



ШКОЛЬНЫЙ ВЕСТНИК

6+

2/2025



Учредители журнала:	СОДЕРЖАНИЕ	
АО «Молодая гвардия» и коллектив редакции	Важная информация о подписке	1
Главный редактор Ю.И. Кочетков	Вниманию пользователей компьютера	3
Редакционная коллегия:	Людмила Смирнова. Взрослые за школьной партой	7
С.В. Винокурова В.З. Денискина И.Н. Зарубина О.В. Клековкина Ю.И. Котов Т.М. Морева И.И. Семёнова А.П. Торопцев	Екатерина Шевичева. Отслойка сетчатки: причины и последствия	11
	Андрей Гостев. Паралимпийская экспедиция по Прибайкалью	22
	Екатерина Шевичева. Массаж вслепую: история профессии от истоков до наших дней	34
	ПРОБА ПЕРА	
	Сияна Бондарева. Путешествие с Котом учёным	48
	НА ПОЭТИЧЕСКОЙ ВОЛНЕ	
	Зоя Шишкова. Стихи	60
	Вера Меркурьева. Стихи	61
	АЗ, БУКИ, ВЕДИ	
	Людмила Уланова. Стихи	76
	Марина Дружинина. Рассказы	78
	Почему мы празднуем День защитников Отечества 23 февраля	93

ВАЖНАЯ ИНФОРМАЦИЯ О ПОДПИСКЕ

Уважаемые руководители коррекционно-образовательных учреждений, где учатся незрячие и слабовидящие школьники, а также директора специальных библиотек для слепых!

Журнал «Школьный вестник» на протяжении 86 лет многим своим читателям помог найти место в жизни, выбрать свою профессию, был большим другом и помощником детей и взрослых. Сегодня ему очень нужна ваша поддержка!

ПОДПИШИТЕСЬ, пожалуйста, на наш журнал, если вы этого ещё не сделали.

На страницах «Школьного вестника» каждый читатель может найти для себя что-то интересное и нужное: младшие школьники в рубрике «Аз, Буки, Веди» в каждом номере познакомятся со стихами и рассказами молодых профессиональных авторов; учащиеся любого возраста могут принять участие в литературном конкурсе «Проба пера» и по итогам получить достойный приз; старшеклассники узнают о профессиях, в которых успешно работают незрячие и слабовидящие люди; педагоги могут опубликовать свои методические работы, наблюдения, поделиться своим опытом обучения и воспитания незрячих и слабовидящих детей.

Оформить подписку на «Школьный вестник» можно с любого месяца в любом отделении «Почта России», а также в агентстве «Урал-Пресс».

Индексы в каталоге АО «Почта России» журнал
«Школьный вестник» шрифтом Брайля

ПП671 — подписка на 1 месяц

ПП672 — годовая подписка

Индексы в каталоге АО «Почта России» журнал
«Школьный вестник» укрупнённым шрифтом, кегль 18

ПП663 — подписка на 1 месяц

ПП670 — годовая подписка

Индексы в каталоге ООО «УРАЛ-ПРЕСС» журнал
«Школьный вестник» шрифтом Брайля

70864 — подписка на 1 месяц

71546 — годовая подписка

Индексы в каталоге ООО «УРАЛ-ПРЕСС» журнал
«Школьный вестник» укрупнённым шрифтом, кегль 18

81661 — подписка на 1 месяц

81683 — годовая подписка

Подписаться можно как на брайлевский вариант жур-
нала, так и на журнал, отпечатанный укрупнённым шриф-
том. Внимательно смотрите на каталожные индексы.

ОЧЕНЬ ЖДЁМ ВАШЕЙ ПОДДЕРЖКИ!

Редакция журнала «Школьный вестник»

ВНИМАНИЮ ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ КОМПЬЮТЕРА

Дорогие старшеклассники и пользователи, самостоятельно осваивающие приёмы работы на персональном компьютере без визуального контроля, а также эксперты тифлоинформационных технологий! В этом году выпуск пособий по освоению персонального компьютера продолжится очередным материалом. На этот раз Общероссийская общественная организация инвалидов — Российский союз инвалидов при финансовой поддержке Фонда президентских грантов в рамках реализации проекта «Основы компьютерной грамотности инвалидов по зрению на базе операционной системы Linux» подготовит пособие по основным приёмам работы на компьютере под управлением операционной системы Linux, охватывающую необходимые темы. Разрабатываемый в этом году учебно-методический комплекс будет содержать следующие главы:

Глава 1. Знакомство с операционной системой Linux

Глава 2. Работа в Linux без визуального контроля

Глава 3. Базовые приёмы работы с папками и файлами в Linux без визуального контроля

Глава 4. Базовые приёмы работы с текстовой информацией в Linux без визуального контроля

Глава 5. Базовые приёмы работы с таблицами в Linux без визуального контроля

Глава 6. Навигация по WEB-страницам в Linux без визуального контроля

Глава 7. Программирование в Linux без визуального контроля

Глава 8. Знакомство с Emacspeak

Глава 9. Краткий справочник по работе в Linux.

Методические рекомендации для преподавателей:

Глава 10. Рабочее место незрячего обучающегося

Глава 11. Основные алгоритмы работы в ОС Linux без визуального контроля

Глава 12. Примеры практических заданий для незрячих обучающихся и рекомендации по их выполнению.

Книга предназначена для учащихся специальных школ, а также пользователей, самостоятельно осваивающих компьютер. При этом предполагается, что читатели имеют базовую компьютерную подготовку, в частности владеют работой на стандартной клавиатуре.

Главы 1 и 2 будут содержать материалы по основам организации ОС Linux и принципам работы в ней без визуального контроля.

Глава 3 предоставит материал по работе с файловой системой.

Главы 4 и 5 посвящены изучению таких важнейших аспектов информатики, как невизуальные приёмы работы с текстом и таблицами. После освоения этих глав учащиеся приобретут знания, умения и навыки, необходимые для выполнения базовых операций с текстовой и табличной информацией.

Глава 6 охватит материал по описанию базовых приёмов навигации по сети интернет с помощью браузеров в операционной системе Linux. Материал главы имеет большое практическое значение для незрячих учащихся и будет полезен при освоении школьной программы по всем предметам.

В 7 главе планируется разместить материал, позволяющий сформировать у читателей навыки практического программирования на языке Python в ОС Linux.

Глава 8 будет посвящена такой специфической теме, как работа в среде Emacspeak.

В 9 главе будет дано описание наиболее востребованных в процессе практической работы операций и команд по их выполнению.

Прилагаемые к учебному пособию «Методические рекомендации для учителя» будут содержать методический материал в текстовом формате, посвящённый описанию рабочего места незрячего обучающегося, основные алгоритмы работы в ОС Linux без визуального контроля, а также примеры практических заданий для обучающихся и рекомендации по их выполнению.

Как и ранее, в этом году при подготовке учебно-методического комплекса будут проводиться вебинары с участием представителей авторского коллектива.

Традиционно при подготовке пособия будут учитываться пожелания, высказанные экспертами при подготовке технического задания и апробации предварительных вариантов отдельных глав. В этом году в апробации будут участвовать 24 специальные школы для учащихся с нарушением зрения.

В 2026 году книга будет отпечатана рельефно-точечным шрифтом Брайля, укрупнённым шрифтом, подготовлена в электронном формате и формате DAISY. Рельефно-точечные издания и издания укрупнённым шрифтом как обычно будут распределены по специальным библиотекам и школам для слепых детей. В результате все желающие получат учебно-методический комплекс, обеспечивающий учёт особых образовательных потребностей инвалидов по зрению, включая незрячих школьников.

По мере подготовки предварительные варианты глав пособия будут размещаться на сайте ООИИ-РСИ по адресу: <http://oooi-rsi.ru>

На этом же сайте будет размещён окончательный вариант учебно-методического комплекса в формате Word, DAISY, в подготовленном для печати на брайлевском принтере формате, а также методические материалы для преподавателя. Там же размещены все ранее разработанные авторским коллективом ОООИ-РСИ пособия, начиная с 2017 года.

Партнерами по реализации проекта являются:

ГБОУ города Москвы «Школа-интернат № 1 для обучения и реабилитации слепых детей» Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы;

ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-Педагогический университет», факультет информационных технологий;

ОАО «Молодая гвардия», журнал для слепых и слабовидящих детей «Школьный вестник»;

Ассоциация руководителей образовательных организаций для детей с нарушением зрения (АРООДНЗ);

частное учреждение Центр компьютерных технологий в образовании слепых «Аргус»;

интернет-радио «РАНСИС»;

Общероссийская общественная организация инвалидов — Российская ассоциация незрячих студентов и специалистов.

Проект «Основы компьютерной грамотности инвалидов по зрению на базе операционной системы Linux» поддержан Министерством науки и высшего образования РФ, Министерством просвещения РФ, дефектологическим факультетом МПГУ, депутатом Государственной думы РФ О.Н. Смолиным.

Авторский коллектив ОООИ-РСИ желает вам успехов в освоении операционной системы Linux!

К 100-ЛЕТИЮ ОСНОВАНИЯ ВОС

Людмила Смирнова

ВЗРОСЛЫЕ ЗА ШКОЛЬНОЙ ПАРТОЙ

ИСТОРИЯ РАБОТЫ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТНОЙ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВЕЧЕРНЕЙ СРЕДНЕЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ ДЛЯ СЛЕПЫХ И СЛАБОВИДЯЩИХ

Образование — необходимое условие подготовки человека к жизни и труду. В жизни слепых людей оно имеет огромное значение. Образованный незрячий человек утверждается в обществе, становится более активным, поднимается на другой социальный уровень. Проблема обучения слепых детей в СССР в 1930-е годы была решена.

После окончания Великой Отечественной войны в стране резко возросло число инвалидов, в том числе инвалидов по зрению. Тысячи юношей и девушек, людей среднего возраста, не успевших окончить школу и получить профессиональное образование, оказались в трудном положении: специальных школ для взрослых слепых не было, было мало специалистов, владеющих методикой обучения письму и чтению по системе Брайля. Поэтому в конце 1940-х начале 1950-х годов одной из важнейших проблем Общества слепых было создание системы образования взрослых незрячих.

В то время Центральное правление ВОС активно занималось трудоустройством слепых. Повсеместно открывались специальные предприятия для слепых, а грамот-

ных руководителей и организаторов производства было мало. Вот тогда на помощь и пришли вечерние школы рабочей молодёжи — ШРМ, так они назывались тогда.

В 1950 году в Москве начала свою долголетнюю работу вечерняя школа, которая впоследствии стала межобластной очно-заочной школой, в которой учились тысячи слепых людей. В других регионах страны этот вопрос решался по-разному. Так, в Ростове-на-Дону в областном правлении ВОС в том же 1950 году начал работать Совет незрячих учителей, который возглавляла учитель русского языка и литературы Марфа Петровна Ильницкая. Силами и стараниями Совета в Ростове в городской вечерней школе были открыты два класса для слепых. Это было началом систематического образования взрослых слепых в Ростовской области.

Шли годы, и в других городах области, где существовали предприятия ВОС — Новочеркасске, Азове, Шахтах — в вечерних школах открылись классы для слепых. Да и предприятия Общества помогали своим работникам-вечерникам и безвозмездно предоставляли помещение вечерним школам. И это был ещё один шаг в деле улучшения образования слепых. Учащимся вечерней школы с полной потерей зрения после работы не нужно было идти в массовую школу, к ним на предприятие приходили учителя. Молодёжь активнее пошла учиться в школу.

Есть такая русская пословица: «Сперва аз да буки, а там — и науки». И жизнь подтвердила справедливость этой пословицы. Многие выпускники продолжили образование в вузе.

П.П. Синельников в 1958 году окончил в Ростове вечернюю школу № 65 с золотой медалью. Поступил учить-

ся на исторический факультет Ростовского государственного университета. Окончил его с отличием, поступил в заочную аспирантуру и, получив учёную степень кандидата исторических наук, долгое время преподавал в одном из вузов Архангельска.

Н.П. Кострубин, выпускник Новочеркасской семилетней школы для слепых детей, в 1955 году пришёл на работу на Ростовское предприятие ВОС и сразу поступил учиться в вечернюю школу № 65. Окончив школу с серебряной медалью, поступил на исторический факультет Ростовского государственного университета. Дорога к науке у Николая Петровича была длинной. Спустя годы он поступил в Ленинградский университет на философский факультет. Работал ассистентом в Курском политехническом институте и в 1978 году стал кандидатом философских наук.

В.А. Левченко, рабочий Новочеркасского УПП ВОС, окончив вечернюю школу, поступил на заочное отделение юридического факультета Ростовского государственного университета, вернулся на своё предприятие и много лет работал там заместителем директора.

М.А. Варакин ещё до начала Великой Отечественной войны окончил ростовскую семилетнюю школу для слепых детей, работал на Новочеркасском УПП ВОС сначала простым рабочим, затем мастером-инструктором производственного обучения, окончил вечернюю школу и много лет работал директором Новочеркасского УПП. Так вечерние школы для взрослых незрячих помогали решать кадровый вопрос на предприятиях ВОС.

Первые выпускники вечерних школ впоследствии становились директорами восовских предприятий, председателями местных организаций ВОС. Одним из первых

был Н.И. Колесов. Он был первым директором нового УПП ВОС в Азове, ставшим одним из лучших в области.

На каждом предприятии ВОС в Ростовской области были незрячие люди, желающие получить среднее образование. На каждом предприятии открывались 2 — 3 класса, прикрепленных к городской вечерней школе. Понимая роль Общества слепых, направленность его работы и его задачи, в 1964 году Ростовский отдел народного образования принял решение об открытии областной вечерней школы для слепых в Ростове-на-Дону. Школа состояла из восьми учебно-консультационных пунктов на каждом предприятии ВОС области с центром в Ростове. В 1991 году в школе работали 18 незрячих учителей, основных работников школы. За 27 лет работы школы её окончили около 1000 человек. Специальные вечерние школы для слепых и слабовидящих создавались «в целях обучения, воспитания и социальной реабилитации», и намеченные цели были выполнены.

К моменту распада СССР число вечерних школ в России заметно сократилось. В поздние советские годы подростки редко шли работать после восьмого класса, они предпочитали продолжать учёбу в старших классах или поступали в техникумы. Те представители зрелых поколений, кто хотел доучиться, уже сделали это. Так что по вполне естественным причинам необходимость в вечерних школах для незрячих отпала сама по себе.

ОФТАЛЬМОЛОГ СОВЕТУЕТ

Екатерина Шевичева

ОТСЛОЙКА СЕТЧАТКИ: ПРИЧИНЫ И ПОСЛЕДСТВИЯ

«Из всех органов чувств человека глаз всегда признавался наилучшим даром и чудеснейшим произведением творческой силы природы», — утверждал немецкий физиолог и физик Герман Гельмгольц. Глаз человека представляет собой сложную оптическую систему, каждый структурный элемент которой выполняет важную функцию в формировании зрения. Большую роль в работе зрительного анализатора играет сетчатка. Нарушения ее работы приводят к стойкому ухудшению зрения. Когда же она начинает отслаиваться от питающей ее сосудистой оболочки, развивается тяжелейшее заболевание — отслойка сетчатки.

Для справки

Сетчатка (лат. retina) — внутренняя оболочка глаза, являющаяся периферическим отделом зрительного анализатора; содержит фоторецепторные клетки, обеспечивающие восприятие и преобразование электромагнитного излучения видимой части спектра в нервные импульсы, а также обеспечивает их первичную обработку.

Термин «отслойка сетчатки» в 1700 году предложил французский офтальмолог Шарль де Сент-Ив. Но обширные исследования заболевания начались лишь в 1851 году, когда Герман Гельмгольц изобрёл офтальмоскоп — незаменимый прибор для исследования внутренней поверхности глаза и глазного дна. С его помощью в 1853 году немецкому офтальмологу Эрнсту Кокциусу удалось составить подробную клиническую картину отслойки сетчатки. С этого момента отечественными и зарубежными офтальмологами были разработаны десятки теорий механизма возникновения, развития и проявления (патогенеза) этого заболевания.

В 1913 году в офтальмологии начал активно применяться метод хирургического лечения отслойки сетчатки, разработанный швейцарским офтальмологом Жюлем Гоненом.

Свой вклад в исследование и лечение отслойки сетчатки внесли и отечественные врачи — Н.Е. Браунштейн, Е.Г. Лазарев, В.Д. Захаров, А.О. Аксёнов, Д.О. Шкворченко, И.М. Горшков, П.В. Лыскин, С.Н. Федоров, М.М. Краснов и другие. Именами некоторых из них названы ведущие офтальмологические клиники России.

Что такое отслойка сетчатки и можно ли её вылечить, мы попробуем разобраться вместе с нашим экспертом — врачом-офтальмологом клиники «Зрение» Еленой Александровной Баркевич (Санкт-Петербург).

СТРОЕНИЕ ГЛАЗА

Оптическая система глаза имеет сложное строение. Глазное яблоко состоит из наружной, средней и внутренней оболочки, каждая из которых выполняет свою функцию.

Наружная оболочка обеспечивает эластичность глазного яблока и поддерживает его правильную форму, защищает от повреждения его более хрупкие глубинные структуры. Она состоит из роговицы (прозрачной выпуклой линзы), фокусирующей и преломляющей световые лучи, и непрозрачной склеры (белки глаз).

Средняя оболочка состоит из тонкой диафрагмы со зрачком в центре (радужки), цилиарного тела, вырабатывающего внутриглазную жидкость и удерживающего хрусталик, а также сосудистой оболочки (хориоидеи), снабжающей все структуры глаза кислородом и питательными веществами.

Внутреннюю оболочку глаза представляет сетчатка.

Елена Баркевич: «Сетчатка — сложная структура. Она является внутренней оболочкой глаза, которая содержит светочувствительные клетки. Световые сигналы, попадающие внутрь глаза, преобразуются в электрические импульсы, которые по зрительному нерву и проводящим путям передаются в головной мозг. Он обрабатывает импульсы и формирует зрительный образ, позволяя нам видеть окружающий мир».

Исследования строения зрительного анализатора показали, что сетчатка взрослого человека достигает приблизительно 22 мм в диаметре и покрывает около 72% внутренней поверхности глаза. Она плотно прикреплена лишь у зубчатого края и диска зрительного нерва. Остальная ее часть свободно прилегает к сосудистой оболочке, удерживаясь на месте благодаря давлению стекловидного тела. Это гелеобразное вещество заполняет пространство глазного яблока от хрусталика до сетчатки и состоит на 99% из воды, гиалуроновой кислоты и белков.

Сетчатка состоит из двух функциональных частей — оптической (зрительной) и слепой.

Зрительная часть состоит из десяти слоёв, имеет сложный клеточный состав, принимает участие в формировании изображения. Слепая область не участвует в формировании зрительных образов, но обеспечивает постоянство цветовосприятия.

Наружный слой оптической части сетчатки образован пигментным эпителием, состоящим из клеток пигментцитов. Основания этих клеток прилегают к сосудистой оболочке глаза. Их многочисленные отростки, содержащие пигмент меланин (красящее вещество), окружены светочувствительными клетками — палочками и колбочками. Эти фоторецепторы воспринимают свет и цвет. Колбочки отвечают за центральное дневное зрение, воспринимают три основных цвета — синий, красный, зелёный — и множество их оттенков. Палочки отвечают за периферическое зрение. Они различают чёрный и белый цвета. С их помощью человек хорошо видит в ночные и сумеречные часы.

Когда пигментный слой сетчатки начинает отделяться от сосудистой оболочки глаза, нарушается питание её структур и развивается отслойка сетчатки.

Елена Баркевич: «Отслойка сетчатки — грозное заболевание глаза. Это состояние, когда нарушается обычное положение сетчатки, что нарушает её работу. Если своевременно не будет оказана медицинская помощь, отслойка сетчатки может привести к потере зрения».

Для справки

Хрусталик — биологическая (природная) прозрачная линза, которая изменяет свою кривизну. Благодаря этому обеспечивается чёткое изображение предметов.

Зубчатый край — граница между двумя неравными частями сетчатки — оптической и слепой.

ВИДЫ ОТСЛОЙКИ СЕТЧАТКИ

В Международной классификации болезней (МКБ-10) представлено несколько классификаций отслойки сетчатки. Автором одной из них является отечественный офтальмолог М.М. Краснов. Основываясь на своём практическом опыте, он выделил несколько видов заболевания:

Регматогенная (от греч. *rhēgnynai* — разрыв) — связана с разрывом сетчатки. Это самый распространённый вид отслойки сетчатки.

Тракционная — вызвана патологическими сращениями между стекловидным телом и сетчаткой.

Экссудативная (серозная) — развивается из-за скопления жидкости за сетчаткой, поступающей туда из повреждённых сосудов.

Смешанная — обусловлена одновременно деформацией стекловидного тела глаза и разрывами сетчатки. Такое тяжёлое состояние принято называть тракционно-регматогенной отслойкой.

Согласно академику РАМН М.М. Краснову, отслойка бывает свежая (дебют до 1 месяца), несвежая (от 1 до 3 месяцев) и старая (свыше 3 месяцев).

В зависимости от размеров отслоившегося участка сетчатки он также выделяет локальную (25%), распространённую (50%), субтотальную (75%) и тотальную (100%) формы.

По высоте отслойка сетчатки подразделяется на плоскую (выглядит как незначительное складчатое возвыше-

ние), высокую и пузыревидную (сетчатка похожа на купол или пузырь).

ПРИЧИНЫ ОТСЛОЙКИ СЕТЧАТКИ

Елена Баркевич: «По данным мировой и отечественной медицинской статистики, ежегодно врачи диагностируют отслойку сетчатки примерно у 1 из 10 000 человек. Чаще это заболевание встречается у взрослых, особенно в возрасте 50 — 70 лет, когда происходит изменение стекловидного тела. С возрастом стекловидное тело деформируется, уменьшается в размере, может натягивать сетчатку и отделяться от неё. В офтальмологии данное состояние называется отделением стекловидного тела.

На сетчатке могут присутствовать “тонкие” места, так называемые периферические ретинальные дегенерации. Отделение стекловидного тела в этих областях и вызывает отслойку сетчатки. По данным Американской академии офтальмологов, у детей отслойка сетчатки встречается крайне редко (от 3,2 до 6,6 % всех случаев). Зачастую развитие отслойки сетчатки у детей связано с травмой глаза или врожденными аномалиями органов зрения».

Как объяснила эксперт, возрастные изменения стекловидного тела и травма глаза являются самыми распространёнными причинами отслойки сетчатки. К факторам риска также относятся высокая близорукость, воспалительные заболевания глаз, наследственная предрасположенность и операции на глазах.

Для справки

Периферическая ретинальная дегенерация сетчатки — группа офтальмологических заболеваний, которые повреждают периферию глазного дна, поражая не только сетчатку, но и сосудистую оболочку глаза, а иногда и стекловидное тело. Опасность таких дегенеративных процессов заключается в повышении риска развития отслойки сетчатки.

Причиной отслойки сетчатки также могут стать послеоперационное, посттравматическое или врождённое отсутствие хрусталика (афакия); имплантация искусственного хрусталика (артифакия).

Тракционные отслойки возникают обычно на фоне запущенного сахарного диабета, при ретинопатии недоношенных, тромбозе центральной вены сетчатки.

Экссудативную отслойку сетчатки могут вызвать заболевания, стимулирующие чрезмерное выделение внутриглазной жидкости: увеит Фогта-Коянаги-Харады (воспаление сосудистой оболочки глаза), болезнь Коутса (разрастание сосудов позади сетчатки), склерит (воспаление склеры — непрозрачной наружной оболочки глазного яблока, окружающей его почти целиком), псевдотумор орбиты (воспаления в области орбиты глаза).

Спровоцировать отслойку сетчатки могут бляшки в сосудах (атеросклероз) и в сонной артерии, из-за которых ухудшается кровообращение мозга и глаз. Сильные эмоциональные потрясения, чрезмерная физическая нагрузка, низкое содержание каротина в организме, избыточный вес также могут стать причиной заболевания.

Как правило, приблизительно у 15 % пациентов с отслойкой сетчатки на одном глазу она развивается на другом.

У людей до 40 лет часто отслойку сетчатки могут вызвать черепно-мозговые травмы и механические повреждения глаз. Поэтому в группе риска находятся люди, увлекающиеся травмоопасными видами спорта (единоборства, бокс).

ОСНОВНЫЕ СИМПТОМЫ ОТСЛОЙКИ СЕТЧАТКИ

По словам эксперта, отслойка сетчатки протекает безболезненно. К её основным симптомам относятся: появление «мушек», пятен или волнистых линий, вспышек света, бликов, затуманенности зрения. Также наблюдается ухудшение бокового зрения, которое зависит от локализации отслойки сетчатки. В этом случае появляются тени или так называемые «шторки» в поле зрения.

ОСЛОЖНЕНИЯ ОТСЛОЙКИ СЕТЧАТКИ

Елена Баркевич: «Отслойка сетчатки обычно приводит к постоянной тяжёлой потере зрения или слепоте. Чем серьёзнее поражение сетчатки и чем дольше оно длится, тем меньше можно ожидать восстановления зрения. Поэтому важно вовремя обратиться к офтальмологу и получить медицинскую помощь».

Помимо этого специалисты отмечают, что отслойка сетчатки может сопровождаться гетерофорией (скрытое косоглазие), когда в состоянии покоя один глаз отклоняется в сторону, а также двоением в глазах (диплопия). Заболевание может спровоцировать гемофтальм (заполнение полости стекловидного тела кровяными сгустками или кровью), хронический увеит (воспаление сосудистой оболочки глаза), вторичную катаракту (полное или

частичное помутнение хрусталика), глаукому (повышение внутриглазного давления, обусловленное нарушением оттока водянистой влаги глаза).

ДИАГНОСТИКА ЗАБОЛЕВАНИЯ

Диагностикой и лечением отслойки сетчатки занимается врач-офтальмолог. На первичном приёме он собирает необходимые сведения о симптомах болезни, их длительности и степени проявления. Далее он проводит соответствующий осмотр, включающий детальное исследование всех структур глаза с помощью офтальмологического микроскопа (щелевой лампы), оптической когерентной томографии (ОКТ), ультразвукового исследования (УЗИ) глазного яблока.

В зависимости от степени тяжести заболевания врачам могут понадобиться дополнительные исследования: изучение тканей глаза с помощью эхобиометрии (В-скан), оценка чувствительности зрительных рецепторов сетчатки и мозга, а также проводимости зрительных нервов путём электрофизиологического исследования глаза (ЭФИ), исследование сосудов сетчатки и хориоидеи (сосудистой оболочки глаза, расположенной между сетчаткой и склерой) посредством флюоресцентной ангиографии (ФАГ). Чтобы определить возможные вирусные или бактериальные заболевания, служащие причиной снижения остроты зрения, врач может назначить анализ крови или посев отделяемого из глаз.

ЛЕЧЕНИЕ ОТСЛОЙКИ СЕТЧАТКИ

Основная цель лечения — обеспечение более плотного прилегания сетчатки к сосудистой оболочке глаза, сохранение и улучшение зрения.

Елена Баркевич: «При разрыве сетчатки применяют лазерную коагуляцию. Этот метод направлен на укрепление сетчатки глаза в зоне разрыва. Выполняется эта процедура с помощью специального оборудования.

Иногда применяется метод криопексии, то есть замораживание области вокруг отслоившейся сетчатки для её прикрепления к сосудистой оболочке. В некоторых случаях может потребоваться хирургическое вмешательство для восстановления нормального положения сетчатки».

Как пояснил эксперт, существуют различные подходы к хирургическому вмешательству — экстрасклеральная операция (вдавливание склеры внутрь глаза с наружной стороны) и эндовитреальная операция (подразумевает удаление стекловидного тела). Совместно с этими методиками используют и лазерное воздействие для «приваривания» сетчатки. Большинство операций при отслойке сетчатки проходят успешно, хотя иногда может потребоваться повторная операция.

Любая операция считается успешной, если после неё отслоившийся участок сетчатки вновь стал плотно прилегать к сосудистой оболочке, а зрение при этом улучшилось.

РЕАБИЛИТАЦИЯ И ПРОФИЛАКТИКА

После операции необходимо соблюдать некоторые правила реабилитации:

- избегать интенсивные физические нагрузки;
- не поднимать тяжести;
- не спать на животе;
- не наклонять голову вниз;

избегать простудных заболеваний;
не посещать сауны, бани, солярий;
не находиться долго на открытом солнце, обязательно носить головной убор и солнцезащитные очки;
принимать назначенные препараты;
при появлении пятен и мушек на оперированном глазу срочно обратиться к врачу!

Чтобы предотвратить развитие отслойки сетчатки, нужно соблюдать ряд профилактических мер:

избегать травм головы и глаз;
не заниматься травмоопасными видами спорта;
избегать чрезмерных физических нагрузок на глаза;
аккуратно относиться к гимнастике для глаз, так как приток крови к сетчатке может спровоцировать развитие ее отслойки.

Статья носит ознакомительный характер. Не занимайтесь самолечением и своевременно обращайтесь к врачу!

ПАРАЛИМПИЙСКАЯ ЭКСПЕДИЦИЯ ПО ПРИБАЙКАЛЬЮ

Мечта побывать на Байкале появилась у меня давно. Это удивительное озеро во все времена притягивало к себе путешественников. Я когда-то слышал о Большой Байкальской тропе, которая идёт вдоль побережья озера. Сергей Шарапов мечтал проехать по уникальной Кругобайкальской железной дороге и подняться на пик Черского, живописную гору высотой 2090 м, в чём Олеся Шарапова с энтузиазмом его поддержала, так как Байкал с давних пор был в длинном списке её желаний. Так сформировался маршрут нашего путешествия. Все мы согласились, что надо ещё обязательно посетить центр северного шаманского мира — легендарный остров Ольхон.

И вот что у нас получилось. Уже давно мы присматривались к программе субсидированных билетов Аэрофлота, которая позволяет снизить стоимость авиабилетов на 50 процентов. Однако спрос на такие билеты большой, поэтому их наличие желательно мониторить чуть ли не каждый день. Я узнал, что на Байкале в конце августа и начале сентября появляется погодное окно, когда ещё тепло и нет дождей. А в сентябре ещё и наплыв туристов спадает, и комаров, клещей и прочей жалящей живности нет.

В один прекрасный день обнаруживаем на сайте Аэрофлота, что билеты появились, и мы сразу их забронировали (для этого потребовались сканы паспорта и справ-

ки МСЭ). Но оплатить их покупку онлайн сразу не удалось. При наличии брони потребовалось личное присутствие в кассе Аэрофлота. Стоимость билетов всего 12 200 рублей туда и обратно. Было за что бороться.

Разобравшись с билетами, сразу начали подбирать снаряжение и изучать погоду. И тут новый сюрприз: днём температура воздуха +15, ночью +10, преобладают дожди, и чётко прослеживается тенденция к снижению температуры. Поэтому готовим тёплые вещи, ветрозащитную одежду, дождевики, в общем, всё то, что обеспечивает комфорт экспедиции в подобных условиях.

От Санкт-Петербурга до Иркутска почти 4 500 километров. Время в полёте 5 часов. Вылетели мы ночью, а прилетели уже днём, разница во времени составляет плюс 5 часов. Аэропорт в Иркутске находится в 5 километрах от центра города, если есть время и желание, можно и пешком до города дойти. После того как разместились в гостинице, отправились на обзорную экскурсию по городу и ещё закупили продукты, необходимые в походе.

Так как маршрут наш был не совсем автономный и проходил через несколько населённых пунктов, в которых есть продовольственные магазины, то это позволило в целом снизить вес рюкзака и не нести лишние килограммы. Ведь если рюкзак легче, то и идётся веселей. Еду в походе мы планировали готовить на газовой горелке, но газовые баллоны в самолёте провозить нельзя, зато можно купить на месте в сетевом спортивном магазине. Мы их заранее заказали и оплатили и даже на этом сэкономили.

Прогулялись по центру Иркутска. Город показался нам достаточно самобытным, в нём сохранилось много па-

мятников деревянного зодчества, старинных храмов, но и влияние бурятской культуры тоже чувствуется. Особенно нам понравилась современная благоустроенная набережная. Здесь мы обнаружили интересный арт-объект: огромные полигональные* блестящие металлические буквы, образующие слоган «Счастье чистой воды».

Как отметили мои слабовидящие спутники, вода в Ангаре действительно прозрачная, такая, что дно видно.

Идём дальше, а тут ещё один современный арт-объект — на фоне Триумфальной арки по лестнице, ведущей к набережной Ангары, бегут бабр и соболь. Фигуры сделаны из металла с множеством граней, отражающих свет. Животного бабр в природе нет, однако в русской геральдике он существует. На старинном гербе Иркутска изображён тигр (он же бабр) с соболем в зубах. Бабр — старорусское слово, которое в XV — XVII веках обозначало дикую кошку: пантеру, тигра, леопарда. В общем и целом, первоначальное ознакомление с Иркутском оставило очень приятное впечатление.

На следующий день спозаранку «мчимся» на трамвае к железнодорожному вокзалу. Улицы в центре узковаты, поэтому по пробкам двигаемся медленно. Железнодорожный вокзал новый, современный. По громкоговорителю слышится: Владивосток, Москва, Чита, Байкальск, ну и так далее. Приходит осознание, насколько далеко мы забрались.

**Полигональные фигуры* — это стиль графического изображения или объёмной формы, построенный на соединении трёх и более вершин нескольких плоскостей различного размера и конфигурации.

А вот и нашу электричку объявляют, следующую по маршруту Иркутск — Слюдянка. По туннелю проходим на платформу и оказываемся в гуще дачников и туристов. В уютной электричке даже место у окошка отыскали. Тронулись, и сердце словно застучало в такт колёс.

Когда-то железнодорожные пути от вокзала шли вдоль Ангары вплоть до её истока, но в июле 1956 года поезда стали сворачивать к Байкалу значительно раньше, так как часть старой ветки была затоплена при наполнении водохранилища Иркутской ГЭС, а новый маршрут пролёг до Слюдянки. Ехать до неё почти 3 часа. Проезжаем через поля, леса и через горные цепи по туннелям. Начинаем понимать, насколько важна для Прибайкалья железная дорога. И наконец вот он — «Славное море, священный Байкал». А вот и Слюдянка — пора на выход!

Не тратим время — сразу на тропу. Ведь за дневной переход надо пройти около двадцати километров и подняться на высоту 1 500 метров. Сначала идём по посёлку, постепенно дорога уходит в лес. Встречаем бегунов. Позднее выясняется, что скайраннинг* добрался и до Иркутской области и регулярно проводятся забеги на пик Черского. Но где хорошо видящие спокойно бегут, то спортсмены с нарушениями зрения продвигаются аккуратно и не так быстро. Конечно, сильно помогают коман-

**Скайраннинг* — это бег по горной местности на высоте выше 2 000 метров над уровнем моря по рельефу не сложнее второй категории трудности по альпинистской классификации, с углом наклона не более 40°. При этом старт гонки может начинаться ниже 2000 метров. В России скайраннинг — это дисциплина альпинизма, хотя по своим характеристикам также близка к горному бегу из лёгкой атлетики.

да, богатый жизненный опыт, хорошие горные ботинки и трекинговые палки.

Если мы рассчитывали пройти маршрут с тяжёлыми рюкзаками с автономным снаряжением, то для начинающих здесь есть инфраструктура, позволяющая сэкономить силы. Первый девятикилометровый участок представляет собой каменистую дорогу, петляющую с одного берега реки Слюдянки на другой. Места очень красивые. Дорога идёт вверх по межгорной котловине. В хвойном лесу дышится легко. В футболке комфортно, в тенёчке не жарко, а воду можно всегда набрать из реки. Пешеходы переходят её по деревянным мостикам.

До турбаз «Пик Черского» и «Хамар-Дабан» можно доехать на «ГАЗ»-66, получившим в народе прозвище «Шишига». Этот грузовой автомобиль повышенной проходимости легко пересекает реку вброд. Также заброску можно использовать для того, чтобы идти с небольшим рюкзаком, в котором будут вещи первой необходимости, а всё остальное довезут до места. На турбазе можно снять домик, заказать питание и баню.

От турбазы дорога постепенно переходит в тропу. Если машина тут не пройдёт, то кроссовый мотоцикл с первоклассным водителем запросто. Если вы собрались погонять по серпантину в сторону Чёртовых ворот и пика Черского, на турбазе вас не примут. Проезд по территории турбазы на любых видах транспорта — мотоциклы, квадроциклы, снегоходы — запрещён. Они сильно портят почву, травяной покров, создают на тропе грязь, мешают туристам-пешеходам. Поэтому проезд на мототехнике выше метеостанции нежелателен. Вы можете аккуратно доехать до метеостанции, оставить технику в лесу, а дальше подниматься только пешком.

Внимательно изучайте метеопрогноз. И особенно важно внимательно изучать характеристики ветра и дождя. Вот и у нас на первый день подъёма стояла отличная погода, затем по прогнозу должны были начаться усиление ветра и ливневые дожди. В связи с этим начался массовый исход туристов. Мы наблюдали это с гор. Мы же рискнули и правильно всё рассчитали. Ближе к метеостанции тропа становится круче, а сил соответственно всё меньше. Берите с собой больше воды — придётся сильно попотеть! Летом понадобится минимум 0,5 л на человека, во время дождя и в весенне-осеннее время потери будут несколько меньше.

К 19 часам оказались на месте. Метеостанция находится на плато, рядом расположена и турбаза. С дровами проблема, сухостой в окрестностях давно уже разобран туристами, поэтому найти поблизости подходящий «материал» для костра проблематично. Так что позаботьтесь заранее, на чём будете еду готовить и мокрую одежду и обувь сушить, благо сейчас есть много разнообразного туристского топлива — газовые баллоны, жидкотопливные горелки, сухое горючее, и как вариант, по пути можно дров насобирать. Ночевать мокрыми, прямо скажем, некомфортно. Для базового лагеря можно найти рядом удобную полянку и поставить палатку. Если страшно и боитесь диких зверей, то по договорённости с метеостанцией можно поставить палатку на её территории, мало ли, вдруг любопытный медведь бродить будет. Там же есть и колодец, где можно набрать питьевую воду. Здесь есть также и вторая турбаза со всеми удобствами.

Темнеет быстро. Всё сделали оперативно: и воду набрали, и палатки установили. Решили совершить подъём

в возникшее погодное окошечко. Для этого запланировали подъём в 5 утра, чтобы всё успеть. Ночью я проснулся от того, что ветер усилился до того, что дул со свистом. Луна над горами стояла яркая, круглая, даже как-то жутковато стало, и появились сомнения...

Утром вылезать из тёплого спальника, конечно, холодновато, но если одеться правильно, то вполне комфортно. Главное дождя нет! Местами светит солнышко, хотя и сильный ветер. Быстрый завтрак, и со штурмовым рюкзаком на вершину. С собой берём только самое необходимое: деньги, документы, воду, перекус, аптечку, дождевик и для безопасности нижнюю систему с самостраховкой и карабинами.

От базового лагеря до вершины около 5 километров, с набором высоты 600 метров. Тропа идёт траверсом и постепенно выходит из леса к альпийским лугам. Красоты ещё больше становится. Для начинающих прямо на вершину идти не обязательно, есть хорошая смотровая площадка рядом. На сам пик Черского приходится продвигаться лазанием по скальному гребню длиной 50 — 60 метров. Когда камни мокрые, это особенно опасно. Здесь протянут металлический трос, обеспечивающий страховку. Но на этом участке обязательно должен быть высокий уровень навыков адаптивного скалолазания и профессиональный уровень сопровождения спортсмена с нарушением зрения. Продвижение требует постоянного контроля и концентрации внимания.

В дождливую погоду прохождение этого участка не рекомендуется. Нам же погода благоволила, и поэтому что туда, что обратно успели до тотального ненастья. Пик со стороны действительно возвышается над всем горным массивом. Очень впечатляет. С высоты открыва-

ется ещё и вид на озеро Сердце, к которому есть тоже отдельная тропа. Если есть время, то стоит к нему спуститься. После скального гребня начинается ступенчатый подъём непосредственно к вершине, и это тоже требует уверенности и чёткой постановки ноги. А на самой вершине есть деревянный крест ликом на восход солнца и мемориальная табличка в честь 77-летия Победы советского народа в Великой Отечественной войне.

Как всегда, хочется посидеть наверху подольше, как говорится, помедитировать. Но ветер усиливается и гонит вниз. Расправляем флаг клуба «Масштаб плюс». Фото, видео и обратно с максимальной осторожностью.

Дорога обратно была весьма памятная. Только прошли рискованный участок, спустились метров на двести, и тут вообще начинается штормовой ветер. А ещё метров через двести и дождик накрапывать начал. В такую погоду качественное снаряжение имеет огромное значение. Спускаемся через некоторое время уже в облаках. Очень часто поэты и музыканты представляют, что пройти сквозь облако это приятное, прямо-таки сказочное событие. Но на самом деле это не всегда так. Мало того, что мокро, ветрено и холодно, так ещё и заблудиться можно. При спуске очень кстати пришлись трекинговые палки, поскольку нагрузка на коленные суставы может привести к неприятным сюрпризам. Мы же выполнили основную программу, поэтому ещё успели дополнительно посетить водопады, к которым тоже есть хорошая найденная тропа. Таким образом из базового лагеря стоит посетить три природные достопримечательности: пик, озеро Сердце и водопады.

Только к 14 часам добрались до лагеря, и тут началось, то, что обещали синоптики — ливень, порывистый

ветер. Поэтому в такую погоду особенно хороша ветроустойчивая, надёжная палатка. Но впечатления стоили того! На другое утро всё успокоилось, только глубокие лужи свидетельствовали о силе водной стихии. Спуск в горах особенно по мокрым камням и корням отнимает ещё больше сил, чем подъём. Скорость снижается, рюкзак кажется ещё тяжелее. Поэтому если вы не уверены в своих силах, то стоит заложить 3 дня на подъём и 2 дня на спуск. На этот участок мы заложили четыре ходовых дня и резервный на всякий случай, но он нам не понадобился. В завершение скажу, что путешествие на пик Черского — это приключение с прекрасными пейзажами и возможностью испытать свою силу и выносливость. Ощущение свободы, тишина и красота вокруг создают неповторимую атмосферу и оставляют незабываемые впечатления.

Заночевали в лесу в 4 километрах от Слюдянки. Утром уже были в городе, как раз к открытию магазинов. Докупили продуктов для следующего этапа экспедиции. Сели на дизель-электричку до Колтука, где начинается знаменитая КБЖД — Кругобайкальская железная дорога, всемирная достопримечательность, получившая свою известность из-за неповторимого сочетания невероятно искусных инженерных конструкций и богатой байкальской природы. Именно здесь вы сможете увидеть плоды труда одних из самых талантливых проектировщиков и строителей из числа отечественных и иностранных специалистов. По количеству разного рода работ на 1 км пути и по трудности их выполнения КБЖД превзошла все рельсовые пути мира, поэтому считается самой дорогой и красивой железной дорогой планеты.

На узкой полосе вдоль побережья Байкала слились воедино каменная кладка тоннелей и подпорных стенок и живописные природные скалы. На КБЖД построено 38 тоннелей общей длиной 9 063 м, 15 каменных галерей общей длиной 295 м и три железобетонные галереи с отверстиями, 248 мостов и виадуков, 268 подпорных стенок. По насыщенности инженерными сооружениями КБЖД не имеет равных в России и занимает одно из первых мест в мире. Если кто-то не готов бросить себе вызов пройти по маршруту этой уникальной железной дороги пешком, расскажу о нескольких вариантах, как с ней можно познакомиться.

Самый простой вариант — посетить лучший Музей железных дорог России в Санкт-Петербурге. Есть вариант получше — воспользоваться предложением РЖД. Для этого замечательного железнодорожного путешествия есть качественная инфраструктура: <https://кругобайкальская-железная-дорога.рф/>

Забирают пассажиров из Иркутска (с пересадкой в Слюдянке): комфортные вагоны, длительные остановки, сопровождение гида, можно выбрать ретропоезд на паровозной тяге, цена от 9 500 рублей. Комфортно, но не бюджетно. Питание надо заказывать вместе с билетом или брать с собой, перекусить на всём пути следования поезда негде.

Можно воспользоваться дизелем, который ходит один раз в день туда и обратно от Слюдянки до порта Байкал. Это поезд местного значения (секретный голубой вагон!), который ходит по Кругобайкалке. Билет — 193 рубля в один конец. Обязательно проверьте расписание или скачайте приложение.

Электричка «Нерпочка». Её запустили летом 2021 года. Плюсы и минусы: мягкие сиденья, бесплатный wi-fi, разъёмы для зарядки телефона, термопот с горячей водой, мини-бар, билет 170 рублей. Из минусов — всего два вагона (около 100 мест), возможно, придётся ехать стоя, даже если вы купите билет заранее; остановки 1 — 4 минуты; нет туалета или он закрыт. В расписании пригородных поездов «Нерпочка» стоит под номером 6801/6802, отправление каждый день (кроме среды) из Слюдянки в 09:55, обратно из порта Байкал — в 14:45. Чтобы оказаться в 10 утра в Слюдянке, придётся ехать на маршрутке, ранних электричек нет.

Во время поездки, если повезёт, можно присоединиться к экскурсионной группе. Мне повезло, и я стал случайным слушателем и в скоротечном режиме получил много полезной информации для более глубокого погружения в тему развития Прибайклья.

Поезд едет довольно медленно — дорога в нем займёт чуть более 4 часов — вы увидите те же тоннели, леса, берега и живописную гладь озера, за которые посетители любят это мини-путешествие.

Многие доезжают до станции Ангасольская, пешком возвращаются обратно до Култука и на обратном дизеле едут в Слюдянку. Некоторые изучают железную дорогу со стороны Байкала на быстроходных катерах. В таком виде исследования тоже много различных вариантов. Единицы используют велосипед как средство передвижения. В этом случае чаще придётся катить двухколёсного друга рядом с собой.

Не каждый может позволить изучить КБЖД с воздуха на вертолёте, хотя и такой вариант передвижения был тоже нами отмечен по факту. На одной железнодорож-

ной станции нам встретилась конеферма с пасущимися лошадьми, поэтому конную прогулку тоже вероятно можно осуществить.

Местные же блогеры использовали дрезину, так как движение здесь неинтенсивное, помимо дизеля и экскурсионного паровоза здесь ходят лишь маневровые и ремонтные поезда. На некоторых станциях (Уланово, 79 км, Половинная и др.) есть гостевые дома, о работе которых стоит уточнить заранее. Поэтому можно добраться до них и несколько дней провести там наедине с Байкалом.

Окончание читайте в следующем номере журнала.

МАССАЖ ВСЛЕПУЮ: ИСТОРИЯ ПРОФЕССИИ ОТ ИСТОКОВ ДО НАШИХ ДНЕЙ

Каждый человек хочет быть здоровым. Но как этого достичь? Есть средство, которое уже многие века приносит людям пользу, укрепляет их здоровье, поднимает жизненный тонус. Одним оно продлевает молодость, другим возвращает бодрость и хорошее самочувствие. Средство это — массаж.

О происхождении слова «массаж» исследователи расходятся во мнениях. По одной из версий, термин произошёл от французского глагола *masser* — «растирать», который в свою очередь заимствован из арабского языка: *mass* — «касаться», трогать или *masch* — «нежно надавливать». По другой, слово «массаж» происходит от греческого слова «*masso*» — «сжимать», «мять», «месить». В некоторых словарях указывается, что слово произошло от латинского «*massa*» — «тесто». Однако каким бы ни было происхождение слова «массаж», суть остаётся та же.

Массаж — это механическое воздействие специальными приёмами на поверхность тела или какой-либо орган с лечебной или гигиенической целью. Такое воздействие осуществляется руками (ладонями, кулаками, пальцами) или специальными аппаратами (массажерами). Первые практики массажа появились несколько тысячелетий назад. С тех пор ловкие и едва уловимые движения рук массажиста создают ареол

таинственности, а результаты потрясают даже самых безнадёжных скептиков.

Уникальной способностью к массажу обладают незрячие. Их чуткие пальцы могут определить не только состояние костно-мышечной системы, но и выявить источники воспалительных процессов в организме. Как обучали незрячих массажу в России и за рубежом, с какими сложностями сталкиваются они сегодня, вы узнаете в этой статье.

ЗОЛОТЫЕ РУКИ

Незрячие массажисты оставили неизгладимый след в истории мировой медицины. О том, что руки слепого обладают высокой чувствительностью, люди знали ещё с древних времен. Не случайно правители многих стран предпочитали держать при дворе именно незрячих массажистов. Родиной массажа принято считать Китай. Именно в древних китайских медицинских трактатах встречается первое письменное упоминание о слепых массажистах. Например, в тексте о традиционной китайской медицине «Хуан-ди нэй цзин», написанном в годы жизни легендарного Жёлтого Императора Хуан Ди (2711 — 2597 до н.э.), представлены основные теории традиционной китайской медицины, методы диагностики, подробно рассмотрены вопросы гигиены, профилактики различных заболеваний и способы их лечения, в том числе с помощью иглоукалывания, моксоприжигания, массажа, диет и приёма лекарств. Авторы трактата рекомендуют слепых массажистов как наиболее предпочтительных. «Руки слепого массажиста покрыты золотом», — говорят в Поднебесной и сегодня.

Для справки

Моксоприжигание — прогревание акупунктурных (биологически активных) точек с помощью специальных сигар из лекарственных трав (моксы).

В 1950-е годы массаж стал признанной профессией китайских слепых. Окончательно она закрепились за незрячими в 1990-е годы, когда была создана Китайская ассоциация слепых массажистов. В Китае принятый в 2016 году закон о традиционной китайской медицине признал высокую квалификацию незрячих специалистов, и они стали практиковать в медицинских учреждениях.

Своими древними традициями массажа славится Япония. «Слепой массажист на вес золота» — так говорят местные ценители массажа. В течение пяти веков незрячие массажисты дорабатывали и совершенствовали китайскую методику «успокоения рукой», придавали ей истинно японские национальные черты, лечили с её помощью людей, зарабатывая тем самым на жизнь.

В период правления династии Токугава (1603 — 1868 гг.) слепые японцы обладали исключительным правом на массажную практику. Зрячим по закону было запрещено заниматься массажем.

Японский массаж развивался по двум основным направлениям — классический (амма) и точечный (шиатсу) массаж.

Шиатсу разработан на основе древнекитайского учения о потоках энергии. Согласно ему, для исцеления больного надавливают на биологически активные (акупунктурные) точки или определённые области тела. Разновидностью этого вида массажа является иглоукалывание. Огромную роль в развитии иглорефлексотера-

пии сыграл мастер акупунктуры Ваити Сугияма, ослепший в раннем детстве. В XVII веке он разработал уникальную технику синкан, при которой игла вводится через специальную трубочку. Прикасаясь к телу человека, трубочка оказывает давление, отвлекая внимание от боли. Эта техника во всём мире считается наиболее безболезненной и безопасной.

Для справки

Иглорефлексотерапия, иглоукалывание или акупунктура — разновидность альтернативной медицины, основанная на введении врачом в биологически активные (акупунктурные) точки одноразовых стерильных игл. Раздражение акупунктурных точек приводит к стимуляции восстановительных процессов в организме.

Сугияма адаптировал принципы осмотра пациента традиционной китайской медицины под нужды и возможности слепых массажистов. Он практиковал диагностику по животу пациента и пальпацию. Доведя свой метод до совершенства, Сугияма мог определять руками не только состояние кожи пациента, напряжение мышц, наличие отеков и опухолей, движение жидкостей в теле, но и болезни. Свои наблюдения и приемы он описал в учебнике, открыл школу акупунктуры для слепых и стал готовить учеников. При поддержке властей Сугияма удалось за свою жизнь основать более 40 школ акупунктуры для незрячих по всей стране. Благодаря его стараниям акупунктура и массаж стали уважаемыми профессиями слепых в Японии. Даже спустя несколько веков приблизительно треть всех японских акупунктуристов — это незрячие специалисты.

В конце XIX века японские массажисты дополнили свои древние знания современными европейскими техниками, трансформировав их в лучших национальных традициях.

А в Южной Корее незрячие буквально с боем отстаивали свои права на массажную практику. Началось все ещё в прошлом веке. С 1910 по 1945 год Корея являлась японской колонией. В 1913 году колонизаторы ввели закон, согласно которому слепые обладали исключительным правом на массаж. В 1945 году страна распалась на две части, и новые американские власти Южной Кореи эту привилегию отменили. Для слепых и слабовидящих корейцев наступили трудные времена. Чтобы поддержать их и помочь в трудоустройстве, в 1948 году была учреждена Корейская ассоциация слепых. В рамках профподготовки незрячим и слабовидящим снова стали выдавать лицензии на занятие массажем. А в 1963 году правительство вернуло монополию на массаж инвалидам. С тех пор в стране не утихают ожесточенные споры, но Конституционный суд остаётся непреклонным, считая, что для слепых массаж — это единственный способ заработка.

В Европе о пользе массажа узнали в XVIII веке благодаря работам французского врача-физиотерапевта Клемана Жозефа Тиссо, автора лечебной гимнастики для хирургических и ортопедических патологий, и терапевта Пера Хенрик Линга, автора шведской лечебной гимнастики. Но незрячих европейцев массажному делу стали обучать лишь в начале XX века. Сохранились сведения, что в Англии в 1916 году слепые обучались массажу в специальных учреждениях Лондона, созданных для военноослепших.

Доподлинно известно, что из Европы массажные методики перебрались за океан в США, но когда там стали обучать этому искусству незрячих, достоверных сведений нет.

В нашей стране расцвет массажа приходится на 70-е годы XIX века, когда его приемы и техники были приведены в некую систему. В эти годы он стал широко применяться в лечении хирургических и терапевтических заболеваний. Основателем русской классической школы массажа считается военный врач И.Е. Заблудовский. Во время Русско-турецкой войны (1877 — 1878 гг.) он заинтересовался массажем, который использовал в своей практике болгарский монах Макарий. Изучив его приёмы, Заблудовский отправился в Берлин совершенствовать своё мастерство. В Германии ему предоставили должность профессора массажа Берлинского университета, которую он занимал с 1896 по 1905 год. Перу Заблудовского принадлежит около 100 работ, посвящённых массажу, в которых подробно описаны его классические приёмы и даны физиологические обоснования их применения в хирургических и терапевтических клиниках. Научно обоснованная система Заблудовского стала основой спортивного, лечебного и гигиенического массажа в нашей стране.

В январе 1899 года в Петербургской школе для слепых в программу обучения был введён пробный курс массажа. Преподавал его бывший выпускник школы А.А. Густовский, работавший массажистом в хирургическом отделении амбулатории при Максимилиановской больнице. Сам он изучал массаж в Петербургском клиническом институте Великой княгини Елены Павлов-

ны, а затем стажировался в Токийской школе массажистов. Так что древнее японское искусство оказало влияние и на развитие отечественного массажа.

В начале XX века появились и женщины-массажисты. Первой слепой массажисткой в России считается потомственная дворянка О.А. Витковская. Получив достойный пенсион от собственного дяди, она обучилась массажу и с 1904 года работала в одной из больниц Санкт-Петербурга.

Во время Первой мировой войны (1914 — 1918 гг.) массажу стали обучать военноослепших.

С 1921 по 1922 год выдающимся тифлопедагогом Московской школы для слепых детей В.А. Гандером были организованы курсы медсестёр-массажистов. Незрячих обучали приглашённые специалисты из медицинского института. Таким образом в России были сделаны первые попытки обучения слепых массажу на государственном уровне.

Следом в Харькове открылась первая профессиональная школа для слепых, основанная незрячим врачом Т.И. Цыганковым. Им же был написан учебник по массажу для медработников среднего звена. Школа существовала с 1920 по 1925 год и послужила толчком к открытию профессиональных школ для слепых по всей стране.

Основателем профессиональной подготовки незрячих массажистов в СССР считается А.С. Онуфриев. Им были организованы кратковременные курсы по массажу для незрячих в Томске (1937), Новосибирске (1939) и Кисловодске (1949). При его активном участии в 1958 году кисловодские курсы получили статус профессиональной школы массажистов ВОС.

Долгое время А.С. Онуфриев руководил республиканским Советом массажистов при ЦП ВОС. При его под-

держке и участии шрифтом Брайля выпускались сборники «Консультации и методические указания слепых массажистов».

В 1981 году школа получила статус Кисловодского медицинского училища Министерства здравоохранения СССР (сейчас Медицинский колледж № 2). В колледже незрячие изучают все виды массажа: классический, соединительно-тканый, рефлекторно-сегментарный, точечный и другие. Помимо этого студентам преподают медицинские дисциплины по программе обычных медицинских колледжей.

КАК ЖИВУТ МАССАЖИСТЫ СЕГОДНЯ

Долгое время кисловодский колледж был единственным учреждением по подготовке слепых массажистов с медицинским образованием. Сегодня такие программы для незрячих и слабовидящих предлагают Ульяновский фармацевтический колледж, Московский медицинский колледж № 6, Санкт-Петербургский медицинский техникум № 2, Томский медико-фармацевтический колледж Сибирского государственного медицинского университета, Белгородский государственный национальный исследовательский университет, Свердловский областной медицинский колледж, Уфимский медицинский колледж, Кинель-Черкасский филиал Тольяттинского медицинского колледжа, Нижегородский медицинский колледж, Красноярский базовый медицинский колледж им. В.М. Крутовского, Тюменский медицинский колледж (Ялуторовский филиал), Амурский медицинский колледж. Контакты этих образовательных учреждений опубликованы в «Рекомендациях по трудоустройству для инвалидов по зрению» на сайте Trudvos.ru:

<https://trudvos.ru/RTIZ/rtiz.htm>

Несмотря на высокое качество образования, которое получают выпускники профильных медицинских колледжей, трудоустроиться и работать незрячему массажисту не так-то просто. Работодатели зачастую ссылаются на недостаточный опыт работы, отсутствие возможности создания специальных условий труда, отсутствие квотируемых рабочих мест в медицинских организациях, невозможность самостоятельного заполнения незрячим медицинских документов. Большую роль играют общественные стереотипы, личностные особенности и запросы самого специалиста. Свою лепту вносят и требования со стороны законодательства РФ к профессиональной подготовке, повышению квалификации и должностным обязанностям массажистов.

О ситуации на рынке труда массажистов рассказал Константин Лапшин, начальник Приёмной по обращениям граждан и определению возможностей трудоустройства инвалидов по зрению Аппарата управления ВОС:

«Мы опросили первичные организации ВОС, на территории которых находятся медицинские колледжи, готовящие незрячих массажистов. 59 из них прислали данные, согласно которым с 2020 по 2024 год выпустили около 750 массажистов с нарушениями зрения. Из этих выпускников в медицинские учреждения трудоустроились 375 специалистов. В общем, по подсчетам ВОС за 2023 — 2024 год, реально работает около 2 500 массажистов с инвалидностью по зрению. Приблизительно тысяча из них ведут массажную практику в государственных реабилитационных медицинских учреждениях для взрослых — в больницах, поликлиниках, санаториях, реабилитацион-

ных центрах. Около 50% из них являются инвалидами первой группы (половина из которых — тотально слепые люди), оставшаяся часть — это преимущественно массажисты со второй группой инвалидности».

По словам Константина Лапшина, рынок труда массажистов не перенасыщен. Высококвалифицированные кадры всегда востребованы, и массажисты с инвалидностью по зрению в том числе. Что касается проблем с трудоустройством, то сами массажисты утверждают, что в государственные учреждения они не идут по причине низкой заработной платы, а частные организации не всегда берут незрячих специалистов именно по причине инвалидности.

До 2018 года массажистом можно было работать и без медицинского образования. Закончив соответствующие курсы, новоиспечённый специалист вполне успешно оказывал услуги гигиенического, косметического и расслабляющего массажа. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ № 744н «Об утверждении профессионального стандарта „Специалист по медицинскому массажу” (с изменениями и дополнениями)», согласно которому в санаторно-курортных и больничных организациях, массажных салонах могут работать только специалисты с медицинским образованием и действующим сертификатом массажиста. Таким образом незрячие массажисты с дипломом профильных медколледжей получили широкие возможности при трудоустройстве.

Что касается сертификата, то с 1 января 2021 года правила его получения изменились. Теперь все медработники включены в программу непрерывного медицинского образования (НМО). Начинается оно с момента

получения диплома и длится на протяжении всей профессиональной деятельности. Для того, чтобы получить допуск к итоговой аттестации, в течение пяти лет все медработники, включая массажистов, должны набрать 250 ЗЕТ (зачетная единица трудоемкости), начисляемых за каждый час обучения. Ежегодно можно получить только 50 зетов. Для этого нужно регулярно проходить дополнительные образовательные программы, участвовать в очных (семинары, конференции) и дистанционных (вебинары) мероприятиях. После успешной сдачи квалификационного экзамена специалист получает свидетельство аккредитации, подтверждающее его компетентность. И всё начинается сначала!

Константин Лапшин: «Сайт, где получают этот сертификат, регулярно обновляется, и эти обновления периодически делают его недоступным для незрячих пользователей. Те же, кто закончил колледж, приезжают в свою альма-матер и получают сертификат, но эта процедура платная».

Интернет-ресурс «Российская общественная инициатива» отмечает, что незрячие специалисты сталкиваются с проблемой доступности порталов Методического центра аккредитации и непрерывного медицинского образования, а также при работе с приложениями этих ресурсов для iOS и Андроид, так как они написаны без соблюдения Национального стандарта РФ Р 52872-2019. В этом документе чётко прописаны требования доступности информации, представленной в электронно-цифровой форме, приложений для мобильных и стационарных устройств, иных пользовательских устройств для инвалидов по зрению. А между тем соблюдение этого

государственного стандарта обеспечивает правильную работу программы экранного доступа (скринридера), с помощью которой люди с нарушениями зрения могут читать текстовую информацию на смартфоне или на мониторе компьютера.

Есть ещё одна сложность в работе незрячих массажистов, которую пока так и не удалось преодолеть. В октябре 2011 года в Москве была запущена единая медицинская информационно-аналитическая система (ЕМИАС). Эта информационная платформа предназначена для оптимизации работы учреждений здравоохранения. ЕМИАС повышает качество оказания медицинских услуг, упрощает взаимодействие пациентов, врачей и медперсонала. В режиме реального времени специалисты вносят в ЕМИАС необходимые диагностические данные и результаты лечения, ведут электронные карты пациентов, используют данные лабораторий, отправляют электронные рецепты. Конечно, цифровизация уменьшает объем бумажной работы. Вот только ЕМИАС практически не озвучивается программами экранного доступа.

Константин Лапшин: «Действительно, ЕМИАС создаёт сложности московским незрячим массажистам. Система эта работает в медицинских госучреждениях, и массажисты приспосабливаются к ней самостоятельно. Одни просят помощи у коллег, иногда даже за вознаграждение, другие умудряются заполнять разделы этой цифровой платформы самостоятельно».

Но всё это цветочки! В 2025 году существует вероятность того, что десятки незрячих массажистов вообще останутся без работы!

В соответствии с Приказом Минздрава РФ от 07.11.2022 № 727н «О внесении изменений в Порядок организации медицинской реабилитации взрослых, утверждённый Приказом Минздрава РФ от 31 июля 2020 г. № 788н», реабилитацией пациентов будут заниматься мультидисциплинарные реабилитационные команды (МДРК). Это функциональная единица структурного подразделения медицинского учреждения или любой другой организации, оказывающей услуги медицинской реабилитации. До 1 сентября 2025 года в состав МДРК может входить врач-рефлексотерапевт, врач-физиотерапевт, врач по лечебной физкультуре, инструктор-методист по лечебной физкультуре, инструктор по лечебной физкультуре, медицинская сестра по физиотерапии, медицинская сестра по рефлексотерапии, медицинская сестра (брат) по массажу.

<https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405811637/>

После 1 сентября 2025 года в составе МДРК смогут работать специалисты, прошедшие курс профессиональной подготовки по специальности «Реабилитационное сестринское дело». К переподготовке допускаются медработники, имеющие среднее профессиональное образование по специальностям «Акушерское дело», «Лечебное дело», «Сестринское дело».

То есть Минздрав умышленно или по неведению исключил из состава МДРК незрячих массажистов, у кого в дипломе стоит специальность «Медицинский массаж»!

Константин Лапшин: «Министерство здравоохранения РФ подтвердило эту информацию весной прошлого года. Пока никакой ясности нет. Что касается незрячих массажистов, этот вопрос будет отдаваться на рассмотрение

руководства каждого конкретного учреждения. То есть как главврач больницы или администратор салона решит, так и будет».

По его мнению, это означает, что около 200 — 500 массажистов, особенно незрячих, могут просто оказаться на улице. До 2014 года незрячие и слабовидящие выпускники медицинских колледжей получали диплом по специальности «Сестринское дело», квалификация «Медицинская сестра/брат по массажу». Эти специалисты как раз соответствуют новым стандартам Минздрава и вполне могут пройти требуемую переквалификацию. Но после 2014 года в дипломе выпускников с инвалидностью по зрению написана специальность «Медицинский массаж».

Этот профессиональный стандарт был утверждён Приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 26 ноября 2018 г. № 744н «Об утверждении профессионального стандарта „Специалист по медицинскому массажу”». То есть с 2018 года государство готовит массажистов по этой специальности, а Министерство здравоохранения, согласно собственному приказу от 7 ноября 2022 года будет отправлять их на улицу. Слабовидящим массажистам в этой ситуации немного проще. Они могут быстро сориентироваться, пройти необходимые курсы, адаптироваться. А вот слепым массажистам придётся несладко.

ПРОБА ПЕРА

Сияна Бондарева

Ученица 5 класса школы-интерната № 26, г. Рязань

ПУТЕШЕСТВИЕ С КОТОМ УЧЁНЫМ

С детства я люблю читать сказки Пушкина. Нравились мне и Царевна Лебедь, и Золотая рыбка, но моим самым любимым героем был Кот учёный. Представляла я его, как обычного кота, только большого и говорящего. Часто мне казалось, что наш дворовый кот Стёпка похож на Кота учёного, так как ходил Стёпка по парапету вокруг столба, словно по цепи вокруг дуба. А ещё потому, что он мурлыкал громче, чем простой кот.

Приснился мне как-то Стёпка, только размером со среднюю собаку, и сидел он на толстой ветке громадного дуба.

— Как хорошо, что ты пришла, — сказал Стёпка. — Теперь я обо всём могу тебе рассказать. Ты меня часто называла Котом учёным. Я и вправду был когда-то сказочным героем, да только забыл о запрете приходить в мир людей, потерял волшебную силу и не могу вернуться в Лукоморье к дубу. Но ты мне можешь помочь.

— А как? — удивилась я.

— Ты должна в реальности рассказать при мне стихотворение...

Но тут я проснулась. Мне было радостно, что сейчас летние каникулы, не надо делать домашку, а можно спокойно подумать, о каком стихотворении во сне говорил кот. Вечером я вышла гулять и вдруг услышала мяуканье. Стёпка сидел на лавочке возле подъезда и чего-то ждал. Вдруг я поняла, какое стихотворение надо рассказать, села рядом и начала: «У Лукоморья дуб зелёный...»

И тут Стёпка увеличился раза в четыре. Глаза Стёпки загорелись зелёным светом, словно две маленькие звёздочки.

— Спасибо тебе, — сказал Кот учёный, — но теперь надо найти проход в сказку.

Вдруг с ветки дерева, недовольно каркая, сорвался разбуженный ворон и полетел вперёд сквозь ночную мглу.

— Скорее за ним! — скомандовал Стёпка.

Ворон летел впереди, кот нёсся за ним, а я отставала всё больше и больше.

— Давай я тебя подвезу! — сказал Стёпка и стал размером с небольшого коня.

Да, конечно, я ездила верхом на лошади и даже пробовала скакать галопом, но эти прыжки захватывали дух. Вверх — короткий полёт, и вниз! И опять, вверх, полёт и резко вниз! Но продолжалось это недолго.

Вскоре ворон уселся на ветку огромного дуба и стал клевать кору на его стволе. Недовольно зашелестела листва, и в стволе появилась глубокая щель. Она становилась всё больше и больше, и вот уже вместо дуба появились деревянные ворота. Они распахнулись, и я увидела песчаный берег моря, освещённый закатным солнцем.

— Вот и Лукоморье! — радостно воскликнул Стёпка и прыгнул в сказочный мир.

Сначала мы увидели пенистые волны, которые накатывали на песок. Справа высился громадный дуб, золотая цепь ярко блестела на солнце. А ворот почему-то уже не было.

— Наконец я в родных местах! — радостно сказал Кот учёный. — А теперь обойди вокруг моего дуба семь раз по часовой стрелке и увидишь, что будет.

Я сделала всё, как он сказал, и дуб превратился в небольшую избушку.

— Сейчас я достану скатерть-самобранку, — сказал Кот и расстелил красивую белую скатерть, и на ней сразу же появились разнообразные яства.

Пужинав, мы немного полюбовались ночным морем и легли спать.

На следующее утро меня разбудил яркий луч солнца. Ещё ничего не понимая, я огляделась вокруг и вспомнила, что случилось вчера. Тут в комнату, мягко ступая, вошёл Стёпка и сказал:

— Ты уже встала! Пойдём завтракать, а потом прогуляемся по соседним сказкам.

Я решила отправиться к Гвидону. Кот достал откуда-то ковёр, вышитый по краю золотой нитью.

— Это ковёр-самолёт. Я его купил у Бабы-яги вместе со скатертью-самобранкой. А вот где она их взяла, я не знаю. Наверное, из других сказок ukrала. А теперь садись на ковёр, и полетели на остров к Гвидону.

Под нами простиралось синее море, над нами синело небо. Вскоре показался остров, и ковёр-самолёт начал снижаться. Приземлились мы на песчаный берег моря.

Перед нами раскинулся прекрасный город, окружённый зубчатыми стенами с небольшими башенками.

Вдруг на берег вышла белоснежная лебёдушка и скрылась за кустами, откуда вскоре появилась прекрасная девушка. Походка её была настолько лёгкой, что казалось, будто она летит над землёй.

— Рада тебя видеть, котик, — сказала Царевна Лебедь. — А что же ты к нам так долго не заглядывал? И кто это с тобой?

— Да вот позабыл о запрете и пришёл в мир людей, — сказал Стёпка. — Да вот Сияна помогла, рассказала нужное стихотворение, и теперь я могу приходить в мир людей когда захочу.

— Так пойдёмте же скорее в терем!

Перед нами распахнулись ворота, и мы вошли в город. Пройдя через пышный сад, увидели расписной терем. На пороге встретил нас радушный хозяин, князь Гвидон. Внутри терем оказался ещё более удивительным, чем снаружи.

Все сели за стол, и Стёпке вновь пришлось рассказывать о том, как он попал в мир людей и как я ему помогла вернуться в Лукоморье. После того как все насытились, мы пошли к морю. Весь день Царевна Лебедь и Гвидон показывали нам свой остров.

В ту ночь мне приснился очень странный сон: будто летит на меня огромный крылатый чёрный змей с когтистыми лапами, чешуя его переливается на солнце. И что-то мне у него забрать надо, да только вот не помню что. Вдруг всё затянулось туманом, и я проснулась.

Было очень рано, но солнце уже тихо кралось по небу, словно большой рыжий кот. Стёпка спал, уютно свернувшись мягким чёрно-белым клубком у меня в

ногах. С кровати я встала осторожно, чтобы его не разбудить, но он всё равно проснулся.

— Как же в такую рань можно не спать и сколько же сейчас времени?

— Ой, Стёпка, да как же ты не понимаешь? Такая хорошая погода, а ты всё спишь да спишь! Пойдём погуляем по берегу!

Вдоволь нагулявшись, мы вернулись в терем, позавтракали и пошли гулять вокруг терема. В центре широкого двора росла высокая ель, под ней стоял хрустальный домик. Из него смотрела на нас маленькая рыжая белочка. В лапках у неё был золотой орешек. Зверёк быстро стал его грызть. Отбросил золотые скорлупки и протянул мне маленький изумруд. Я несмело взяла сверкающий на солнце камень и стала рассматривать.

— Оставь его себе, на удачу, — вдруг сказала белка. Я удивилась:

— А ты тоже умеешь говорить?

— Конечно! Все сказочные животные умеют говорить. И не только они, но и растения, и предметы. В том лесу, где я раньше жила, рос говорящий дуб. Но только не все люди его понимали. Кстати, меня зовут Рада, — представилась белка. — Ой, совсем заговорила! Мне же нужно собирать золотые орешки! — И, схватив в передние лапки небольшой шёлковый мешочек, белка рыжей молнией метнулась по стволу ели и скрылась в густых ветвях.

Тут Стёпка спохватился:

— Ой, Сияночка, нам же надо лететь в следующую сказку!

Распрощавшись с Царевной Лебедью и князем Гвидоном, мы сели на ковёр-самолёт. Под нами шумело и

пенилось бескрайнее море. Но вот оно сменилось густыми лесами.

Приземлились мы на большую поляну, где стоял расписной терем. Конечно, он был не таким большим, как у князя Гвидона, но всё же очень красивым. Постучали, но никто не ответил.

— Странно, — сказал Стёпка. — Царевна должна сидеть в тереме и поджидать своих братьев, а её нет.

Тут перед нами приземлился громадный чёрный ворон и прокаркал:

— Конечно, тут её нет. Царевну напугал медведь. Она сбилась с пути, и её нужно скорее найти. Ведь если не исправить сказку, она может совершенно измениться! Идите за мной.

И мы побежали за вороном. Но тут затрещали кусты, и к нам вышел огромный бурый медведь.

— Здравствуйте! — прорычал он.

— Это ты напугал царевну? — грозно спросил Стёпка.

— Да я её просто хотел предупредить о том, что Кощей и Черномор повздорили, и чтобы она была поаккуратнее. А она как закричит, как бросится наутёк.

Бурый великан развернулся и ушёл, ломая кусты.

— Интересно, из какой сказки этот медведь?

— А ты что, ещё не догадалась? Из пушкинской «Сказки о медведихе». Только мне кажется, сейчас самое главное, что Черномор и Кощей не поладили.

— Поторапливайтесь! — недовольно каркнул ворон и вновь полетел вперёд, а мы за ним.

Наконец мы увидели прекрасную девушку, которая устало привалилась спиной к дереву.

— Это царевна, — шепнул мне Стёпка, а затем громко сказал: — Здравствуй, Марья.

Царевна обернулась и радостно улыбнулась.

— Ах, это ты, котик? А кого же ты привёл с собой?

— Это Сияна. Но сейчас тебе надо идти за нами.

И мы побежали в терем семи богатырей. Тут перед нами приземлилась деревянная ступа, управляемая Бабой-ягой.

— О! Здравствуй, котик! — сказала она. — Какая красивая царевна! Ты её привёл мне на съедение? — зло рассмеялась Баба-яга.

Но тут уж Стёпка увеличился до размеров тигра и грозно вздыбил шерсть.

— Марья, не бойся, иди за мной! — каркнул ворон и полетел в чащу леса.

— А это ещё кто с тобой? — спросила Яга у Стёпки.

— Это Сияна, она мне помогла вернуться из мира людей, — ответил Кот. — А сейчас нам нужно идти.

— Куда вы? — проскрипела Баба-яга и схватила меня, крикнув: — Избушка, ко мне!

Тут же раздался топот, треск, и к нам выбежала изба на огромных куриных ногах! Дверь распахнулась, и Яга, выскочив из ступы, так легко внесла меня внутрь, будто я ничего и не весила. Стёпка прыгнул вслед за нами, и тут дверь захлопнулась.

— Вот и хорошо, вот и славно! — рассмеялась бабка. — А теперь слушайте меня внимательно! Если вы принесёте мне два пузырька живой и мёртвой воды, которые у меня украл Леший, то я вас, может быть, и отпущу. Сразу предупреждаю: бежать не сможете. Вот смотрите — болото, а левее от него холм. Вот под ним-то и живёт вор. Ну, так уж и быть, дам вам мою метлу. А сейчас давайте поторапливайтесь!

Избушка распахнула дверь, и мы направились к дому лешего. Когда подошли к холму совсем близко, увидели прямо в земле небольших размеров дверку. Кот постучал, выглянуло очень странное существо: маленький человек чем-то был схож с пнём. Кожа тёмная и грубая, будто кора. Волосы походили на траву, борода напоминала мох. Крохотные глазки светились зелёным огнём. Видно, это и был Леший.

— Здравствуй, котик! — проскрипел он. — Зачем пришёл?

— Нет ли у тебя живой и мёртвой воды?

— Конечно, есть, да только очень мало, всего два пузырька: один с мёртвой, другой с живой водой. И я тебе их не отдам!

— Мне и не надо. Только я хотел бы предупредить, что украсть её у тебя хотят.

— Да ты что?! Не украдут! Она в очень надёжном месте.

— Не смей меня! Про твой тайник уже все знают!

— Как это? Ведь он находится под большим камнем, который лежит рядом с поваленной берёзой. Никто не может знать про мой тайник!

— А ты сам-то зачем у Бабы-яги ворует?

— Ах, вы всё же знаете? Ладно, верну воду старой карге!

Повёл нас Леший через густые заросли и колючие кусты. Наконец дошли до тайника. Леший навалился на камень и сдвинул его с места, но под ним ничего не было.

— Кто ж это узнал про тайник?! — воскликнул Леший.

— Наина, — предположил Стёпка.

Вдруг я услышала чей-то голос и поняла, что со мной говорит Вековой дуб, растущий поблизости.

— Ой, Сияна, ты не знаешь, где белочка Рада?

— Она живёт в хрустальном домике на острове князя Гвидона. Я с ней недавно виделась, и вот что она мне подарила! — Я достала изумруд. — Забери его себе.

Я подошла к дубу и осторожно положила в дупло сияющий камешек.

— Спасибо! Хочешь, я помогу тебе советом? Наина спрятала украденное между моими корнями.

Но тут солнце закрыла огромная тень. Чёрный змей, точно такой же, как в моём сне, летел прямо на меня. И это была Наина.

— Сторонись! — грозно прошипела она. — Раз ты узнала про мой тайник, я спрячу мою воду в более надёжном месте!

Наина опустилась возле дуба, разгребла землю, схватила мешочек с пузырьками и метнулась вверх.

Тут над лесом взмыла ступа.

— Не уйдёшь! — закричала Баба-яга. — Верни украденное и лети куда хочешь.

— Не верну! — рассмеялась Наина.

Тут Стёпка, увеличившись до размеров тигра, в невероятном прыжке схватил Наину за хвост. Они вместе рухнули на землю. Наина резко ударила хвостом о дерево, и кот отлетел в сторону.

— Сияна, садись на метлу! — крикнула Яга. — Вместе мы справимся!

Я обхватила метёлку ногами, обеими руками вцепилась в ручку, оттолкнулась от земли и вдруг стремительно понеслась в небо! Наина последовала за мной и попыталась улететь. Но говорящий Дуб резко хлестнул

её ветвями по крылу. Баба-яга стала отвлекать её, а я ловко выдернула из когтистых лап заветный мешочек. Приземлившись, спряталась за деревьями. Яга погнала Наину прочь.

Я подошла к Стёпке. Кот лежал на животе и тяжело дышал. Его левый бок был сильно изранен. Я достала из мешочка пузырьки. В одном жидкость искрилась, точно солнечный свет в ручейке. В другом была чёрной, словно ночное озеро. Сначала я обработала Стёпкин бок мёртвой водой, затем полила живой. Странно, но жидкости в обоих пузырьках не убавилось. Заметив моё удивление, Стёпка сказал:

— А это у Бабы-яги такие волшебные пузырьки. С виду маленькие, а на самом деле они в себя вмещают очень много воды. И огромное спасибо тебе за то, что вылечила меня!

Тут к нам подошла Баба-яга.

— Спасибо вам! Справились мы с Наиной! А за это оставьте себе мою метёлку. У меня ещё одна есть. Ну а сейчас мне пора.

Она села в ступу и улетела.

Тут на ветку над нами уселась сорока и прострекотала:

— А вы знаете, что Кощей и Черномор украли Золотого петушка и теперь спорят, кому он достанется?

— И что же нам теперь делать? — задумчиво промурлыкал Стёпка.

— Мне кажется, — начала я, — надо обратиться за помощью к Золотой рыбке. Уж она-то знает, что делать.

— Правильно! — обрадовался кот.

Мы сели на ковёр-самолёт и, немного пролетев, опустились на берег моря. И увидели избушку, настолько

ветхую, что, казалось, она вот-вот развалится. На пороге сидела старуха. Рядом с ней стояло разбитое корыто.

— Как же нам поймать Золотую рыбку? — спросил Стёпка.

— А может быть, попросить невод у старика? — предложила я. — И сделать всё, как написано в сказке Пушкина?

Мы подошли к землянке.

— Что вам тут надо? — злобно прошамкала старуха.

— Да вот хотели ненадолго попросить невод, — начала я. — Просто Кощей и Черномор украли Золотого петушка, а мы решили попросить Золотую рыбку вернуть его на место.

— Ну-у-у, — задумчиво протянула старуха, — позволяю, только с одним условием — если вы попросите у Золотой рыбки, чтоб она дала мне новое корыто. Вон там невод сушится.

Мы бережно сняли сеть с воткнутых в песок колышков.

Забросили мы невод в первый раз, и пришёл он с тиной да песком. Во второй — с водорослями. А когда достали невод в третий раз, блеснула в нём Золотая рыбка.

— Что тебе надобно, Сияна? — молвила она человеческим голосом. — Злата? Серебра? Или царицей стать хочешь?

— Да нет, что ты. Я только хотела попросить тебя вернуть Золотого петушка в его сказку. И ещё старуха просит новое корыто.

— Хорошо, Золотого петушка верну в его сказку, а вот старуха просила у меня слишком много. Да ладно, дам ей новое корыто! А тебе, девочка, пора возвращаться в мир людей. Котик, ты пойдёшь с ней или останешься здесь?

— Конечно, пойду с Сияной!

— Хорошо, тогда выпустите меня в море, и я сделаю всё, о чём вы попросили. Заодно и со временем помогу. Перенесётесь вы в ту самую секунду, с которой и началось ваше путешествие.

Мы выпустили рыбку в пенистые волны. Она, махнув хвостом, скрылась в глубинах вод.

Тут всё вокруг меня закрутилось, подёрнулось туманом, и я очнулась. Я так и сидела на лавочке. Прижавшись ко мне тёплым боком, мурлыкал Стёпка. Я погладила его по спинке и спросила:

— Ну что, котик, это всё было по-настоящему или только мне привиделось?

Тут он соскочил с лавки и достал из-под неё старую обтрёпанную метёлку.

— Так это всё и правда было! — обрадовалась я и, счастливая, побежала домой.

А ночью мне приснился Стёпка, сидящий на ветке дуба. Он спросил у меня:

— Хочешь, мы когда-нибудь сходим в сказки других авторов?

И я поняла, что мои приключения только начинаются.

НА ПОЭТИЧЕСКОЙ ВОЛНЕ

Зоя Шишкова

БУЛАТУ ОКУДЖАВЕ

Когда от повседневной суеты
Я убежать уже не в состоянии,
Когда томлюсь под гнётом пустоты,
Сил не хватает даже на страдание,
Когда от равнодушья стынет кровь
И нету слёз бессонными ночами,
Когда надежду, веру и любовь
Я просто-напросто не замечаю,
Тогда один спасительный родник:
Ваш грустный голос тишину нарушит
И, как волшебник, исподволь разрушит
Моей беды неведомый тайник.
И вот покой мне душу обновил.
Исчезла боль. Сомненья замолчали...
И стала чище музыка любви.
И стала глуше музыка печали.

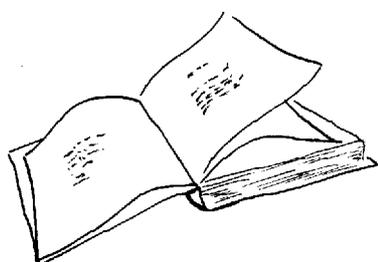
А стихи, как любовь:
Попадёшься в их сети, и всё —
От себя не отпустят.

Лучше не прекословь —
Безрассудно отдайся в прекрасное рабство.
Всё заполнят собой.
Пустоту и печаль
С ними ты навсегда позабудешь.
Ну, а будешь ты с ними счастливым?
Едва ль.
Только с ними,
Совсем без любви,
Ты счастливым не будешь.

Появилась у меня надежда.
Были до неё надежды прежде
Разные: напрасные, смешные,
Безнадёжные и озорные.
Их теплом душа всегда согрета...
А какой надеждой будет эта?

ВЕРА МЕРКУРЬЕВА

1876 — 1943



Вера Александровна Меркурьева — забытое имя из Серебряного века, большой, несправедливо забытый и не оценённый по достоинству поэт. Вернул её поэтическое наследие современному читателю в конце 80-х — начале 90-х годов XX века академик Михаил Гаспаров, крупнейший филолог нашего времени. Жизни и стихам Веры Меркурьевой он по-

святил не одну статью и ставил её имя сразу после имени Марины Цветаевой.

«Женщиной из племени неправдоподобных» называл её Евгений Евтушенко:

Вот как, Вера Меркурьева,
занесла вас неладная —
до бродяжьего курева
от церковного ладана.

Есть неправдоподобные,
с жизнью несоразмерные,
люди, всем неудобные,
но нежданно бессмертные.

Русь, сама собой правь ты
без опричников злобных.
На Руси нету правды
без Неправдоподобных!

Вера Александровна Меркурьева родилась во Владикавказе в 1876 году. Отец её Александр Абрамович был землемер, межевой ревизор Тифлисской судебной палаты, мать Эмилия Васильевна — дочь крестьянки Воронежской губернии и солдата николаевских времён. Раннее детство она провела в Тифлисе, потом родители разошлись, мать поселилась во Владикавказе с пятью детьми. Мать была строгой, властной и очень верующей, всегда ходила в чёрном чепце и почти игуменском одеянии. «С Верой, как и со всеми молодыми людьми, Эмилия Васильевна была наставнически строга и благостна», — вспоминает подруга Веры, знавшая её с раннего детства.

Вера была очень привязана к младшей сестре и к матери, говорящей на прекрасном русском языке, в её речи удивительно сочетались библейские метафоры и сочные образы народной речи. Крестьянские корни матери не сразу, но проросли всё-таки в стихах дочери. Дети любили по вечерам слушать её рассказы. Но случилось это редко: хлопоты по хозяйству, заботы о большой семье не оставляли Эмилии Васильевне ни времени, ни сил.

С детства слабая и болезненная, Вера не была избалована вниманием братьев и сестёр, занимала себя сама. В «Автобиографии» (1926) она пишет: «Росла в большой семье больным одиноким ребёнком. Читать выучилась 4-х лет почти самоучкой: показывали буквы, но не склады. Сейчас же ушла в книги, главным образом стихи; 6 — 7-ми лет читала Пушкина всего и Лермонтова, но Пушкина любила больше. Первое стихотворение написала 9-ти лет. Тогда, т. е. на том же году, несколько моих стихотворений родные послали Я.П. Полонскому. Он ответил милым письмом с советами, указаниями и благословениями. В 1889 году поступила во Владикавказскую женскую гимназию, где и кончила курс (7 классов) в 1895 году». Через два года она получила диплом домашней учительницы и этим стала зарабатывать.

В гимназии Вера подружилась с Евгенией Рабинович, ставшей её подругой на всю жизнь. Она вспоминала: «Вера была нервным, слабым ребёнком с сильно ослабленным слухом. Прекрасные чёрные глаза, живые, выразительные, черные вьющиеся волосы, большая худоба, постоянно сменяющееся выражение лица, что-то напоминающее итальянку в наружности. Она умела

быть заразительно веселой, насмешливой, обаятельно общительной. Но часто тосковала, впадала в уныние...»

Первая сохранившаяся тетрадка со стихами помечена 1890 годом. В 14 лет она пишет: «Когда тебя невыносимо /Язвит людская клевета...» Вряд ли в её жизни в то время были настоящие драмы, но и неразделённая любовь для молодой души — страдание, а Вера, судя по стихам, всё время в кого-то пылко влюблялась и всегда безответно. В двадцать пять её первой серьёзной, настоящей, но снова безответной любовью был брат Жени Рабинович Яков, студент-математик, рано умерший от туберкулеза. Михаил Гаспаров дал безошибочно точную формулу поэзии Меркурьевой: «Стихи пишутся как дневник, и дневник этот — школа безответности».

Стихи свои Вера Меркурьева публикует очень редко. Иногда они появляются в местной газете «Терек» и в петербургском «Вестнике теософии»*. В 1909 году Вера знакомится с литератором Евгением Архиповым, ставшим её другом до конца жизни. Под его влиянием Вера увлекается символизмом, но не признаёт боготворимого Архиповым Иннокентия Анненского, восхищаясь малозаметной Надеждой Бромлей и Игорем Северяниным. По воспоминаниям Е. Архипова, она довольно много пишет, но ничего из этих стихов не сохранилось, и поворот её поэтического пути к символизму остаётся для нас скрытым.

В 1916 году семью Меркурьевых постигло горе — умерла мать. Семейное гнездо распалось, все разлетелись кто куда. Смерть матери стала переломным собы-

**Теософия* — религиозно-мистическое учение о постижении божества; теософия не является религией в традиционном понимании этого слова.

тием в жизни дочери. Она бросает опустелый Владикавказ, едет в Москву и впервые начинает отдельную, самостоятельную жизнь. Ей уже сорок лет. В автобиографии она пишет: «Отъезд в Москву “навсегда”, в первых числах марта 1917 года. Одинокое лето в Москве, жара, болезнь — всё сразу. Всё оборвалось — и одни стихи. Огненный взрыв революции вне и внутри...»

В Москве она живёт у Евгении Рабинович, осенью после болезни поступает на службу в Московский губернский книжный склад. И тогда же отваживается на решительный шаг: передаёт через кого-то «тетрадь стихов того лета» Вячеславу Иванову, хозяину легендарной «Башни», литературного салона, где блистали Ахматова, Гумилев, Кузьмин и который называли точкой кипения русского символизма. Мэтр ответил ей, пригласил посетить один из его литературных вечеров, где вскоре представил её как замечательно тонкого лирика.

На Иванова новая гостя произвела неожиданно сильное впечатление. Меркурьева становится постоянной посетительницей его дома зимой 1917 — 1918 годов. Для неё, всегда неуверенной в себе и своём таланте, признание Иванова стало толчком к творчеству. В это время она пишет стихи непрерывно, почти ежедневно.

Через несколько дней после первой встречи Меркурьевой с Ивановым в Москве началось Октябрьское вооружённое восстание. При обстреле Кремля был пробит купол Успенского собора. Это потрясло всех. Далёкая от политики, именно Меркурьева нашла точную метафору для революции — «пробоина», когда амбициозный, но малодаровитый футурист Василиск Гнедов, командовавший красной артиллерией, дал команду стрелять по куполу Успенского собора. Удивительный

поворот судьбы: через десять лет реставрировал купол символист Модест Дурнов.

В своей «Автобиографии» Меркурьева так пишет об этом периоде своей жизни: «Зима 1917 — 1918 года — у В.И. Иванова и в кружке Цетлина (издательство «Зёрна»), знакомство почти со всеми находившимися тогда в Москве поэтами и философами, с И. Эренбургом, вступление в Союз московских писателей». У Иванова она познакомилась с Бердяевым и Шестовым. В Союзе писателей сблизилась с А. Толстым и Н. Крандиевской; встречалась с Цветаевой и Мандельштамом.

Вера Александровна никому и никогда не приоткрывала тайн своей личной жизни, но по некоторым недомолвкам и оговоркам можно понять, что её по-настоящему любимый человек, встреченный в кругу Вячеслава Иванова или даже ещё во Владикавказе, навсегда исчез из её жизни в вихре семнадцатого года. Но она продолжала жить, очень скромно, почти нищенски. Работала на книжном складе, в продовольственном комитете в нетопленных комнатах.

Несмотря на признание своих стихов авторитетными критиками, так и не смогла поверить в себя и свой дар. В стихотворении, посвящённом Е. Архипову, она так и написала: «она притворилась поэтом». Уступив уговорам друзей, она всё же собирает стихотворения 1915 — 1917 годов в сборник, но ничего не предпринимает, чтобы его издать. Все силы уходят на выживание: нет дров; чтобы хоть как-то прокормиться, продаёт на Сухаревке вещи. Какие уж тут хлопоты об издании!

В 1920 году Меркурьева уезжает с санитарным поездом на Кавказ, увозя на юг тяжелобольного, овдовевшего Вячеслава Иванова с детьми и своего нового друга,

молодого поэта Александра Кочеткова. Многие современники вспоминали, с каким благоговением относился Кочетков к Вере Александровне, смотря на неё, как на высшее существо. Иванов, чуть, оправившись от голодной московской жизни, едет с детьми в Баку, а оттуда и дальше — в Рим. Первое время они переписываются, но со временем письма становятся всё реже и реже.

В Москву Меркурьева возвращаться не хочет, она едет во Владикавказ и живёт у старшей сестры. В её жизни наступает затишье, как она сама говорила, «время после Вячеслава». Она по-прежнему не печатается, но собирает свои стихи в ещё один рукописный сборник. Много и тяжело болеет. Не может, возможно, и не хочет вписаться в круг поэтов Владикавказа. После смерти сестры, единственного близкого человека, чувствует себя совсем бесприютной и ненужной. Александр Кочетков, вернувшийся в Москву, ставший неплохим переводчиком, настойчиво зовёт её туда, обещает переводческую работу. В 1932 году Меркурьева с трудом решилась покинуть Владикавказ.

В Москве устроиться было нелегко. «Ложное положение человека без места в жизни, инвалида без пенсии, иждивенца без семьи», — пишет она Е. Архипову. К осени 1933 года дела стали постепенно налаживаться: Меркурьеву принимают в Московский горком писателей (Союза писателей ещё не существовало), Мандельштам помог ей получить первый заказ на переводы — с туркменского. Через год она уже получает заказ на перевод Байрона и Шелли.

В 1935 году Меркурьева получает комнатку в Москве, надеется издать сборник и много переводит. «Ну, стихов, разумеется, не писала — впору с чужими управить-

ся, не до своих. А хотелось временами», — пишет она в одном их писем. Когда нет заказов на переводы, наступает нищета, здоровье её слабеет. О больной Меркурьевой бережно заботятся Кочетков с женой, она почти чувствует себя членом их семьи. Вместе с ними осенью 1941 года она едет в Ташкент в эвакуацию.

По дороге, а ехали 24 дня, Меркурьева заболевает воспалением лёгких. В Ташкенте их ждут голод, холод, тесная комнатка и безденежье. В августе 1942 года она пишет Е. Архипову: «Неужели же я лучшего не заслужила? Я много страдала, добро — делала, зла — никому, работала как могла, сию жизнь до 66 лет. Знаю, сейчас не время для личного устройства, вся страна в огне. Но мы же часть страны, спасая себя, мы для неё сможем жить. Я вот сейчас начала цикл стихов о войне и не могу писать в моих условиях, а в Москве — чувствую — могла бы». Цикл стихов о войне она дописала — это венок сонетов «На подступах к Москве».

Вера Меркурьева умерла 20 февраля 1943 года. Могила её не сохранилась. Несмотря на несколько попыток друзей издать её стихи, сборника своих стихов она так и не увидела. Впервые поэтическое наследие Веры Меркурьевой увидело свет только в 2007 году.

Дай тебе расскажу я,
Что это значит — стих.
Это — когда гляжу я
В протени глаз чужих —
Там, как на дне колодца,
Сердце — одно двоих —

Взмолится и зайдётся.
Это любовный стих.

Если заря проглянет
Сквозь дождевую сеть,
Если луна в тумане,
Если трава в росе —
Там, у родной могилы,
Куст васильков простых —
Это забытый милый,
Это печальный стих.

Если снежинки утром
Падают с высоты,
Если в незнании мудром
Около смерти ты,
Если ручейно шалый
И говорлив и лих —
Это шиповник алый,
Это веселый стих.

Если алмаз в изломе,
Если душа в огне,
Если в небесном доме
Днём Господина нет,
Если пустой лазури
Свод онемелый тих —
Это находят бури,
Это безумный стих.

Если, как тонкий холод,
Где-то внутри, на дне,

Сладкий услышишь голос:
— Пав, поклонися мне,
Мир тебе дам на выем,
Блага всех царств земных.
Древним ужален змием
Этот прекрасный стих.

Это — когда подснежье
Паром с полей встаёт,
Где-то зовут — но где же?
Кто-то — но кто? — поёт,
И поцелуем вьётся
Около губ твоих,
Льнёт, и скользит, и льётся —
Это любимый стих.

Стих — это Сердце Мира,
Тайн святая святых,
Стих — это милость мира,
Жертва хваленья — стих.
Стих — это весть о смерти,
Смерть — это жизни стих.
Это сердце поэта,
Это поэта стих.

Некогда подумать о себе,
О любви, никем не разделённой.
Вся-то жизнь — забота о судьбе,
О судьбе чужой, непобеждённой.

Весь-то день — уборка и плита,
Да ещё аптекарские склянки.
Вся-то ночь — небесная мечта,
Бред Кассандры — или самозванки?

Долго, долго не ложится тень.
Утро настаёт незванно рано.
Но и днём сквозь усталь, пыль и лень
Слышны ей — лесные флейты Пана.

Восемь лет. Игрою брызги
В кошки-мышки или жмурки —
И беги навстречу жизни
Бегом радостным мазурки.

Восемнадцать. Ранней страстью
Просияв, не опечалься —
И лети навстречу счастью
Круговым полётом вальса.

Тридцать шесть. Планетных орбит
Не пытай, звезда без ранга —
И скользни навстречу скорби,
Тут и там, уклоном танго.

Шестьдесят. Обрато вертит
Карусель невидный кто-то.
Что ж, пойдём навстречу смерти
Темпом медленным гавота.

В поношенной жакетке,
В потёртых башмаках —
А солнце красным метки
Нажгло мне на щеках.

И не сдержу я клича,
Теплом опоена:
Я солнцева добыча!
Я солнцем клеймена!

По жилам бродит-бредит
Хмельная кутерьма.
И как никто не сметит,
Что я сошла с ума —

Что я смеюсь и плачу,
Как полоумный ветер,
Что я корону прячу
Под порыжелый фетр!

Что это солнце — точно
Такое же, как я,
И прячется нарочно
Под рыжих туч края.

Вот только это и было —
Полоска света под дверью.

Гляжу и глазам не верю —
Сама же я дверь закрыла.

За дверью — тайное имя,
Моё бессонное горе.
Ему я молюсь в затворе,
Ему я служу во схиме.

К холодному изголовью
Прижмусь — одно остаётся.
Должно быть, это зовётся
В романах — вечной любовью.

Прости моему неверью.
Я чуда ждала — свершилось.
Ведь было же это, было —
Светившееся за дверью.

Без лета были две зимы,
Две мглы, две темноты.
Два года каторжной тюрьмы,
Два года рабской немоты

Я вынесла. А ты?

Я не сдаюсь. Смеюсь, шучу
В когтях у нищеты,
Пишу стихи, всего хочу,
Как хлеба — красоты.

Я не грущу. А ты?

В двухлетней пляске двух теней
Обмана и Тщеты
Я вижу только сон о сне
Последней пустоты.

И я — свой сон — как ты.

А. Ахматовой

Ступит ли на островерхий скат она —
Не оскорбив занозами,
Зацветёт кремень нечаянно-негаданно
Фиалками и розами.

Тронет ли сновидица-загадчица
Узкою рукой, кручинною —
Лёд арктический растопится, расплечется
Слезой аквамаринною.

Взглянет ли — неслыханно, невиданно
И земля, и небо — заново,
Сердца больше нет в груди, дотла сгорит оно
Свечою воску рдяного.

Усмехнётся ль, нехотя-то, молча-то,
Рта надменной половинкою —
Дорассветная звезда дрожит стекольчато
Встающею льдинкою.

А споёт от полуночных снов она
И от месяца щербатого —
Что песня на земле у нас прикована
И названа: Ахматова.

ПРИБОЙ

Ой ли и солонь волны,
Соли да горечи полны.
То ли у берега, то ли у дна —
Горько волна солоня.
Как ни разлейся, ни хлынь —
Соль да полынь.

Бьются до боли прибои,
Боли от ярости вдвое.
Грянет о берега острый висок,
Канет, изранен, в песок,
Гривистый ринет забой,
Сгинет прибой.

Холодно-голые скалы,
Полые злые оскалы —
Ловят на зубья зелёную кровь,
Горько-солёную кровь.
Да люби пьёт, до зела —
Злая скала.

АЗ, БУКИ, ВЕДИ

Людмила Уланова

О БУТЕРБРОДАХ И ПОРОДАХ

Какой удивительный зверь бутерброд!
Бывает он самых различных пород —
Батонно-ветчинной, и булочно-сырной,
И масляно-хлебно-колбасной.
Когда он холодный, он добрый и мирный,
Горячий — довольно опасный!
Из печки с шипением он вылезает,
А тронешь — за пальцы сердито кусает!

ЗИМНИЙ ЗООПАРК

Залезем в шубки с капюшоном,
Как мыши в норки.
И будет очень хорошо нам
Кататься с горки.

Гора огромная такая,
Как слон, наверно.
А почему это должна я
Скатиться первой?

Ты подбиваешь прокатиться:
«Не трусь, давай-ка!»

И вот лечу, лечу, как птица...
Дрожу, как зайка!

Как свинка — только не морская! —
Визжу от страха.
Скатилась... Бух! И отползаю,
Как черепаха.

Но всё-таки могу теперь я
Собой гордиться!
Какой-то очень смелый зверь я.
Наверно, львица?

МОГУЧИЙ АНТОН

Хвастался Антон: — Я всё могу!
От коня пешком я убегу!
У пантеры завтрак отберу!
Сумку украду у кенгуру!
Я почищу зубы крокодилу!
Я заставлю танцевать гориллу!
Я сошью для бегемота брюки!
Сделаю скакалку из гадюки!
Научу истории осла!
Тут Антошку мама прервала:
— Это всё ужасно интересно,
Но скажи, пожалуйста, мне честно —
Как у нас с уроками, сынок?
Ты решил задачу? — Нет, не смог!
Знаешь, очень трудная попалась!
Но уроки что... такая малость!
А всё остальное я могу!

От коня пешком я убегу!
У пантеры завтрак отберу!
Сумку украду у кенгуру!..

И так далее, пока не надоест...

ВОПРОСИТЕЛЬНЫЙ СТИШОК

Почему может масло подсолнечным быть,
Но нигде нет подлунного масла?
Почему очень просто бежать во всю прыть,
А как бегать в полпрыти — неясно?

Почему вылетают слова *изо рта*?
Их же люди всегда произносят!
Почему на лугах не косая трава?
Ведь её так старательно косят!

Почему продаются конфеты «Му-му»,
А конфет «Иго-го» не бывает?
Почему, стоит только спросить «Почему?»,
Мама сразу куда-то сбегает?

Марина Дружинина

ХОРОШО БЫТЬ ОПТИМИСТОМ!



Стасик сидел за компьютером, когда мама пришла с работы.

— Как дела, сынок? — Мама ласково потрепала Стасика за вихры. — Не скучал один?

— Ни капельки! — бодро ответил Стасик. — Я радвался, что могу играть на компьютере сколько душе угодно!

— Всё ясно, — покачала головой мама. — Тогда, наверное, ты огорчился моему приходу: я же не разрешаю тебе часами сидеть у компьютера!

— Нет, я опять очень рад! Я уже по тебе соскучился! — Стасик решительно выключил компьютер. — Да и поужинать очень хочется. Ты ведь принесла что-нибудь вкусненькое?

— Молодец! — засмеялась мама. — Ты настоящий оптимист!

— Кто-кто?

— Оп-ти-мист, — по слогам повторила мама. — Это человек, который во всём находит хорошее, никогда не унывает.

— А тот, кто унывает?

— Того называют пессимистом. Например, если отключили горячую воду и дома стало холодно, пессимист ноет: «О-о-ох, я простужу-у-усь!» А оптимист говорит: «Отлично! Самое время зарядку сделать!» — и р-раз! Р-раз! Помашет руками, поотжимается и согреется.

— А если слишком жарко?

— Пессимист стонет: «Ох, как плохо!» А оптимист: «Ах, как приятно залезть под холодный душ! Самое время закаляться! — Мама на секунду задумалась. — Или размораживать холодильник!»

— А если они оба заболели? — продолжал допытываться Стасик.

— Пессимист, ясное дело, причитает: «Бедный я, несчастный!» А оптимист себя подбадривает: «Скоро выздоровею! Начну заниматься спортом и не буду болеть.

А пока посижу дома, книжек побольше почитаю». И вздоравливает быстрее пессимиста!

— Здорово! — захолопал в ладоши Стасик. — А ты, мамочка, оптимист?

— Конечно, — улыбнулась мама. — Я стараюсь никогда не унывать.

— Правильно! — обрадовался Стасик. — Значит, ты не очень огорчишься, что я сегодня двойку получил! Я ведь её обязательно на пятёрку исправлю!

БУТЕРБРОДЫ ДЛЯ ПТЕНЦОВ

На газоне возле дома кто-то набросал куски хлеба, сыра, колбасы. Воробьи и синицы почему-то не примчались дружной стайкой, как всегда в таких случаях, — наверно, пировали в другом месте. Зато прилетела ворона.

Она положила на хлеб колбасу, сверху — сыр, затем снова колбасу и сыр. Широко открыла клюв, ловко схватила еду и куда-то унеслась.

За всем происходящим наблюдали с балкона Стасик и папа.

— А я и не знал, что вороны любят бутерброды, — задумчиво произнёс папа.

— Бутерброды — это классно! Я их тоже обожаю! — облизнулся Стасик. — Но я никогда не ел одновременно с колбасой и сыром. Только по отдельности.

Тем временем появилась знакомая ворона, и всё повторилось. В точно таком же порядке были уложены сыр и колбаса. Правда, с первого раза вороне не удалось ухватить бутерброд — он развалился. Но хозяйственная птица аккуратно сложила его снова и опять умчалась. И так — несколько раз.

— Птенцов кормит, — объяснил папа. — Наверно, гнездо неподалёку.

— Давай кинем ей кетчуп, чтоб вкусней было, — предложил Стасик. — Или огурчик солёный.

— Необязательно, — улыбнулся папа. — А вот колбаски можно добавить, а то не хватит на ещё один бутерброд.

Они бросили колбасу, ворона благодарно каркнула, смастерила завершающее блюдо и окончательно улетила к своим воронятам.

— Надо попробовать бутерброд по вороньему способу, — решил Стасик. — Кушать хочется!

— Пора перекусить, — согласился папа.

Бутерброды получились отменные. Даже маме понравились.

— Молодцы! — похвалила она. — А главный молодец — ворона. Может, у неё ещё какие-нибудь кулинарные рецепты есть? Вот бы узнать!

На следующий день в школе на уроке «Окружающий мир» учительница Мария Николаевна вызвала Стасика к доске и сказала:

— Я буду называть животных, а ты — перечислять характерные для них действия. Не меньше трёх. Итак, что делает корова?

— Мычит, бодается, пасётся на лугу, даёт молоко, — быстро ответил Стасик.

— Собака!

— Лаает, виляет хвостом, сторожит дом, грызёт косточку.

— Отлично! — кивнула учительница. — А что ты скажешь про ворону?

— Летает, вьёт гнездо, каркает, делает бутерброды.

Ребята ка-а-ак захохочут! А Мария Николаевна удивлённо подняла брови:

— Какие ещё бутерброды?

— С колбасой и сыром, — пояснил Стасик и рассказал, что видел вчера.

СЮРПРИЗ

А сегодня мне ужасно захотелось удивить маму. И я решил приготовить салат — уж это она точно от меня не ожидает!

Я надел очки для подводного плавания, чтобы не щипало глаза, и нарезал в миску лук. Добавил огурцы, помидоры, сметану и всё посолил. Ура! Сюрприз готов! Просто, быстро и удобно!

Попробовал я своё произведение... Брр-р-р! Солонатовато. У меня даже очки для подводного плавания соскочили.

— Вперёд! В атаку на соль! — скомандовал я и бухнул в миску сахар.

Теперь получилось сладковато. Даже очень.

— Вперёд! В атаку на сахар! — скомандовал я и бухнул в миску соль. Соль мигом одержала победу: салат опять стал солёным...

Так я и метался по кухне — то соль атаковал, то сахар, то салат пробовал. Вдруг ложка стукнула по дну. Миска была пуста! Салат исчез!

«Да это же я его весь перепробовал!» — с ужасом понял я.

Но я не из тех, кто сдаётся! Всё равно будет маме сюрприз!

Я стиснул зубы и снова нарезал ненавистные овощи. Перемешал со сметаной. И тут... пришла мама.

— Привет, сынуля! Что ты такой всклокоченный, весь в огурцах, помидорах, луке и сметане? Неужели салат приготовил? Вот это да! Где моя большая ложка?

Мама попробовала салат и воскликнула:

— Молодчина! Салат замечательный! Только несолёный. Посоли его, сынок.

— Не-е-ет! — закричал я диким голосом. — Мамочка! Миленькая! Посоли сама!

— А что ты так испугался? Это же очень просто! — Мама совершенно спокойно посолила салат. — Вот теперь очень вкусно! Давай, сынок, есть твоё произведение.

— Не-е-ет! Я не буду! Не хочу! — снова завопил я. — Это всё тебе!

— Спасибо, конечно, — сказала мама. — Но очень ты странный сегодня.

— Просто сегодня магнитная буря, — пояснил я и засмеялся: сюрприз удался!

ДЛЯ РАЗНООБРАЗИЯ

Первоклассник Стасик учился на «отлично». То есть в дневнике у него стояли сплошные пятёрки. Это было, конечно, здорово. Но однажды Стасик полистал свой дневник и заскучал: «На каждой странице — одно и то же! Никакого разнообразия! Вот у Гошки Заглушкина каких только отметок нет! А у меня всё пятёрки да пятёрки!» И поставил зелёным фломастером на свободное место несколько троек.

Тройки выглядели, прямо скажем, не слишком привлекательно — кого они вообще могут порадовать! — но своим изумрудно-ярким цветом, несомненно, оживили страничку.

Стасик довольно хмыкнул и щедро добавил сине-голубых четвёрок, оранжевых двоек, бордовых и розовых колов.

Страничка весело запестрела, как цветущая лужайка. Красота! Стасик прямо залюбовался. И вдруг услышал возмущённый голос:

— Ты что с дневником сделал?! — перед Стасиком стоял папа.

— Это для разнообразия, — объяснил Стасик.

— Двоечником, значит, захотелось побыть? А ты знаешь, что двоечников наказывают? — Папа поставил Стасика в угол и строго пообещал: — Сегодня никаких мультиков! Для разнообразия.

Время тянулось бесконечной жвачкой. Стасик задумчиво расковыривал обои в углу и вздыхал: «Оказывается, не всякое разнообразие — штука хорошая».

Минут через двадцать, показавшихся самодельному двоечнику двадцатью часами, папа участливо поинтересовался:

— Как дела в углу? Может, теперь хочешь побыть забиякой, попавшим в полицию? — Папа сделал страшное лицо.

— Нет, — засмеялся Стасик. — Я снова хочу быть отличником и твоим любимым сыном. Без разнообразия! — и кинулся к папе на руки.

БАТАРЕЙКИ

Утром мама объявила Павлику:

— Поеду за Кирюшей! Хватит ему гостить у дедушки с бабушкой! Готовься, сынок, встречать брата!

— Чего-о-о? Кирюша? Сегодня?! — Павлик подскочил как ужаленный и бросился со всех ног в детскую комнату.

Ух, сколько всего нужно успеть! И карандаши с фломастерами убрать, а то Кирюша закатит куда-нибудь, потом ищи-свищи! И альбомы лучше спрятать, чтобы в них не запрыгали Кирюшкины хвостатые абракадабры — пусть в своей тетрадке малюет! И книжки придётся в шкаф запихнуть: ведь Кирюшка наверняка начнёт их вертеть-крутить — вдруг порвёт! В общем, дел невпроворот!

Подготовка к встрече дорогого гостя шла полным ходом, как вдруг раздалось звонкое: «Привет! Салют! Мы снова тут!»

Кирюша! Павлик даже не слышал, как он вошёл! А Кирюша вприпрыжку направился к тумбочке, напевая: «За рулём, за рулём! Мы поедим за рулём!»

«За рулём!» У Павлика перехватило дыхание. Как же он забыл спрятать любимую игру! А там батарейки вот-вот сядут! Самому поиграть еле удаётся!

— Кирюша! — Павлик схватил брата за руку. — Зачем тебе «За рулём»? Я тебе лучше сказочку расскажу: «Жил-был серый волк. И была у него синяя борода и красная шапочка...»

— Это у тебя синяя борода и красная шапочка! — вырвался Кирюша. — Хочу «За рулём»!

— Подожди ты! — снова поймал его Павлик. — Прицепляйся ко мне паровозиком! Поедем за... Кудыкины горы!

— А ты знаешь, где это? — вытаращил глаза Кирюша.

— Конечно! — уверенно ответил Павлик. Хотя насчёт местоположения этих загадочных гор ему было ясно только то, что находятся они обязательно за дверью, как можно дальше от злополучной тумбочки.

— Ту-ту-у-у! — прогудел Павлик-паровоз.

— Чух-чух-чух! — простодушно отозвался Кирюша-вагончик.

И поезд тронулся.

Павлик ликовал. Игра «За рулём» спасена! Когда выезжали из комнаты, он на радостях так прокричал «Ту-ту-ту-у-у!», что кошка Мушка в ужасе шарахнулась в сторону и мгновенно взлетела по шторе к самому потолку. Кирюша хохотал и тоже изо всех сил выкрикивал: «Чух-чух-чух!»

Паровозик направился в кухню, откуда тянуло чем-то вкусным и где радио щебетало по-птичьему и рычало по-звериному. Потому что шла передача «Мы из зоопарка».

— Как вы славно играете! — улыбнулась мама, вытирая руки о передник. — Какие у меня замечательные тигрятки! Ой, то есть ребятки! Скоро будут готовы пирожки!

— Ура! — одновременно запрыгали «паровозик» и «вагончик». И радостно закружили по кухне.

Кудыкины горы больше никого не манили. Игра и подавно была забыта. Всё складывалось чудеснейшим образом.

Но вдруг радио перестало щебетать и рычать и объявило вполне человеческим голосом: «Реклама! Корейско-американская фирма „Драндулет” предлагает автолюбителям особо прочные фары китайского производства! Почувствуйте себя уверенно за рулём!»

— «За рулём»! — опомнился Кирюша. Он оттолкнул Павлика и бросился назад, в комнату.

— Стой! — Павлик отчаянно ринулся за ним и еле успел перехватить Кирюшу почти у самой тумбочки. — Мы с тобой ещё в... жмурки не играли! Давай, а?

— Давай, — озадаченно согласился Кирюша. Давненько старший брат так не уговаривал его поиграть.

— Ты — вода! — Павлик поспешно завязал платком Кирюше глаза и отскочил в сторону. — Лови меня! Ку-ку!

— Где ты? — Кирюша вытянул руки вперёд и неуверенно направился на Павликов голос.

А Павлик тихонечко, на цыпочках подбежал к тумбочке и осторожно взял игру. «Спрячу в коридоре, за вешалкой», — решил он и начал бесшумно пробираться с драгоценной ношей к дверям.

И тут случилась совершенно непредвиденная вещь. Вдруг р-раз! — распахнулся шкаф, и прямо под ноги Павлику вывалилось всё его добро, второпях спрятанное от Кирюши.

Бабах! Павлик с грохотом растянулся на полу.

— Ой! — вскрикнул Кирюша. Он сорвал повязку и кинулся к брату. — «За рулём»!

Игра «За рулём» валялась рядом. Руль отдельно, шоссейная дорога отдельно. А сам автомобиль вообще куда-то закатился.

— Слома-а-алась! — заревел Кирюша. — Слома-а-алась!

— Чего орёшь?! И так вижу, что сломалась. Из-за тебя всё, — пробурчал Павлик и стал собирать обломки игры. — Ну и ладно. Всё равно там батарейки сели.

Это было, конечно, очень слабое, но хоть какое-то утешение.

— Вот, новые батарейки, — растерянно заморгал Кирюша и вытащил из карманов блестящие цилиндрики.

Павлику показалось, что на него опрокинули ушат ледяной воды.

- Откуда? — только и выдохнул он.
— Дедушка дал!

ОТ ПРИЯТНОГО К НЕПРИЯТНОМУ

Первого апреля Павлик начал шутить прямо с утра. Смял бумажку в комочек и позвал кошку Мушку:

— Мушечка! Иди ко мне! Дам кое-что вкусненькое!

Мушка подбежала и замяукала — мол, давай скорее, если вкусненькое.

— С первым апреля! — расхохотался Павлик и бросил кошке бумажку.

Мушка понюхала, отвернулась и пошла прочь. Даже поиграть не захотела — обиделась.

— Глупая! Шуток не понимает, — возмутился Павлик. — Буду шутить с Кирюшей. Кирюша всё-таки человек — должен понимать. Кирюша!

— Я здесь! — пропищал из-за дивана братишка.

— Вот и сиди пока там, — сказал Павлик. Он срочно съел конфету и завернул в нарядную обёртку корочку хлеба. — Кирюша, вылезай! Вот, это тебе! — Павлик торжественно протянул «конфету».

Кирюша живо схватил её, развернул — в руках оказалась чёрная сухая корочка. Кирюша ничего не мог понять и на всякий случай разревелся.

Павлик испугался.

— Ты чего?! Ты смеяться должен! Это шутка — первое апреля!

Но Кирюша ревел и ревел. Остановился только тогда, когда Павлик выдал ему настоящую конфету.

Павлик растерялся — никто не понимает его шуток! И кошки не понимают, и люди не понимают. И почему так получается?

Когда мама вернулась из магазина, Павлик выложил ей все свои огорчения.

— От твоих шуток, — сказала мама, — и у Мушки, и у Кирюшки сплошные разочарования. Ожидали приятного, а вышло — наоборот! Нужно, чтобы шутка шла в другую сторону — от неприятного к приятному. Вот тогда все будут веселы и довольны!

Как хорошо мама умеет объяснять! Теперь Павлику всё стало ясно.

Вскоре пришли гости. Тётя Люся и дядя Юра. Весёлые, с цветами. И сейчас же начались шутки. Ведь первое апреля на дворе!

— У тебя пуговица оторвалась, — сказал дядя Юра. Но Павлика не проведёшь! Он закричал:

— Первое апреля — никому не верю! А у вас рожки на голове!

Дядя Юра сделал большие глаза и возмущённо спросил жену:

— Говори честно, есть у меня рожки?

Тётя Люся засмеялась:

— Конечно есть — ведь сегодня праздник — первое апреля!

И все засмеялись. А Павлик был особенно доволен — его шутка удалась. Она оказалась как раз такой, как нужно. С переходом от неприятного к приятному.

Чего уж тут приятного для дяди Юры — ходить как чучело, с рожками. А то, что их не оказалось, — приятная неожиданность.

За столом веселились, шутили. Чувствовали себя замечательно. И тут Павлику захотелось отколоть такую шутку, та-а-акую! Чтобы все вообще закачались! И сказали про него: «Во даёт! Ну, шутник!»

В самый разгар веселья он вылез из-за стола и пробрался в детскую. Встал посередине комнаты. Да как завопит истошным голосом:

— А-а-а-а-а!!! Помогите! А-а-а-а!

Загрохотали стулья, в коридоре рухнул со стены велосипед. И в комнату влетели все — родители и гости — бледные и красные.

— Боже мой! — воскликнула мама. — Что случилось?

— С первым апреля! — весело прокричал Павлик.

— Ты с ума сошёл! Разве можно так шутить? У меня чуть сердце не разорвалось. — Мама без сил опустилась на стул.

— Во даёт! Ну и шутник, — только и вымолвили тётя Люся и дядя Юра.

Опять получилось не совсем удачно, в другую сторону — от приятного к неприятному. Оказывается, сложное это дело — правильно шутить.

«ОЙ, ЦВЕТЁТ КАЛИНА...»

Галка Воробьёва сидела на уроке «Окружающий мир», а в голове у неё задумчиво пел хор «Бурёнушки».

Вчера голосистые красавицы выступали по телевизору. Да так здорово! Галка с мамой даже подпевали им! Ну а сегодня «Бурёнушки» переместились всем хором прямиком в Галкину голову, не умолкая ни на минуту. Они, безусловно, тоже являлись частью окружающего мира — чего только нас не окружает! Но тема урока была, к сожалению, другой.

— Обитатели нашего леса! — объявила учительница Мария Николаевна и начала записывать тему на доске. И тут у неё в руке — хрусть! — сломался мел.

— Ой! — вскрикнула от неожиданности Мария Николаевна. Да так громко! В точности как солистка «Бурёнушек». Ну, Галка сразу и подхватила: «...цветёт калина в поле у ручья...» Все захохотали. А учительница вместо того, чтобы продолжить: «...Парня молодого полюбила я...», коротко скомандовала:

— Воробьёва, дневник на стол!

И написала замечание: «Пела на уроке».

Ох, как не хотелось Галке огорчать маму!

«Что бы такое сделать с этим замечанием? — размышляла Галка после занятий. — Как превратить его в мамину радость? Может, добавить “ши”? Получится “Шипела на уроке”. Или “со” — получится “Сопела...”. Или “хра”, будет “Храпела...”. А если добавить “свире”, получится “Свирепела на уроке!” Но всё это тоже вряд ли порадует маму... Ага, придумала!» — Галка довольно заёрзала на стуле и приписала к слову «пела» буквы «у» и «с». А перед ними вывела слово «Всё».

Замечание превратилось в прямо-таки восторженное послание от учительницы: «Всё успела на уроке!»

«Хотя стоп! Успокаиваться рано! — спохватилась Галка. — Не очень-то понятно, что именно я успела. Может, как раз то, чего делать ни в коем случае нельзя!» И решительно стёрла добавления, а заодно и букву «п».

Получилось: «Ела на уроке!»

«Вот теперь то что надо! Молодчина! — от души похвалила себя Галка. — Мама наверняка будет довольна, что у дочки отличный аппетит — даже на уроке ест! А руки, скажу, на переменке помыла!»

Вечером мама открыла дневник и... совсем не обрадовалась, а, наоборот, возмутилась:

— Почему замечание наполовину стёрто чуть ли не до дыр? Что здесь было написано? Может, ты свистела на уроке? Или гудела? Гремела? Дудела, редела, тархтела?!

— Нет! Нет! Нет! — мотала головой Галка.

— Тогда что же ты делала?

— Пела!

— У-у-ф, — облегчённо вздохнула мама. — Это ещё ничего. А вот дневник портить — форменное безобразие. Так что сегодня мультики отменяются, — и мама пошла на кухню, задумчиво напевая: «Ой, цветёт калина в поле у ручья...»

ПОЧЕМУ МЫ ПРАЗДНУЕМ ДЕНЬ ЗАЩИТНИКОВ ОТЕЧЕСТВА 23 ФЕВРАЛЯ

По сложившейся традиции 23 февраля чествуют военных, которые и в военное, и в мирное время стоят на страже нашей Родины. Поздравляют и защитников потенциальных — всех мужчин от мала до велика. Праздники, памятные даты не возникают на пустом месте, им предшествует длительная история. Это можно сказать и о Дне защитников Отечества. В России трудно найти семью, где бы не было своих героев, проливавших кровь на полях сражений. Профессия военного была и остаётся в нашей стране уважаемой и почётной.

День защитников Отечества — официальный праздник в современной России — имеет довольно длительную историю. Его «предшественником» в Российской империи можно считать День георгиевских кавалеров, отмечавшийся официально 26 ноября (по старому стилю) с момента учреждения ордена в 1769 году. Он праздновался кавалерами ордена Святого Георгия, нижними чинами, награждёнными Георгиевским крестом, и частями, имевшими коллективные Георгиевские награды. Торжеств более широкого формата, которые бы включали в себя всех защитников Отечества, в дореволюционной России не существовало.

Почему мы празднуем День защитников Отечества 23 февраля, что особенного произошло именно в этот день и когда?

На первый взгляд кажется, что здесь всё ясно: 23 февраля 1918 года Красная гвардия одержала свои первые победы под Псковом и Нарвой над войсками кайзеровской Германии. По крайней мере, именно так на-

писано в большинстве исторических источников. Изначально праздник носил название «День Красной Армии и Флота».

Существует ряд версий по поводу того, когда действительно стоило бы отмечать День защитников Отечества. Ведь Декрет об организации Рабоче-крестьянской Красной Армии (РККА) был принят Совнаркомом 28 января 1918 года. Год спустя председатель Высшей военной инспекции РККА Николай Подвойский предложил отметить годовщину создания РККА, но сделал это слишком поздно — его заявка ушла во ВЦИК только 10 января 1919 года, и вовремя учредить праздник просто не успели.

Тогда этим вопросом занялся Моссовет во главе с Львом Каменевым. Он предложил приурочить день рождения Красной Армии к другому празднику — Дню красного подарка. Это было что-то вроде благотворительной акции, инициированной ВЦИК: в этот день население должно было жертвовать подарки для красноармейцев. Однако 17 февраля, на которое был запланирован праздник, выпало на понедельник, поэтому и День красного подарка, и День Красной Армии решено было отметить в ближайшее воскресенье, то есть 23 февраля.

Если подходить к этому вопросу строго с позиции истории, то здесь есть два важных момента. Во-первых, 23, 24 и 25 февраля — это дни самой массовой записи добровольцев в Красную Армию. Ведь согласно декрету Совета народных комиссаров РСФСР от 15 января 1918 года Рабоче-крестьянская Красная Армия первоначально формировалась именно на добровольных началах. И вот в этот промежуток времени — с 23 по 25 февраля — в её ряды записалось

наибольшее количество добровольцев, и это подтверждается архивными документами.

Во-вторых, хотя и на день раньше, 22 февраля, были опубликованы воззвание Совета народных комиссаров «Социалистическое отечество в опасности» и «Воззвание военного главнокомандующего» Николая Крыленко со словами: «Все к оружию! Все на защиту революции!»

В-третьих, и это само важное, 23 февраля 1918 года произошли первые боевые столкновения Красной Армии с войсками Германии на направлениях Нарвы и Пскова. В них принимали участие бойцы Красной гвардии, матросы Балтийского флота, эстонские красногвардейцы. Все боевые действия вместе с картами очень хорошо описал Александр Черепанов в книге «В боях рождённая». Он сам участвовал во всех этих сражениях, был командиром красноармейского полка.

В 1922 году 23 февраля официально стал днём создания Красной Армии — тогда она отметила своё четырёхлетие.

Праздник, отмечаемый 23 февраля, несколько раз менял название, и в этом есть своя логика. Сначала он назывался «День Красной армии и Флота». В 1946 году Красную Армию переименовали в Советскую, но от старых подвигов и старых памятных дат не отказывались. Ведь это была не другая, новая армия, а армия, правопреемственная по отношению к РККА. Праздник получил новое название — «День Советской армии и Военно-морского флота». 13 марта 1995 года президент Российской Федерации Борис Ельцин подписал Федеральный закон «О днях воинской славы и памятных датах России». Именно тогда появился День защитников Отечества в достаточно обширном понимании.

Изначально День Красной армии не был праздником в привычном смысле этого слова. Это был скорее памятный день, приуроченный к образованию Красной армии и флота. Особых мероприятий и торжеств в этот день не проводилось. Нерабочим праздник стал не так давно — в 2002 году. До этого 23 февраля было просто памятной датой, и считалось, что это сугубо день военных. Потом это стало трактоваться более широко — так, что любой мужчина, если он патриот, конечно, пойдёт защищать Родину.

В современной России День защитников Отечества напоминает нам не только о славном прошлом Красной армии, но и обо всех воинских подвигах в истории нашего государства. Мы отмечаем не конкретное событие, но чествуем наших защитников, отдаём почести всем воинам: от русских ратников до наших современников. Событие или эпоха, род войск или наличие наград не имеют никакого принципиального значения.