит создать более 26 тысяч рабочих мест, увеличить ежегодные отчисления в бюджеты всех уровней на 4 млрд. руб. Он назвал наиболее крупные проекты, планируемые к реализации в ближайшее время, - строительство молочно-варного комплекса на 4,8 тыс. голов в Прохладненском районе (стоимость - 4,8 млрд. руб.), консервный завод в Майском районе (2 млрд. руб.), строительство

хранилищ «Сады Баксана» (2,8 млрд. руб.), затронув вопрос господдержки АПК региона.

Президент КБР попросил рассмотреть возможность предоставления госгарантий для привлечения кредитов на реализацию проектов, а также субсидирования процентных ставок по привлекаемым средствам.

Во время разговора с руководителем страны глава КБР сообщил, что власти республики активно работают над решением одной из самых острых проблем - занятости населения.

«Мы понимаем, что достигнутые результаты на фоне имеющихся проблем – лишь первые незначительные подвижки. Но рассчитываем на то, что при поддержке федерального центра нам удастся добиться более динамичного развития республики уже в ближайшее время», - сказал Арсен Каноков.

Президент КБР подчеркнул, что для устранения угроз безопасности власти республики проводят целенаправленную всестороннюю работу.

● Ольга СЕРГЕЕВА

Под таким девизом в столице Кабардино-Балкарии проходит совместный лагерь мусульманской и православной молодежи. Это уже третий по счету подобный форум. Первые два с успехом прошли на Ставрополье и в КЧР.

# Толерантность - залог успеха

Торжественное открытие лагеря состоялось 27 июля в пансионате «Грушевая роща». Помимо представителей религиозной молодежи Кабардино-Балкарии и Ставропольского края, в нем участвовали руководители духовных и государственных структур: председатель Координационного совета мусульман Северного Кавказа Исмаил-Хаджи БЕРДИЕВ, Архиепископ Ставропольский и Владикавказский Феофан, ректор Исламского университета имени Абу Ханифы Шарифуддин ЧОЧАЕВ, Благочинный православных церквей КБР Валентин БОБЫЛЕВ и другие.

Приветствуя собравшихся, Президент КБР Арсен КАНОКОВ отметил актуальность данного форума. «Все знают о том, какая непростая ситуация сложилась в республиках Северного Кавказа, - сказал он, - сегодня в регионе действуют силы, стремящиеся расколоть общество по профессиональному принципу. В такой ситуации значение подобных мероприятий трудно переоценить. Представители исламской и христианской молодежи должны искать и находить общий язык. В этом мы видим залог долговременного социального и экономического развития республики и региона в целом».

В своем обращении к участникам лагеря первый заместитель Координационного совета мусульман Северного Кавказа Анас-Хаджи ПШИХАЧЕВ сказал: «Вы должны здесь не только отдыхать, но и обзаводиться друзьями с тем, чтобы продолжить общение и в дальнейшем. Я считаю, что такие совместные мероприятия - одна из важных составляющих ответа здорового общества на действия экстремистов».

В программу лагеря входят ознакомительные экскурсии, «круглые столы» по наиболее острым вопросам с участием представителей Правительства КБР, религиозных и общественных организаций.

● Ибрагим ГУКЕМУХ

## ПФР СООБЩАЕТ

На 1 июля 2010 г. средний размер пенсий по КБР составил 6250,82 руб., в том числе трудовых – 6436,56 руб. В соответствии с постановлением Правительства РФ с 1 июля была произведена индексация социальных пенсий на 3,41 процента.

# Средний размер пенсий в КБР превысил шесть тысяч рублей

В Отделении Пенсионного фонда Российской Федерации по Кабардино-Балкарской Республике в июле на учете состоит 17491 получатель пенсий по государственному пенсионному обеспечению. В том числе военнослужащие и члены их семей – 456 чел., или 2,6 процента, пострадавшие в результате радиационных или техногенных катастроф, и члены их семей – 531 чел., или три процента, федеральные государственные служащие - 93 чел., или 0,5 процента, и получатели социальных пенсий – 16411 чел., или 93,8 процента.

В результате индексации средний размер пенсий по государственному пенсионному обеспечению увеличился на 143,41 руб. и составил 4531,88 руб. Из них пенсии военнослужащих и членов их семей - на 202,62 руб. и составили 6729,33 руб.; пенсии пострадавших в результате радиационных или техногенных катастроф и членов их семей - на 177,02 руб. и составили 9938,14 руб.; социальные пенсии - на 137,95 руб. и составили 4265,19 руб.

● Наталья АЛЕКСЕЕВА

## КРИМИНАЛ

# Певица Наталия Гасташева стала жертвой грабителя

В Нальчике в собственной квартире в центре города была ограблена и жестоко избита народная артистка России Наталия ГАСТАШЕВА.

Певица открыла входную дверь молодому мужчине, который представился работником горэлектросети. Он сообщил, что должен сверить показания счетчика, и вошел в прихожую. После этого стал избивать 70-летнюю женщину, пока она не отдала ему все деньги и ценности, находившиеся в доме, и скрылся.

Обратившись в милицию, Гасташева опознала по фотографии в милицьевской картотеке грабителя, которым, по оперативным данным, является 25-летний житель села Урвань, однако задержать его пока не удалось.

По словам медиков, которые занимаются лечением Наталии Гасташевой, несмотря на серьезность полученных травм, в настоящее время ее состояние оценивается как удовлетворительное.

● Наш корр.

## СООТЕЧЕСТВЕННИКИ

# Каникулы на исторической родине

Этим летом в Кабардино-Балкарию вновь прибыла группа детей наших соотечественников из Иордании, а также из Моздокского района РСО-Алания. Разместили гостей в санатории «Горный родник».

В рамках уже ставшего традиционным пребывания на родине предков дети посетят Национальный музей, погостят в Чегемском и Лескенском районах, примут участие в мероприятиях, посвященных началу возвращения соотечественников на историческую родину, встретятся с

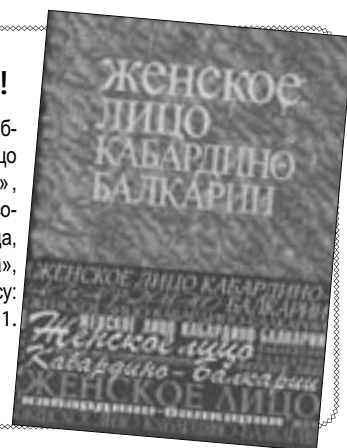
репатриантами, проживающими в республике, а также с писателями и поэтами Кабардино-Балкарии. Из Атажукинского сада по канатно-кресельной дороге ребята поднимутся на вершину горы Кизиловка, где построен один из самых высоко расположенных ресторанов в России «Сосуко».

● Лана АСЛАНОВА

## ВНИМАНИЕ!

Сообщаем, что приобрести книгу «Женское лицо Кабардино-Балкарии», презентация которой состоялась в июне 2010 года, можно в магазине «Книга», расположенном по адресу: г. Нальчик, ул. Хуранова, 1.

Телефоны для справок: 47-52-45, 47-60-22.





# Уроки жизни

Аслижан Муссаевна многие годы возглавляла балкарских городов, она одна из энтузиастов, привлечших внимание общественности к проблемам преподавания родных языков. Если со всей параллели набираются всего несколько детей балкарской национальности, как их обучать родному языку? Аслижан Муссаевна считает, что даже два-три ученика должны обучаться в нормальных кабинетах, а не в подсобных помещениях. Жанатаева призывает и самих учителей относиться к своей работе как к творчеству. «Пороку, если я не вижу должного результата, могу огорчиться и выразить ученику свое недовольство. А потом каюсь и не могу заснуть. На следующее утро прошу прощения, и мы вместе думаем, как исправить положение. В школе всегда так: живешь волнуешь. Дышать ровно и спокойно не всегда удается», - признается Аслижан Муссаевна.

У нашей героини все уроки разные. Сейчас креатив в педагогике приветствуется, а ведь в советские годы от схем редко кто отходил. А Аслижан Муссаевна во все времена вводила в пространство урока и игры, и танцы, и музыку. «Все средства хороши, если есть результат, - говорит учительница. - Убедена: мертвые, схематичные уроки не способны пробудить в душе ребенка любовь к слову. А если в глазах педагога горит огонь, он зажжет и подопечных».

Как знать, возможно, этот дух свободомыслия и необузданного творчества в Аслижан Муссаевне от супруга. Она прожила с заслуженным артистом России и Кабардино-Балкарии, ведущим солистом Музтеатра Исмаилом ЖАНАТАЕВЫМ сорок четыре года. Было ощущение, что Аслижан не состарится никогда, - парила на работе и дома летала. Казалось, ее никак не угнетают груз общения со многими людьми и бесконечная отдача своей энергии, любви, внимания. После смерти Исмаила все изменилось: ее лицо перестало быть счастливым. Но она по-прежнему поет: и на уроках, и дома.

Кстати, о доме. Дети четы Жанатаевых выросли и заняли свою нишу в жизни. Аслижан Муссаевна воспитывает внуков: Роберта и Инала - сыновей безвременно ушедшего Альберта. Инал учится в «Роснефтьклассе» 32-й школы, мечтает стать хирургом. В этом году получил диплом за сочинение на тему «Война в истории моей семьи». Этот конкурс проводило местное отделение Всероссийской политической партии «Единая Россия». А Роберт перешел в седьмой класс, он поразительно похож на деда Исмаила - лицом, мимикой, жестиками, походкой. Занимается в первой музыкальной школе, пре-



Прошедший учебный год был плодотворным для отличника просвещения РФ-учителя балкарского языка и литературы средней общеобразовательной школы № 23 Аслижан ЖАНАТАЕВОЙ. Она одержала победу в конкурсе-фестивале «Родной язык - душа моя, мой мир» в двух номинациях - «Лучшее внеклассное мероприятие» и «Лучший кабинет балкарского языка».

красно поет и декламирует стихи. В математическом конкурсе «Кенгуру» среди шестиклассников республики занял первое место.

«Я педагог и в школе, и дома. Слава Богу, ученики у меня благодарные. Только и успеваю коллекционировать их достижения».

Вот она идет в школу - красивая, улыбающаяся. И никто не знает, что вчера сажала цветы у могил супруга и сына и тихонько напевала их любимые песни. «Что мне помогает жить? Красота! Ее так много кругом. Я учу своих учеников восхищаться, преклоняться, любить. Частенько вдохновенно убираю нашу квартиру до блеска, затем иду на рынок, покупаю много цветов и приношу домой. Нахожусь среди цветов в доме, где жили и живут твои близкие люди, - это очень хорошо. Наплывают воспоминания. Я часто вспоминаю, как после смерти сына мы с супругом писали песни на нашей даче. Это помогало выжить. В слове столько силы и красоты! И в музыке тоже. Понятно, что мои ученики, как и я, пройдут свой жизненный путь. Он не будет усыпан только розами, у каждого из них будет время испытаний. Я хотела, чтобы в тяжелые времена они обращались к магической силе слова и музыки. В самом слове уже заключена музыка. И порою на уроках наступает удивительная тишина: это все мы прикасаемся к чему-то вечному».

Дети, внуки и ученики Аслижан Муссаевны прекрасно говорят на родном языке. «Не пришло разговором о стирании всех границ и что языки малых народов неизбежно умрут. Судьба каждого языка - в руках его носителей. Язык - не только способ общения, это чудо природы. Каждый, кто пренебрегает родным языком, кто не передает его детям и внукам, причастен к убийству своего языка. Да-да, к убийству, потому что язык такой же живой организм, как человек. Мы все ратуем за сохранение живой природы, это правильно. Но мало что делаем, чтобы сохранить и развить родной язык. Мы восторгаемся разнообразием цветов, животных, растений, но почему-то не очень уверены, что все существующие языки нужны. Язык никто не создавал. Он - из вечности. Допустимо ли дар из вечности растапливать, умерщвлять? Однозначно, нет».

Аслижан Муссаевна многим своим ученикам передала любовь к родному языку. Но они переняли у нее не только знания, но и увидели в ней пример жизни не во имя себя, а во имя любимых. И это не менее важно, чем уроки в кабинете.

● Марзият БАЙСИЕВА

## Сначала был Гойко Митич

Недавно по каналу республиканских СМИ прошло сообщение отом, что наш земляк Рамзес ТЛЯКОДУГОВ стал чемпионом мира по бодибилдингу версии NABBA, который завершился на Мальте. По приезде в Нальчик спортсмен дал пресс-конференцию.

По словам Рамзеса, заниматься культуризмом он начал с 15 лет. Толчком к занятиям послужили еще газетские фильмы с участием секс-символа тогдашнего социалистического лагеря Гойко МИТИЧА. «Я, как и многие представители более старшего поколения, - говорит бодибилдер, - восхищался ловкостью, трюками, которые Митич делал без участия каскадеров, и, конечно, его телосложением. К тому времени из океана бодибилдинг уже вошло в культуру, я начал заниматься, и мы питались лишь той информацией, которая доходила до нас, несмотря на ееlezный занавес. Ну а позднее, вздохнув перестройки, хлынул целый поток видеофильмов с участием ШВАРЦЕНГГЕРА, СТАЛЛОНе и других актеров, ставших звездами благодаря своим мускулам. Правда, сей-

час Арнольд Шварценеггер образца тел не попал бы в тройку призеров чемпионата Москвы. Бодибилдинг шагнул далеко вперед по сравнению с концом 80-х годов прошлого столетия, и к спортсменам предъявляются очень жесткие требования». Несмотря на то, что сам чемпион занимается бодибилдингом уже 18 лет, не считает свою фигуру идеальной. «Я делаю различие между мышечной массой и красивым телосложением, - говорит Рамзес. - Профессиональный бодибилдер заботится не столько о красоте и гармонии, сколько об объеме мускулатуры и умеет правильно показать свое тело. Соревнования по бодибилдингу - это прежде всего своеобразная гонка вооружений, и очень часто спортсмены для победы вынуждены жертвовать красотой и даже

здоровью ради результата». На вопросы, касающиеся отношения к употреблению многими культуристами анаболических стероидов, способствующих быстрому росту мышечной массы, Рамзес ответил так: «Буду откровенен, я принимаю стероиды. Вообще фармакология используется в любом виде спорта. Стероиды не являются исключением. Например, по отношению к бодибилдингу, хотя является олимпийским видом. И это несмотря на всякие антидопинговые комитеты. Не забывайте, что спорт сегодня - это не только бизнес, но и политический престиж или иной страны, поэтому, как говорится, все средства хороши». При этом Рамзес отметил, что есть случаи, и они не редки, когда нарастить

мышцы не помогают ни ежедневные утомительные занятия с «железом», ни самые эффективные стероиды. «Если отсутствует генетическая предрасположенность наращиванию мышц, то, что идеальной, ничего не выйдет. Думаю, это замечание будет справедливым в отношении всех без исключения видов спорта», - сказал Рамзес. Сам чемпион из обычной семьи. Отец Рамзеса, уроженец селения Хатуй, работает водителем такси «Бавария». Своим экзотическим именем спортсмен обязан бабушке, которая всю жизнь проработала поваром. Она где-то слышала, что в Египте когда-то правил могущественный фараон Рамзес II, и настояла на этом экзотическом имени. Сегодня Рамзес Тлякодугов работает тренером в «Марке Аврелии» - одном из элитных московских фитнес-клубов. Перспективы развития бодибилдинга и фитнеса в КБР оценивает как очень непло-

хие. «Во-первых, бодибилдинг не требует специального оборудования. Конструировать свое тело можно без дорогостоящих тренажеров и модных залов. Достаточно иметь мотивацию и заниматься регулярно. Вспомните начало 90-х, когда культуризм был на пике популярности. В то время большинство культуристов занимались в так называемых «качалках» - подвалах, гаражах, на открытом воздухе. Хватало самодельной штанги и пары разборных гантелей. Во-вторых, профессиональный бодибилдер должен правильно и качественно питаться, а где найдешь такое разнообразие домашних продуктов питания, как не у нас. В больших городах качество еды, несмотря на цены, гораздо ниже. Но при этом

### ПРЕСС-КОНФЕРЕНЦИЯ



нужно помнить, что профессиональный бодибилдинг - это не только работа с отягощениями, правильное питание и артистизм, необходимый для любого сценического выступления. Это прежде всего дисциплина. Ей подчинено все - и диета, и режим дня. Как и в остальных видах спорта, для того, чтобы добиться результатов, нужно пахать, «как папа Карло», но зато какоюмерное удовольствие не получаете, когда видите первые результаты!»

● Инал ЧЕРКЕСОВ.



# Форум должен стать постоянно действующим



Анжела Кошкокова (в центре) в кругу единомышленников

## «КАВКАЗ-2020»

Первый на Северном Кавказе Всероссийский молодежный форум партии «Единая Россия» «Кавказ-2020» завершился. И теперь, подводя итоги, можно сказать, что он удался и имеет полное право стать традиционным. Волнения и неуверенностью, что подобное мероприятие вообще имеет право на жизнь, уже позади. Во время одной из встреч участниками форума Президент КБР Арсен КАНОКОВ признался, что и сам до конца не был уверен, что его предложение провести встречу российской молодежи именно в Кабардино-Балкарии будет одобрено. Но, как говорится, было бы желание.

## УЧАСТНИКИ И ЧТО ОНИ ДЕЛАЛИ?

Кто стал участником «Кавказа-2020»? Желание было у многих, но лагерь, расположившийся на берегу Курортного озера, смог принять только тысячу молодых людей от 18 до 30 лет. Хотя в ходе форума было внесено предложение в будущем немного омолодить состав участников. Все они – члены Молодежного правительства или парламента своего субъекта, активисты общественных организаций, молодые предприниматели и спортсмены.

Что делали? Учились занимать активную жизненную позицию, мыслить креативно и быть хозяевами своей судьбы. Не зря же для названия форума был использован год 2020-й. Как раз к этому времени нынешние участники достигнут расцвета профессиональной зрелости. «И вполне возможно, что кто-то из них будет играть в мировой или федеральной политике не последнюю роль», – считают организаторы. А обретать и повышать свои знания форумчанам помогали успешные люди на семинарах, мастер-классах, тренингах и деловых играх. Проводили их не только специально приглашенные для этого тренеры по различным направлениям, но и VIP-гости, на которых форум был богат: депутат Госдумы, член фракции «Единая Россия», олимпийская чемпионка Светлана ЖУРОВА; руководитель Северо-Кавказского Межрегионального координационного совета партии «Единая Россия» Сергей ЖЕЛЕЗНЯК; депутат Госдумы от КБР Адальби ШХАГОШЕВ; летчик-космонавт, Герой СССР Муса МАНАРОВ; депутаты ГД РФ Ольга НОСКОВА и Вячеслав ТИМЧЕНКО. И потом, где бы еще участники форума получили возможность в неформальной обстановке пообщаться сразу с двумя президентами – Кабардино-Балкарии Арсеном Канокковым и Ингушетии Юнус-Беком Евкуровым?!

Обсуждали самые разные проблемы. Но так или иначе они сводились к тому, как сделать жизнь на Северном Кавказе и в целом в России более качественной и какой вклад в это дело может внести молодежь. А главы двух республик в свою очередь отметили, что готовы поддержать любую выдвинутую молодыми людьми идею, если она будет содействовать движению вперед.

## ОТ ПРОЕКТОВ - К ВЫБОРАМ

Последний день форума был посвящен двум важным пунктам. Первый из них – презентация проектов. Было представлено без малого два десятка проектов, касающихся различных сфер жизни. Кто-то планировал открыть коптильный завод в Чечне и в какой-то мере решить проблему с безработицей. Второй делился идеей проведения культурно-массовых мероприятий, главная цель которых – сближение молодежи разных национальностей. Третий рассказывал о том, какое участие «молодогвардейцы» могут и должны принимать в жизни беспризорных детей. По итогам конкурса были выбраны шесть победителей. Среди одобренных и проект 16-летнего Инала КУМЕХОВА из КБР по переработке фруктов в республике.

А пока шла защита проектов, не поддалеку свою работу развернул избирательный участок – выбрали президента «Кавказа-2020». В числе 12 претендентов – единственная девушка из Адыгеи Анжела КОШОКОВА. «Чувствуется дух настоящих выборов. Предоставленная сегодня нам площадка выполнила свою работу на сто процентов. Поэтому я приобрела уверенность, знания, навыки, которые буду реализовывать в жизни, – поделилась она своими впечатлениями. – Я все просчитала и знаю, что на этом форуме не стану президентом. Но за мной пошла люди, а для меня это

уже победа и первый шаг к главной цели – стать первой женщиной-президентом Адыгеи». Сейчас же Анжела – заместитель начальника регионального штаба «Молодой гвардии» в РА, руководитель комитета социальной политики в Молодежном парламенте при Госсовете Хасэ Адыгеи.

Объявили итоги выборов на закрытии «Кавказа-2020». Президентом стал Мухамед ДЫГОВ из Кабардино-Балкарии, который выдвигался от коалиции шести делегаций форума – КБР, Адыгеи, КЧР, Краснодарского края, Ростовской области и Калмыкии. «Моей основной программой стала модернизация учебного процесса, потому что на форум приезжают люди с разным уровнем знаний и подготовки», – отметил он.

## МЫ НЕ ПРОЩАЕМСЯ...

Прощалась погода с участниками форума дождем, который усилился ближе к торжественному закрытию и уже лил как из ведра. Но это не испортило настроение ни форумчанам, ни участникам концертной программы.

«Надеюсь, ваши идеи будут реализованы в будущем во благо Кавказа и России. Я уверен, друзья, которых вы обрели здесь, останутся с вами на всю жизнь. Кабардино-Балкария не прощается с вами, она говорит до скорой встречи», – первым обратился к участникам форума заместитель Председателя Правительства КБР Кязим УЯНАЕВ. Сергей Железняк поздравил всех с тем, что первый молодежный лагерь на Кавказе состоялся. А Адальби Шхагошев еще раз подтвердил мнение участников и организаторов, что форум должен стать постоянно действующим на Северном Кавказе. А какая именно республика возьмет инициативу, мы узнаем в следующем году.

● Алена ТАОВА.  
Фото автора

## ТАЙМ-АУТ

Реклама – двигатель всего! Чтобы июльским вечером собрать полный зал гостей в одном из самых популярных ресторанов республики – «Лашин», понадобилась всего лишь хорошая реклама. Но надо признать, что предлагаемая программа вечера была достойной – шуткали, к нам приехала команда популярного шоу телеканала ТНТ «Comedy woman»! Нет, не шутка, точнее не одна шутка, а целое море юмора!

## ЖЕНСКОМУ ЮМОРУ БЫТЬ!

Несколько лет подряд мы их видим в телевизионных передачах и знаем по именам персонажей. Среди них – наша землячка, пятигорчанка Елена БОРЩЕВА (Елена Хульевна Санта-Мария Герра). Эта команда ломает устойчивое мнение мужчин о том, что женского юмора не существует. Еще как существует! Во всяком случае, с появлением «Comedy woman» в России исчез пробел в этом пункте.

Менее чем через полчаса с тех пор, как мы расположились за своими столиками, прозвучала знакомая мелодия, и на сцене появился ведущий женского шоу Дмитрий ХРУСТАЛЕВ, сразу попросивший аплодисментов. На протяжении всего вечера он героически выжимал их из зрителей, которые в свою очередь иногда все-таки хлопали, ведь на сцене одна за другой появлялись все участницы шоу (за исключением Натальи Андреевны, в чей контракт гастроль не входит: девушка плохо переносит перелеты). Конечно, в каждой команде есть лидеры. В «Comedy woman» они видны сразу. Было очень приятно, что мой любимый персонаж Наталья МЕДВЕДЕВА, как и на ТНТ, показала свой темперамент, поэсса и светская алкогольница мадам Полина была в ударе, а секс-символ программы Екатерина ВАРНАВА, она же – хореограф шоу, и на самом деле оказалась очень высокой, стройной и энергичной. Изображая женщину-кошку, Медведева пошла на контакт с залом, выделила одного из зрителей по имени Аслан, подошла к нему и по-кошачьи полюбезничала. «Она вас пометила», – прокомментировал ведущий.

Говорят, что экран прибавляет килограммов пять. Это правда – и та же Медведева, и «простая русская баба» Татьяна МОРОЗОВА, и «Мяша-гопник» Мария КРАВЧЕНКО – все они хрупкие и совсем невысокого роста. Даже мамка Екатерина (Old) Скулкина казалась чуть-чуть меньше, чем на экране. Зато энергия в каждой бьет через край. Девушки шутили, танцевали и пели. Их, возможно, подводил только... юмор. Видимо, все-таки тексты для женского шоу пишет мужчина, потому что грубовато-пошло звучат многие реплики из уст милых актрис. Но была в программе сценка «Супермаркет любви» – пародия на поющие девичьи группы, где очень ярко сыграла Мария Кравченко. Пародия, на мой взгляд, очень удачная и для шоу, и для зарождающегося женского юмора.



Приятно, что гости успели у нас чуть-чуть освоиться – в сценке «Пресс-конференция» группа «журналистов», которую составили сами же актрисы, задавала вопросы участницам «Супермаркета любви» от газеты «Чегемская сауна», журнала «Нарт хэку» и т.п.

Слегка апатичные в начале зрители постепенно разогрелись – то ли от шутки, то ли от выпитого и поддерживали выступающих. Кстати, многие пришли семьями. Ведущий объявил, что в зале два олимпийских чемпиона – Мурат КАРДАНОВ и Асланбек ХУШТОВ. Чемпионы весь вечер смеялись от души.

С нами за столом сидел 14-летний Азамат, учащийся нальчикской 23-й школы. Он смотрит все выпуски передач «Comedy woman», мечтал на свой день рождения попасть на съемки программы в Москву – не получилось, но вечер в Чегеме оправдал его ожидания. Сразу после завершения вечера (было приятно, что, как и на телесъемках, где девушек просто заваливают цветами, всем участницам подарили огромные букеты роз от хозяйки ресторана) юноша отправился за автографами любимых актрис – афиши с фотографиями были заранее приготовлены организаторами – рекламным агентством «Прайм» и продюсерским центром «Гамма».

● Дина ЖАН.  
Фото Элины Караевой



# ТРУД И ПОИСК

ПРОФЕССИОНАЛЫ

Глядя на выставленные в витринах галерей изделия местных кузнецов-оружейников, удивляешься умению этих людей делать из куска металла произведения искусства. Вот уж действительно закон отрицания отрицания - превращение уродливой, холодной стали в блистающий клинок.

В чем-то были правы наши предки, считая кузнецов колдунами. Не видя всех этапов превращения стальной заготовки в конечный продукт - меч, серп, цепь, легко было поверить в сверхъестественные способности мастера. Побывав в кузне Анзора ГЕТАЖЕЕВА («Джатэжэй» в переводе с кабардинского - «маленький меч») и проговорив с ним больше часа, окончательно для себя уяснил, что никакой мистики здесь нет. Ремесло кузнеца - это прежде всего тяжелый физический труд и постоянный поиск.

«Интерес к кузнечному делу у меня возник после знакомства с одним из лучших наших мастеров - Каншоби БОРИЕВЫМ, - говорит Анзор. - Это произошло семь лет назад. Я пришел, чтобы заказать нож, потом пришел еще раз - но под каким-то другим предлогом. На третий раз спросился у подмастерья. Стал понемногу овладевать азами ремесла. Таки пошло. Со временем прибавился интерес к реконструкции традиционного национального оружия».

Слушая Анзора, я думаю о параллелях между его фамилией, которая переводится с кабардинского как «маленький меч, сабля», и родом занятий.

«Эта работа требует большого терпения, - говорит Анзор, - так как реконструкция предметов подразумевает прежде всего восстановление рецептур и оптимизацию технологий. Вообще, говорить о чистой реконструкции неправильно. Каждый мастер волей-неволей вносит что-то свое».

В словах Анзора все чаще появляются специальные термины, и беседа наша медленно, но верно уходит в частности. Мне как дилетанту все чаще приходится перебивать его просьбами разъяснить тот или иной термин. В конце концов, я отступаю на более или менее знакомую «территорию» и спрашиваю: правда ли, что секрет дамасской стали не раскрыт до сих пор?

«Возможно, в начале средних веков технология «дамаска» и держалась в секрете, - говорит Анзор, - но позднее ею овладели многие оружейники в Европе, и на Востоке. Разнятся лишь виды дамаска. Один мастер сваривал

и скручивал, например, три слоя, а другой - тысячу. В столице Сирии и сегодня существуют разные технологии изготовления клинков. Намного больше секретов хранит история создания булата, который часто путают с дамасской сталью. Особенно этим грешат американские исследователи. Но дамаск - это сварная сталь, а булат - сталь литая. Известно несколько ее видов. В средневековье был распространен индийский булат. Есть персидский и черкесский. Сегодня правильные булаты могут делать единицы. Известный исследователь кузнечного ремесла Павел АНОСОВ собрал почти все известные на сегодняшний день образцы булатной стали. Однако ни один из известных ему технологий так и не смог освоить до конца. Причина неудачи Аносова заключалась в том, что руда, добытая, например, в Иране, отличалась от добытой в Индостане по своему химическому составу. Жадная до восточных секретов средневековая Европа, получив технологию изготовления одной из разновидностей булата - «индийского вутца», - не учитывала эти нюансы, и выкованные европейскими мастерами клинки разваливались после нескольких ударов».

В разговоре мы вновь возвращаемся к Кавказу и реконструкции традиционного оружия. Анзор говорит, что реанимировать рецептуру изготовления настоящего черкесского булата можно. В московских музеях и частных коллекциях есть оригинальные образцы. Дело, как всегда, за деньгами. Нужен спектральный анализ - очень дорогостоящий, а все остальное - дело техники и желания.

«Это нам под силу, - говорит Анзор, - наши кузнецы могут многое, но, к сожалению, вынуждены отвлекаться на решение повседневных насущных проблем. Вот в Дагестане оружейное дело поставлено давно и надежно. Весь рынок заполнен изделиями тамошних мастеров. У нас же этим занимаются очень немногие, но наша стучная работа по своему качеству и примененным технологиям оценивается выше. Одним словом, там - это



Тембулат Кереефов и Анзор Гетажеев (справа) в кузне

бизнес, а здесь - искусство, и для работы нашим мастерам требуются лишь сталь, горн, уголь, молоток и наковальня. В самом примитивном горне изогнеупорного окрипча можно довести температуру горения до 1200 градусов».

Анзор отмечает, что все сказанное о черкесском булате и искусстве черкесских оружейников имеет под собой документальную почву. Он говорит, что в сборнике материалов «Кабардино-русские отношения» содержится сведения о приглашении в Астрахань из Кабарды мастеров по варке стали.

«Сегодня, по папав под влиянием политической конъюнктуры, многие ученые стремятся во что бы то ни стало закрепить тот или иной вид оружия или технологию его изготовления за каким-то одним народом, - говорит Анзор. - Я думаю, что к вопросам этнического авторства нужно подходить, основываясь на принципах историзма и здравого смысла. Нужно учитывать и географию, и взаимовлияние культур. Об относительной «чистоте» того или иного явления или технологии можно говорить в случае многовековой географической, политической, следовательно, и культурной изоляции. Как, например, в случае Японии или Китая. Доступ европейцев в арабов эти страны долгое время был закрыт, а позднее строго ограничен. Этим объясняется специ-

фика местных технологий и изделий. Но изоляция культурно-историческом пространстве всегда негативно сказывается на прогрессе. И здесь оборотной стороной самобытности является техническая отсталость. Народы взаимно обогащались и продолжают обогащаться культурно и технологически благодаря общению. Изоляция сыграла со многими странами злую шутку. Китайцы изобрели порох, но, надеясь на изоляцию, использовали его лишь для устройства фейерверков. Общавшись со всем миром европейцы совершили благодаря китайскому изобретению революции в военном деле и в конечном счете поставили на колени сам Китай».

За пять лет, которые Анзор Гетажеев работает самостоятельно, он успел не только заслужить уважение коллекционеров, регулярно приобретающих его изделия, но и обрести единомышленников. В одном с ним цехе работают и опытный кузнец Арсен ХАШХОЖЕВ, и молодой историк Тембулат КЕРЕЕФОВ. Выкованные ими клинки и другие изделия сегодня можно увидеть не только на прилавках антикварных магазинов, но и в музейных витринах.

На традиционный вопрос о дальнейших планах Анзор отвечает уклончиво: «Будем и дальше изучать литературу, спорить о технологиях, искать, одним словом».

● Инал ЧЕРКЕСОВ



## СЕМЕЙНЫЙ АЛЬБОМ

# Он заменил мне отца

Пока человек жив, мы думаем, что он всегда будет рядом с нами. Но, к сожалению, у судьбы свои планы, изменить которые мы не в силах. С этим нам пришлось столкнуться совсем недавно, когда потеряли близкого и очень дорогого человека - Станислава Мухтаровича СОНОВА, родного брата моей матери. Он мой дядя. Но я всегда относилась к нему как к родному отцу. Так получилось, что мне исполнилось всего четыре года, когда мама из Черкесска, где я родилась, вернулась к своим родителям в Кабардино-Балкарию. Жили мы с бабушкой и дедушкой, а мой дядя заменил мне отца. Все светлое и доброе, что есть в моей жизни, неизменно связано с этим человеком. Для меня, да и для всех, кто знал Станислава Мухтаровича, он был непререкаемым авторитетом. Об этом говорит вся его жизнь.

Родившись в поселке Кашатау в семье, где труд ценился превыше всего, он выбрал профессию инженера-механика. Но работать начал очень рано - задолго до поступления в институт - учеником слесаря-сборщика трансформаторов. То, как он ответственно относился ко всему, за что бы ни брался, не осталось незамеченным. А потому его карьера быстро пошла вверх. Сначала слесарь по ремонту

автомобилей в Автотранспортной конторе по туризму и экскурсиям. Затем назначение на должность главного инженера. В 1989 году стал заместителем директора ТК «Нарт». В 1995 году - директором АТБ «Турист». Через год - руководителем Дирекции канатно-кресельных дорог ОАО «Каббалктурист». В 2005 году его назначают директором ООО «Экскурсионно-оздоровительного комплекса «Нальчик-

Тур». На протяжении всех этих лет его неоднократно награждали почетными грамотами за добросовестный труд. «Добросовестный» - это слово, как ни одно другое, характеризует его отношение ко всему - к работе, родным, друзьям, знакомым. Рассказывая о нем, я часто ловлю себя на мысли, что мне трудно подобрать слова, которые в полной мере передали бы, каким он был человеком. У дяди всегда

было много друзей. Это главный признак того, что его любили. Люди знали - он поделится последним, что у него есть. А потому к нему тянулись.

С невероятным трепетом дядя относился и к нам - своим племянникам, считая, что в ответе за нас. Мне легко об этом судить, потому что все мое детство прошло рядом с ним. И во многом благодаря ему я стала тем, кем являюсь сейчас.

В народе говорят, что человек, который щедро делится своей любовью, рано истощает свой жизненный потенциал. А он никогда не жалел ни сил, ни энергии. Дядя ушел из жизни в 54 года. На этой фотографии он вместе со своей семьей - женой Ритой и детьми - Ляной и Кантемиром. Здесь они еще совсем маленькие. Впоследствии Ляна окончила школу с золотой медалью, а затем университет. А Кантемир сейчас

служит в армии. Моему бы дяде жить и наслаждаться счастьем своих детей и нянчить будущих внуков. Но, увы... Для каждого из нас это большая потеря. Прошло почти три месяца, как дяди не стало, а нам до сих пор трудно представить этот мир без него. Но жизнь продолжается, и нам остается только помнить об этом человеке и стараться быть достойными его светлой памяти.

● Марина КВДЗЮКОВА



# КАК НАШ



Человек – единственное существо в нашем мире, наделенное даром осмысленной речи. Но во все времена отношение к этому величайшему дару было неоднозначным. Помните, как еще совсем недавно одной из самых популярных пионерских речевок был лозунг: «Больше дела, меньше слов!» Правда, столь нелестная репутация слова сложилась намного раньше эпохи социализма: даже древние римляне считали, что слова летучи. Великий ШЕКСПИР придерживался мнения, что слова – всегда лишь только слова. Его соотечественник КИПЛИНГ называл слово самым сильным наркотиком из всех изобретенных человечеством. Почти четыреста лет назад ГРАСИАН-и-МОРАЛЕС отмечал, что словами нынче не насытишь, слова – ветер; а через два века Гюстав ФЛОБЕР заявил, что они – не что иное, как отдаленное и ослабленное эхо мысли. Наши современники в суровых оценках заходят еще дальше, как, например, писатель Евгений КАЩЕЕВ с фразой: «Вначале было слово Творения, потом – словотворение, словопрение, словоблудие». Список подобных характеристик можно продолжать долго... и в то же время противопоставить ему столь же огромный перечень противоположных утверждений. ДЕМОКРИТ подчеркивал, что слово часто бывает убедительнее золота, НАВОЙ верил, что «словами можно смерть предотвратить, словами можно мертвых оживить». Другой восточный мыслитель и поэт НИЗАМИ советовал: «Чтоб клады счастья обрести, прибегни ко всемогущим словам». Анатолий ФРАНС не сомневался, что нет магии сильнее магии слов и нет ничего могущественнее слова, а Лев ТОЛСТОЙ говорил, что слово – это поступок.

Мы же, люди третьего тысячелетия, казалось бы, хорошо знаем, что слово и лечит, и калечит, и возвышает, и унижает, и вдохновляет, и убивает, что с его помощью можно многого достичь или многое разрушить. Правда, не всегда помним обо всех этих свойствах. Вспомним некоторые из них сейчас.

## МЕНЯЯ ИСТОРИЮ И ЖИЗНЬ

Человечество знает немало примеров, когда блистательные речи, а то и просто несколько слов су-

щественно меняли ход текущих событий.

Например, известный государственный деятель и писатель Марк Порций КАТОН-старший до конца жизни испытывал настолько непримиримую вражду к Карфагену, что каждое свое выступление в сенате независимо от темы заканчивал словами: «Карфаген должен быть разрушен». И эта настойчивость принесла свои плоды: как известно, в результате пунических войн великий североафриканский город-государство, в конце концов, действительно был разрушен.

Но не только знатные и высокообразованные люди обладали магическим даром убеждения. Ярчайшим доказательством этого служит национальная французская героиня, канонизированная святая Жанна Д'АРК. Кто знает, как сложилась бы европейская история, если бы юной девушке из деревушки Домреми не удалось горячими речами убедить дофина Карла выделить ей как посланнице Неба для освобождения страны от английского господства войска, чтобы снять осаду Орлеана!

Вообще поводы для рождения выступлений, имевших важные последствия, могли быть разными. 19 ноября 1863 года во время гражданской войны Севера и Юга Авраам ЛИНКОЛЬН выступил на открытии воинского мемориального кладбища в Геттисберге, заявив, что поклянется здесь солдаты отдали жизнь, чтобы страна обрела «новое рождение свободы», а «правительство народа, из народа, для народа никогда не исчезнет с лица земли». Эта краткая, всего из десяти фраз, речь не только упрочила славу Линкольна как блистательного оратора, но и стала манифестом американской демократии.

Другой борец за демократию – Георгий ГАПОН, более известный населению СССР как поп Гапон, выступил инициатором петиции петербургских рабочих

Николаю II и шестия к Зимнему дворцу девятого января 1905 года, обернувшегося «кровавым воскресеньем» (когда царские войска расстреляли свыше 140 тысяч человек) и давшего начало первой русской революции.

XX век вообще выдался щедрым на речи, оказывавшие важное влияние на ход истории. Когда после окончания первой мировой войны Индия не только не получила автономию, а продолжала жить под так называемым законом Роуллетта, согласно которому любой индеец мог быть заключен в тюрьму без суда и предъявления обвинения, Махатма ГАНДИ призвал всю страну прекратить работу, надеясь, что в стачке примет участие не менее 200 миллионов человек, и это произошло.

И все же речь ЧЕРЧИЛЛЯ, произнесенная им в Вестминстерском колледже в г. Фултоне в американском штате Миссури 5 марта 1946 года, имела более масштабные последствия, став не просто началом «холодной войны». Одни считали ее стартом борьбы за свободную Европу, другие – разжигания новой мировой войны. А один из экс-президентов США Рональд РЕЙГАН говорил, что из фултонской речи родился не только современный Запад, но и мир на нашей планете.

Но и выступления иного рода также не проходили незамеченными. В 1963 году во время марша 200 тысяч человек на Вашингтон, одним из организаторов которого Мартин Лютер КИНГ выступил, он произнес свою знаменитую речь «У меня есть мечта» («I have a Dream»), и это оказало содействие принятию закона о гражданских правах и присуждению чернокожему общественному лидеру Нобелевской премии мира.

Однако было бы неверно полагать, что для своего успешного воздействия красноречие избирает исключительно глобальный уровень или как минимум государственный. Было множество прецедентов, когда яркая речь оказывала

благодетельное влияние, а иногда и спасала отдельно взятых людей. Конечно, чаще всего такая возможность предоставляется адвокату, одним из самых выдающихся представителей которых еще с конца позапрошлого века до сих пор остается Федор Никифорович ПЛЕВАКО.

Как-то раз перед судом у него поинтересовались, велика ли его защитная речь? На что он ответил, что вся она будет состоять из одной фразы. И когда после обвинительной речи прокурора, требовавшего сурового наказания, настала его очередь, он всего-то и произнес:

– Господа! Вспомните, сколько грехов отпустил вам батюшка за свою жизнь, так неужели мы теперь не отпустим ему один-единственный грех?!!

В другом прогрессивном благодаря ораторскому искусству Плевако деле ему пришлось быть более многословным. Тогда судили старушку, укравшую жестяной чайник стоимостью 30 копеек. Прокурор, зная о том, что защищать ее будет Федор Никифорович, решил выбить почву у него из-под ног, перехватив инициативу. Он сам живописал призрачным тяжелую жизнь подзащитной, заставившую ее пойти на такой шаг, подчеркнул, что преступница вызывает жалость, а не негодование. Но, господа, завершил обвинитель, частная собственность священна, на этом принципе зиждется мироустройство, так что если вы оправдаете подсудимую, то вам тогда по логике и революционером надо оправдать. Плевако же сказал: «Много бед, много испытаний пришлось терпеть России за более чем тысячелетнее существование. Печенег терзали ее, половцы, татары, поляки. Дунадесят языков обрушились на нее, взяли Москву. Все вытерпела, все преодолела Россия, только крепла и росла от испытаний. Но теперь... Старушка украла старый чайник ценою в 30 копеек. Этого Россия уж, конечно, не выдержит, от

Давайте задумаемся, почему испокон веков в любом культурном обществе осуждалась нецензурная брань, более того, существуют языки, в которых просто отсутствует мат. Происхождение мата уходит корнями в глубокую древность. «Скверные» слова в языческих культурах были специальным языком для общения с демонами, некоторые из них были именами демонов, и древний человек, произнося эти слова, призывал их к себе на помощь. Колдуньи использовали сквернословие в наговорах, насылая проклятия и порчу на людей. Эти «психовирусы» достались нам вместе с геномной памятью. Употребляющие мат, сами того не подозревая, призывают зло на себя и на своих близких. Кроме того, пробужденная в подсознании информация о сексуальных извращениях (русский мат связан именно с этим) воздействует не только на нравственность, но и на физиологические процессы, определяющие зарождение нового человека, его психические, физические и нравственные параметры. Вывод простой: у матерщинника не может быть здоровых, красивых и успешных детей. Он губит не только себя и свою жизнь, но и порождает несчастное и ущербное потомство.

Все мировые религии осознают великую силу слова. Коран говорит: «Если Он (Аллах) пожелает чего-либо, то скажет «Будь!», и это возникает» (Коран, 36:86). Библия сообщает: «Вначале было Слово, и Слово было у Бога, и Слово было Бог» (Иоанн, 1:1). Буддизм пошел еще дальше и разработал четкую и простую систему – праведное дело, праведное слово и праведная мысль, которые стали краеугольным камнем этой религии.

Давайте заглянем в историю России. Еще какие-то двести-триста лет назад проблемы массовой матерщины на Руси не существовало. Это объясняется не столько деликатностью населения, сколько политической государственности, ведь по Со-

сквернословие – это речь, наполненная лексикой телесного низа. Вирус сквернословия – это не просто лексика, а жесткие нормы, которые считаются матом средством эмоционального воздействия. Остается только выяснить, кто о-

## ПОГОВОРОК О НЕНОЛКСИ

борному уложению за использование непотребных слов налагалось жестокое наказание – вплоть до смертной казни. Но когда первый модернизатор российской жизни Петр Первый ввел пьянство в обиход России, грубая брань зазвучала в кабаках и на улицах городов. Дальше больше. В XIX веке сквернословие из ругани постепенно превратилось в основу речи фабричных рабочих и мастеровых. После революции 1917 г. мат органично вошел в лексикон политических деятелей и, наконец, перед самой перестройкой взял еще одну ступень – его подхватила интеллигенция. Если бы мы могли видеть тонкие энергетические структуры страны, непременно заметили бы катастрофические изменения энергетического поля. Здесь речь идет уже не только о духовном здоровье нации, но и физическом. Какая связь с матом? Поясно. Сейчас этот вопрос интересует не только гуманитариев.

В конце XX века японский ученый Масару ЭМОТО сделал гениальное открытие, доказав, что вода воспринимает информацию и может менять свою молекулярную структуру под влиянием слова и мысли. Благодаря этому открытию становится понятным механизм магических обрядов, связанных с заговорами или молитвами. Человек, который состоит из воды более чем на 60 процентов (в детстве – на 95 процентов), подчиня-

# ТЕ СЛОВО ОТЗОВЕТСЯ...

Суть данного метода отражена в названии. Слово «нейро» отражает тот факт, что все психологические процессы связаны с нервной системой. «Лингвистическое» означает важность речи в обработке и классификации метода. Программирование указывает на взаимосвязь технических и лингвистических составляющих.

НЛП включает в себя большое количество техник. В качестве примера можно привести одну – рефрейминг, основа которого заключается в переименовании проблемы, для чего достаточно просто сместить внимание на другие стороны проблемы и предложить клиенту новый взгляд на ситуацию. Так проблему можно переименовать в задачу, и она уже не нависает: к проблеме относятся куда более серьезно, чем к задаче, которую можно решить сейчас, позже или вообще не решать. А тот, кто имеет излишний вес, например, вовсе не толстяк, а солидный здоровяк.

А если говорить в целом, то нейролингвистическое программирование предлагает системный подход к любой ситуации, который лежит в основе разумного жизненного уклада. В популярной форме его можно выразить в следующих постулатах:

Одним из самых популярных учений последних лет является нейролингвистическое программирование. Войдя в моду и пребывая у всех на устах, суть НЛП, тем не менее, остается для многих неизвестной. Раскрыть эту суть, важное место которой принадлежит слову, нашим читателям поможет психолог Нелля САРКИСЯН.

## Переименовать проблему в задачу

У каждого человека есть так называемая карта, то есть его личное представление об окружающем мире и событиях. Для создания этой карты необходимо отобрать нужную информацию, общаясь с людьми, помня, что у каждого из них своя карта.

Сознание, тело и язык – части одной единой системы.

Весь наш жизненный опыт закодирован в нервной системе. Мы помним все события, которые с нами происходили, все чувства, вызванные этими событиями, все, что мы видели или слышали.

Субъективный опыт можно разделить на образы, звуки, ощущения, вкус и запах, то есть также закодированный жизненный опыт.

Не бывает поражений – бывает только обратная связь. Вся наша жизнь – игра. А люди ищут в играх победителей и побежденных. Даже если, играя, получили удовольствие, а победил кто-то другой, они страдают. Между тем каждая новая игра дает нам огромное количество полезной информации, знаний, и это обратная связь. Поэтому мы не проигрываем, а получаем возможность набраться опыта и знаний.

Любое поведение – выбор наилучшего варианта из тех, которые имеются в данный момент. Все, что мы делаем, – результат нашего выбора, а для себя мы плохого не выберем.

Каждый из нас располагает всеми необходимыми ему ресурсами. Ресурсы имеют особенность: они работают тогда, когда их замечают и начинают ими пользоваться. И, кстати, если заняться поиском, можно обнаружить в себе их немалое количество.

Вселенная – дружелюбная среда. Каждое событие, которое происходит с нами, дает нам Вселенная. Кто-то с благодарностью принимает и пользуется тем, что она дает, а кто-то называет это ударами судьбы и оплакивает их.

Можно сказать, что, используя такую жизненную философию, легче стать успешным человеком, если при этом получится правильно ставить цели и выработать реальную стратегию достижения цели. С помощью этой методики можно оценить деятельность человека и произвести в нем глубокие и устойчивые изменения; за довольно короткий отрезок времени помочь преодолеть психологические проблемы; устранить нежелательные привычки; наладить общение и взаимопонимание.

олненная неприличными выражениями, непристойными словами, сквернословия распространяется все дальше и дальше. Сейчас нескрин, пронизывая страницы массовых изданий. Более того, мультимедиа и знаменитых знаменитостей к «своим» и пр. ни, эти свои.

## ОРИМ ОРМАТИВНОЙ КЕ



ясь физическим законам, либо улучшает, либо ухудшает свою водную структуру.

О безусловном влиянии сквернословия на все живое говорят следующие факты. Группа российских физиков проводила исследования энергетического влияния речи (в том числе брани) на растения. Результаты ошеломляют – «обруганные» матом семена погибли, а выжившие стали генетическими уродцами, не способными программировать развитие здоровой жизни. Во второй части эксперимента исследователи воздействовали на поврежденные растения добрым словом и были вознаграждены

– процесс мутации был остановлен, разорванные хромосомы и спирали ДНК восстановились.

Еще пример. Представители естественных наук в России более 17 лет ведут наблюдение за двумя группами испытываемых. Многолетние наблюдения показали, что у сквернословов гораздо быстрее появляются возрастные изменения на клеточном уровне и различные хронические заболевания по сравнению со второй группой, в которой «крепкие» слова не использовались. Разгадка этого в том, что ДНК способна воспринимать человеческую речь по элек-

тромагнитным каналам. Одни сообщения оздоравливают гены, другие травмируют. Хорошие слова, молитва, спокойная музыка пробуждают резервные возможности генетического аппарата, в то время как проклятия, матерщина, брань вызывают необратимые мутации. Содержание речи, как выяснилось, непосредственно влияет на человеческий геном, особенно страдают гены воспроизводства. (Не в этом ли причина резкого снижения рождаемости?). Хромосомы начинают активно менять свою структуру, и в молекулах ДНК начинает вырабатываться отрицательная программа. Накопление всего этого может быть названо программой самоликвидации. Эффект, производимый бранными словами, может быть сравним с эффектом радиационного облучения. К сожалению, сквернословие как вид информации отражается не только на здоровье тех, кто ругается, но и тех, кто вынужден слушать брань. Так что покончить с нацией можно и без оружия, с помощью одних только цензурных слов. Что, по-моему, уже и происходит.

И пусть матерщинники не утешают себя иллюзиями. Они не выглядят свободными и бесстрашными. Это жалкие хамы со скудным словарным запасом, не умеющие ориентироваться в ситуации эмоционального подъема. Пусть они не думают, что грубость скрывает их уязвимость и защищает. Наоборот. Их слабость и глупость всем видны. Ведь слово – не простой набор звуков. Оно способно очень многое рассказать об их душевном здоровье.

Сквернословие – жалкий удел тех, кто не знает своих возможностей, которые даны нам Свыше, кто сомневается в том, что человек способен сам творить жизнь по своему желанию и усмотрению. Если же вы решили взять судьбу в свои руки и стать здоровым и счастливым, помните о великой силе слова.

● Елена АХОХОВА, профессор СКГИИ



Все, кто занимается аутотренингами и самовнушением, знают, что слово – это не только оружие против других, но и главное средство помощи себе, использовать которое может каждый.

Но вначале, советуют эксперты данной практики, необходимо избавиться от негативного самовосприятия, так как оно лежит в основе формирования бессознательных патогенных процессов. Негативный самогипноз способствует формированию образов и мощному самовнушению. Поскольку подобное негативное мышление не является осознанным и сам этот процесс ускользает от критики, оно является гипнотическим.

Поэтому срочно надо всем буквально с сегодняшнего дня и с этой минуты перестать говорить себе: «Я ничего не стою», «У меня никогда не получится», «Я никогда не смогу, не достигну этого», «Я глуп(а), некрасив(а), бездарен(на)» и перейти на гетеротренинг (словесное внушение), являющийся, по мнению специалистов, незаменимой на начальных этапах техникой саморегуляции. Меняйте негативное мышление и ложную самооценку на мышление позитивное, уберите частицу «не» и слова с негативным контекстом по отношению к себе, и вы все сможете, у вас все получится, вы станете самыми умными, красивыми, талантливыми и для себя, и для других.

● Материалы разворота подготовила Наталия ПЕЧОНОВА



Между

нами,

девочками

## ИЗ ПУСТОГО В ПОРОЖНЕЕ

Приветствую всех поклонников странички «Между нами, девочками». В ваших рядах прибавление. Я часто читаю, но не пишу. А теперь хочется поделиться своими размышлениями и проблемами. Дело в том, что мой парень - настоящая зануда. Я так возмущена его поведением, что меня переполняют эмоции. Он воспитанный, умный, галантный человек, к тому же с хорошим доходом. Я была бы готова полюбить его, но своими бесконечными звонками просто надоел мне.

Понятно - он скучает, поэтому звонит. Но не так же часто! Не может понять, что у меня есть своя жизнь, в которой много

места занимают учеба, родители, друзья. Ему кажется, что я сутки напролет должна только с ним разговаривать по телефону. Если бы он еще рассказывал что-то интересное. А то звонит и задает одни и те же вопросы: «Как дела?» «Что ты делаешь?» Ну, скажу я ему, как у меня дела и что делаю. Дальше-то что? Нам даже разговаривать не о чем, потому что успели узнать друг о друге все. А сидеть с трубкой и томно вздыхать уже надоело. Иногда я вообще отключаю телефон. Тогда он приезжает и устраивает скандал. Даже не знаю, что мне делать?

Карина

## ДОПУСТИМАЯ СТЕПЕНЬ ОДИНОЧЕСТВА

ОТ МАЛЬЧИКОВ

Мне 14 лет. Позднее лето. Я иду с Ольгой из параллельного класса за сникерсами. Мы встречаем Аллу. Алла была полной и некрасивой и дольше всех натягивала в школьной раздевалке свой немодный брезентовый плащ. Но сейчас на ее щеках и очках вздрагивал отблеск букета из семи, из девяти, нет пятнадцати алых роз, и оттого лицо жило совершенно отдельной жизнью. «Откуда цветы?» - «Допустим, подарили», - шепчет Алла невнятно, но гордо. И весь этот школьный день взрывается вместе с первым звонком.

Мы уже не глумимся над старухой Извергиль, т.е. Извергиль и даже не шепчем жеманному преподавателю физики слово: «Противный» - обсуждаем Аллу и жеманно одноногого ее воздыхателя. Я видел ее еще два раза с цветами. Однажды с редкими фиолетовыми гладипулами и еще раз с гвоздиками. Потом я ее внезапно встретил возле цветочного магазина...

Она так торопилась убежать от одиночества, что в десятом классе вышла замуж за миллионера. Теперь трясется в его старом бобике, с каждым подпрыгива-

нием роняя в пыль остатки своей светлой цветочной грусти...

И вот сейчас я сам, как барон Мюнхгаузен, тащу себя за волосы из этого болота под названием «одиночество». Почему так случилось, рассказывать не буду - не к лицу как-то гордому кавказскому парню жаловаться. Меня интересует другое. Понимаю, что на самом деле все в той или иной степени одиночки, но как узнать допустимую степень одиночества? Как понять, что наступила та точка, после которой человек может сойти с ума?

Без подписи

## НЕСПРАВЕДЛИВОСТЬ ЖИЗНИ

В гляцевых журналах часто можно увидеть статьи о жизни звезд эстрады. Иногда интересно почитать интервью с ними, узнать об их жизни, предпочтениях, мыслях на ту или иную тему. Но мне совершенно неинтересно, а иногда даже раздражает, когда они печатают фотографии своего домашнего интерьера. Дескать, посмотрите, какие хоромы мы можем себе позволить! Возможно, я завидую. Но зависть - не главное чувство, которое испытываю при виде подобной роскоши. В такие моменты думаю о несправедливости. Посмотрите, какие бездарные певички заполнили нашу эстраду! Они и петь-то не умеют, а получают колоссальные деньги за свою красоту и умение толкаться локтями. Обычный рабочий, который сутками трудится на производстве, никогда не увидит такого богатства и комфорта. Это же несправедливо!

Дана

## НЕОБХОДИМО ОБЪЕКТИВНОЕ МНЕНИЕ

Здравствуй, «Горянка»! В предыдущем номере вашей газеты Сэм («Спросите друзей») пишет, что те, кто просит совета через газету, поступают неправильно, что им просто не с кем советоваться, потому что нет друзей. Не соглашусь с подобным мнением. Иногда бывают ситуации, когда хочется поделиться и спросить совета у совершенно незнакомого человека. К примеру, если я не хочу, чтобы родные и друзья знали о моих проблемах с парнем, а услышать мнение постороннего очень надо. Не пойду же я в парк просить совета у первого встречного. В таких ситуациях подобные рубрики очень помогают. Так что зря Сэм осуждает тех, кто спрашивает совета у читателей газеты. Возможно, кто-то даст дельный совет. К тому же со стороны ситуация всегда виднее, незнакомого человек рассуждает объективно.

А.К.

Почему мужчины любят говорить неправду? Этот вопрос я стала задавать себе с тех самых пор, как стала встречаться с парнями. Они лгут все время - по поводу и без. Я думала, мой последний парень будет лучше других. Но он оказался еще хуже.

## НЕ НАДО ЛГАТЬ

Когда он гуляет со своими друзьями, почему-то говорит, что в гостях. Зачем? Я же не упрекаю его этим? Сказал мне, что ему очень понравились мои родители, а сам всем говорит, какая у меня мама вредная. Опять же зачем? Я ему не навязываю своих родителей и не заставляю любить.

Иногда, как он сам признается, говорит неправду для разнообразия, чтобы скучно не было. А я очень люблю эту черту в людях. Есть ложь во благо. Все остальное - глупость и безответственность.

Людмила

Свои письма вы можете присылать по адресу: г. Нальчик, пр. Ленина, 5, Дом печати, или на наш электронный адрес: [gazeta-goryanka@list.ru](mailto:gazeta-goryanka@list.ru). У «Горянки» на сайте [www.goryankakbr.ru](http://www.goryankakbr.ru) есть и гостевая. Ждем вас!

## ЧТО С МОИМ ЧУВСТВОМ ЮМОРА?

Все говорят, что я лишена чувства юмора, поэтому со мной очень трудно дружить. Сначала мне это говорили родственники, потом подруги, а теперь и муж. В детстве меня брат пугал страшными масками, а когда я начинала плакать, говорил: «С тобой невозможно играть. Ты шуток не понимаешь». В школе одноклассницы от имени мальчика, который мне нравился, написали записку с приглашением на свидание. Я пришла, а вместо него за памятным прятались девочки и смеялись над моей доверчивостью. Я, естественно, шутку не оценила и месяц обижалась на них. В ответ они сказали, что я - зануда.

Так же глупо шутили институтские подруги. А теперь и муж присоединился к ним. Разве смешно, когда собственный муж присылает тебе на электронный адрес любовное письмо с чужой подписью, чтобы посмотреть на твою реакцию? Я несколько дней ходила как в воду опущенная и думала, кто бы это мог быть и что подумает по этому поводу муж? Потом, когда все ему рассказала, он долго смеялся и сказал, что шутки созданы не для меня. Неужели я на самом деле такая скучная, сухая и совершенно лишена чувства юмора? С другой стороны, мне очень близок английский юмор, а вот глупые и жестокие шутки вообще не приемлю. А может, это окружающие меня люди совсем не умеют шутить?

Алина



# «Веерные подключения»

Назвать точное место и время появления этого аксессуара затруднительно (в средние века в Европе бытовала легенда, гласившая, что Ева после грехопадения и осознания своей наготы, смущенная пристальным взглядом Адама, сорвала с дерева ветку и стала обмахиваться ею). Достоверно известно только одно: это было на Востоке, где веер являлся одним из атрибутов царского достоинства. Неслучайно, японская легенда гласит, что три тысячи лет назад использовать большой зеленый лист для обмахивания своей монаршей персоны впервые догадалась одна молодая императрица.

Правда, в Древней Корее у веера нашлось другое применение. Дело в том, что холодное оружие было запрещено при дворе правителями Кореи из страха перед наемными убийцами. Поэтому все, что имело основания опасаться за свою безопасность, а это могли быть и придворные дамы, и философы, и императорские чиновники, использовали веер не только как вентиляционное средство. Они прекрасно знали боевые характеристики веера и могли не только обезвредить им противника, но и убить его. Преимущества этого необычного оружия включали в себя компактность и легкость. Поскольку веером пользовались многие в общественных местах, он не привлекал внимание и служил скрытым оружием, так как при необходимости его можно было прятать в складках широких рукавов платья.

Пожалуй, только в этом государстве у веера были столь грозные

К последним инновационным свершениям, безусловно, стоит отнести сыворотки. Это слово, ассоциирующееся с молочным производством, гематологией или вакцинацией, для женщин во многих частях мира означает лучшего друга их красоты, эффективность которого является вполне конкурентной интенсивно-терапевтической альтернативой хирургическому вмешательству. Неслучайно сегодня сыворотки являются неотъемлемым артикулом ассортимента почти любой косметической компании.

Сыворотка (она же концентрат, эликсир или активный комплекс, а в английском языке называется serum) представляет собой косметический продукт с повышенной концентрацией биологически активных веществ, способных мгновенно проникать в глубинные слои кожи, незамедлительно реагирующей на это самым благодарным образом. И это притом, что сыворотки мгновенно впитываются, не оставляя на коже неприятных ощущений. По своей консистенции сыворотка для лица легче, чем крем, за счет большего количества силикона. Вообще, активных веществ - витаминов, антиоксидантов, увлажняющих ком-

Экваториальная жара, воцарившаяся этим летом, способствовала массовому распространению хороших забытых старого веера. Назвать его хорошо забытым можно потому, что, не считая знаменитого Карла ЛАГЕРФЕЛЬДА и дам пенсионного возраста, еще совсем недавно веером мало кто пользовался. Хотя представители старшего поколения, наверное, помнят, как лет 25-30 назад бумажные веера можно было часто встретить в Нальчике. Сейчас уже трудно сказать об их происхождении, но ориенталистская графика тех маленьких опухал (наиболее распространенным рисунком на них было изображение цветущих деревьев) была выполнена вполне в духе самых первых вееров.

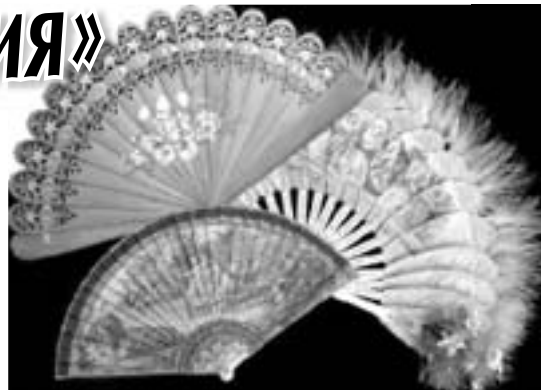
Практические функции, в остальных странах долгое время он имел исключительно символический и декоративный характер. Например, ассирийцы и египтяне считали веер символом власти и рая, это переняли у них древние греки, у которых веер считался атрибутом богини любви Афродиты, и римляне, благодаря которым даже появился новый род занятий. В Древнем Риме веер, называвшийся «флабеллум», претерпел некоторое изменение: его делали с очень длинной ручкой, что иногда требовало использования «флабеллиферов», то есть рабов, изучивших искусство размахивать веером грациозно и деликатно.

После падения Римской Империи наступило долгое «веерное отключение», и свою блистательную карьеру этот атрибут возобновил только в эпоху Ренессанса. Непосредственно для вееров возрождение наступило в период золотого века живописи в XVI веке, когда знатные дамы любимице позировали художникам со своим любимым веером. Благодаря этому снимку мы можем получить полное представление о веерной моде тех лет. Кстати, Елизавета I установила

интересный обычай, согласно которому королева от своих подданных может получать единственный подарок - веер. Поэтому она была названа покровительницей вееров и на многих картинах, запечатлевших ее царственную персону, изображена с разнообразными веерами.

В качестве материалов для вееров использовались шелк, кожа, пергамент, плотная бумага, перья павлина, на смену которым впоследствии пришли страусиные перья. Пластинки для веера, который носили на золотой цепочке, подвешенной к поясу, нередко делались из перламутра и украшались росписью или гравировкой.

В XVII-XVIII вв. - в период веерного бума все больше использовались драгоценные камни, золото, серебро, эбеновое дерево, панцирь черепахи, а сами веера становятся настоящим предметом искусства, расписывать которые не брезговали БАТТО, БУШЕ и другие знаменитые живописцы, правда, приблизительно тогда же появились и веера с пикантными рисунками, запрещенными для детей. Кроме того, существовали веера со стихами, веера-меню, ве-



ера-пригласительные билеты, веера-программки, выдававшиеся при входе в театр, и даже веера-географические карты. А светским дамам тех лет, особенно не обремененным строгими моральными устоями, веер помогал общаться без слов! Например, если его резко складывали, это означало: вы мне неинтересны! Веер, направленный широким концом к собеседнику, означал согласие на флирт, а описываемая дуга узкого конца сложеного веера предупреждала: за нами следят... Полностью раскрытый веер означал свидание в доме кавалера; раскрытый и резко сложенный - свидание у дамы. А если она дважды стучала по третьей створке своего веера, то давала знать, что состоится свидание в два часа в среду.

Кроме зеркал, позволявших наблюдать за интересующим объектом, находящимся сзади или сбоку, не поворачивая головы, в вееры вставляли увеличительные стекла, чтобы можно было лучше рассмотреть ту или иную особу, а при ясной погоде послать солнечного зайчика.

Несмотря на то, что историки моды считают XIX-XX вв. возвращением

вееров к своей прямой утилитарной роли - созданию легкого руковеторного ветра, многие из них становились подлинными артефактами современного искусства, так как на них изображали и международные события (выставки, спуск на воду корабля и даже строительство моста), карикатуры и дружеские шаржи, образы кинозвезд и киногероев.

Но за последние полвека «веерные подключения» в моде находили свое выражение главным образом на показах haute-couture в театральных, телевизионных и кинопоказах, на концептуальных фотосессиях гламурных журналов. Лет десять-пятнадцать назад, когда в нашей стране впервые узнали о китайском учении фэн-шуй, веер стали использовать как средство коррекции энергетики помещения и элемент декора. Так что мы должны быть благодарны тропической жаре за возвращение этого красивого аксессуара в руки современных модниц, по достоинству оценивших его свойства, в том числе и работу в команде - с маникюром, педикюром, обувью, одеждой, головными уборами и цветом глаз.

## Глубокая концентрация

Большая часть представительниц прекрасного пола твердо убеждены, что красота требует жертв, и готовы нести их в любом виде и количестве, вплоть до использования пластической хирургии. Но, к счастью, вооруженная высокими технологиями современная наука не стоит на месте, практически ежедневно совершая настоящие революционные открытия.

понентов и прочих полезных для кожи элементов в ней содержится иногда в десятки раз больше, чем в креме, но (парадокс!) используется она не самостоятельно, а в сочетании с кремом из той же серии, потому что считается, что сыворотка решает проблему, а крем поддерживает результат.

Относительно оптимального возраста начала использования сыворотки мнения расходятся: некоторые специалисты полагают, что де-

вушки в возрасте до 25 лет могут использовать сыворотку для лица один-два раза в неделю, другие считают, что применять ее надо не раньше 30-35 лет, зато ежедневно.

Правда, много времени подобный уход не займет, ведь сыворотка способна за короткий срок - от одного дня до двух недель справиться почти с любой проблемой, будь

то сухость, потеря упругости, тусклый цвет лица, морщины, расширенные поры, излишняя жирность или раздражение. Но необходимо учитывать, что, как правило, сыворотка не содержит солнцезащитных факторов, поэтому днем на кожу поверх сыворотки следует наносить дневной крем с SPF не менее 15.

Столь сильным средством рекомендуется пользоваться не постоянно, а курсами, например, два раза в полгода. Минимальный курс использо-

вания сыворотки должен составлять 28 дней, именно за такой срок кожа обновляется.

Будучи продуктами направленного действия, сыворотки классифицируются: для лица, шеи, области вокруг глаз и бюста. (Пользоваться сыворотками для лица в области глаз нельзя, потому что к сывороткам для глаз предъявляются особые требования: их pH должен быть нейтральным - 7, как у слез. Уровнем pH остальных сывороток колеблется от 5 до 6,5.) Поэтому, чтобы подобрать сыворотку, следует определиться, какую косметическую проблему необходимо решить, а их названия говорят сами за себя: «Интензивный уход: сияющая кожа», «Идеальное питание», «Матовый эффект», «От мешков и кругов под глазами», «Здоровый эффект», «Для разглаживания морщин», «Омолаживающий комплекс», «Антилигменты» и т.д. Несмотря на то, что дорогостоящие сыворотки продаются в небольших флаконах, скептически относиться к этому не стоит, так как каждое использование требует всего несколько капель средства, и поэтому флакончика хватает надолго.



• Материалы полосы подготовила  
Наталья ПЕЧОНОВА



## ЧИТАТЕЛЬ НЕДЕЛИ

# Очень люблю фэнтези

На вопросы рубрики отвечает Амина АТАБИЕВА – студентка Института филологии КБГУ.

### 1. Ваши любимые книги?

Список моих любимых книг я бы открыла, следуя хронологическому порядку, с бессмертного романа СЕРВАНТЕСА «Хитроумный идальго Дон Кихот Ламанчский». Обожаю главного героя, о котором многие и сейчас говорят, что он просто был сумасшедший. Я же считаю, что у него было свое видение мира, свое отношение к жизни, отличное от мнения большинства. Дон Кихот красиво жил и еще более красиво умирал. Честно говоря, несмотря на столь трагический исход, вызвавший у меня огромное количество слез, я все же была рада за него. Почему? Потому что он ушел оттуда, где его не все понимали.

Как читателя меня можно отнести к поклонникам саги о «Гарри Поттере», знакомство с которым состоялось, кажется, в пятом классе. Но любовью к «поттериане» я обязана не главному герою, а великому Альбусу Дамблдору. Помните, как он оплакивал смерть своего феникса? Точно так же я оплакивала его гибель в шестой книге. Какой замечательный человек и преподаватель! Я часто думаю, что если бы в реальной жизни существовал такой человек, насколько она была бы лучше.

Вообще очень нравится фэнтези, самый любимый представитель которого ТОЛКИЕН. Много раз перечитывала его трилогию о кольце, и всег-

да с одинаковым удовольствием. Такое же отношение у меня и к совершенно иному по жанру роману Марио ПЬЮЗО - «Крестный отец», который считаю просто гениальным, и к роману Джона ФАУЛЗА «Маг» («Волхв»). Эта книга мне никогда не надоедает. Великое произведение и универсальное по своему целевому предназначению, потому что оно интересно психологам, социологам, философам, просто самым разным читательским аудиториям. Удивительно, какого человека Маг сделал из Николаса, и как гениально!

### 2. Что читаете сейчас?

Совсем недавно прочла «Сидхартху» ГЕССЕ – потрясающая вещь! Именно там нашла все, что соответствует моему внутреннему миру, идеи этого произведения полностью созвучны моей душе: человеческое сердце рождено свободным, все необходимое есть внутри нас, не надо привязываться к тому, что имеешь, нужно уметь вовремя уйти и направить себя туда, куда зовет сердце. Об этом писали и пишут другие авторы, главным образом латиноамериканцы, но первым об этом сказал именно Герман Гессе.

А сейчас я перечитываю Иосифа БРОДСКОГО, которого от крыла однажды, начав с «Гладиатора» и «Пилигримов», благодаря сестре и испытала огромный прилив счастья и гордости: оказывается, и в нашу эпоху рождаются такие

великие поэты и писатели! Причем их жизненный путь складывался намного труднее, чем путь классиков. Взять, например, моего любимого ПУШКИНА, ведь вопреки школьным представлениям его творческая биография была достаточно благополучной. Он жил и творил в своей стране, был всегда неразрывно с ней связан, несмотря ни на что, его ценили власть предержащие, начиная с царя. А Бродского травили и преследовали, лишили родины, но он в конечном итоге стал тем, кем стал и даже получил Нобелевскую премию.

Также читаю психологический американский сборник «Подсознание обо всем», посвященный все тем же вечным темам – жизни, нам самим и тому, что мысли определяют не только наше сознание, но и жизнь.

### 3. Книжки, которые разочаровали?

Моя читательская психология устроена так, что я запоминаю только понравившиеся книги, а разочарования стираются из памяти. Поэтому могу сказать, причем с достаточно большим риском для себя, только о книгах, которых не оправдали моих ожиданий.

«Сто лет одиночества» МАРКЕСА меня не потрясли. Со всех сторон слышала: ой, какая книга, какой роман, гениально, настоящее открытие! И, приступая к чтению, была подосознательно готова присоединиться ко всем этим отзывам, но лично мне эта книга ничего особенного не дала. Похожая история была и с «Алхимиком» КОЭЛЬО, о котором тоже все твердили, что это произведение необходимо прочесть, а в итоге впечатление оказалось таковы: да неплохо, но ничего того, чем бы я могла восхищаться.

● Подготовила Наталия ПЕЧОНОВА.

Фото автора

## КИНОМАНИЯ



## Иногда можно увлечься и сериалом...

«Гильдия» - это искрометный онлайн-сериал о шестерых разгильдяях, увязших в одном из MMO-приключений. Дабы улучшить свои игровые связки, они решают встретиться. Безработная скрипачка (от имени которой, собственно, и ведется повествование), пара злобных школьников, мать двоих детей, маменькин сынок и бомж, вот она - лучшая Гильдия на сервере. Сильные, мощные персонажи в игре, все члены Гильдии наперекор оказываются совершенно непригодными к реальной жизни, очень неуклюжими в общении и просто забавными. В конце их погони за дополнениями к своей игре, настоящими чувствами и просто денег они понимают, что во всех этих игровых мытарствах была лишь одна цель - показать сильною и уверенного в себе человека. Остается малость - так же проявить себя и в реале. Что, конечно, им удастся нескоро...

Да, игра - это легкий способ самоутвердиться. Согласитесь, куда проще завоевывать новые уровни, когда жизнь измеряется очками, а после смерти возвращаешься в ближайший город. Вряд ли в настоящей жизни игрок почувствует себя так же вольготно. В игре можно спасти мир три раза за пару часов. И кому-то она нужна, чтобы отмахнуться от собственных проблем, кому-то для разрядки негатива, накопившегося за неделю, ну а кому-то, чтобы просто расслабиться. Но когда люди посвящают виртуальному миру вместо двух десятков часов, неизбежно приходит понимание, что игра разрушает их реальную жизнь.

Главная героиня Сид Шерман уже полгода без работы, живет в съемной квартире, друзей, кроме знакомых из Гильдии, нет, впрочем, как и какого-нибудь намека на личную жизнь. Она одинока, зато довольно популярна в игре! Сериал поднимает все эти важные темы через призму веселых ситуаций и просто превосходного юмора. Не слишком навязчиво, каждая серия - не более пяти минут, и за сезон обыгрывается одна из сюжетных линий. Стоит заметить, что с каждым сезоном грим, анимация (а порой простенькие спецэффекты) и диалоги - все становится лучше.

Огромная популярность на Youtube уже, к сожалению, прошла, да и четвертый сезон еще не объявлен, но сериал по-прежнему довольно известен, поэтому советуем его посмотреть, особенно, если вы сами поигрываете в Доту, или ее взрослый аналог - WoW, не говоря уже о вторичных онлайн MMO - «Перфектуорлдах», неплохих «Лайн Эйджах» или просто пасьянсе «Косынки». Кстати, одна деталь: сериал абсолютно бесплатный, но продается на пиратских дисках практически везде, поэтому не стоит сразу покупать диск - все серии можно скачать по сети.

● Алан ТАУЛУЕВ

## Львино-тигриный рецепт

Фатимат УЛЬБАШЕВА - квалифицированный косметолог, многие годы своей жизни посвятивший столь востребованной прекрасной половине человечества профессии. Однако, представляя ее, невозможно не сказать о главном увлечении - кулинарии. Поэтому что в этой области она такой же виртуоз и профессионал. Для меня не составляет особого труда приготовить что-то изысканное и вкусное, даже если в холодильнике нет специально заготовленных продуктов, - говорит Фатимат. - А предпочтение отдаю мясным блюдам. Может быть, потому, что мой зодиакальный знак - Лев, а по годеу я - Тигр. Свою роль сыграло и место жительства. Все-таки на Кавказе знают толк в хорошем мясе и ценят не только его чисто вкусовые, но и полезные качества.

### ФАРШИРОВАННЫЕ КУРИНЫЕ ОКОРОЧКА

Нам понадобятся: 5 окорочков, 300 г шампиньонов, 150 г лука, яйцо, панировочные сухари, соль, перец, растительное масло.

Способ приготовления. С окорочков аккуратно снять кожу. Косточку аккуратно обрубить, не повредив кожу. Отделить мясо от костей и пропустить через мясорубку. Лук мелко покрошить, грибы мелко нарезать. Лук нашинковать и обжарить на растительном масле. Затем добавить грибы и слегка обжарить. Выложить фарш, посолить, поперчить, жарить до готовности. Затем остудить.

Кожу наполнить приготовленным фаршем. Края зашить или завернуть.

Яйцо взбить, обвалить в нем окорочка, затем обвалить их в панировочных сухарях. Жарить на растительном масле с двух сторон до



золотистой корочки.

### ФРУКТОВЫЙ САЛАТ В АНАНАСЕ

Нам понадобятся: ананас, 1-2 банана, апельсин, 1-2 киви, яблоко, орехи (кедровые, грецкие, арахис и т.д.).

Для заправки: сахарная пудра или йогурт.

Способ приготовления. Ананас разрезать вдоль на две части и вырезать мякоть. Удалить жесткую сердцевину, мякоть нарезать кубиками. Банан нарезать кружочками, а кружочки - пополам. Апельсин почистить, удалить пленочки, нарезать небольшими кусочками. Киви нарезать кружочками, кружочки - пополам. Яблоко нарезать кубиками. Крупные орехи, такие, как арахис, грецкие, измельчить.

Аккуратно перемешать все ингредиенты. Заправить сахарной пудрой или йогуртом. Заправить также можно ликером или вином. Выложить салат в половинки ананаса.

● Подготовила Алена ТАОВА.





### ГОРОСКОП НА НЕДЕЛЮ

 <p><b>ОВЕН</b> 21.3-20.4 Подумайте, какие источники поступления средств в домашний бюджет вы еще не освоили. До середины периода у новых знакомств и связей будут хорошие перспективы, но затем лучше взять паузу и отдохнуть в спокойной обстановке. <b>ТВ-Овны:</b> Александр Буинов, Сара Джессика Паркер.</p>  <p><b>ТЕЛЕЦ</b> 21.4-20.5 В первые дни периода поторопитесь предпринять что-то важное для повышения своего жизненного и социального статуса. Не бойтесь перемен в личной жизни, действуйте активнее, все у вас получится. <b>ТВ-Тельцы:</b> Татьяна Толстая, Джордж Клуни.</p>  <p><b>БЛИЗНЕЦЫ</b> 21.5-21.6 Вам стоит подумать о новом месте работы. Особенно, если поступит повторное предложение. Не отказывайтесь и от вариантов работы по совместительству. Постарайтесь в этот период решить как можно больше текущих вопросов. Следите за здоровьем. <b>ТВ-Близнецы:</b> Анна Курникова, Майкл Дж. Фокс.</p>  <p><b>РАК</b> 22.6-22.7 Ваша энергия может привлечь тех партнеров, которые интересуют в деловом или личном плане. Но контактам пока не хватит искренности, возможна конкуренция за контроль над ситуацией. <b>ТВ-Раки:</b> Жанна Фриске, Вин Дизель.</p>	 <p><b>ЛЕВ</b> 23.7-23.8 Поворотный момент в семейных отношениях может настать в среду. До этого сигналы перемен будут приходиться через разговоры, вмешательство третьих лиц. А пока договаривайтесь, наводите порядок в доме. <b>ТВ-Львы:</b> Юлия Высоцкая, Арнольд Шварценеггер.</p>  <p><b>ДЕВА</b> 24.8-23.9 Вас ждет много новостей, поездок и посещений различных инстанций. Не исключена информация, которая что-то существенно изменит в вашей жизни. Не переживайте - все перемены сейчас к лучшему. <b>ТВ-Девы:</b> Тимур Кизяков, Салма Хайек.</p>  <p><b>ВЕСЫ</b> 24.9-23.10 Дни благоприятны для того, чтобы сорентироваться на что-то новое и договориться с потенциальными партнерами. Но тенденции меняются, и в середине периода лучше заняться второстепенными делами. <b>ТВ-Весы:</b> Анастасия Стоцкая, Жан-Клод Ван Дамм.</p>  <p><b>СКОРПИОН</b> 24.10-22.11 Этот период постарайтесь использовать по максимуму. Вряд ли удастся заняться чем-то одним - придется успевать по нескольким направлениям, и тогда ваши усилия принесут хорошие результаты. Не откладывайте ничего важного. <b>ТВ-Скорпионы:</b> Елена Бирюкова, Дэнни Де Вито.</p>	 <p><b>СТРЕЛЕЦ</b> 23.11-21.12 Заставьте себя разобраться с ворохом накопившихся дел, приведите в порядок свой дом и рабочее место. В личной жизни события пока не форсируйте, все и так должно для вас сложиться лучшим образом. <b>ТВ-Стрельцы:</b> Александр Масляков, Кристина Агиллера.</p>  <p><b>КОЗЕРОГ</b> 22.12-20.1 Укрепляйте свои позиции и не рискуйте, даже если поступившее предложение покажется вам весьма подходящим, - подождите до конца недели. Могут возникнуть серьезные разногласия с кем-то из друзей. <b>ТВ-Козероги:</b> Ирина Апексимова, Адриано Челентано.</p>  <p><b>ВОДОЛЕЙ</b> 21.1-19.2 Перемены могут вызвать у вас противоречивые чувства - и без того хватает работы, а тут еще появились новые предложения. Не отказывайтесь, активно беритесь за дела. <b>ТВ-Водолеи:</b> Вячеслав Добрынин, Дженнифер Энистон.</p>  <p><b>РЫБЫ</b> 20.2-20.3 Если заинтересуют технические новинки, новые программы, займитесь поиском нужной информации и сделайте заказ. Может произойти интересный разговор, который откроет вам новые перспективы в отношениях. Планируйте отдых, совместные поездки, романтические встречи на любое время недели. <b>ТВ-Рыбы:</b> Нелли Уварова, Брюс Уиллис.</p>
---	---	---

Большая редкость встретить в наши дни человека, который искренне желал бы увидеть своего сына в рядах защитников Отечества. Дело не только в том, что многие родители считают срочную службу напрасной тратой времени. На самом деле причин больше и они глубже, чем это может показаться на первый взгляд. Наряду с «напрасной тратой времени» мамы и папы призывников упоминают еще несколько причин. Наиболее распространенная из них - это возможность ухудшения здоровья своего чада. Надо признать, что тревоги родителей небезосновательны, и диапазон вариантов в этом смысле до-



## УБИЙЦА В ТВОЕМ ДОМЕ

вольно широк: от простуды, которую вооруженные «зеленой» и анальгином военные медики могут быстро превратить в крупное воспаление легких, до летального исхода по милости современных кузовых и нахимовых. Наиболее яркой иллюстрацией в ряду подобных катастроф может служить гибель АПЛ «Курск» вместе со всем экипажем. Многие обосновывают свое нежелание служить в армии и на флоте тем, что за год службы напрочь позабудутся даже те минимальные знания, которые были получены в школе, а без них очень сложно поступить в вуз или найти достойную работу (реальная жизнь показывает, что для получения вузовского диплома или занятия руководящей должности знания сегодня стоят не на первом и даже не на втором месте). Модным поводом к тому, чтобы не служить, в последнее время стали религиозные убеждения. Не позволяет ли держа в руках оружие? Можешь пройти срочную в каком-нибудь хосписе - мыть туалет и подавать «утку». Очень часто матери «отказников» ссылаются на царские в армии неуставные взаимоотношения. Отцы, прошедшие службу в достославные советские времена, любят повторять: «В наше время такого беспредела в армии и на флоте не было. Кормили отлично, командиры были заботливые, о неуставных отношениях мы и вовсе не знали!» Такие утверждения в большинстве случаев можно квалифицировать как обычное вранье, густо заправленное ностальгией по своей молодости. Ответственно заявляю, что неуставные взаимоотношения, покоящиеся на трех китах: поголовном пьянстве офицеров, «дедовщине» и «землячестве», в советские времена бурно процветали и в стройбатах, и в элитных войсках.

Итак, все перечисленные явления и причины выглядят существенными, и в глазах родителей будущих призывников они, несомненно, таковыми и

являются. Однако мало кто задумывался над тем, что, отправляя в армию своего благовоспитанного сына, мы можем принять обратно в семью человека, душа и мозг которого отогреты убийством. Еще во время прохождения срочной службы во второй половине 80-х годов один вернувшийся из Афганистана прапорщик с удовольствием и в мельчайших деталях рассказывал нам, солдатам, о том, как ловко он научился вешать афганских «душманов» на стволе танка. Прапорщик при этом нервно хихикал. Позднее мне довелось лежать в больнице в одной палате с участником чеченской кампании. Он любил повествовать о том, как они зачищали населенные пункты. «Чичи вылезли из ямы, сдаваться хотели, - говорил он смеясь, - ну мы их, конечно, в плен не собирались брать. Живучие гады были. Все наркотой обколоты - боли не чувствуют. Дашь очередь в грудь, а он показывает, чтобы мы в голову им стреляли. Мучиться не хотели. Ну, я поднимаю «калаш» и опять в грудь им живот очередь даю. Чтобы сразу не содхли!» Таких экс-бойцов очень много. Они живут среди нас, и с психикой у них как будто бы все в порядке, да поры до времени. Но кто даст гарантию, что невидимый тумблер в их голове не переключится на команду «kill» и они не разрядят свой травматический или боевой ствол в нашу с вами голову? Армейские психологи? Командиры, которые хвастают умением подвесить пленного врага на танковом стволе?

Сегодня срочников не используют в локальных конфликтах - приоритет отдается контрактникам либо кадровикам. Но в эпоху так называемых локальных конфликтов и на фоне катастрофической убыли российского населения вполне возможен пересмотр законодательных актов. В том числе касающихся сроков службы и участия срочников в реальных боевых действиях.

## КРОССВОРД

По горизонтали: 5. Ткань - обычно шелковая, с густым мягким коротким ворсом на лицевой стороне. 6. Древняя порода собак Китая. 9. Жизненный жребий. 10. В индийской мифологии - владыка обетованной «чистой земли». 12. Морское времяисчисление. 14. Дерево, в которое превратилось воткнутое в землю копье Афины. 15. Прибор, автоматически прочерчивающий на карте путь, пройденный судном. 18. Выпечка. 19. Самая знаменитая гитаристка мира. 22. Персонаж Пушкина «Евгений Онегин». 23. Металлический стержень для жарки мяса на огне. 28. Выразитель какого-либо направления. 31. Винское звание в казачьих войсках. 32. Большой крестьянский открытый пирог с творогом или картофелем. 33. Подвижная, скользящая часть некоторых машин, механизмов. 34. Звезда в созвездии Большой Медведицы. 35. Область науки, изучающая связь языка и мышления. 36. Американский писатель (романы «Притча», «Сарторис», «Шум и

ярость», «Свет в августе»), Нобелевская премия 1949 г.

По вертикали: 1. Столица одной из прибалтийских республик. 2. Сплошной ряд, града скошенной травы или злаков. 3. Просоленная и провяленная спинка красной рыбы. 4. Разновидность легких коротких брюк. 7. Часть упряжки. 8. Представитель народа Северного Кавказа. 11. Страна кленового листа. 13. Буква греческого алфавита. 16. Сорт яблоны с ароматными сладкими плодами. 17. Буддийское мемориальное сооружение. 20. Жанр народно-поэтического творчества. 21. Электрический выключатель для управления системами приборов. 24. Галерея внутри массивных бетонных сооружений. 25. Автор эпопеи «Властелин колец». 26. Разновидность кресла. 27. Владелец или крупный акционер банка, финансист. 29. Огнестрельное оружие. 30. Французская народная, а также современная эстрадная песня.

● Составила Фатима ДЕРОВА

Ответы на кроссворд, опубликованный в №29  
По горизонтали: 5. Каскад. 6. Павлин. 9. Ламе. 10. Бланш. 12. Харизма. 14. Лейпья. 15. Бедекер. 18. Дафна. 19. Булат. 22. Мантия. 23. Равель. 28. Аксиома. 31. Тлепш. 32. Павана. 33. Всплеск. 34. Маскат. 35. Миллиом. 36. Клинкер.  
По вертикали: 1. Варенье. 2. Баска. 3. Разум. 4. Ризлтер. 7. Банка. 8. Энде. 11. Реглан. 13. Бедлам. 16. Равани. 17. Община. 20. Каракас. 21. Планшет. 24. Миллима. 25. Умысел. 26. Отмашка. 27. Шейкер. 29. Павлов. 30. Макалу.



# Органическое земледелие на приусадебном участке

ДАЧА

Последние 60-70 лет земледелие в производственных масштабах ориентировалось на минимизацию обработки почвы с тем, чтобы избежать ее распыления и снижения плодородия, главным образом путем сохранения сложившейся структуры. В числе мероприятий, способствующих сохранению и улучшению структуры почвы, значительное место отводилось использованию гербицидов для уничтожения сорной растительности. Естественно, что такого рода система воздействия на почву в масштабах ограниченного земледелия (на дачных или приусадебных участках) нежелательна, так как гербициды являются чуждым элементом в окружающей среде и нередко оказывают вредное влияние на здоровье человека и других живых организмов.

Одним из радикальных способов получения экологически чистой, здоровой продукции с ограниченных по площади участков является введение системы органи-

ческого земледелия, в основе которой - исключение химических средств защиты и повышение плодородия почвы. То есть при выращивании тех или иных культур применяются естественные средства, главным образом растительного происхождения.

Примером безпестицидного и без применения минеральных удобрений подхода в земледелии может быть следующая часть кругооборота. Сорные растения применяются в качестве корма для домашней птицы или кроликов. Получаемый от переработки пищи навоз используется в качестве удобрения при возделывании, например, овощных культур. Другие же сорные, а также нестандартные культурные растения служат для получения отваров (бродящих настоев) для защиты от болезней и вредителей. При этом настои в состоянии брожения при использовании для защиты растений готовятся не из одного, а из нескольких видов. Например, смесь

из надземной части ромашки пиретрума (отличается от других видов сизым цветом листьев, плоской, ярко-желтой центральной частью соцветия, сильным специфическим, но не вредным ароматом), сушеных листьев лютика едкого (летом найти его в зеленом состоянии трудно) в соотношении по 15-20 г сухой массы на десять литров воды обеспечивает достаточно надежную защиту урожая плодовых и овощных культур от вредителей. Названный настой готовится три-пять дней. В жаркую погоду три, а в холодную - пять дней. Для использования настоев при защите растений от болезней в зависимости от вида культуры, фазы развития и условий ее выращивания в них добавляется сухая свежая (не промытая дождем) зола (до 50 г на десять литров). При опрыскивании растений перед цветением в настой добавляется до одного грамма на десять литров борной кислоты.

● Михаил ФИСУН.  
Продолжение следует

## Мисс «Горянка»

2010



Фото: Татьяна Свириденко

Марина АЛЬТУДОВА,  
бухгалтер-экономист

Кабардинский государственный драматический театр им. А. Шогенцукова представляет ПРЕМЬЕРА!  
30 июля - Е. Хамидулина. «КУЙЦУКИ И ВОЛШЕБНАЯ КОРОВА» (сказка).  
Начало в 18.30.  
Текст по ходу действия переводится на русский язык.  
Справки по тел. 42-64-94, 42-33-87.

## СПОРТ

## ГЕРОИ ДНЯ – СИРАДЗЕ И ГОГУА

ЦСКА – «СПАРТАК-НАЛЬЧИК» - 1:2

Из-за царящей в столице жары в начале матча было перенесено на поздний вечер. Однако из-за этого обстоятельства, ни начавшийся дождь «армейцам» не помогли.



С первых минут стало ясно, что гости не собираются отсиживаться в обороне. Предыдущее поражение от

«Сатурна» заставляло нальчан идти вперед и искать удачу у ворот АКИНФЕЕВА. Счет был открыт уже на

восьмой минуте игры. В ходе атаки ГЕТЕРИЕВ острым пасом вывел СИРАДЗЕ тет-а-тет с голкипером «армейцев», и нападающий «Спартак» пробил под перекладину – 0:1.

Нельзя сказать, чтобы ЦСКА бросился отыгрываться, но атаковать «армейцы» стали чаще и опаснее. До 44-й минуты игра напоминала своеобразные «качели». Нальчане, временно уступив хозяевам центр поля, в основном контратаковали, и под занавес первого тайма гостям удалось удвоить счет. ХАТАЖЕНКОВ, получив пас, продвинулся по правому краю атаки и сделал точную передачу верхом на набегающего ГОГУА. Удар грузинского легионера был точен – 0:2! Правда, сохранить «сухой» счет гостям не удалось. Еще до перерыва один мяч откинул НЕЦИД. Вторая половина матча изменений в счете не принесла, что не сильно огорчило нальчан. Три очка, добытых в игре против ЦСКА, дорогого стоят!

● Инал ЧЕРКЕСОВ

У вас жарко, душно, хочется отдохнуть, а отпуск не дают и море далеко?!  
Мы решим ваши проблемы, организуем отличный отдых, и наши цены вас приятно удивят!!!



Для всех желающих отдохнуть в Приэльбрусье, насладиться чистым горным воздухом!  
ПАНСИОНАТ «ИТКОЛ» проводит акцию «Прохладные выходные».  
Стоимость двухсуточного отдыха - 1500 рублей (проживание + питание) с человека.

После четырех двухсуточных заездов пятый предоставляется БЕСПЛАТНО!!!

Наш транспорт доставит вас бесплатно в Приэльбрусье и обратно.  
За дополнительную плату вы можете отправиться на экскурсию по канатной дороге на г. Чегет и г. Эльбрус, на рыбалку, в походы по живописным ущельям.

Бронирование мест по тел.: 8(86638) 7-12-47, 7-13-80.

e-mail: pansionat-itkol@mail.ru, www.kbr-itkol.ru

Сбор: г. Нальчик, площадь Абхазии по пятницам в 16:00.

Отъезд от пансионата «Иткол» в воскресенье в 17:00.

<p>УЧРЕДИТЕЛЬ: ПРАВИТЕЛЬСТВО КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ</p>	<p>Редакционная коллегия: Ф. КАРАЦУКОВА (ответственный секретарь), О. КАЛАШНИКОВА (редактор отдела), М. БАЙСИЕВА (редактор отдела).</p>	<p>Телефоны 42-26-75 – отв. секр.; 42-75-34 – корреспондентская; 42-75-14 – менеджер; факс – 42-26-75</p>	<p>Газета «Горянка» отпечатана на Республиканском полиграф- комбинате им. Революции 1905 года г. Нальчик, пр. Ленина, 33 Выходит еженедельно. Тираж 6451. Заказ 2111. Подписана в печать 27 июля в 17:00</p>	<p>Адрес редакции: 360000, г. Нальчик, пр. Ленина, 5, Дом печати, 5-й этаж. E-mail: gazeta-goryanka@list.ru</p>
<p>Главный редактор Зарина КАНУКОВА</p>	<p>Над номером работали: А. ТАОВА – дежурный редактор номера; Т. БЕКУЛОВА, Н. ХОЧУЕВА – комп. верстка; И. ПОГОРЕЛОВА – корректор</p>			