



ПОЛИТЕХНИК

ИЗДАНИЕ САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОГО
ГОСУДАРСТВЕННОГО ТЕХНИЧЕСКОГО
УНИВЕРСИТЕТА

№ 7 (3076)

Пятница, 5 марта 1993 г.

Выходит с 9 ноября 1912 г.

Цена 50 коп.

В этом году исполнилось 50 лет со дня прорыва блокады и 49 лет со дня снятия блокады. Большое спасибо, уважаемые участники этих великих трагических дней, за то, что вы приглашаете нас на ваши памятные торжественные собрания. Наш долг сделать так, чтобы не только мы, но и наши дети и внуки помнили ваш великий подвиг. Хочется найти такие слова, чтобы они не показались вам высокопарными. Пожалуй, точнее всего наши чувства выражает строчка из стихотворения Анатолия Ивановича Лукьянова: «У нас без прошлого страны нет будущего. Нет!».

Совет женщин
СПбГТУ

НА ФОТО: у памятного камня на территории университета выступает Софья Андреевна Сироткина.



**Большое
спасибо за
возможность
встреч
с
вами**

Вот и опять 8 Марта, мы его отмечаем 90 лет. И женщины, и мужчины готовятся к этой красной дате в Российском календаре. И несмотря на трудные времена, будут цветы, сувениры, улыбки и красивые слова о любви. По традиции их будут произносить в этот день и государственные мужи, напоминая нам о тех благодеяниях, которые делаются для женщин и детей и призывая нас либо к подвигам, либо к терпению — в зависимости от обстоятельств. Мы, женщины, привычно «благодарим и кланяемся, кланяемся и благодарим». И только потом, после праздничного дня, начинаем задумываться и спрашивать себя: а что же мы все-таки отмечаем, что праздновали?

Вспоминаем строки из учебников истории о том, что Международный женский день 8 Марта был учрежден II Международной конференцией женщин-социалисток в Копенгагене, как день солидарности женщин всех стран, чтобы подчеркнуть роль женщин в обществе, с одной стороны, и ее бесправное положение, с другой. Первые он был отмечен в 1911 году в Германии, Австралии, Швейцарии и Дании.

В России Международный женский день 8 Марта стали отмечать с 1913 года, когда впервые в Петербурге он был отмечен как день борьбы за права женщин, против их дискриминации.

Как же обстоят дела с правами женщин сегодня, спустя почти столетие?

Трудно ответить однозначно. Февраль и октябрь 1917 года не только вывели нас на самые передовые рубежи в этом вопросе, но и дали мощный импульс всем странам в решении женского вопроса. Россия первой законодательно закрепила равноправие женщин в своей Конституции. Это был такой прорыв, что вскоре многие страны Европы и Америки последовали за нами и суфражистки, которые боролись за предоставление женщинам избирательных прав, «сошли со сцены».

В 20-е годы у нас в стране движение за равные права женщин принимало массовый характер и встречало поддержку со стороны мужчин. В обществе начиналось изменение традиционных взглядов на отношение к женщине, обусловленное в значительной мере тем, что женщины приобретали правовую независимость, экономическую самостоятельность, равное с мужчинами образование. Этот период характеризовался и массовыми дискуссиями по различным аспектам отношений между мужчинами и женщинами: брак и семья, свободная любовь,

родительский долг, свобода женщины распоряжаться собой и своим телом.

А. Коллонтай попыталась проанализировать, как в действительности ощущает себя женщина, получившая права, в патриархальном обществе, где существуют механизмы подавления женщины традиционной культурой. К сожалению, эти взгляды были подвергнуты критике «высоких инстанций», было принципиально заявлено о «решении» жизненного вопроса и практически прекратились теоретические его исследования.

Что мы отмечаем 8 марта?

Государство само стало решать за женщин, как им жить, чем заниматься, даже взяло на себя решение такой деликатной проблемы как планирование семьи (был принят Закон о запрещении абортов).

А 8 Марта привычно звучали слова о наших достижениях в решении женского вопроса, тем более, что кое-что и делалось в этом направлении. Для женщины выделялась даже квота мест в Советах всех уровней, правда, Советы тогда обладали номинальной властью, вводились различные льготы для женщин, имеющих детей. Как все это обернулось против женщин с приходом рыночной экономики, кто бы мог подумать, что благие намерения наших государственных мужчин (а женщины в высших эшелонах власти на уровне принятия решений не было никогда) приведут к таким результатам, когда женщин будут увольнять и по этой причине: ведь льготы кто-то должен оплачивать.

И вот теперь объявлена свобода и демократия, что они означают для женщин, надо ли им бороться за свои права, есть ли дискриминация женщин и нужна ли нам международная солидарность?

Подписав и ратифицировав в 1981 г. Конвенцию ООН о ликвидации всех форм дискриминации в отношении женщин, наша страна признала наличие дискриминации и обязалась принимать меры к ее ликвидации. Скоро правительство России будет в очередной раз отчитываться в ООН по этому вопросу. Было бы интересно узнать, в каком состоянии мы находимся:

ликвидация идет или уже закончилась.

В реальной жизни происходят такие изменения после отмены квоты мест для женщин, они оказались вытесненными из политики, в результате приватизации женщины отторгаются от института владения (экономики), попадая в маргинальные слои.

На рынке труда женщины неконкурентоспособны, сегодня в Санкт-Петербурге 2/3 безработных — это женщины, причем многие из них — специалисты с высшим техническим образованием. Бытовая неустроенность сводит на нет свободное время женщин.

Проект Конституции, подготовленный конституционной комиссией, исключил статью о равноправии женщин и противоречит Конвенции ООН о ликвидации всех форм дискриминации в отношении женщин, не учитываются и другие международные акты, ратифицированные нашим государством.

Сейчас в Верховном Совете России прошли вторые слушания проекта Закона о семье, материнстве, отцовстве и детстве. Что мы будем иметь в случае принятия этого Закона?

Во-первых, приоритетным будет объявлено семейное воспитание детей, тогда государство сможет сэкономить на детсадах, пионерлагерях и т. п. Женщине придется бросить работу и сидеть дома с детьми, освободив рабочие места. Но кто будет кормить ее и ребенка, когда зарплата мужа не рассчитана на такие нагрузки? А если еще и мужа нет или он безработный? Во-вторых, Закон этот «переводит стрелки» — теперь все решения о семье будет принимать не государство, муж теперь будет давать согласие на рождение или нерождение (аборт) ребенка. Патриархальная семья объявляется фундаментом государства, а само государство никаких обязанностей по отношению к семье иметь не будет.

В отличие от проблем внешней разведки или конверсии этот законопроект идет под грифом «секретно» и ознакомиться с текстом невозможно. Видимо, тихо, по-семейному он будет принят в том варианте, каким его дали разработчики — юристы из Екатеринбурга.

А нам, женщинам, опять остается решать свои вопросы и в том числе этот: что же мы отмечаем 8-го Марта?

Д. БАЛИБАЛОВА,
проректор по
учебно-методической
работе Международного
института «Женщина
и управление»,
доцент, к. э. н.



Полтру просыпается роза моя,
На ветру распускается роза моя.
О жестокое небо! Едва распустилась —
Как уже осыпается роза моя.

Книга жизни моей перелистана — жаль!
От весны, от веселья осталась печаль.
Юность — птица: не помню, когда прилетела
И когда унеслась, легкокрылая, вдаль.

«Рубайат»
ОМАР ХАЙАМ

8 февраля 1993 г. в ДК им. Газа прошла конференция женщин города, организованная общественным движением «Женщины за выживание». Тема конференции: «Защита детства и юности». Здесь присутствовали женщины со многих промышленных предприятий разных районов города, представители организации многодетных матерей «Большая семья». Была там и председатель женсовета нашего университета В. Н. Волкова. Вот что она рассказала:

«Председатель движения М. И. Ефименко кратко, но разносторонне охарактеризовала современные проблемы женщин и предложила выработать конкретные пути восстановления прав женщин и детей, которые еще совсем недавно все мы недооценивали...»

Выступившие на конференции женщины и... мужчины с болью говорили о резком падении нравственности среди молодежи, «подпитываемой» средствами массовой информации; о снижении уровня образования и невозможности дальнейшей учебы детей из-за материальных трудностей в семьях; о недоста-

Дети, женщины и право

точном питании, высоких ценах на фрукты и сладости, из-за которых они становятся практически недоступными; о несоизмеримо малой компенсации, выделенной правительством.

На конференции было высказано много полезных предположений: от снижения цен на товары детского ассортимента до установления заработной платы правительству и депутатам на уровне средней зарплаты по стране, поскольку результатом их деятельности является уровень жизни народа, а следовательно, качество их труда необходимо оценивать в зависимости от этого».

Выступила там и Виолетта Николаевна. Она обратила внимание присутствующих на проблему, в решении которой может принять участие каждая

Конституции. Пока еще мы можем что-то требовать от правительства, поскольку в действующей Конституции есть обязательства государства перед гражданами, и особенно перед женщинами, гарантирующими возможность реализации равных прав с мужчинами, а в проекте новой — ни одной гарантии, ни одного обязательства государства, а тем более частного сектора. В разделе о гарантии имеется только право подать в суд на... государство!?

Поэтому прежде, чем голосовать за основные положения новой Конституции, надо подумать: стоит ли лишиться того, что мы уже имеем по действующей.

Выступление В. Н. Волковой вызвало одобрение присутствующих.

Конференцией выработаны обращения к правительству и городским властям, в которых высказаны требования о защите здоровья детей и женщин, об обеспечении детей всем необходимым для нормального физического, умственного и духовного развития.

Н. СЕНИЧ



Как много девушек хороших...

Время от времени в редакцию заглядывают восторженные люди, изумленные, умиленные происшествием такого, например, рода: «Я отдал на оформление документы, приготовился не без досады к долгому ожиданию результата, и вдруг... на следующий день звонок: «Зайдите, пожалуйста, за вашими бумагами. Все уже сделано». И радости нет конца. «Как бы отблагодарить этих женщин из архива? Нельзя ли о них написать в газете, выразить признательность за внимание, за отзывчивость».

Или: «Слушайте, у нас новая девочка-расчетчица. Все мне показала, объяснила, да еще и улыбалась! Боже, как приятно, а то ведь и зайти порой страшновато, чувствуешь себя такой бестолковой и назойливой. А тут... чудеса!»

А вы замечали за собой подобное? Стоит только официально лицу улыбнуться нам, только проявить понимание и сочувствие, и мы чуть не со слезами благодарности на глазах готовы и вовсе отказаться от решения своих проблем или готовы ждать неделими. Главное — нам хотят помочь.



Милые дамы, сотрудницы архива Ирина Мурзина, Любовь Крутицкая, Лариса Бесчастнова и сотрудница бухгалтерии Татьяна Казунина, а также все-все те, кто так часто или даже изредка, но любит и хочет улыбаться ближнему, огромное вам спасибо за то, что несмотря ни на что вы такие замечательные, такие просто солнечные создания. Будьте счастливы. С праздником вас!

НА СНИМКАХ: Т. Казунина (слева), Л. Крутицкая.

тали там на контрактной основе.

Сведения о зарубежных делегациях, посетивших университет с начала 1993 года, будут помещены в одном из следующих выпусков университетской хроники.

УГОЛОВНАЯ

В одной из вечерних февральских передач радио Санкт-Петербурга было сообщено о том, что совершено покушение на нашего российского депутата, известного демократа, специалиста по улаживанию международных отношений Г. В. Старовойтову. Проверка, проведенная вездесущей телевизионной компаний «600 секунд» показала, однако, что три лица «кавказской внешности» действительно совершили покушение, но не на Старовойтову, а на автомашину, которую послали за депутатом, чтобы отвезти ее на вокзал. В результате покушения Г. Старовойтова и машина остались целыми и невредимыми, водитель получил пулю в живот, но остался жив. Народный депутат была вынуждена обратиться за помощью к такси и обнаружила, что эта услуга стоит весьма дорого (как, впрочем, и товары в лавочках, к которым госпожа Старовойтова давно привыкла).

К. МИХАЙЛОВ

Девушки ФЭУПа



На студенческой научной конференции Юля Первак (гр. 474/1) сделала доклад на тему «Анализ целей управления районом (или куда вложить ваучер!)». Над этой темой вместе с ней работают Наташа Полякова, Ира Кельнер, Ира Мурашева, студентки 4-го курса факультета экономики и управления производством. Девушки помогают также проводить занятия малой секции кибернетики (КИСА) при Доме Ученых им. М. Горького, на которой ребята поставили своей целью разработать методику определения системы ценностей микро-района, семьи, города для того, чтобы создать наиболее комфортные условия для жизни и развития каждого человека.

У КИСы появился КИСенок

В прошлом году «Политехник» уже рассказывал читателям о малой секции «Кибернетика — Информатика — Системный анализ — КИСА», организованной председателем Совета женщин нашего университета, доцентом Виолеттой Николаевной Волковой при Доме ученых РАН им. М. Горького. В этом году Виолетта Николаевна создала аналогичную секцию при Доме Ученых в Лесном. Является ли эта секция повторением прошлогодней? Продолжается ли работа КИСА при Доме ученых им. М. Горького? Что нового появилось в работе секции? Эти вопросы мы задали организатору КИСы и КИСенка.

— Форма работы секции, созданной при Доме Ученых в Лесном так же, как и первой КИСы, — не кружок. И руководитель секции — не учитель, поскольку форма урока надоедает ребятам в школе. Задачи секции — возбудить у ребят интерес к тем или иным разделам кибернетики и информатики, желание самостоятельно искать и осваивать информацию о вызвавших интерес проблемах и обсуждать свои точки зрения с коллегами по секции. Соответственно и тематика заседаний секции определяется тем, что вызывает интерес ее членов.

Тематику этого года секции в Лесном определила первая встреча с профессором нашего университета, доктором технических наук Евгением Ивановичем Юревичем, который так интересно рассказал о робототехнике, что вызвал много вопросов и устойчивый интерес к роботам, который пока не иссяк. Наиболее интересные вопросы на первом заседании задавали Дима Акульшин и Игорь Феногенов, так что даже Евгений Иванович сказал: «Ой, какой ты умный», когда Игорь задал вопрос о влиянии на роботов радиации.

Зарождающийся интерес к роботам поддержал Алексей Анатольевич Кочкарев, который организовал экскурсию в ЦНИИ РТК. А затем Анатолий Остапович Рогозинников дважды так интересно рассказал ребятам историю робототехники, показывал фильм о созданном в ЦНИИ РТК роботе, что когда в Доме Ученых им. Горького был организован новогодний КВН между КИСой, которой уже исполнился год, и новой КИСой в Лесном, то большинство вопросов домашнего задания ребята подготовили о роботах. Например, Римма и Саша Федотовы разыграли сценку из «Золотой цепи» Александра Грина: Саша изображал автоматического человека Ксаверия, а Риммочка — Молли, задающую роботу вопросы. Танечка Иванова изобразила в танце «куколкуписца». А семья Феногеновых (Игорь организовал и папу, и младшую сестренку Наташу) изобразила работу умной ЭВМ, правда, под руководством программиста.

На последних занятиях ребята пытаются написать и отладить программы перебора, позволяющие им получать возможные варианты роботов из исходных основных составных частей — разного вида датчиков, процессоров и исполнительных устройств. Занятия проводятся на рабочей станции «БЕСТа» в Учебном центре университета. Эту возможность нам представили проректор Вадим Николаевич Бусурин и администратор «БЕСТы» Александр Викторович Шапошников. Большое спасибо от КИСят. От женсовета занятия помогает проводить доцент ФЭУПа Марина Васильевна Хлудова. В марте ребята примут участие в традиционной городской конференции «Школьная информатика».

Завязались у нас контакты и с москвичами. У нас в гостях были ребята из московского Дома научно-технического творчества молодежи, а в апреле они пригласили наших ребят принять участие в их конференции. Пока доклады на нее послали члены «старшей» КИСы Данила Смолко и Кирилл Куберский, которые испробовали свои силы в прошлом году на городской конференции. Но в будущем, будем надеяться, что и члены КИСы в Лесном тоже выйдут на столичный уровень.



Хроника

ПАРТИЙНАЯ

После длительного перерыва было проведено собрание членов КП РФ, восстановленной в правах после известного решения конституционного суда. В среду, 17 февраля, в 18.00 в зале, арендованном в Доме ученых в Лесном, собрались бывшие члены КПСС, а также члены различных партий социалистической и коммунистической ориентации (РКРП, СПТ, ВКП(б) и т. д.). Секретарь последнего парткома ЛПИ им. Калинина (ЛГТУ, СПбГТУ) А. А. Краузе в течение 73 минут рассказывал собравшимся о работе Чрезвычайного съезда КП РФ, проходившего в Подмосковье (А. А. Краузе — делегат этого съезда) и ответил на их вопросы. Затем слово было представлено полномочному представителю РКРП, съезд которой проходил в это же время в одном из залов Москвы. Собравшиеся рассмотрели ряд организационных вопросов и приняли решение о создании территориальной организации КП РФ Политехнического микро-района.

В работе собрания приняли участие 6 (из 11) ныне здравствующих секретарей парткома ЛПИ (в том числе 1 секретарь из 4-х последних, функционировавших в предперестроечный и перестроечный период). Около 10—12 процентов собравшихся составляли женщины.

ОФИЦИАЛЬНАЯ

На фасадах зданий нашего вуза появилась новая надпись: «Санкт-Петербургский технический университет. Политехнический институт Петра Великого. Основан в 1899 году».

Так что все студенты и сотрудники университета теперь, наконец, знают, кто они такие и где они учатся и работают.

МЕЖДУНАРОДНАЯ

Успешно завершила работу в Индии и благополучно возвратилась назад делегация университета, возглавляемая ректором Ю. С. Васильевым.

Также успешно завершили свои поездки в Германию декан ФМФ В. А. Пальмов и декан ФЭУПа Т. В. Лисочкина. По данным на 21 февраля 1993 г. в Китае находился проректор Э. М. Шамаков.

В это же время более 10 преподавателей и сотрудников университета находились за рубежом в командировках или рабо-

Наши международные контакты



Вот уже второй раз приезжала к нам в страну доктор Дороти Вэйс. И, конечно, не могла не побывать в Политехе. Общения с Дороти всегда естественны и сердечны. Не хочется обобщать, но семинары по деловым коммуникациям в предпринимательстве, руководителем которых была Дороти Вэйс, пожалуй, были едва ли не лучшими среди приезжавших проводить семинары на созвучные темы. Ум, вкус, обаяние этой женщины восхищают, а неподдельная искренность — укрепляет контакты.

Конечно, наша встреча в «Лесном» могла завершиться только у Марии Семеновны в Доме ученых. Казалось бы, что объединяет этих женщин из разных концов света? А вот есть такой наименьший общий знаменатель. И это не только женские проблемы, это — искренность, дружелюбие, открытость, высокая культура — потребность ума и души и еще доброта — мудрость сердца.

Н. КУБЕРСКАЯ,
зам. председателя Совета женщин

— Мы только что родились, наше появление на свет было мучительно. И вот теперь, заново рожденные, мы начинаем новую жизнь. Какая она будет, мы пока плохо представляем, но то, что мы постараемся жить лучше — это точно.

— Вчера я проснулся, как обычно, выпил кофе и пошел гулять с собакой. Чувствую, мне чего-то не хватает, что-то я потерял. И вдруг понял: я потерял всю ту гадость, что столько лет копилась у меня в душе.

— С курсов я вернулся домой поздно, сын мой не спал, я не люблю, когда он не ложится в определенное время и обычно его ругаю за это. А вчера смотрю на него и думаю: «Какое у него лицо хорошее, надо же, как он изменился». Мы разговорились. Лет одиннадцать назад, когда ему было несколько месяцев, он часто плакал от боли в животе. Успокаивался только тогда, когда я клал его к себе на грудь. И вот сейчас я почувствовал с сыном такую же близость и единство, как тогда.

Это — высказывания выпускников курса ИУО «Understand yourself and others» — «Пойми себя и других». Они существуют в Петербурге с мая прошлого года, а в Америке уже 18 лет. В Штатах создано около 60 Всемирных центров взаимоотношений, где проводятся эти курсы. Занятия в Петербурге ведут американские инструкторы совместно с русскими, делятся они три дня.

...Но начинались курсы не с восторженных высказываний...

Нас вводили в зал по одному, каждого студента встречали дружными криками и рукоплесканиями, а затем усаживали в круг. Почти все сидели в «позе защиты» — скрещенные руки, взгляд недружелюбный. И нехотя рассказывали, зачем сюда пришли. Мне было непонятно, почему у девушки, стоящей напротив, столько тепла в глазах и почему кто-то сзади положил руки на мои плечи. В первый день очень хотелось уйти, неприятно, когда пробуют влезть в твою душу.

В начале второго дня все провалили понять, зачем шес-

надцатилетняя девочка бьется на полу, в ярости стучит кулаками по подушкам и хрипит от бешенства: «зла». Инструктор и три студента инсценируют посещение туалета. Юноша с закрытыми глазами разговаривает с умершей матерью. Молодые женщины с визгом лезут на скамейку демонстрировать свои прелести.



Светлана КАРПОВА

Иногда возникало впечатление, что это сумасшедший дом или балаган. Но эти ощущения сменялись другими тогда, когда ты слышишь, как человек, сидящий рядом, начинает говорить о своей горе. И ты чувствуешь — его горе тебе знакомо так же, как печали и заботы другого человека, находящегося напротив. И понимаешь — насколько близки и в чем-то одинаковы все люди. И удивляешься, сколько горя и страдания носят они в себе.

Удивительная атмосфера курсов поражает всех, кто туда приходит. Маленький круг людей на несколько дней оторванный от мира, где все присутствующие сочувствуют тебе, где царит атмосфера любви, от которой совсем отвыкли. Постепенно мы все поняли, что здесь нужно работать, но работа предстает непривычная, тяжелая над собой и своими чувствами. И вот один за другим люди начинают решать свои проблемы.

Уверенный в себе человек — хозяин жизни, мучается детской болью. Когда он был совсем маленьким, сосед пристрелил его любимую собаку. Недавно, купив пистолет, он почувствовал сильное желание поехать в Сибирь, где раньше жил, найти своего бывшего соседа. Его заставили все вспомнить, заново пережить эту боль и простить того человека.

Девушка находится в хроническом унынии, у нее умерли родители, бросил любимый. Она постоянно чувствует себя несчастной. Инструктор предложил ей попеременно входить в разные состояния: то ей нужно ощутить себя личностью полноценной и жизнелюбивой, то сделать так, чтобы всем окружающим стало ее жалко. На



Цитата года

«Любовь — это неволютаристический процесс деградации национализма, в котором один из индивидуумов без моральных мотиваций и эгоцентрических побуждений оккупирует примат чужой психики, репрессировав и субординируя другой индивидуум» (Ф. Энгельс. т. 77, стр. 377).
Что ж, может быть, в далекий век тридцатый
В растве человеческой крови
Не лирики, а физик бородатый
Откроет атом вещества любви.
Его прославят летописцы века,
О нем молва пойдет во все края.
Природа! Сохрани от человека
Хотя бы эту тайну бытия.

(Из «доклада» председателя Совета женщин на предновогоднем заседании)

На этот раз — образ мужчины в искусстве

Стали уже традицией выступления на праздничных заседаниях женсовета Татьяны Леонидовны Федотовой. Она рассказывала нам об образе женщины в искусстве, о том, что в блокадном Ленинграде не прекращалось творчество музыкантов, художников, поэтов. И даже писались диссертации.

На предновогоднем заседании Татьяна Леонидовна охарактеризовала наших российских мужчин, особенно их характер, со всеми их достоинствами и не всегда привлекательными и рациональными чертами. Но в целом большинству из нас, как мне показалось, понравился этот облик, широкая натура, не всегда организованная, не стремящаяся к стяжательству, любящая пофилософствовать, иногда даже по пустякам. Ну разве можно представить себе американского делового бизнесмена в роли одного из трех охотников, безмятежно проводящих время на фоне прекрасной природы?

Татьяна Леонидовна не просто знакомит с картинами художников и особенностями



их стиля. Она дает представление о периоде развития страны, или об особенностях характера, используя одновременно живопись, музыку, поэзию. Я долго думала, в чем секрет того огромного впечатления или даже скорее состояния, в которое она приводит слушающих? И можно ли научиться ее искусству? И, кажется, поняла, что научиться этому просто невозможно. Потому что главное — это собственно Личность Татьяны Леонидовны, ее мировоззрение, глубокое понимание произведений искусства, с помощью которых она характеризует эпоху, страну, народ. Поэтому она всегда естественна и обаятельна. И каждое общение с ней — праздник!

В. ВОЛКОВА
НА ФОТО: Вот такой увидела Татьяну Леонидовну наша художница Анна Владимировна Зазерская.

слезы, он был ребенком и его любили все люди.

В конце третьего дня мы наконец-то поняли, зачем сюда пришли, и тогда начался праздник. Радость переполняет всех, хочется кричать — ты кричишь, прыгаешь, пляшешь, топашь, хохочешь. Наверно, мы никогда так себя не чувствовали, разве что в детстве.

бед и неудач, а затем вышла замуж и уехала в Америку.

— Но во мне столько накопилось боли, злости, что я не могла уже быть нормальной, счастливой женщиной. Утром вставала, и во мне все кипело. Посуда летела на пол, я садилась за руль и мчалась куда глаза глядят, несколько раз попадала в аварию. Если бы мне случайно не предложили закончить эти курсы, думаю, меня бы уже не было в живых. Я поняла, что эти курсы необходимы не только мне, но и вам, в России. Вы все страшно страдаете от рефлексии, бесконечно ковыряетесь в себе и сомневаетесь во всем. А смерть стоит у каждого за плечом, вот здесь, и каждая секунда нашей жизни может быть последней. Надо научиться принимать решения, а мы тратим кучу времени на сомнения. Боимся действовать, а сделали шаг, переступили через страх... и пусто, остаетесь вы и ваше решение. А потом становится легче, больше сил остается на претворение в жизнь этого решения. И все последствия, ответственность за него надо брать на себя. И еще очень важно научиться контролировать вас, и создают почву для дальнейшей жизни. Нельзя думать о плохом, о том, что у вас ничего не получится, иначе не вывернетесь из неудач. После курсов у меня даже изменилось отношение к богу, это по-моему что-то очень чистое, светящееся внутри каждого, очищенное от всех ненужных наслоений.

Главная цель Билла Ридлера, чтобы к двухтысячному году 3 миллиона 333 тысячи 333 человека прошли курсы, чтобы они создали гармонию внутри себя, а затем нашли путь к пониманию других людей. Создали бы взаимопонимание в своей семье, в городе, в стране и тогда «мир будет без границ».

Когда я вышла на улицу после занятий, то очень удивилась людям вокруг, они были такие озабоченные, хмурые, чужие. Потому что не испытали той радости единства и любви друг к другу, что испытали мы на курсах.

Хочешь быть счастливым?

— Будь им!

третий раз, делая это упражнение, она уже не смогла вызвать чувство жалости. И ей предложили: «выбери: ты можешь быть и радостной и несчастной — какой хочешь, такой и живи на свете. В жизни есть игровое начало и нельзя к ней относиться, как к цепи горестий и несчастий».

Тринадцатилетний подросток с глазами слепого человека, которые не выражают никаких чувств. У него в течение года сходятся и расходятся родители и он разучился и плакать, и смеяться. У мальчика пытались вызвать чувства сострадания к другим людям, хоть одну слезинку к чужому горю.

Женщина — у нее два больших ребенка, недавно ее оставил муж. Ей принесли огромное зеркало и предложили посмотреть в глаза своему отражению и простить себя за то, что она родила нездоровых детей, а затем полюбить себя. И запомнить, что дети никогда не будут счастливы до тех пор, пока не будет счастлива их мать.

Мужчина — моряк, он не умеет принимать ни чужой любви, ни чужой заботы, это происходит от недоверия к людям, от нежелания от них зависеть. Мужчины положили его на руки и стали тихо качать, а женщины, напевая колыбельную, гладили его по голове. Когда включили свет, по щекам моряка текли

Эти курсы создал Билл Ридлер на основе учений психоаналитиков Адлера и Дрейкурса, у которого Ридлер учился с восьмилетнего возраста. А Адлер создал «индивидуальную психологию», он считал, что у каждого человека существует комплекс неполноценности, который он стремится преодолеть. Ребенок гениален в два года, он знает кем хочет стать, он настоящий, а затем появляются комплексы, наслойки и от них приходится избавляться порой всю жизнь.

Ридлер решил, что эти курсы надо привезти в Россию, что именно здесь они необходимы. Были собраны большие средства и с 1991 года они проходят в Новороссийске и в Петербурге. 32 человека из этих городов ездили в Штаты, учиться на инструкторов. Сейчас они ведут курсы в паре с американцами. Когда наши инструкторы набираются достаточного опыта, то будут работать самостоятельно. Билл дал бесплатное право создать в Новороссийске и в Петербурге центры. У нас он уже создан и недавно зарегистрирован.

Очень многие люди в Америке хотели помочь нам создать эти курсы: Д. Коблар, Бак, и И. Манн — душа курсов, женщина-легенда. Сама она родом из Кандалакши, жила в Петербурге, прошла через много

Как стать неотразимой

(НЕСКОЛЬКО СОВЕТОВ)



Красивой хочет быть любая женщина. Но порою красота, как и многое другое, дается большим трудом и терпением.

У вас проблемы с кожей? Угреватую, нечистую кожу хорошо лечат дрожжи. 10—20 граммов дрожжей разотрите с двумя столовыми ложками теплого молока. Держите на лице до засыхания. Стирать круговыми движениями пальцев. Сполоснуть лицо теплой, а затем прохладной водой. Полезно также принимать внутрь 2—4 чайные ложки пивных дрожжей каждое утро перед едой. Если дрожжи вам найти не удастся, возьмите на вооружение луковую маску. Маленькую луковицу натрите на терке, смешайте с 1 чайной ложкой пшеничной муки. На коже маску надо держать в течение 20 минут, затем смыть теплой водой.

Некоторым буквально отравляют жизнь прыщи. От них можно избавиться, если часто пить горячий чай из молодых листьев крапивы, а также травы фиалки трехцветной и листьев земляники, взятых поровну.

Морщины. Они огорчают даже молодых женщин. Избавиться от них трудно, но возможно. Яичные желтки (3 шт.) разотрите с растительным маслом (кукурузным, соевым, льняным, конопляным — 3 столовых ложки) и добавьте стакан сливок. Отожмите сок двух лимонов. Отдельно в стеклянную банку мелко порежьте лимонных корок,

залейте стаканом кипятка, укройте и настаивайте 1—2 часа. После этого жидкость процедите, остаток отожмите. Охлажденную смесь соедините с соком. К смеси из яичных желтков и сливок понемногу и при тщательном помешивании добавьте настой лимонных корок, смешанных с лимонным соком и медом (1 стол. ложка), а затем (тоже понемногу) влейте в камфарный спирт (150 г). Смесь процедите в темную поллитровую бутылку, тщательно взболтайте и долейте водой (250 г) до горлышка. Эту жидкость храните в прохладном месте. Перед употреблением взбалтывайте, так как в осадке содержатся ценные вещества. Этот состав поддерживает, восстанавливает и стимулирует жизнедеятельность клеток кожи, питает ее. Лосьоном регулярно протирайте лицо и шею после умывания на ночь.

Для профилактики и уничтожения морщин можно порекомендовать массаж лица. Если морщины на лбу, массируйте точки, находящиеся по обе стороны средней линии носа (оси симметрии) на расстоянии двух пальцев над основанием бровей.

Если есть морщины на основании и у крыльев носа, массируйте три точки, охватывающие нос целиком. Одна из них находится в углублении между основанием носа и лобной костью, две других — на расстоянии 1 см от ноздрей.

Если речь идет о морщинах вокруг рта, то надо массировать дважды (и даже чаще) в день точки, расположенные на расстоянии 1,5 см от уголков губ.

Так же нужно массировать точки, расположенные выше верхней губы, как раз посередине расстояния между носом и губами.

С «мешочками» под глазами борются, массируя точки находящиеся в уголках глаз у носа.

А теперь займемся волосами. Кстати, известно ли вам, что качество волос — лучший барометр вашего здоровья? Волосы здоровой женщины, как правило, густые, блестящие и эластичные.

Для укрепления, стимуляции роста волос, а также против перхоти используют лекарственные травы. 100 г мелко нарезанных листьев крапивы проварите 30 минут в смеси из 1/2 л уксуса и 1/2 л воды. Этим отваром мыть волосы (без мыла) ежедневно в течение 10 дней.

Чаще всего нашим волосам не хватает необходимых им микроэлементов, таких, как сера, кремний, цинк и калий. Большинство этих элементов содержатся в черной редьке. Редьку очищают от кожуры, натирают на терке, отжимают сок и втирают в кожу головы перед мытьем. Попробуйте и такой рецепт, которым пользовались наши прабабушки. Возьмите корни репейника, положите в кастрюлю, наполненную водой. Кипятите до уара, чтобы корни притомились, а вода немного выкипела. Остудите отвар и процедите, слейте, корни выбросьте. Перхоть уничтожается, и волосы растут довольно быстро.

Надеемся, это советы сделают всех наших женщин неотразимыми.

Рецепты жены Льва Толстого

Жена Льва Николаевича Толстого Софья Андреевна оставила для потомков удивительно интересную книгу, в которой собрано около двухсот оригинальных рецептов.

Как известно, Лев Толстой был вегетарианцем (употребляя в пищу преимущественно растительные продукты), а в результате — долгая, плодотворная жизнь практически без болезней. В книге рецептов Софьи Андреевны широко представлены разнообразные блюда из овощей, некоторые из них мы и предлагаем вниманию читателей.

СОУС ИЗ СМЕСИ ОВОЩЕЙ

Нарезают морковь, картофель и свеклу. В растопленное сливочное масло кладут мелко нарубленную зелень петрушки и подготовленные овощи. Ставят на огонь, закрыв крышкой и добавив нашинкованный репчатый лук, немного бульона и сахара. Тушат до готовности.

Морковь 1 шт., картофель 3—4 шт., свекла 1 шт., сливочное масло 50 г.

зелень петрушки, репчатый лук, бульон, сахар.

ОМЛЕТ ИЗ МОРКОВКИ

Морковь нарезают кубиками, солят, посыпают небольшим количеством сахара и жарят в сливочном масле, добавив 1—2 столовых ложки горячей воды. Готовят омлет из расчета 1 столовая ложка подготовленной моркови на 1 яйцо. Подают горячим, посыпав зеленью петрушки и черным молотым перцем.

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И РЕДЬКИ

Натертую свеклу и редьку смешивают с мелко нарезанным репчатым луком и добавляют лимонную кислоту, сахар и растительное масло.

Свекла 1 шт., редька 1—2 шт., репчатый лук 1 шт., сахар и лимонная кислота по вкусу, растительное масло 2—3 столовых ложки.

САЛАТ «ДУШЕЧКА»

Натереть вареную свеклу, сырую

морковь, яблоко, редьку, нашинкованную свежую капусту и репчатый лук, нарезанные соленые огурцы солят, добавляют черный и красный молотый перец и заправляют сметаной.

Свекла 1 шт., морковь 1—2 шт., яблоки 1—2 шт., редька 1 шт., половина небольшого кочана капусты, репчатый лук 1 шт., соленые огурцы 1—2 шт., половина стакана сметаны, соль и перец по вкусу.

КАША ИЗ МОРКОВИ

Подготовленную морковь варят в бульоне. Взбивают сливки и сливочное масло. Отдельно взбивают желтки. Все вливают в кастрюлю и продолжают варить, добавив немного сахара и мускатного ореха.

Морковь 3—4 шт., бульон 1 столовая ложка, половина стакана сливок, сливочное масло 50 г, яичные желтки 3 шт., сахар и мускатный орех по вкусу.

САЛАТ «ВИТАМИННЫЙ»

Нашинковать редьку и морковь, мелко нарубленную зелень петрушки солят, добавляют сахар и заправляют сметаной.

Морковь 1 шт., редька 1 шт., зелень петрушки, соль и сахар по вкусу.

что-нибудь! Хотя одно слово! Ну подай хоть признаки жизни!!!

— Это правда, что женщины живут дольше мужчин?

— Правда. Вдовы во всяком случае...

Жена — мужу:

— Выбери: я или пиво!

— А сколько пива?..

Жена — мужу:

— Итак, где ты был вчера?!

— Это ложь!!! Кто тебе сказал?!

Две подружки:

— Я где-то читала, что страус очень плохо видит, а его желудок способен переваривать все что угодно!

— Господи, какой бы это был замечательный муж!

— Если бы вы знали, как моя жена любит поговорить! Когда она была на курорте, у нее загорел даже язык!

— Дорогая, есть одно слово, которое делает меня счастливейшим человеком. Ты выйдешь за меня замуж?

— Нет!

— Вот оно, это слово!

Двое приятелей:

— Чего это ты вырезаешь из газеты?

— Вот: заметка о муже, получившем развод потому, что его жена шарила в его карманах.

— И что ты с ней сделаешь?

— Положу в свой карман!

В деревне. Жена за завтраком мужу:

— Слушай, а ведь завтра двадцать лет тому, как мы поженились! Не заколоть ли по этому случаю кабанчика?

— Не мели глупостей: кабанчик-то в чем виноват?

Муж — жене:

— Дорогая, пришли мне, пожалуйста, пуговицу к пиджаку.

— Которую, милый? Здесь двух не хватает...

Две подружки:

— Ну как, вы уже купили машину?

— Нет. Мы начали было откладывать деньги, но потом подсчитали, сколько скопилось за полгода, и решили лучше сходить в кино!



Жена — мужу:

— А не пойти ли нам куда-нибудь поразвлечься? А то все сидим вечерами по углам, скушаем...

— Блестящая идея! Запомни: ключ будет под ковриком, если ты вернешься раньше...

Медовый месяц. Молодая жена:

— Милый, ты съел первый в моей жизни пирог, который я испекла. Завтра испеку новый. Тебе понравится? Скажи мне! Пожалуйста! Скажи хоть

Любовь зла, полюбишь и... — Ошибочка вышла.

Мы часто разрушаем наши шансы на близость, потому что мы избегаем ответственности. Когда мы устраиваемся так, что любовь лежит вне нашего контроля, мы лишаем себя способности сделать наши отношения такими, какими мы хотим их видеть. Желание избежать ответственности очень очевидно в том, как многие люди определяют любовь.

Существует несколько распространенных определений, которые препятствуют нашему получению удовлетворительных отношений с другим полом.

Определение 1:

Любовь — это инфекция. Она вызывается ядом на конце стрелы, которую выпускает этот маленький голый парень с крыльями. Его зовут Купидон.

Человек не отвечает за свое чувство любви. Это определение утверждает, что любовь вне контроля. Причины, почему такие определения так распространены, заключаются в том, что мы хотим избежать ответственности за выбор, который мы делаем в отношениях.

Новое определение любви:

Любовь: Чувство, которое вы создаете после того, как вы решили тесно сблизиться с человеком. Эти чувства помогают вам довести до предела его достоинства и снизить до минимума недостатки. С этим определением, любовь — это выбор, а не что-то, к чему вас принуждает какая-то магическая сила вне вас. Принимая полную ответственность за любовь, вам легче найти ее.

Рассмотрите, что вы знаете о том, как давать и получать любовь. Если у вас трудности с другим полом, обдумайте свой стиль поведения с точки зрения: «что я обычно жду от другого пола?»

Что вы чувствовали, будучи любимым!

В молодые годы каждый из нас

придумывал различный ответ на вопрос, что должны делать другие люди, чтобы доказать, что они меня любят. Отвечая на этот вопрос, мы основываемся на наших детских переживаниях, и очень вероятно, что мы можем прийти к ошибочным выводам. Например, ребенок может считать, что доказательство любви — это когда другой человек покупает ему все, что он хочет. Тогда эта ошибка заставляет нас преследовать ошибочные цели. Чтобы исправить это, полезно чтобы вы исследовали свои ответы на следующие вопросы.

Спросите себя: как вы ПОЛУЧАЛИ любовь, будучи ребенком? Как вы ДАВАЛИ любовь, будучи ребенком?

Рассмотрите, что вы делаете сейчас, стараясь показать вашу любовь и проверить любовь вашего партнера. Посмотрите, сможете ли вы распознать связь между тем, как вы действуете сейчас, и как вы отвечаете на вопросы.

Отрывок из книги «Пойми себя и других». Авторы Кэт и Билл Кволс-Ридлер, директора Центра отношений Дрейкурса, США

