ЖУРНАЛ ЦЕНТРАЛЬНОГО ПРАВЛЕНИЯ КАЗАХСКОГО ОБЩЕСТВА СЛЕПЫХ

АЛТЫ НҮКТЕ

февраль, 2023 (61)

СОДЕРЖАНИЕ:

ВАЖНОЕ В ЖИЗНИ СТРАНЫ

Более 20 млрд тенге выделено для кредитования молодежи в Казахстане

Более 10 тысяч студентов колледжей обучаются по целевому заказу предприятий

Парки технических средств реабилитации для детей с инвалидностью откроются в регионах Казахстана

НОВОСТИ КОС

Почему Казахское общество слепых отмечает 23 февраля?

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ

Какие социальные выплаты по потере работы предусмотрены в Казахстане

«Тревожный чемоданчик» – что это?

Более 330 адвокатов оказывают бесплатную юридическую помощь в Алматы

ОБЩЕСТВО И ЛЮДИ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ

Выучил 10 языков, прочитал 68 тысяч книг: сельский библиотекарь удивил казахстанцев

ИНТЕРВЬЮ

Блажен кто верует.
С Лилией Татаренко беседовала Светлана Омарова

РОДИТЕЛИ И ДЕТИ

Еркеш Керей. Система логопедической работы для детей с нарушениями зрения

Как гуру уборки Мари Кондо приучает своих детей к чистоте и порядку

ПРОЗА

Алаш Кеңшілікұлы. Әңгіме. Ауылға қонған тікұшақ

Отен Ахмет. Рассказ. Тетя чистюля

Владимир Ивановский. Рассказ. Соседи

«ГОВОРЯЩИЕ КАРТИНЫ»

Картина «Красный бык». Художник Аскар Есдаулетов

«КУХНЯ НА ОЩУПЬ»

Вкусный и питательный овощ: пекинская капуста

Так ли вреден хлеб и какие правила стоит соблюдать, чтобы пищеварение с ним вас не подводило

СПОРТ

«Работать можно, но тяжело» – из интервью с главой Казахстанского союза спортсменов

Челси Вернер: как юная гимнастка с синдромом Дауна стала мировой чемпионкой

ПУТЕШЕСТВИЕ

Коныр-Аулие: загадки священной пещеры

КТО-ТО КОГДА -ТО СКАЗАЛ

ВАЖНОЕ В ЖИЗНИ СТРАНЫ

Более 20 млрд тенге выделено для кредитования молодежи в Казахстане

Вице-министр труда и социальной защиты населения Олжас Ордабаев обсудил с журналистами вопросы осуществления проактивного формата обеспечения занятости, поддержки предпринимательских инициатив казахстанцев путем микрокредитования под 2,5% годовых и выдачи государственных невозвратных грантов в размере 400 МРП.

В начале своего выступления Олжас Ордабаев проинформировал журналистов о ходе подготовительных работ по организации выдачи микрокредитов для молодежи. Согласно утвержденным Правилам на получение микрокредитов могут претендовать молодые люди в возрасте с 21 года до 35 лет, желающие начать предпринимательскую деятельность, либо занимающиеся предпринимательством, со сроком регистрации в качестве ИП менее 5 лет. Выдачу микрокредитов планируется осуществлять через поверенного агента – АО «Аграрная кредитная корпорация» на основании решения конкурсной комиссии по отбору лучших бизнес-проектов. Номинальная ставка вознаграждения – не более 2,5% годовых. Максимальная сумма займа – до 5 млн тенге, с обязательным условием наличия залогового обеспечения. Срок кредитования составляет до 5 лет для любых целей, за исключением животноводства. Для этого направления деятельности – до 7 лет. Также предусмотрен льготный период по погашению основного долга и вознаграждения, который составляет не более 1/3 (одной трети) продолжительности срока микрокредитования. Для реализации механизма микрокредитования молодежи в республиканском бюджете на 2023 год предусмотрено свыше 29 млрд тенге, что позволит предоставить кредиты для более чем 5,8 тыс. молодых граждан.

Кроме того, вице-министр рассказал о возможности получения государственного гранта в размере 400-кратного месячного расчетного показателя, предоставляемого в рамках Национального проекта по развитию предпринимательства на 2021-2025 годы. Средства предоставляются для запуска и развития нового бизнеса на безвозвратной основе. «На портале Business.enbek.kz с 20 февраля 2023 года начнется прием заявок по первому потоку на получение госгрантов для реализации новых бизнес-идей. По республике в рамках первого потока планируется выдача 2,5 тысяч грантов. Всего в текущем году будет 4 потока, в рамках которых будет выдано 9 тысяч грантов», – отметил Олжас Ордабаев.

https://bolee-20-mlrd-tenge-vydeleno-dlya-kreditovaniya-molodezhi-v-kazahstane_63857

Более 10 тысяч студентов колледжей обучаются по целевому заказу предприятий

Подготовку кадров по заявкам предприятий внедрили в этом учебном году. Сотрудничество позволит выпускать специалистов под запросы рынка труда.

Как сообщили в департаменте технического и профессионального образования Министерства просвещения РК, преимущество госзаказа в том, что после окончания колледжа студент будет трудоустроен в компанию заказчика. Для этого заключается трехсторонний договор между организацией образования, предприятием и студентом.

«Министреством просвещения с этого учебного года по поурчению Глав государства начата подготовка специалистов по заявкам работадателей. Это необходимо для того, чтобы, колледжи готовили спеицалистов с учетом потребностей. При этом работадатели берут на себя обязательства пот организации практики, стажировки студентов на базе своих предприятий и дальнейшему трудоустройству выпускников» – отметил директор департамента технического и профессионального образования Министерства просвещения Ернат Жунусов.

Отметим, целевой заказ позволит колледжам обновлять образовательные программы в соответствии с кадровыми тенденциями. На сегодня подготовку кадров поддержали такие крупные предприятия, как «Сарыарка автопром», ТОО «Kamaz», АО «Арселор Миттал Темиртау», АО «Кентауский трансформаторный завод», «Базис-Астана», ТОО «Aster Auto

Astana» и другие. Всего по целевому заказу обучаются более 10 тысяч студентов.

https://www.gov.kz/memleket/entities/edu/press/news/details/501209

Парки технических средств реабилитации для детей с инвалидностью откроются в регионах Казахстана

Министр труда и социальной защиты населения РК Тамара Дуйсенова и председатель общественного социального фонда «Қазақстан халқына» Болат Жамишев обсудили вопросы открытия парков технических средств реабилитации для детей с инвалидностью в регионах Казахстана.

В совещании также приняли участие вице-министр здравоохранения РК Бейбут Есенбаев, заместитель председателя Комитета труда и социальной защиты МТСЗН РК Анархан Дюсенова, заместитель директора корпоративного фонда «Қамқорлық қоры» Гульмира Абельдинова и другие.

В ходе переговоров Тамара Дуйсенова отметила важность открытия парков технических средств реабилитации (ТСР) для предоставления детям с инвалидностью возможности временного использования современных и сложных видов реабилитационных средств.

«На сегодняшний день в Казахстане живут 104,3 тыс детей с инвалидностью, в том числе 33,7 тыс. детей в возрасте до 7 лет, 11,1 тыс. детей с инвалидностью первой группы и 22,7 тыс. с инвалидностью второй группы в возрасте от 7 до 18 лет. Этим детям предоставляются реабилитационные услуги в 27 медико-социальных учреждениях. Создание парков ТСР позволит расширить доступ к современным, дорогостоящим видам реабилитационных средств», – подчеркнула министр.

В свою очередь Болат Жамишев сообщил, что фонд «Қазақстан халқына» готов оказать финансовую поддержку для оснащения парков ТСР.

По итогам обсуждения стороны приняли решение о необходимости реализации пилотного проекта по созданию вышеуказанных парков в 2023 году. Для проработки проекта будет сформирована совместная рабочая группа, МТСЗН РК будет разработана детальная дорожная карта и необходимые нормативные правовые акты. В ближайшее время планируется определить оператора пилотного проекта и регионы для его реализации, с учетом наличия подходящих площадей. В рамках пилотного проекта также будет организовано обучение специалистов современным международным принципам проведения оценки потребностей и правильного подбора ТСР.

https://www.gov.kz/memleket/entities/enbek/press/news/details/506691

НОВОСТИ КОС

Почему Казахское общество слепых отмечает 23 февраля?

Еще в бытность СССР всесоюзный праздник Дня Советской армии и Военно-морского флота превратился в неофициальный День мужчин, когда женщины начали поздравлять всех представителей сильного пола без исключения. Какой праздник 23 февраля? Сейчас это День защитника Отечества, который официально в эту фиксированную дату празднуют в России, Беларуси, Таджикистане, Киргизии.

В Казахстане официального праздника в этот день нет. Тем не менее, некоторые организации отмечают этот день. В этот день в Казахском обществе слепых поздравляют и вспоминают ветеранов ВОВ, поздравляют членов их семей, проходят концертные и другие мероприятия в честь солдат Советской Армии, которые вернувшись из фронта, создали основу сегодняшнего общества слепых.

Вокальная группа «Каламкас» и хор художественной самодеятельности Казахского

общества слепых дали большой концерт в Доме культуры КОС в Алматы. Прозвучали много военных песен, песен посвященные солдатам, матерям, также просто красивые песни о любви. Члены КОС танцевали, подпевали вокалистам, участвовали в различных конкурсах, которые подготовили организаторы мероприятия. Можно сказать, уже традиционно, в этот день – 23 февраля долго звучала музыка в зале Дома культуры КОС, и даже после завершения мероприятии.

Кстати, надо отметить, что в рамках данного концертного мероприятия состоялась презентация новых концертных платьев участниц художественной самодеятельности КОС. Что также поднимала настроение вокалистов и участников хора.

Концертные платья были сшиты по заказу реабилитационного центра «Жылы ұя».

Светлана Омарова

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ

Какие социальные выплаты по потере работы предусмотрены в Казахстане

По состоянию на 1 февраля 2023 года численность получателей социальной выплаты на случай потери работы из Государственного фонда социального страхования составила 33,5 тыс. человек, причем 14,3 тыс. гражданам выплата была назначена впервые именно в этом году, передает пресс-служба Министерства труда и социальной защиты населения РК.

В соответствии с действующим законодательством уволенные работники получают социальные выплаты по потере работы от 1 до 6 месяцев, в зависимости от стажа участия в системе обязательного социального страхования и дохода за последние 24 месяца. Выплата осуществляется за счет средств ГФСС в размере до 45% от потерянного дохода.

Для назначения выплаты уволенному работнику необходимо:

– авторизоваться на портале eGov.kz;

– в разделе «Трудоустройство и занятость» выбрать услугу «Регистрация лиц, ищущих работу»;

– заказать услугу онлайн, заполнив все поля, и отправить заявку, подписав ее ЭЦП;

– в течение одного дня центр занятости населения по месту жительства заявителя предложит вакансии;

– если работа не найдена, в течение 3 рабочих дней дистанционно будет присвоен статус безработного (при необходимости, для сбора дополнительной информации с заявителем свяжется сотрудник ЦЗН).

Эту услугу в онлайн-режиме также можно получить через Электронную биржу труда (enbek.kz).

При наличии сведений о регистрации в качестве безработного информационная система МТСЗН направит на мобильный телефон СМС-сообщение на согласие оказания услуги по назначению выплаты из ГФСС в проактивном формате. В случае согласия необходимо ответить на СМС-сообщение. Выплата будет назначена автоматически.

Напомним, социальная выплата на случай потери работы за счет средств ГФСС осуществляется вне зависимости от причин увольнения и предназначена для поддержки безработного человека в период, когда он ищет работу.

В целях реализации поручения главы государства, озвученного в Послании народу Казахстана от 1 сентября прошлого года, с 1 января 2023 года увеличен коэффициент замещения утраченного дохода с 40% до 45%. При этом порядок назначения выплаты сохранен и распространяется только на участников системы социального страхования, потерявших работу и получивших статус безработного.

Повышение размеров соцвыплаты по потере работы также коснулось действующих получателей по состоянию на 1 января 2023 года, которое произведено автоматически.

Как сообщалось ранее, Министерством труда и социальной защиты населения РК запущен функционал по дистанционному оказанию услуг центров занятости населения посредством Электронной биржи труда. Это позволило упростить процедуры регистрации безработных и получение государственных услуг по поддержке занятости, в том числе социальной выплаты по потере работы. Теперь все можно сделать, имея только интернет, компьютер и электронную цифровую подпись.

https://news.mail.ru/economics/55159176

«Тревожный чемоданчик» – что это?

Разрушиетльное землетрясение в Турци и Сирии заставило в очередной раз вспомнить, что и в Казахстане сеть сейсмоопасные зоны и подстраховать себя будет не лишним.

«Тревожным чемоданчиком» называют базовый набор вещей для выживания в экстремальных ситуациях до прибытия спасателей или до безопасной эвакуации из зоны чрезвычайной ситуации, будь то землетрясение, наводнение, пожар или что-то другое.

В «тревожном чемоданчике» должны быть деньги и документы, аптечка первой помощи, вода, консервы, средства личной гигиены, теплая одежда, плед, радиоприемник, фонарик на батарейках, спички и свисток.

Более 330 адвокатов оказывают бесплатную юридическую помощь в Алматы

Адвокаты Алматы в прошлом году оказали гарантированную государством юридическую помощь 14 589 гражданам на общую сумму более 183 млн тенге. Об этом на брифинге в региональной службе коммуникаций сообщил главный специалист отдела по праворазъяснительной работе и оказанию юридических услуг населению Адилет Кадыров.

«Всем известно, что каждый человек имеет право на защиту. Но не все знают, что, если у лица нет возможности нанять себе адвоката, то ему предоставляется гарантированная государством юридическая помощь за счет бюджета. В соответствии с Конституцией и законами РК каждый имеет право на получение в ходе гражданского, административного и уголовного процесса квалифицированной юридической помощи», – отметил Адилет Кадыров. По его словам, гарантированная государством юридическая помощь оказывается в виде правового консультирования, защиты и представительства интересов физических лиц в судах, органах уголовного преследования, иных государственных органах и негосударственных организациях в случаях и порядке, установленных настоящим законом и иными законодательными актами РК. Для получения правовой консультации в рамках гарантированной юридической помощи жителям города необходимо обратиться в юридические консультации при Алматинской городской коллегии адвокатов.

«По городу Алматы действуют 16 юридических консультаций, в которые могут обратится лица, имеющие право на получение гарантированной государством юридической помощи. С адресами юридических консультации можно ознакомиться на официальном сайте департамента юстиции Алматы, либо позвонить по номеру 119 или 1414 (Правовая информационная служба)», – проинформировал спикер.

Правовая информационная служба осуществляет правовую консультацию посредством телефонной связи по всей территории Республики Казахстан.

«В этом году по городу Алматы выделено более 250 млн тенге на оказание гарантированной государственной юридической помощи населению. В зависимости от категории тяжести дел адвокат получает оплату за свои услуги. Если небольшой степени тяжести дела, административные и гражданские, он получает за один час своей работы 0,56 МРП, если тяжкое преступление 0,76 МРП, если особо тяжкое 1,15 МРП», – отметил спикер. Он добавил, что по городу гарантированную юридическую помощь оказывают 334 адвоката.

https://bolee-330-advokatov-okazyvayut-besplatnuyu-yuridicheskuyu-pomosch

ОБЩЕСТВО И ЛЮДИ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ

Выучил 10 языков, прочитал 68 тысяч книг: сельский библиотекарь удивил казахстанцев

Сотрудник сельской библиотеки в Туркестанской области Мейырхан Топанбай в свои 29 лет прочитал более 68 тысяч книг. Инвалид первой группы с детства уверен, что чтение книг, особенно художественной литературы, повышает умственную гибкость и креативность, уменьшает симптомы депрессии и тревоги. Это своего рода библиотерапия. А два года назад Мейырхан удостоился звания «Лучший читатель». Список прочитанных им книг занесли в специальный протокол.

«Когда-то я вовсе не был вовлечен в работу, как сейчас. Человек с инвалидностью ведь не может заниматься домашними делами. Поэтому мне всегда говорили, что все интересное только в книгах. В 2021 году сотрудники Тюлькубасского района и Шымкентской городской юношеской библиотеки вручили мне особое благодарственное письмо. И присвоили мне звание лучшего чтеца», – рассказывает Мейырхан Топанбай.

Мейырхан не только много читает, но и свободно говорит на нескольких языках. Еще в школе он выучил немецкий и французский, сейчас осваивает итальянский.

«Каждый язык имеет свою историю. Турецкий, греческий, казахский и русский для меня – родные языки. Я никогда их не делил. Говорю на армянском и греческом. После школы я выучил немецкий и французский языки. Потом, когда я поступил в университет, выучил персидский и таджикский языки. Могу общаться на польском и болгарском», – говорит он.

Мужчина также издал переводной сборник цитат о таких сильных людях, как люди с ограниченными возможностями. Сам Мейырхан единственной инвалидностью в жизни считает плохое поведение.

«Мой сборник «Не отступим от правды, брат мой» вышел в 2021 году во время пандемии. Истина – это то, что затрагивает душу и существо человека. Поскольку мало кто живет без этой правды, я сделал этот сборник переводов с намерением хотя бы немного подумать о людях в обществе и услышать голос людей с особыми потребностями, таких, как я», – пояснил он.

Мейырхан также переводит на казахский язык зарубежную литературу. А в свободное время занимается рукоделием.

Амир Смагулов

https://46745-vyuchil-10-iazykov-prochital-68-tysiach-knig-selskii-bibliotekar-udivil

ИНТЕРВЬЮ

Блажен кто верует

Сегодня мы в гостях у истинно верующего человека Татаренко Лилии Александровны. Несмотря на все жизненные трудности, которые она пережила, Лиля не теряет веры в Бога.

У порога маленькой съёмной сараюшки примерно в 6 квадратных метров нас встретила маленькая хрупкая женщина.

– Лиля, расскажите нам о себе.

– Я родилась в городе Караганде. Меня воспитывала бабушка. Родителей не видела. Я инвалид первой группы по зрению. Закончила Карагандинскую школу-интернат для детей с нарушением опорно-двигательной системы. По выходным бабушка меня забирала домой. Она очень много сделала для меня. С бабушкой я прожила до 34 лет пока её не стало.

– Как вы передвигаетесь?

– По дому хожу сама, опираясь на окружающие предметы. На улице – только в инвалидной коляске.

Перед тем как взять интервью у Лили мы встречались с её супругом Николаем, которого она недавно похоронила.

– Лиля, расскажите о вашей жизни с Николаем.

– Когда я жила в Караганде мне одна знакомая сказала: «Лиля, уезжай в Алматы. Может там встретишь свою судьбу.» Так и получилось. Раньше в интернете был сайт «Друг вокруг». Через этот сайт мы познакомились с Николаем. Наша переписка длилась больше двух лет. Затем Николай предложил встретиться. С этого дня мы были неразлучны. Это были самые счастливые 10 лет в моей жизни. Он как и я не имел собственного жилья. Николай был очень добрым и отзывчивым человеком. Он никогда не обращал внимания на мнения окружающих обо мне. Многие его отговаривали от брака со мной. Он всем отвечал: «Я её люблю. Она мне нужна. Это самый родной мне человечек. Сколько мне бог отвёл жить – буду жить ради неё». У Николая были «золотые руки»: сварщик, слесарь, плотник. К сожалению у него был лейкоз. Несмотря на это он работал.

– Лиля, расскажите о самых запомнившихся днях в вашей семейной жизни.

– Для меня каждый день был счастливым. Придя после работы, Николай, несмотря на усталость вывозил меня на прогулку. Знакомил меня с местностью, где мы жили. На выходные мы часто выезжали на природу: летом в жаркую погоду ездили купаться на речку. Для меня было счастьем барахтаться в воде. В трудные минуты он мог бросить всё и прибежать домой по первому моему звонку. Он всегда со мной шутил : «Лилька, когда ты побежишь?» Мне нравилось его выражение: «Я не просто так встретил тебя. Это божье провидение. Мы должны жить друг для друга. Я не умру пока бог не заберет меня к себе». Он во всём помогал мне по дому. Мне нравилось проводить с ним вечера. Николай очень любил животных. Когда перед смертью его выносили на носилках работники скорой помощи за ним из дома выбежал наш вислоухий кот, который так и не вернулся.

Похоронить Николая помогла бизнесвумен из Казахского общества слепых, кстати тоже инвалид первой группы по зрению. О ней мы расскажем в следующем интервью. Николай и Лиля, несмотря на отсутствие здоровья, жилья не теряли веры в Бога, в светлое будущее. Они жили друг для друга. Как часто в жизни многие сетуют на свою жизнь. Недаром говорят: «Если тебе плохо вспомни о тех, кому еще хуже».

Беседовала Светлана Омарова

РОДИТЕЛИ И ДЕТИ

Система логопедической работы для детей с нарушениями зрения

Широкая распространенность зрительных нарушений у детей побуждает к поиску новых подходов к оказанию им всесторонней помощи и поддержки. К тому же следует учесть, что, по данным статистики, почти 80% из них имеют те или иные нарушения речи, включая вербализм и эхолалию, обусловленные недостатками зрительного восприятия.

Эхолалия представляет собой повторение за кем-либо отдельных слов, фраз, без понимания смысла.

Вербализм – произнесение слов, не соотнесенных со смыслом

Нечеткость узнавания предметов, их форм, внешних признаков создают изначально неблагоприятные условия для формирования речи. Специфические трудности в соотнесении слова и образа затрудняют накопление словаря, формирование обобщающих понятий и в большинстве случаев приводит к нарушению всех структурных компонентов языка. Представления ребенка об окружающем мире начинают носить фрагментный характер, что, в свою очередь, порождает трудности образования причинно-следственных связей.

Зрительный дефект, таким образом, становится первичным, влияющим на развитие речевых и неречевых функций.

Глубокое нарушение зрения отрицательно сказывается на нервно-психическом самочувствии детей, значительно снижает их двигательную активность и ориентировку в пространстве, а также влияет на развитие познавательной деятельности и становление общих речевых функции. Важно понимать, что при зрительной работе у ребенка наступает быстрая утомляемость вследствие теряется работоспособность. Поэтому важно чередовать зрительную и речевую работу. Однако, по мнению Л. С. Выготского, развитие детей с теми или иными отклонениями подчиняется тем же закономерностям, что и развитие нормально развивающегося ребенка. Из данного высказывания следует, что дети с нарушениями зрения тоже имеют большой потенциальный ресурс развития при условии включения их в специальное обучение и воспитание.

Исходя из опыта и работы с данной категорией детей, можно сказать, что требуется знании в области офтальмологии, тифлопедагогики, специальной психологии и логопедии. Все специалисты должны работать сообща, не исключая родителей ребенка. Обязательна должна быть сложившееся система взаимодействия всех заинтересованных сторон: начиная от специалистов заканчивая учителей школы. Приоритетным направлением деятельности всех участников системы является охрана зрения детей, профилактика дальнейших зрительных нарушений и развитие зрительного восприятия. На этом держится вся система возвращения слабовидящих детей в среду здоровых сверстников.

Система логопедической работы организуется и опирается на следующие принципы**:**

1. принцип системного подхода. Он осуществляется системой взаимодействия заинтересованных сторон.

2. принцип учета индивидуальных особенностей детей:

1) Речевого развития и степени выраженности речевого дефекта.
2) Характера зрительной патологии и степени ее проявления.
3) Учета последующих наслоений: психологических, моторно-двигательных и т.д.

3. принцип – онтогенетический (логопедическое воздействие строится с учетом закономерностей и последовательности формирования различных форм и функций речи). Система работы призвана реализовать следующие задачи:

1) организация успешного, многопланового сотрудничества всех участников коррекционного процесса.

2) коррекция речи ребенка на базе параллельной работы по развитию основополагающих функциональных областей:

- ✓ общей, мелкой и артикуляционной моторики;
- ✓ развитии слухового, зрительного и тактильного восприятия;
- ✓ развитие графических навыков;
- ✓ развитие неречевых процессов: внимания, памяти, мышления.

Система логопедической работы включает три крупных блока:

- ✓ работа с детьми.
- ✓ взаимодействие с учителями, узкими специалистами.
- ✓ работа с родителями.

Еркеш Керей

Как гуру уборки Мари Кондо приучает своих детей к чистоте и порядку

Японка Мари Кондо стала известна всему миру после того, как написала книгу о революционном подходе к уборке. Свою методику она назвала «методом КонМари» и заработала на ней миллионы долларов, став самым главным в мире консультантом по наведению порядка. Но разрабатывала она свой подход к уборке еще до того, как стала мамой!

Появление детей, безусловно, повлияло на ее способность содержать дом в идеальной чистоте и заставило пересмотреть некоторые моменты в своем методе.

«Когда я в первый раз стала мамой, я была разочарована от того, что не могла навести порядок в доме привычным мне образом. Когда появился второй ребенок, у меня вообще не оставалось сил хоть как-то убираться! Материнство научило меня быть более снисходительной самой к себе».

Тем не менее, Мари снова сумела примирить хорошо организованную жизнь с тем хаосом, который способны привнести в нее маленькие дети. И уверяет других родителей, что это совсем не сложно, все так смогут. Вот ее тактика.

У Мари две дочери-погодки, старшей 3 года. Ей сразу хотелось, чтобы девочки росли с желанием помогать ей с делами по дому, и потому, как только силы начали появляться, Мари стала демонстративно совершать перед детьми ежедневные ритуалы уборки: мыть и вытирать посуду, складывать вещи. Но не просто делать это, а объяснять, рассказывать детям, зачем это все делается, для чего именно, почему это важно.

"Постарайтесь донести, что уборка является частью поддержания комфорта в доме. Если дети будут видеть, что родители регулярно убирают в доме, при этом будучи в хорошем настроении, дети и сами будут думать об уборке как о положительной повседневной деятельности. Иногда моя дочь начинает сама складывать шляпы или пытается сложить салфетки на обеденном столе", – рассказывает Мари.

Один из главных навыков, которому нужно учить детей с детства, это навык складывания одежды, считает Мари. «Просто зная, как складывать разного типа одежду, легче держать свои вещи в порядке».

С маленькими детьми в уборку обязательно нужно включать элемент игры. Поиграли – в игровой форме убрали игрушки по местам: «кто у нас самый быстрый?», «а куколки хотят обратно в свою корзинку», «надо уложить машинки спать» и т.п. Не меняйте слишком часто места хранения игрушек. Если можете – вообще не меняйте, ребенок должен легко их определять. А если места хранения будут каждый раз разные – сегодня храним машинки на полке, завтра скинем в мешок, послезавтра вообще закатим под кровать и так далее – ребенок будет дезориентирован и при всем желании не приучится убирать вещи по местам (если мест как таковых нет).

Что же делать, если ребенок не хочет убирать игрушки? Неужели у дочек Мари таких дней не бывает? Конечно, бывают. Мари говорит, что в такие дни она предлагает убрать игрушки за собой, но без давления, ждет до последнего, что девочки сами все уберут. Если не получается, убирает все сама, но только после того, как девочки заснут. Убрать игрушки недолго, но убирать за детьми постоянно в течение дня – утомительно. Даже Мари Кондо к этому оказалась не готова. Лучше уж убрать один раз вечером, чем много раз днем.

«Моя базовая философия с появлением детей не изменилась. В ее основе так и лежит решение, которое вы принимаете, когда думаете что-то сохранить или что-то выкинуть. Если вещь не вызывает у вас искр радости – вы ее выкидываете, если она греет сердце – храните», – Мари Кондо в интервью WSJ.

Но что делать с килограммами детских рисунков и поделок, ведь они греют сердце каждого родителя? На этот вопрос Мари Кондо отвечает довольно четко.

Во-первых, определите лимитированное пространство в доме, например, на стене детской комнаты, которое вы можете превратить в выставку детских работ. Многие родители зачастую просто теряются от обилия рисунков или вообще от их наличия и не знают, что с ними делать, куда это все деть, и эти рисунки перекладываются с места на место, создают беспорядок. Кто-то лепит все на холодильник, кто-то складывает в файлы и убирает в коробки, в пластиковые контейнеры, в гараж… Где в итоге никто ничего больше не видит, хранится не понятно зачем. Так что вторым шагом просто разложите перед собой все рисунки, которые уже переполняют ваши места хранения, и спросите себя: что из всего этого действительно заставляет улыбнуться, вызывает искры радости? Отберите только самые лучшие на ваш взгляд, поместите на стене в детской комнате, остальное – без сожаления выбросьте. Мари считает, что с такими вещами надо расставаться безжалостно, так как захламленность создает негативный эффект на жизнь вообще. «Зачем хранить вещи, которые не греют, не вызывают улыбку и радость?» – недоумевает она. Если расставаться не получается, отсканируйте или сфотографируйте детские работы и рисунки и сделайте из них фотокнигу, так вы сможете сохранить все рисунки на всю

жизнь.

По признанию самой Мари Кондо, свой метод она разработала не с потолка. В свое время Мари была вдохновлена книгами Нагисы Тацуми, в частности, ее книгой «Искусство выбрасывания», которая на русский язык переведена под названием «Ничего лишнего». У Нагисы Тацуми есть, кстати, и книга о том, как приучить к уборке детей – «Магическая уборка для детей» .

Японским экспертам по приучению детей к наведению порядка, пожалуй, можно доверять. Достаточно вспомнить детские сады и школы, в которых практически нет техничек, потому маленькие японцы привыкли убирать за собой все сами.

Настя Морозова

https://kak-guru-uborki-mari-kondo-priuchaet-svoih-detej-k-chistote-i-poryadku

ПРОЗА

Алаш Кеңшілікұлы

Ауылға қонған тікұшақ

(Әңгіме)

Нағыз қазақылықтың белгісі қойшының тер сіңген қара шапанында қалып бара жатқандай… Біздің ауылда Тәкен деген азамат болды. Етігін сырөкшесінен басып, екі аяғы екі жаққа қисайып жүретініне қарап ел оны «тойтық» Тәкен деп атайтын. Балалар кетік кемпірдің кескінсіз ұлына күле қарап әжуалайтынбыз. Оған шамданып жатқан Тәкен жоқ, жалғанды жалпағынан басып қотыр торысына мініп қойын жайып кете баратын. Қараборша үйлері елден оқшау ауылдың шет жағында отырса да, балалар үшін базар болатын. Ауылдың сотанақтары сол үйге жиылып, құрым киіздерінің тоз-тозын шығаратынбыз. Кетіңдер дейтін кетік кемпір емес керісінше айланып-толғанып отыратын. Тым еркінсіп кетіп, төсектерінің үстіне секіріп шығып шаша бастағанымызда ғана: “бәтшағарлар түсіңдер болды” деп тісі ақсиып күлетін-ді. Қой ауызынан шөп алмайтын момындығын пайдаланып еркінситініміз соншама қостың аз-ақ алдындағы еңсесі аласа киіз үйінің шаңырағынан шөкімдей бұлтсыз күні шөмішпен су шашатындымыз.

“Әу,Әтен,Бәтен қайсың барсың? Жаңбыр құйып кетті түңілікті еңкейтіңдерші” деген кемпірдің үні естілісімен түңілікті жауып алып, ойынның көкесіне кірісіп үй ішінде соқыртеке ойнайтынбыз. Кейін білдік түңілікті “жап” демей еңкейтіңдер дейтіні Жабық деген қайынағасының аты екен ғой. Тәкен қойдан келгенде тап бір өзіміз жайып келгендей қасына топырлап шықпай қаламыз. Бар тәтті дәмдісін жалғыз ұлынан аясын ба, апасы барын алдына тосатын. Тәкен тойтық үйге келіп шешінгенде аттың теріне ұқсас бір иіс шығып тұратын. Үлкен етігін отыра қалып шешкенде шуаштың исі мүңкіп қоя беретін.

“Бәтірет аяғыңды жу” дейтін апасы ұлына жас баланы еркелеткендей. Біз мұрынымызды басып, таза кісімісініп далаға шыға бастайтынбыз. Ондайды елең қылатын Тәкен бе, өй боқұмырындар қайда барасыңдар, су құйып беріңдер” деп жейде жекпітін шешіп тастап, сыртқа бір құман суын көтере шығатын. “Мен құйам, мен құйамын” деп таласып, тармасып құманның тұтқасына жабысқан бізге: “кім жүйрік, сол құйып берсін” деп өңкілдей күлер еді. Бірінші келгеніне “камфит” беремін дейтін кетік кемпір ұлын қостап. Бізге бұнан артық не керек бір екі жүз қадам жерге барып, құсша ұшатынбыз. Құсша ұшқан қайда, сол кезде өзімізге солай көрінетін-ді. Алдымен жеткен бала бақытты сезілетін. Тәкеннің бұжыр-бұжыр, шүйделі тықыр басымен түйенің табанындай, күс-күс тарбиған жалпақ аяғына су құюдан асқан бақыт жоқ еді ғой, шіркін!

Бірде ауылда қызық жағдай орын алды. Біз үшін ертегіде кездесетін самұрық құс ұшып келгендей-тін. Жаздың мамыражай шайдай ашық күндерінің бірі еді. «Моңғол ғол» жайлауында алқақотан әр жерде шоғырлана төрттен, бестен отырған отыз шақты ақшаңқан киіз үйлердің дәл

төбесімен бір тікұшақ ұшып өтті. Кітаптан суретін тамашалап, телеарнадан көргеніміз болмаса тікұшақты алғаш көруіміз. “Ойбай, бәтірет. Күн күркіреп кетті ме?” деген кетік кемпірдің сөзіне қарамастан аспанды қақ айырардай күрілдеген дауысқа еленденсіп сыртқа жүгіріп шыққанбыз. Тікұшақты көргенде жерден желкем тапқандай қуанған ауыл балалары: ”Вертолёт-ау, Вертолёт, мені өзіңмен ала кет!” деп соңынан жүгіріп жүрміз. Біздің сөзімізді естігендей батысты бетке алып ұзап кеткен тікұшақ ауылға қарай қайта айланды. Бірлі жарым кішкентай қорқақ балалар дауысымызды есітіп ”вертолёт” шын алып кетуге келе жатыр деді ме, бақырып үйге қашты. Батырсып алған ересек балалар қалпағымызды бұлғап мәзбіз. Бұл жолы тікұшақ әлденені іліп әкетердей болып тым аласа ұшып келеді екен. Ересектер жағы да үйлерінен шығып дүрлігіп жатыр. Кетік кемпір есіктен шыға бере тікұшақты көрген замат “ойбай,қашыңдар, бомба тастайтын болды” деп басын басып інге тығылған суырша сүңгіді дерсің. Ауыл адамдарының кейісі бұл қылығына күлсе де, кейісі не болып кетті дегендей үдеріп тұр.

Тікұшақ ауылды үш айланып ұшып, сүт пісірім уақыт өткенде барып ауылдың алдыңғы жағындағы көзкөрім белегірдің үстіне барып қонды. Іркес-тіркес түсіп жатқан адамдардың сұлбасы бізге қызық көрінді. Ауылдың пысықайлары аттарына міне шауып алды тікұшаққа жетіп те үлгерді. Адамдар қарасы молая бастады. Ештеңе істемейтініне көзі жеткендей ауылдың кәрі-жасы аттылы, жаяулы шұбырып белең үстіндегі белгісіз тікұшаққа шұбырды. Үлкендерден қалатын емес тайымыз барымыз тайға мініп, тай, құнанымыз жоғымыз жалаңаяқ жүгіріп қызық көрмекке ұмтылдық. Табанымыз күс-күс, шөңге тілген қанаған аяғымызға қарап жатқан біз жоқ. Кейісіміз талды ат қылып мініп алып “шүу-шүу” деп қоямыз. Есігінің алдында “қарғаларым ай, Әтен, Бәтен, Игөк, Кигөк, бармай-ақ қойыңдаршы бәтіретке” деп шошына березеп болып, еркелеткен өтірік аттарымызды айтып шақырған кетік кемпірдің сөзін құлаққа да қыстырмадық. Біз үшін алдымызда таңғажайып ертегі әлемі күтіп тұрғандай еді!

Тікұшаққа жете бере байқағанымыз өңшең сарыала киген, сарыала түймелі әскери адамдардың бейнелері кинодан көргеніміздей тым қорқынышты, тым сұсты, тек қолдарында мылтықтары жоқ. Ауылдың әскерге барып келген үлкендері олармен қауқылдасып моңғолша сөйлесіп те кетіпті. Енді не болар екен деп тамашалап біз тұрмыз. Ауылда сөзге шешен, Көгергіде мал базасында орыстармен сауда жасасып орысша да сөйлесіп үйреніп алған қу Тілей атанған жігіт ағасы бар еді. Сол кісі әскерилердің иығында сызықша белгісі көп бастығымен сөйлесіп тұрған-ды. “Жігіттер бел буып, күреске шығатын мықты азамат бар ма, орталарың да? – деп дауысын көтеріңкілей жан жағына оқтала қарап: – Әр тараптан үш палуан шығарып, бәспен күресейік деп жатыр.

Жұрт кеукілдесіп кетті. «Бұлар қайдан шақ келтіреді», жаттығудан өткен десе, енді біреуі бізде де әскерге барып келген жігіттер бар, онда тұрған не бар, күресіп көрсін деп қызуқандылыққа басты. Бәсті кім береді ендеше дегенде, мал ыстық ғой мен бере қояйын деп ешкім айта алмады. Бәс шарты екі ешкі екен. Ол ауылдың палуандары жығылса беретіні. Ал, тікұшақпен келген әскерилер жығылсақ береміз деп бір қобди тәтті тәбіз, су жаңа орыс «хром» етік және де қымбат арақтар алып кеп, тап ортаға қойды. Біздің көзіміз тәтті камфитте. Күрессе екен деп тұрмыз. Осы аралықта астындағы күреңқасқа аты ауыздықпен алысқан Темір деген малы көп, қарау бай атанған отыздың жуан ортасындағы бақырбас, жалпақ қарын, байбаламшыл адамға ұзынтұра, сіріңкенің шиіндей имиген бір моңғол әскері «атыңызды мініп көрейінші» деп қолқа салды. Темірдің атын ауылда өзінен басқа ешкім мініп көрмеген, алдына келсе тістеп, артына келсе тебетін батырлар жырында суреттелетін дәл Алпамыс батырдың тайшұбарындай тарпаң, шәркез ат болатын. Темір атын аяп, әрі жығылып қалса пәлесіне қалармын деп тартыншақтап еді, тұрғандар «бере сал» деп кеу кеулеген соң, ақыры атын беріп тынды. Сіріңкенің шиіндей имиген қара желтақым екен, ат тік шапшып, жатырқағанына қарамай сулықтан тұқырта басып секіріп мінді де ен жазыққа қарай құйғыта жөнелді. Темір «бекер бергіздіңдер, атымды өлтіретін болды» деп жанындағыларды күстәналап, байбаламға салып, ол қалды. Қызып алған жұрт оны керек қылсын ба, шабандозды мақтап жігіт екен десіп жатыр. Күрең қасқаның шабысына көз сүйінердей. Темір текіректетіп, басын тартып жүрісін шығармай жүр екен. Көз ұшында жұлдызша ақты. Шамамен қозыкөш жердегі иттұмсықтан ат басын бұрған шабандозға қараған елдің назарынан манағы айтылған палуанның бәсі шығып кеткендей. Мәссаған, таяғанда көрдік,құйынша құйғытып, қарқыны қайтпаған күреңқасқаның үстінде қаққан қазықтай болып түрегеліп шауып келген моңғол әскерге қызыға қарап қалыппыз. Ол аттан

секіріп түсті де: – “Атыңыз нағыз арғымақ екен, рақмет” – деді Темірге күлімсірей қарап шылбырын ұстатып жатып.

Ат десе делебесі қозбайтын қазақ баласы жоқ ғой: ал жігіттер, көрдіңдер емес пе» қоянды қамыс, жігітті намыс өлтіреді” деген. Ат емес, атан емес, тіпті балаларға айран шалап болады-ау деп қимайтындай зеңгібаба да емес, қонақ келсе соямын дейтін «бағлан» да емес, майы аузыңа қататын, қораның түбіне жататын кемелекті несін аяйсыңдар? Жығылсаңдар ешкіні мен берейін. Сендер туғанда аналарың қалжа жеді емес пе? Несіне қорғалап бүгежектейсіңдер! – деп таяғын тықылдатып белі бүкір Әбікен шал ақыра сөйлеп, жігіттердің намысын жанып жіберді.

Тікұшақтағы моңғол әскерилері үш палуанын әлдеқашан сайлап қойыпты. Қасындағы екеуге қарағанда, дембелше келген, ортадан жоғары бойлы, бұлшық еті білемдей мұртты қараның бітімі ерек еді. Бір палуандары манағы шабандоз имиген қара екен. Енді бір палуандарының басында шашы жоқ, қасқабас алпысты алқымдаған кексе адам. Манағыдай емес, Әбікен шалдан ұрсылып, намыстары қайралған әрі ана екі палуанның тұрқы қорқынышты көрінбеген соң, «мен анамен күресейінші» деушілер шыға бастады. Мұртты қараға ешкім батынар емес. Әбікен шал да, іштей бір қулыққа басқандай болды ма, алдыңғы екеуін жығып жіберсе, соңғысына жігіт табылып қалар деп «алдымен ана екі палуанды шығарыңдар» деп өз талабын айтты әскерилерге.

Имиген қарамен ауылда той томалақта күресіп, бірнеше рет ағалап жүрген жасы жаңадан жиырмаларға келген, дембелше сары Ерған деген жігіт күресетін болды. Қасқабас шалмен белдесуге отыздарға келген қаша қора жиған кезде тас көтеруден ауылда алдына жан салмайтын Тоқтыбадақ есімді қоңқақ мұрын шашын тықырайтып қырған, сұңғақ бойлы азаматты шығарды. Қасқабасқа тықырбас деп күліп жатты бірлі жарым әзілкештер. Ерғанмен күрескен манағы шабандоз моңғол әскері шалт қимылдайды екен, аяғының біресе ішінен біресе сыртынан қырқай шалып жүріп топ еткізді. «Ой, бар сенген палуанымыздың сыйқы мынау болса» деп күстәналай сөйлеген сөздерден ұялған Ерғанда үн жоқ. Ендігі үміт жібі Тоқтыбадақта. Қасқабас шалды бұрқ еткізер деп үлкен кіші үміттеніп тұрмыз. Алайда менсінбей тұрған қасқабас шалымыз, әу бастан-ақ, басымдық танытып Тоқтыбадақты тықсыра жөнелді. Екі жақта айқай-шу. Құдды батырлардың жекпе- жегі болып жатқандай. Жүйрікке “шүу” дегенде демеу демекші, көпшіліктің айқайы әсер етті ме, болмаса ұзын аяғының пайдасы тиді ме, белден ұстап қайқайта басқанда жаңа туған ботадай тәлтіректеп барып бойын түзеген Тоқтыбадақ шалды үйірмекші болып сілкіледі-ау келіп. Бірінің басы жалтырап, бірінің басы тазға ұқсап екеуі біршама уақыт жағаласты. ’Тастан ауыр емес ғой көтерсеңші” деген әлдекімге “қалай көтерем” деп жалт қарағанда, қасқабас шал қарап тұрсын ба, іштей кіріп асау жамбасқа алып топ еткізді.

“Қап,әттеген-ай” деп ауыл адамдары сандарын соғып, ұнжырғалары түсіп кетті. Балалар да намыстан өлердей болып тұрмыз. Палуанның арнаулы киімін киген дембелше, мұртты қара маңғаздана ортаға шықты. Моңғол әскерилері мәз, жыққан палуандарына әлденелерді айтып қарқылдай күлуде. Тәкен тойтықтың құрдасы Құрмаш деген жігіт ағасы бар еді: ”Ей, мынаған не жоқ, тойтиып мынау да келе жатыр” дегенге жалт қарасақ расында қанен-қаперсіз қойторысынан түсіп жатқан Тәкенді көріп күліп жібердік. Әбікен шалда өң жоқ. ”Өңшең ез” деп таяғын жерге тық-тық ұрса да жуан қараға батынып ешкім шығар емес.

“Палуандарың жоқ болса бәсімізді беріңдер” деп моңғол әскери шенділері мәз болып, ауыл адамдарын тұқырта түсуде. Мән жайға қаныққан Тәкен тойтық ойламаған жерден ерлік бастамасы бар ма? “Мен күресіп көрейін, батаңызды беріңіз” деп Әбікен шалдың алдына тізерлей отыра кеткенде, Тәкен тойтыққа күлмеген, әжуаламаған адам қалмады. “Ей, байғұс тойтық аяғыңа зар боласың”, бұлар саған “көйт” дейтін қой емес». “Қой жаятын қойшысыз қаламыз ғой”.

Әбікен шал “тәйт, шуламаңдар, өңшең малдан басқаны білмейтін тоғышарлар” деп ессіз есіргендерді тыйып тастады да, бейнебір жорыққа аттандырғалы жатқандай алақанын жайып бата берді. Үстінде шоқпыт-шоқпыт жаман қара шапан, белінде күнге қурап өңі кеткен шүберек белбеу ,аяғында жамау-жамау құрым етік, басында бір құлағы жоқ күләпарасы бар, екі аяғы екі жаққа қисайып шыққан палуанға күлмеген жан баласы жоқ шығар. Ортадағы күрес алаңына беттеген тойтыққа «тымағыңды шешсей» деп біреуісі ұрсып жатыр. Тәкен басындағы жаман тымағын жұлып алып, умаждай ұстаған қалпы Әбікен шалдың алдына қарай лақтырып жіберді. Тағы да қарқылдай күлген дауыстар. Моңғол палуанының билегенін көріп қызыққан ауыл

адамдары Тәкенге де биле деп жатыр. Тәкеннің билегені де қызық болды, екі қолы ербең-ербең етеді. «Қара қарға ғой мынау аха-ха».

Қасына барғанда байқадық, киімі болмаса, дене тұрқы мұртты қарадан қалыспайды екен. Мұртты қара Тәкен тойтыққа киімін көрсетіп бірдеңе айтты. Киіміңді шешіп таста, жыртылып қалады ғой деп аяушылық білдіргені екен, кейін білдік. Екі палуанда асығар емес, аңдысып біраз жүрді. Тәкеннің аңдысқаны да, біртүрлі екен, сиырдың мүйізінен ұстағалы жүргендей екі қолы ебедейсіз ербеңдеп, басына ұмтыла береді. Бірзаматта мұртты қара Тәкен тойтықтың белбеуінен шап беріп ұстай алып, қапсыра тартпақшы болғанда, әлденеше ораулы тозығы жеткен шүберек белбеу үзіліп кетті. Тағы да «жырқ» еткен парықсыз күлкілер естіліп жатты. Белбеу кетсе де бел кетпесін деген осы ма дерсің, әскерилердің біреуі су жаңа қайыс белбеуін берген соң, палуандар қайталай майданға шықты. Біз үшін, иә, бұл майданнан кем емес-тін. Тойтықтың қолы мұрттының киіміне ілігер емес. Бір заматта Тәкеннің шапанының қолтығына қолы іліккен жуан бірнеше рет сілкілеп үлгерді. Етігінен бе, аяғы сәл бұраңдағаны болмаса Тәкенде мығым екен алдыра қоймады. Енді топ арасынан манағыдай емес, алқаған, таңырқаған үндер бой көтерсе де, әлде де сенімсіздік танытуда.

“Осы тойтықтың жуан бұқаны мойынын бұрап алып соққанын көріп едім” деп езуіндегі насыбайын түкіре алмай кекештене сөйлеген Құрмашқа «шын ба ей» дегендей көпшілік назары ауған. Екі палуан көп алысты. Мардымсып жүрген жуан қараның қарасорпасы шықты. Тәкенде алқынып, неше рет сүрініп жығыла жаздап зорға жүр. Ақыры екеуін қоянқолтық ұстастырды. Жуан қара көбінде аяққа ұмтылып, іліп қағуға ниетті. Тәкен болса... Көпшілік шу етті. Ет жүрегіміз үлпілдеп үлкендердің арасынан қыстырыла, қымтырыла кіріп байқағанымыз жуанды Тәкен шыр айландырып үйіріп жүр екен. ”Көтер, таста” деп Әбікен шал да орынынан тұрып кетіпті. Қанша айландырғанын кім білсін, жуан қараны көтеріп әкеліп жерге шалқасынан дүрс еткізді. Біз алақанымызды соғып секіріп мәзбіз. Үлкендер жағы да, дүрлігіп рухтанып кетіпті. Әбікен шал “азаматым-ай” – деп көзін сығымдауда.

Жығылған моңғол палуанының мәртігіне сүйіндік. Орнынан тұрған соң, Тәкеннің маңдайынан искеп, арнайы тігілген палуан киімін сыйға ұсынды. Үлкендерден естідік “аймақтық арыстан” атағы бар, мықты палуан екен. Қарапайым тойтық қойшыдан жығылғанына намыстанбай, “ерді кебенек ішінде таны” деп бағалауы ауылдағы оспадарларға ой салды.

Әскерилер бас палуанымыз жығылды деп уәделерінде тұрып, бәске тіккен заттарын берді. Ауыл адамдары да, қалыс қалсын ба, екі ешкісін өңгеріп әкеліп, әскерилерге жолазыққа берді. Сол күннен бастап Тәкен тойтық, Тәкен палуан атанды. Біз Тәкен аға дейтін болдық. "Баталы құл арымас” деген раста, Әбікен шалдан бата алып шыққаны дұрыс болды ма екен?!

Сол жылы күзде үйленген...

(2022 жыл) https://adebiportal.kz

Отен Ахмет

Тетя чистюля

(Рассказ)

Как только колеса автобуса коснулись большого кривого моста, что высится на окраине города, скорость стала замедляться. Бум-бум бубнит мост – под ним зияющая дыра для прохода поездов. Все замедляя свой бег пока взобрался до самого горба автобус тянул изо всех сил, словно это его последний перевал на долгом и утомительном пути. Сильно шумел мотор. И его невыносимый сиреневый вой, казалось, бременем ложится на плечи до того спокойно сидевших пассажиров. Они переговаривались, шутили, смеялись, а тут разом притихли. Все стали смотреть в окно, видно было, что каждый хочет остаться самим собой. О чем они вдруг задумались? Конечно же о предстоящей втрече, кто с семьей, близкими родственниками, а кто с другом, товарищем. Да что и говорить, когда ты вот так вот возвращаешься с пути-дороги, и, если есть кому тебя встречать, разве этого мало человеку, чтобы почувствовать себя счастливым?!

Раньше и у меня были близкие люди, которые искренно радовались моим житьем-бытьем: это – Мира и тетя чистюля – Жамиш апай. С Мирой я в ссоре. Уж давно не видимся. То,

что мы с ней ходили неразлучной парой, смеялись, целовались – как будто всего этого не было. Если вдруг, невзначай где-нибудь и столкнемся лицом к лицу и то расходимся не здороваясь. А что касается тети чистюли, пусть земля ей будет пухом, еще ранней весной ушла от нас, как говорится, на вечный покой...

x x x

Выйдя в коридор, не обращая внимания на старую женщину, усердно моющую полы, я хотел было незаметно пройти мимо нее, но тут неожиданно раздался ее ласково-певучий голос: – Доброе утро, сынок. Я невольно остановился. Обернувшись на приветствие, увидел как она выпрямившись, со светлой улыбкой на лице, с любопытством смотрит на меня. Честно говоря, я избегал с ней даже самого малейшего контакта. Ведь она мне не ровня. А обыкновенная старая женщина, лет под шестьдесять, которых немало на белом свете. Решил скорее отделаться от нее. – Доброе утро, – сквозь зубы еле слышно промямлил я. – Да вот решила техничкой поработать. Скучно одной да без дела, хотя и пенсией можно обходиться. А ты где работаешь, сынок? «Вот ведьма-болтушка, вцепилась как столетний клоп. Нашла дурачка, который будет кивать головой, и смирно все слушать». – Строитель я, мамаша, дома возводим.

Что я очень спешу, вернее, нет у меня желания с ней разговаривать, видимо, не очень ее волновали. – Дома, значит, возводишь, – живо подхватила она мой ответ, – это хорошее ремесло, хорошее. А где работает сноха? – Какая-такая сноха? – невольно удивился я. – Да вот только что перед тобой из этой же двери я видела молодую женщину. Такая симпатичная, прямо-таки заглядение. Грешным делом подумала, небось конторская. Говоришь не жена она тебе? – Просто хорошая знакомая. – Понимаю, понимаю. – Она сделала задумчивый вид, потом неожиданно спросила сколько мне лет. – О, много, мамаша, я невольно засмеялся, – скоро будет почти тридцать. – Ого, давно пора жениться, – как будто ее кто обидел, лицом помрачнела, сутулясь, отвернулась от меня. Окунув половик в ведро с водой, начала мыть цементную ступеньку лестничного марша.

Только что я стоял в нетерпении и был зол за то, что она беспричинно задерживает меня. А теперь я поймал себя на том, что не спешу уходить, в надежде услышать не скажет ли она еще чего, более существенного, важного. Но она, как мне кажется, даже не хочет смотреть в мою сторону. Она с половиком в руке увлеченно делала свое дело, только видно было как ее лопатки на спине ходили ходуном. Мне ничего не оставалось кроме как идти своей дорогой, с чувством человека без злого умысла, нечаянно натворившего что-то неладное.

Здоров, и рассудком вроде неплох. Знаю, и мне в один прекрасный день придется соединить свою судьбу с какой-нибудь девушкой. А пока не вижу к тому надобности спешить. В моем понимании, жена, точно как в народе говорят, чемодан без ручки, выбросить жалко, а нести тжело. Я имею ввиду, даже на то, что любая жена вскоре сломает волю мужа, станет домашним деспотом. Понимаю, кормить, одевать семью, и не отставать ни в чем от таких же простых смертных, как ты сам, дело нелегкое. Разве редкость такое явление, когда первоначально горят любовью, женятся, а потом без крыши над головой, в постоянных нехватках быстро остывают, в конце концов становятся чужими друг другу, мол, привет, где мы с тобой виделись?! Значит, прежде чем жениться надо иметь хорошую квартиру и постоянный приличный доход. Правда, у меня есть и то, и другое. Однако...

x x x

Мира медленно прохаживаясь вдоль стен любуется моей новой квартирой. Она у меня однокомнатная, с отдельной кухней. А на солнечной стороне – просторный балкон имеется.

– Ничего, пойдет, – говорит она не скрывая своей радости, – однако, очень уж ты расчетливый. Смотри, у тебя почти все есть: тахта-диван, стол, телевизор, даже холодильник. Только вот нехватает шкафа, хотя бы с десяток книг, и... маленькой бы жены с косичкой, – она вдруг громко засмеялась, – дом был бы как дом, не хуже чем у других.

Одна из стен завешана вся в фотографиях: кинозвезды, вырезанные со страниц иллюстрированных иностранных журналов. Мира не удостоила их вниманием, остановилась

возле скромного любительского фото, то есть Мира стоит на берегу огромного озера, на восходе поднимается солнце, яркими лучами золотя гладь воды: под босыми, пухлыми ступнями девушки сыпучий, как сахар, белый песок, лицо ее озарено солнцем. Восход дня, чудное мгновение природы выхваченное фото-обьективом, и среди этих чудес – прекрасная Мира, моя Мира. Я, подойдя к ней сзади почти наваливаюсь на ее хрупкие плечи. Она от неожиданной тяжести чуть было не согнулась в дугу, но тут же быстро выпрямилась.

– Кто считать не умеет, тот осел, – говорю я ей прямо в ухо. Ее мягкие кудри на темени, пахнущие только ей свойственной приятным запахом, щекочут мне ноздри, вызывая во мне горячии поток нежности. – Поэтому я не собираю книг. Вообще, я скажу тебе, книги врут. Хотя бы о любви. Если верить книге, влюбленные чуть что горюют, и страдают. А в жизни? Ведь одной любовью сыт не будешь. Ты лучше посмотри на эти фотографии на стене. Каждая – лучше ста книг. Одного созерцания чего стоит. Я так понимаю, нет на свете красивее ничего, чем красота женского тела.

– Ладно, не будем больше спорить о книгах... А как насчет маленькой хозяйки? – Давай не спешить. Она учится, – я поднял Миру на руки и в таком положении, как ребенка перенес на тахту, – всего-навсего на втором курсе. Пока она станет химиком-технологом надо ждать еще целых два года.

– А скажи, Ермек, кто меня уверял, что как получит квартиру сыграет свадьбу? Что, выходит опять перерешил? – спросила Мира напрямую.

– Видишь ли, так велит холодный, но мудрый мой ум, – сказал я ей в ответ, – ну, хорошо, поженились. А дальше? Будем бегать наперегонки по магазинам. Тут еще стирка, а там кухня. Нужно и то, и другое. Одна моя зарплата, сколько бы не тяни как резину, всеравно не хватит. Начнутся ссоры, обиды. Хочешь, не хочешь, придется тебе бросать учебу. К тому же, должен тебя предупредить, я люблю командовать.

– Знаешь, Ермек, иногда мне хочется ненавидеть тебя, – несколько помолчав наконец сказала Мира, – однако не могу. Я у тебя под гипнозом. И сейчас твоя взяла, я сдаюсь. – Она посмотрела на стену развешанную фотографиями. – Только об одном прошу тебя, убери отсюда мою жалкую физиономию, пусть не портит сияющий блеск мировых кинозвезд.

– Не надо нервничать. – Я нежно обнимаю Миру, – будешь нервничать, состаришься преждевременно. Зачем мне какая-то далекая звезда, которую не достать, а вот ты другое дело. Ты красивее всех. Ты любишь меня?

Мягкие, белые руки, словно крылья лебедя, страстно обхватывают мою шею...

x x x

Бывает, живешь в большм городе, в многоэтажном доме, вокруг тьма людей, а получается так, будто никого не видишь и не знаешь. А вот тетю Жамиш не видеть и не знать было невозможно. Она вставала чуть свет, и весь день на ногах: то она во дворе убирает мусор, то в подьезде моет ступеньки лестницы, то стирает и скоблит каракули на стенах, оставленные неугомонными сорванцами. Благодаря ее старанию наш двор всегда был чистым. Вскоре все и стар и мал – кто знал Жамиш, прозвали ее с любовью тетей чистюлей. Только один человек – мамаша Даметкен никак не могла относиться к ней хорошо. Она жила в соседнем подьезде. Ей было примерно лет около пятидесяти. Но несмотря на свой сравнительно небольшой возраст, выгядела непомерно тучной. Она была из племени вечных домохозяек, как говорится, никогда не занималась общественно-полезным трудом. Ее в любое время дня можно было видеть на узкой лавочке у подьезда сидевшей неподвижно, как статуя, и наблюдавшей за всеми холодновато-тяжелым взглядом, что происходило вокруг. Многие удивлялись говоря, когда она успевает отобедать, чтобы не потерять тучность. Ведь она почти не слезала с лавочки. Как бы то не было, любая новость не только нашего дома, но и всего большого двора распространялась через нее, из ее уст. И вот только она одна постоянно высказывала недовольство в адрес тети Жамиш. – Что ей одной-то нужно. Пенсии что ли мало? Нет, жадность все это, жадность, – твердила она всем.

Накануне женского праздника 8-го марта соседи собрали денег на теплый платок и подарили его тете чистюле. Когда об этом узнала Даметкен она чуть не лопнула от зависти.

– Нельзя дарить ценные вещи. Это противозаконно. Смотрите, я могу пойти в КСК с

жалобой, – грозила она всем.

А вот тетя чистюля, что совсем непонятно, насколько я знаю, на все козни Даметкен не только обижается, или ссорится, даже внимания не обращала. Наоборот, как только увидит ее обязательно поздоровается, словом-другим непременно спросит все ли благополучно дома. Словно она ей самая лучшая подруга. Откровенно говоря, бескорыстное трудолюбие тети Жамиш я считал последствием одинокой жизни. На самом деле представьте человека в четырех стенах, без работы, жуть ведь. Муж ее, как мне рассказывали, не вернулся с афганской войны. Выйти за другого считала осквернением памяти погибшего супруга. А детей не успели завести. Все война... Однако перед такими, как Даметкен зачем снимать шапку, думал я про нее. Вообще, в моем представлении казалось, что тетю чистюлю может обидеть любой, если только захочет. Однажды, я как-то даже высказал об этом самой тете Жамиш. – Э-э-э, сынок, – ответила она немного печалясь, своим певучим нежным голосом, — человек, пока жив, без человека обойтись не может. Сила у меня еще есть, здоровье позволяет, вот я и стараюсь сделать людям добро. Хоть и маленькое, но добро. Ведь я женщина, без любви, без милосердия жить не могу...

x x x

Тетя чистюля и с Мирой как-то быстро подружились. Каждый раз, когда Мира приходила ко мне, она непременно приглашала ее к себе то на чашку чая просто поболтать, наверное. Видимо, не проблема женщинам несмотря на большое различие в возрасте найти общии язык друг с другом. Их дружба, однако, меня не очень-то импонировала. Мира ей не ровесница и не ровня. К тому же с тех пор, как Мира познакомилась с тетей Жамиш, с ней что-то происходит. Если раньше она всегда соглашалась со мной о чем бы не толковали, в последнее время, вижу, иногда настаивает на своем. Хочет проявить самостоятельность. У меня невольно возникает подозрение, не следствие ли все это дурного влияния тети Жамиш? День получки, как все смертные я приравниваю к празднику. Поэтому еще днем я позвонил к Мире, предупредив, что вечером пойдем в молодежное кафе на дискотеку. Но когда, придя домой, как обычно около семи часов с работы, принял ванну, переоделся, стрелки часов уже пробили восемь, а ее все еще не было, мне стало не по себе. – Слишком долго ждем, – не скрывая своего раздражения сказал я Мире, как только она наконец появилась в дверях.

– Вообще-то я пришла рано, – ответила она спокойно, – потом решила пока тебя нет, заглянуть к тете Жамиш. Тут почему-то мне показалось, что она специально пренебрегает моим плохим настроением. – Тебе можно завидовать, нашла себе хорошую подругу.

Мира и на это отреагировала спокойно. – Она добрая. Человек! – Возможно, но она тебе не ухажер. – Знаешь, Ермек, порой кажется, что ты ведешь меня по дороге в никуда, – неожиданно твердым голосом заявила она. – И тетя Жамиш говорит тоже самое.

Теперь-то все стало ясно. Не так давно я сумел уговорить Миру со свадьбой не спешить. Видимо, она считает себя обманутой. – Ах, вот как, – сказал я почти злорадствуя, – тогда знай же, ЗАГС для меня сущая формальность. – Скажи, Ермек, ты действительно любишь меня?

Люблю ли я ее? Возможно. Во всяком случае трудно мне это отрицать. Однако не буду же я перед ней просто так свое достоинство ронять. – Нравишься, – так неохотя ответил я, выдержав паузу. – Только лишь нравлюсь. – Она усмехнулась с легкой грустью, – иначе бы... Есть и работа, и квартира.

Наш разговор вроде бы начался с шутки, но реплика за репликой, чувствую, как принимает все более серьезный оборот. Однако я уже был не в силах себя остановить.

– Хорошо, распишемся по закону, как пологается. А дальше что? Потом ты постепенно превратишься в служанку. А мне нужна такая жена, которая во всем мне будет равной. Кухарка мне не нужна.

– Перейду на заочное отделение. Буду работать.

– Теперь уже поздно.

– Да, я тебе только лишь нравлюсь, – сказала она потухшим голосом побежденного человека, – на большее, видимо, ты не способен. Прощай и не ищи меня.

Она решительно зашагала к выходу.

Я остался стоять посередине большой, пустой комнаты, один. «Ладно, думал я про себя,

скоро сама прибежить». На самом деле мелкие ссоры, короткие размолвки между нами бывали и раньше. Но Мира не умела долго таить в себе обиду. И обычно она всегда первая протягивала руку примирения. А на этот раз... Я ждал ее день, неделю, месяц, потом еще... Мира больше ко мне не приходила.

x x x

Тем временем тяжело заболела тетя чистюля Жамиш-апай. Вот я стою у ее изголовья. Она долго смотрит на меня своими потухающими от болезни и старости, но все еще добрыми глазами, шевелит губами, видимо, что-то хочет сказать. – Меня дальше лечить бесполезно, – говорит она, наконец с трудом произнося каждое слово, – сердечко вот, не слушается. Кажется, срок ему пришел.

– О, нет, – отвечаю я ей банальностью, – на моей свадьбе вы еще Камажай будете танцевать.

– Спасибо, сынок, за добрые слова, – она силилась улыбнуться, но только сделала кислую гримасу на лице, – закон природы неумолимый. Он не станет спрашивать у тебя согласия. А вот про свадьбу ты правильно сказал. Не надо нарушать порядок жизни. Женись. Мира... Хорошая...

На этом месте оборвалась ее речь. Без того ее очень бледное лицо, казалось, теряет последние кровинки. Рот широко раскрылся жадно хватая воздух... Ранней весной, вслед за талой водой, когда деревья только запускали первые почки, просыпаясь к цветущей пышнозеленой жизни, одинокая старая женщина Жамиш – тетя чистюля, вдова войны, вот так незаметно тихо скончалась...

Вскоре в составе строительной бригады я уехал в далекую животноводческую ферму. За лето мы там славно потрудились, возведя то в одном, то в другом месте много различных сельхозобьектов. А теперь вот закончив дела всей бригадой возвращаемся домой. На пороге родного города, когда автобус переваливал через кривой мост, все, кто сидел в салоне, вдруг, словно по команде, притихли. В этот миг, наверное, каждый думал о своем сокровенном, так же как это пройзошло со мной.

x x x

Вот наш двор. Чист и уютен. Что за чудо, думаю я озираясь по сторонам и не веря своим глазам. Ведь я хорошо помню, когда я уезжал, в подьездах, по обочинам пешеходных дорог уже накапливался различный мусор, всюду валялись клочки бумаг, битое стекло, куски разбросанного кирпича, домашней утвари... После Жамиш – тети чистюли некому было взяться за скромное хозяйство... Неужели, думаю я, все удивляясь чистотой знакомого двора, нашелся такой человек. Вот она, пожалуйста, мудрость жизни: ушедшему на смену приходит другой. И так бесконечно. Увлеченный своими мыслями, у подьезда дома я чуть не столкнулся с мамашой Дамкен. Она с мокрой тряпкой в руках, в раздумье, взирала на какие-то причудливые рисунки на дверях, не решаясь как с ними поступить. Увидев меня, она сильно обрадовалась.

– Смотри-ка на это, – сказала она указывая на каракули, – на творение рук сорванцов. Человек, не человек. И на животное тоже не похож. А вот Жамиш – тетя чистюля, их не трогала, говоря, что это, мол, инопланетяне... Только и за это ей немало от меня достовалось. Как вспомню сейчас, что я тогда ей говорила, мурашки по спине. Ведь меня бесило в ней даже то, что она не роптала на суровую одинокую судьбу, как-то жила без претензий, спокойно, что при этом умудрялась относиться к людям с любовью, выглядеть жизнерадостной и счастливой. Да, да, счастливой... А на мои несправедливые наскоки она никогда... – здесь у мамаши Даметкен сорвался голос, она вспыхнула, – нет, и я не трону. Если тетя чистюля в этих рисунках находила что-то красивое... – Она без натуги легко поднимая ведро с водой пошла по своим делам.

В этот самый момент, не зная с чего это, вдруг мне почудилось, что под этим необьятным синим куполом неба в огромном городе, в этом многоэтажном большом доме, где люди как в муравейнике беспрестанно то входили, то выходили, я остался один, никому ненужный, один-одинешенек на всем белом свете. Тогда я и ясно понял, что должен немедленно что-то предпринять. Иначе, одиночество в котором оказался я, затянет меня в какое-то мне неведомое,

черное болото, и я пропаду совсем. Сердце, предчувствуя грядущую беду, сильно заколотилось. Я вспомнил Миру. Ах, дурачок, ты дурачок, говорил я себе, она была жар-птицей в твоих руках. Зачем ты ее вспугнул... Нет, я буду ее искать. Найду! Возможно... и найду... А вернется ли она обратно в мои руки...

(Перевод автора)

https://adebiportal.kz/ru/news/view/oten-axmet-tetia-cistiulia__21136

Владимир Ивановский

Соседи

(Рассказ)

С семьёй Ибрагимовых мы живем по соседству в ауле городского типа – Целинный, около семидесяти лет. И свела нас судьба в середине пятидесятых годов прошлого века, когда был брошен клич: «Приглашаем всех желающих с самых разных уголков нашей страны в Казахстан осваивать целинные земли, чтобы больше дать хлеба и других сельскохозяйственных продуктов всему народу».

Люди ехали отовсюду самых разных национальностей: немцы, украинцы, корейцы, белорусы, чуваши и другие. Поселки и аулы строились в степях, где все начиналось с первого колышка. Так появился на белый свет и наш – Целинный.

Там мы и оказались соседями с молодожёнами Ибрагимовыми. Я тоже приехал из России с молодой женой Ириной и двумя годовалыми девочками двойняшками – Таней и Аней.

У Ибрагимовых тоже была полуторогодовалая девочка – Гуля и шести месяцев малышка – Зариночка. Их папу звали Байдос, а маму Улжан.

Мы с ними быстро и навсегда сдружились. Ира и Улжан часто вечерами забегали друг другу, чтобы пошептаться о своих насущных делах. А мы с Байдосом больше общались во дворах, где всегда хватало хозяйственных дел у молодожёнов, обустраивающих свое жильё. Мы во всем помогали друг другу. Видя нашу теплую дружбу между взрослыми и детьми, я решил завести дневник, чтобы в нём рассказывать о нашей жизни.

У нас с Байдосом стало неотъемлемым правилом выкраивать вечером время, чтобы гулять с девочками на природе летом и зимой. Пока дети были совсем маленькими, летом мы их катали в колясках, а зимой укутав потеплей, катали на саночках. Люди, видя наш поход на прогулку, улыбались и желали хорошего отдыха на свежем воздухе. Когда девочки стали постарше, они с удовольствием летом играли в песочнице, лепили домики и пирожки, булькались у речки. Мы с Байдосом с удовольствием наблюдали, с какой лаской и вниманием опекали самую младшую Зарину все три девочки. А зимой они катались с горки и просили нас покатать их на саночках поездом. Они весело смеялись и кидали в друг друга снежками. Уже в пяти-шестилетнем возврасте мы научили всех девочек плавать, и они с радостью купались, плавали и загорали на вечернем солнышке. Зимой мы для ребятишек заливали каток. Наши Аня, Таня, Гуля и Зарина вместе с другими детьми учились кататься на коньках, поддерживая малышку Зарину с двух сторон. Однажды сильно разогнавшись, Гуля запнулась и сильно разбила коленку. Девочки окружили её, подняли, привели домой. Они её развлекали, утешали, говоря: «ничего Гуля держись, атаманом будешь» … А мы взрослые шутя, добавляли: «до свадьбы всё заживёт». Зимой по воскресеньям мы уходили в поле и учили наших сестрёнок, так мы их всех и звали, кататься на лыжах. Как-то Байдос мне говорит: «Посмотри Володя, как хорошо катается наша малышка Зариночка». Я улыбнулся и сказал: «Она у нас молодец!» Нисколько от других не отстает, тянется за ними как зелень солнцу. Во время вечерних прогулок соседом мы давали возможность мамам, и отдохнуть немного, и поговорить, и приготовить кроме ужина что-нибудь вкусное на десерт. Дети, зная эту традицию, забегая во двор уже кричали: «А что у нас будет сегодня вкусненькое?» Обе хозяйки старались не ударить в грязь лицом. Улжан пекла из пресного и кислого теста такие изумительные, воздушные, пышные, вкусненькие баурсаки, что дети от восторга весело прыгали, пробуя их. Улжан жарила чудеснейшие чебуреки и самсу, которые буквально таяли во рту. Держала свою марку высоко и Ирина. Её песочное печенье

самой разной формы тоже таяло во рту. А какие пышные пирожки и пироги пекла Ира и с мясом, и с картошкой, с капустой, ягодой и с грибами. У нас сложилась традиция как в единой семье все делать вместе: ремонт, уборку во дворе, встреча праздников наших и детей дни рождения. Если кто заболел, о нём заботятся все.

Незаметно подошло и школьное время. С утра бегут в школу. После уроков переодеваются, обедают, отдыхают, играют, выполняют домашние задания, бегут заниматься в школьные кружки. Перед сном обязательно хоть немного читают книжки. Со стороны, вроде, все так просто и легко – еще со стороны. А на самом деле? То кто-то заболел, кто-то не успел выучить урок – плохая оценка и слезы. То немного рассорились из-за пустяка – бывает…

За эти годы и мы возмужали, окрепли, набрались и жизненного опыта. Я совсем забыл сказат о том, что все четыре девочки вместе пошли в первый класс: Таня и Аня в положенный срок, Гуля, проболев пошла годом позже, а Зарина, уцепившись в своих сестрёнок тоже пришла в школу – так-таки добилась своего – разрешили ей ходить в школу. Их все так и звали – неразлучная четверка - три мушкетёра и один Дартаньян в юбках. За то их никто и никогда не обижал. Они всегда были вместе и любому могли дать отпор. Да и в классе они никому не позволяли слабых обижать.

Школа позади. Выпускной вечер. Класс выстроился на линейке в ровную шеренгу. Четыре сестрёнки как одна в розовых воланчиками платьях, у каждой на голове шикарный розовый бант, четыре пары розовых туфлей и у каждой на левой руке дамские часики – подарок к выпускному дню. Каждой девочке торжественно вручили аттестат зрелости и золотую медаль за отличную учёбу. Родителям только и осталось улыбаться, гордясь успехами своих детей.

На следующий день после выпускного балла обе семьи в полном составе собрались на семейный совет, на котором единогласно решение готовиться к сдаче государственных экзаменов для поступления в ВУЗ – чтобы получить специальность и работать в своём родном городке.

Незаметно и быстро пролетели годы учебы. Каждая из нас девочек выучилась на свою любимую специальность: Гуля выучилась на агронома, Катя закончила библиотечное отделение, Аня выучилась на бухгалтера, а младшенькая Зариночка стала учительницей начальных классов. И все они стали работать в своём родном Целином. Как бы не были заняты мы и наши дети на своих работах, традиция собираться всем вместе на семейных и годовых праздниках проводилась и как раньше.

Прошло еще полтора – два года и, вдруг, как снег на голову среди лета, одна за другой сестренки заявили: «мамы и папы, мы выходим замуж», и загремела подготовка к свадьбам.

Свадьба была удивительно красивой и прошумела на весь городок. Собрались все родственики, друзья по школе, институтов и по работе. Хорошо что было лето. Столы поставили на зеленой лужайке рядом с танцевальной площадкой. И на свадьбу наши четыре дочери, как под копирку, торжественно вышли на поле в одинаковых белых платьях, белоснежных туфлях с фатой на головах. Это выглядело великолепно? Их сопровождали как богатыри четыре прекрасных юношей в черных костюмах и белоснежных рубашках. Тамада торжественно объявил: «Свадебный вальс»! Юноши с поклоном, а девушки с реверансом подали руки и созвучал вальс. Долго не смолкали тосты в честь молодых и дружное: горь-ко! горь-ко! горь-ко! Гремела музыка, все пели, плясали и танцевали. Свадебное торжество закончилась далеко за полночь.

Полетели годы птицей, успевай только считай. Сейчас мы уже очень пожилые люди, но, слава богу и Аллаху, все живы и здоровы. Уже и не так и молоды и наши дети. Их дети – наши внуки молоды и полны сил. Теперь они нам дарят внуков. Многочисленная наша семья – все четыре поколения свято бережем традицию и завещаем её нашим детям, всегда и со всеми жить в дружбе и согласии, с родствениками, друзьями и соседями. Нет на свете ничего дороже, чем мир в семье, в каждом доме, поселке, городе, в каждой стране.

Наша большая семья от всей души желает всем мирного небо, здоровья, и хорошего настроения, будьте счастливы и любите друг друга.

ГОВОРЯЩИЕ» КАРТИНЫ

Картина «Красный бык», художник Аскар Есдаулетов,
1990 год. холст, масло, р. 122х198

Прямоугольный холст ориентирован горизонтально. Композиция состоит из трех частей, расположенных по горизонтали. Самая широкая полоса по центру картины. Она белого цвета. На ней изображено разноцветное животное. Название картины указывает на то, что это бык. Изображение быка стилизовано. В основном использованы оттенки красного цвета. На туловище имеются белые, синие, коричневые и желтые пятна. Бык как бы висит в воздухе, не доставая ногами нижней части. Движение быка слева направо. Его фигура массивна. Голова повернута на зрителя. Картина напоминает детский рисунок: нос быка в виде полоски. Глаза – кружочки. На макушке видны маленькие рога, справа ухо.

Верхняя часть картины выполнена в виде вертикальных рельефных полос. Полосы темно-синего, коричневого цвета с вкраплениями красного. Нижняя полоса коричнево-зеленого цвета. Из нее словно вырастают волнообразные фигуры с острыми треугольными верхушками, разной толщины. Они напоминают траву, растущую из земли. Трава темно-синего цвета. Ноги быка касаются ее. На нижней полосе художник изобразил 6 казахских орнаментов – қос мүйіз. Они представляют собой два роговидных завитка, соединенных одним основанием. Орнаменты красного и желтого цвета. Цвета чередуются. В целом все части композиции соразмерны и гармоничны. Картина «Красный бык» – это «новое слово» в искусстве переломных 90-х годов.

Автор произведения Аскар Есдаулетов – казахстанский художник, проявивший себя в живописи, графике и скульптуре. Родился в 1962 году в Чимкентской области. Окончил Чимкентское художественное училище. Алматинский Государственный театрально-художественный институт им. Т. Жургенова. Член Союза художников Казахстана. Лауреат премии «ТАРЛАН», Дипломант республиканского фестиваля «ЖИГЕР». Постоянный участник республиканских и международных выставок, фестивалей и симпозиумов. Его произведения отличаются большой выразительностью, тяготеют к символизму, мифам и легендам. Он стремится соединить образы народного искусства с приёмами европейского модернизма. Более 10 лет Аскар работал за рубежом во Франции и Бельгии. Его произведения были представлены на известнейших мировых аукционах, таких как Sotheby's и Christie's.

«КУХНЯ НА ОЩУПЬ»

Вкусный и питательный овощ: пекинская капуста

Пекинская капуста, также известная как капуста Напа, является разновидностью китайской капусты, которая широко выращивается и потребляется в Китае, особенно в северных регионах страны, таких как Пекин. Она стала основным ингредиентом китайской кухни и широко используется в различных блюдах. Происхождение пекинской капусты точно неизвестно, но считается, что она появилась в Китае. Этот овощ был частью китайской культуры на протяжении тысяч лет и упоминался в различных исторических текстах, включая древнекитайский медицинский текст "Bencao Gangmu". Популярность пекинской капусты распространилась в другие части света, особенно в Японию и Корею, где она широко выращивается и потребляется.

Пекинская капуста известна своей хрустящей текстурой и мягким, слегка сладковатым вкусом, что делает ее универсальным ингредиентом в кулинарии. Она богата витаминами и

минералами, включая витамин С, витамин К и калий. Это также хороший источник клетчатки и антиоксидантов, которые помогают укрепить иммунную систему и защищают от хронических заболеваний.

Одно из самых популярных блюд, в которых используется пекинская капуста – жареная капуста. Капусту нарезают и обжаривают с другими ингредиентами. Она также часто используется в супах и тушеных блюдах, придавая им вкус и текстуру. Еще одно популярное блюдо – маринованная пекинская капуста, которую часто подают в качестве гарнира или используют как приправу к различным блюдам.

В Корее популярным блюдом с пекинской капустой является "кимчи" – острое ферментированное блюдо из капусты, перца чили, чеснока и имбиря. Кимчи часто подают в качестве гарнира или используют как приправу к различным корейским блюдам, например, к "бибимбапу". Пекинская капуста – это универсальный и питательный овощ, который на протяжении тысячелетий является основным блюдом китайской кухни и широко используется в различных рецептах по всему миру. Жареная, маринованная или используемая в супах и рагу, пекинская капуста обязательно добавит вкус и пользу любому блюду.

https://vkusnyj-i-pitatelnyj-ovosch-istoriya-pekinskoj-kapusty

Так ли вреден хлеб и какие правила стоит соблюдать, чтобы пищеварение с ним вас не подводило

Хлеб – это один самых популярных продуктов для нашего человека. Без него никуда и человек изо дня в день покупает новую буханку хлеба, чтобы порадовать себя и свой организм. Но сторонники здорового образа жизни чаще всего относят его к не полезным видам продуктов, хотя некоторые исследования и врачи говорят обратное. Ибо, есть такой момент – когда человек (не все) перестает есть хлеб, то у него начинает шелушиться кожа, выпадать волосы, портятся ногти. Почему так - мы поговорим ниже. Но так ли вреден хлеб? И какие правила стоит соблюдать, чтобы ваше пищеварение вас не подвело и всегда хорошо реагировало на хлеб? "Никто не должен преступать меры ни в пище, ни в питии" – Пифагор.

Хлеб – обо всех плюсах и минусах.

Начнем с того, что хлеб считают вредной продукцией просто потому, что это быстрый углевод, но на самом деле в начале своего пути и появления он не был токовым.

Все началось лишь тогда, когда процесс перемола зерна усовершенствовался и человек стал отделять грубую часть от более мягкой, что и делает хлеб таким пышным, мягким и воздушным. Иными словами, грубая часть зерна, клетчатка и растительное волокно ушли из состава пшеницы, как следствие и хлеба. Появилась "мука высшего сорта", что и стала придавать хлебу название "быстрый углевод", который так "вреден" для нашего организма. Да, скрывать не стоит быстрые углеводы – это продукт специфичный, от которого можно быстро поправиться и получить некоторые проблемы с пищеварением, поджелудочной. Поэтому именно белый хлеб многим не рекомендуют, а многие, кто от него отказался, видят быстрое снижение веса и улучшение в работе пищеварения.

Но человек забывает, что есть еще и другие виды хлеба, например, цельнозерновой. Он неказист в сравнении со своим белым собратом, но немного полезнее его, так как содержит в себе грубую часть зерна, растительные волокна, клетчатку и витамины групп В, РР, которые, наоборот, улучшают пищеварение, самочувствие, дают заряд бодрости и энергии, важны для кожи, мышц и сердца. Ученые из Японии проводили эксперимент, где одной группе давали белый хлеб, а другим цельнозерновой, в итоге группа, что употребляла цельнозерновой хлеб смогла похудеть на несколько килограммов. Поэтому тут все зависит и от вас – какой хлеб выбираете вы, а может даже решите делать сами. Это принесет еще больше пользы.

К слову о том, что у человека при отказе от хлеба могут выпадать волосы, шелушиться кожа, трескаться и появляются проблемы с ногтями: да, такое может быть, ученые United States Food Administration выяснили, что хлеб (и белый, и цельнозерновой, хотя последний в большем

объеме) содержат витамины групп Е, В, РР, клетчатку, магний и железо, что необходимы для организма. Если нет других источников и человек отказывается от хлеба, то это может вызывать вот такую не очень хорошую реакцию тела.

Но как употреблять хлеб, чтобы не ощущать проблем с пищеварением и не поправляться:

включайте хлеб умеренно в свой рацион, не заедая им все, что только можно. Сделайте его больше самостоятельным блюдом для перекуса, совмещая с клетчаткой и белком. Это отличный вариант на перекус, когда до основного приема еще далеко, а съесть что-то хочется – небольшой тост с кусочком хлеба, овощами, зеленью и белком отличный вариант, почему бы и нет.

Нет горячей выпечке и хлебу. Здоровый человек ничего не почувствует, если съест такой хлеб, а вот человек с гастритом (а мы не все про него знаем) может поплатиться хорошим самочувствие и наличием изжоги. Лучше дайте такой выпечке отдохнуть, так у вас и вздутия будет меньше.

Хлеб в первой половине дня. Это основное правило, так как углеводы у нас идут все же с утра, но не вечером. Вечером хлеб есть не стоит – это не только калории, которые вы не успеете потратить, но ещё и тяжесть.

Отдавайте предпочтение хлебу, что вы можете приготовить сами. Все же так вы точно будете уверены в том, что едите хлеб, а не его вредное подобие. Тут вы и с мукой поиграть можете, выбирая более полезные для организма сорта.

Больше двигайтесь. Хлеб – это углевод, а углевод – это калории, которые должны быть утраченные в движении. Не отказывайте себе, хотя бы в прогулках. Это будет стимулировать пищеварение, а вы не будете набирать вес.

Нет сочетаниям углевод – углевод, крахмал – углевод. Иными словами, старайтесь не сочетать хлеб (углевод) с картошкой, макаронами, пельменями и т.д. Это не лучшие варианты. Лучше сочетать с зеленью (клетчаткой) и белком – так пищеварение пойдет в лучшую сторону.

Ешьте медленно. Можно сказать, что тут соединяются два фактора, и если бы не скорость, то вы бы не переедали, а тут сверху еще и хлеб – человек съедает в разы больше. Поэтому, даже если вы и едите пищу с хлебом сбавьте скорость, и вы увидите, что стали наедаться меньшим.

Пейте воду. Вода помогает пищеварению, особенно в нужных объемах, уменьшая воздействие мучных продуктов, что могут вызывать застойные явления (задержку стула).

Все хорошо в меру. Есть такая цитата "Все есть яд и все лекарство – важно лишь найти дозу". И хлеб может стать ядом или лекарством. Только не нужно им злоупотреблять. Если говорить о мерах, то рекомендуют примерно 100-200 грамм хлеба в сутки, но не более того.

Жуйте тщательно. Пищеварение начинается во рту, если вы хорошо прожевываете пищу, то в дальнейшем организму её проще переварить, вы не объедаетесь даже с хлебом, так как быстро ощутите сытость, и ваша порция уменьшится. Что положительно повлияет на фигуру и ЖКТ.

Кстати, первое время может казаться, что, уменьшив прием количества хлеба, вы можете не наедаться – это естественно, так как хлеб в желудке забивает пространство и разбухает от воды. Поэтому, вам кажется, что так сытнее, но на самом деле через 20 минут человек может ощутить тяжесть, так как вместе с основным приемом пищи и спешкой человек съел и хлеб, что еще больше утяжеляет.

Оставайтесь красивыми и здоровыми. Помните, что статья несет ознакомительный характер. При наличии проблем не забывайте поговорить со специалистом.

https://tak-li-vreden-hleb-i-kakie-pravila-stoit-soblyudat

СПОРТ

«Работать можно, но тяжело» –
из интервью с главой Казахстанского союза спортсменов

Далеко не всегда стремление спортсменов к совершенству, каждодневное упорство и труд оправдывается должным образом. Чего не хватает казахстансокму спорту и с какими проблемами сталкивается Союз спортсменов, рассказал трехкратный чемпион страны по боксу, бронзовый призер чемпионата мира и председатель Казахстанского союза спортсменов Азамат Карлыгашев.

– **Расскажите о деятельности союза.**

– Наверное, можно сказать, что запрос общества на такую организацию появился давно. Массив проблем давно накапливался, а организации для их решения не было. Мы и исходили из этого запроса. Каждое дело, рассматриваемое союзом, я провожу через себя. По-человечески многих жалко. Не всегда в отношении моих коллег идут законные репрессии. Нам приходится подавать в суд, поднимать общественный резонанс, и не всегда, к сожалению, мы можем найти общий язык с уполномоченными органами. На сегодняшний день у Союза спортсменов 8 выигранных исков у уполномоченного органа в сфере физической культуры и спорта в пользу спортсменов, тем самым мы защитили права спортсменов и тренеров. У нас, как у республиканского объединения, нет других рычагов действия. Я боксировал и ушел из спорта в 2005 году, но по нынешний день глобально ничего в спорте не поменялось.

Допустим, прошлым летом ситуация с Гаухар Наурызовой. Ее отчислили из состава национальной сборной. Мы заступились, у нас были серьезные конфликты с руководством федерации. Но, по крайней мере, мы нашли общий язык, и данную девочку с партнером восстановили. В итоге на всемирной Универсиаде они завоевали девятое место.

– **Приходится сталкиваться с необычными ситуациями?**

– Регулярно. Вот, например, не так давно меня удивила ситуация с Еркебуланом Канафиным. В мае парень завоевал золотую медаль на Сурдлимпийских играх впервые за всю историю Казахстана. Однако у нас не особо этому обрадовались и признали, что он не был глухим. Это ведь парадокс. Тем не менее мы, выиграв суд, до сих пор доказываем, что у него четвертая степень тугоухости.

– **На какие средства существует союз и кем он финансируется?**

– Союз существует за счет собственных средств и за счет средств моих друзей. У нас есть попечительский совет. Они бывшие спортсмены, друзья, успешные предприниматели. Со многими из них мы были в сборной Казахстана, но эти люди добились каких-либо успехов. Вступив в попечительский совет Союза спортсменов, они вносят вклад, так как в свое время также сталкивались с несправедливостью.

– **На какие средства вы проводите эти благотворительные акции?**

– Благотворительные акции мы проводим в зависимости от поступающих запросов. Как я упоминал, Союз спортсменов выполняет свою функцию рупора, то есть мы эту информацию принимаем, а государство ведь аппарат очень большой, и его очень тяжело простимулировать на какие-то действия, и это занимает очень много времени. Но в составе наших партнеров есть люди, которые добились успеха в бизнесе. Грубо говоря, мы просто пытаемся состыковать эти концы. Да, может глобально и системно мы не решаем многие проблемы, но помогаем конкретным

людям чем можем. Иногда мы можем просто наших ребят из союза попросить скинуться, так как сообщество спортсменов очень тесное, это бы происходило, даже если бы такой организации не существовало, но теперь все централизованно. Были случаи, когда мы даже кредиты закрывали.

Вообще, хотелось бы отметить, что в Казахстане актуальна проблема с финансовой грамотностью спортсменов. Почему именно спортсменов? Если, допустим, чиновник или бизнесмен чаще всего идет к финансовому благополучию постепенно, обретая навыки финансовой грамотности, то спортсмены чаще всего сразу сталкиваются с крупной суммой денег, которой не знают как распоряжаться. К примеру, в национальной баскетбольной лиге США существует практика: спортсмен не может заключить контракт, прежде чем окончит финансовый курс. Мы разрабатываем и продумываем введение аналогов, пытаемся выстроить логичный баланс. Все детали пока раскрывать не буду.

– **Для многих казахстанцев 2022 год выдался судьбоносным. Как вы, как руководитель общественной организации, запомнили прошедший год?**

– 2022 год для Союза спортсменов был самым плодотворным. Мы добились выплат, пособий для чемпионов и призеров Олимпийских игр, Сурдлимпийских и Паралимпийских, чемпионов мира, а также их первых тренеров. Подобной выплаты ранее не было. Раньше существовала практика выплат 24 МРП, или 70 тысяч тенге. Что на сегодняшний день эта сумма, если человек травмированный, с переломами и болеет? Мы подняли этот показатель на 100 МРП, сейчас это 345 тысяч тенге.

– **Какие планы у Союза спортсменов на 2023 год?**

– Как союз, помимо законотворческой деятельности, мы стараемся помогать индивидуально. Но физически мы не можем всех охватить. С 2023 года я планирую изменить стратегию союза и больше внедрять законотворческую деятельность совместно с депутатами, больше уделять внимание нехватке спортивной инфраструктуры и детскому спорту. Ранее мы занимались больше взрослыми спортсменами. Мы хотим уйти в системное решение проблем, в том числе и проблемы детского спорта.

– **Какие у вас пути решения?**

– С этого года мы хотим больше отрабатывать проблемы с управлениями спорта. В городах, регионах.

– **Чего не хватает казахстанскому спорту сейчас?**

– Сейчас нашим чиновникам из спорта, на мой взгляд, не хватает обратной связи со своими спортсменами. Я закончил спортивную карьеру, но все это время всегда был на связи со спортсменами, с друзьями детства из всего Казахстана. Допустим, я не понимаю, почему бывшие спортсмены, видевшие всю несправедливость, которая творилась в спорте в 90-х и в начале 2000 годов, получив должности, вмиг меняются. Они, наоборот, начинают вводить антиспортивные реформы, судиться со своими же спортсменами. Я не понимаю, что на них влияет.

– **То есть проблема в канале связи?**

– Канал коммуникации между людьми и государством отсутствует. Хотя механизм этого канала уже давно есть, разработан и работает. Это - организации, подобные нам. Это прекрасный канал функционирования, он эффективен как для людей, которые обращаются с проблемой, так и для людей, которые эти проблемы могут решить. То есть мы звено, которое объединяет этих

людей, и при том, что мы выполняем очень важную глобальную социальную функцию в нашем государстве, при всем при этом мы сталкиваемся с трудностями постоянно. Это не делается напрямую, но бюрократия очень удобная штука, всегда можно провести так, что потом ничего и не докажешь...

https://article/rabotat-mojno-tyajelo-intervyu-glavoy-kazahstanskogo-soyuza-1955

Челси Вернер: как юная гимнастка с синдромом Дауна стала мировой чемпионкой

Весьма часто можно услышать жалобы от физически здоровых людей. И с одной стороны – это нормальное явление. Иногда на каждого из нас наваливается уныние и справиться с ним может далеко не каждый. Но с другой, существуют живые примеры того, что порой можно стать звездой, добиться своих целей тогда, когда, казалось бы, весь мир против тебя.

История жизни Челси Вернер как раз из таких. Про нее говорили, что она будет инвалидом на всю жизнь, что она никогда не сможет жить обычной жизнью. Ведь у нее синдром Дауна, а такие дети редко могут похвастаться большими заслугами. Однако, Челси доказала – добиваться своих целей можно. И захотев стать гимнасткой, Вернер и правда смогла ею стать. Более того, она считается чемпионкой, хотя в это изначально мало кто верил.

Челси – девушка с синдромом Дауна. Многие знают, что кроме физиологических особенностей у таких людей есть множество сопутствующих проблем, в том числе с координацией и распределением силы. Изначально Вернер привели в спортивный зал родители, с одним лишь пожеланием – чтобы их дочка начала учиться самодисциплине, координации, смогла ощущать свое тело и потихоньку социализировалась в обществе. Занятия начинались с малого и, конечно, не все они были успешны: малышка не могла совершать элементарные физические упражнения. Но, как оказалось, Челси – настоящий боец, что даже отметил ее тренер. Она быстро начала делать успехи, а с учетом ее синдрома, это вообще казалось каким-то чудом. День за днем, и все более и более сложные гимнастические упражнения она могла выполнять.

Всего в возрасте 8 лет Челси побывала на своих первых соревнованиях. Конечно, для людей особенных, с ОВЗ. Хотела ли она победить? На удивление нет. Ведь малышка даже не понимала, а чем вообще отличается последнее место от первого?

Выступление Челси было неплохим, однако, тренер честно сказал своей подопечной – хочешь успеха? Тогда работай так же, как и другие гимнастки. И тогда Вернер начала заниматься каждый день по несколько часов подряд. Однако, спортивная карьера Челси постоянно встречала различные испытания. Сначала Специальный Олимпийский комитет принял решение о самостоятельной покупке билетов и оплаты переездов. Для самой обычной, рядовой семьи, это были немалые деньги, поэтому ездить по соревнованиям Вернер долго не смогла. И хорошо, что нашлось решение этой проблемы. Был создан фонд "Chelsea Quest", который помогал собирать деньги для Челси. И, кстати говоря, именно при помощи этих средств девушка смогла участвовать в соревнованиях своего штата, где стала членом особой олимпийской команды.

Челси трудилась. Она не боялась сложностей. И все это дало свои результаты – на данный момент девушка является 4-кратной чемпионкой США по спортивной гимнастике для людей с отклонениями в развитии. Но и это еще не все, также она смогла стать 2-кратной чемпионкой мира. В свободное время Вернер предпочитает заниматься спортом, но иногда охотно позирует для фотографов, общается с другими людьми. Главная цель ее родителей – социализировать своего ребенка, и правда достигнута.

https://chelsi-verner-kak-yunaya-gimnastka-s-sindromom-dauna-stala-mirovoj-chempionkoj

ПУТЕШЕСТВИЕ

Коныр-Аулие: загадки священной пещеры

Легенда гласит, что в недрах горы Актас в Казахстане покоится великий Потрясатель Вселенной – могущественный Чингисхан. Подтвердить или опровергнуть эту версию пока никто не решился: смельчаков, кто рискнет нырнуть в ледяную подземную воду и исследовать неизведанные глубины пещеры Коныр-Аулие, не найти.

Восточный Казахстан – удивительное место. Родина Абая, Шакарима, Мухтара Ауэзова и многих других личностей, увековечивших свое имя в истории. Загадочная пещера Коныр-Аулие тревожила и притягивала людей к себе издавна.

В романе «Путь Абая» поэт посоветовал сыну Абишу и его друзьям осмотреть подземелье: «Утром путники направились в Конур-Аулие. На каменистом склоне они увидели вход в пещеру. Оставив у входа лошадей, они гуськом стали пробираться следом за Кокпаем. Короткий извилистый коридор привел их в просторную пещеру. Прохладная сырость охватила их. Каждый из жигитов зажег взятые с собой свечи или факелы. Темнота, наполнявшая пещеру, колеблясь, отступала от слабых огней. Жигиты медленно продвигались вперед. Пещера становилась просторнее и выше. Когда шаги смолкали, в пещере наступала мертвая тишина – все здесь было погружено в тихий, глубокий сон. С каждым новым шагом подземелье тянуло путешественников все дальше вглубь. Казалось, покатая каменистая почва заставляет ускорять шаги, увлекая людей в таинственную темноту, заманивая, как в сказке, на волшебную дорогу».

Найти вход в пещеру Коныр-Аулие не так просто. Это незаметная глазу узкая расщелина. Актас – гора мелового происхождения, отсюда и название: «Белый камень». Пройдя в ее недра (а упитанный человек – протиснувшись), буквально через полтора метра оказываешься в просторной и высокой галерее... Заходишь и оторопь берет от нереальности увиденного. В народе говорят, что пещера эта святая. Местные жители верят, что свое спасение в ней нашел святой Коныр. По легенде, во время великого потопа спасся не только Ной. Три пророка привязали к ковчегу свой плот и пережили наводнение. Но гигантские волны разбили плот и на его частях старцев отнесло в разные стороны. Когда вода спала, одно бревно зацепилось за горный хребет Актас. Спустившись к его подножию, пророк увидел пещеру, в которой и поселился. А звали его Коныр Аулие, или Святой Коныр.

Пещера святого Коныра – самая крупная в Восточном Казахстане. Ее длина – почти 150 метров. Спелеологи считают, что Коныр-Аулие – это лишь одна из пещер системы подземных гротов. Поверить в это несложно: в стороны от основного зала расходятся тоннели и зияют провалы. Что за ними – никто до конца так и не исследовал.

Главная пещера находится справа от входа. Осторожно спускаешься вниз и перед тобой появляется озеро. Оно словно приз для храбрых духом людей. Вода в нем чистейшая, голубоватого цвета. Вот как описывает Мухтар Ауэзов озеро в романе «Путь Абая»: «Опередив своих спутников, Абдрахман ушел вперед, с жадным удивлением разглядывая подземелье, открывшееся перед ним в свете факелов. Наконец отставшие жигиты услышали его возгласы: - Вода! Вода! Молодые люди поторопились догнать его и скоро все они собрались на берегу большого подземного озера. В дрожащем свете огней было видно, что вода в нем чиста и прозрачна, как хрусталь. Голоса гулко разносились над озером, четкое многократное эхо повторяло каждое слово. Дармен подобрал занесенный сюда кем-то прут и попытался измерить им глубину возле берега. – Сразу у берега – обрыв, – сказал он. – Такой коротышка, как Альмагамбет, уйдет здесь в воду с головой! Жигиты попробовали выяснить и ширину озера. Они начали кидать мелкие камни в темноту. Но с какой бы силой они ни бросали их, каждый раз раздавался всплеск воды – видимо, тот берег был очень далеко».

Глубина подземного озера действительно внушительная – до 5 метров, размеры примерно 15 на 20 метров. Вода здесь очень холодная, всего четыре градуса. Но людей, желающих окунуться в нее, это не останавливает. С давних пор, веря в чудесные свойства озера, сюда приезжают пары, которые молят святого Коныра о долгожданном первенце. Чтобы излечиться от бесплодия, женщина должна была пройти ряд очистительных ритуалов перед

входом в пещеру, затем окунуться от трех до семи раз в целебную воду и обязательно переночевать в одиночестве под каменными сводами. Исследователи находили здесь немало женских украшений, оставленных в качестве подношений святому. Согласно поверьям, озеро помогало излечивать и раненых воинов. Их якобы тоже окунали в воду, после чего выздоровление шло намного быстрей. Интересно, что современные исследования подтвердили лечебные свойства воды, она оказалась насыщенной полезными минералами, такими, к примеру, как кремний.

Целебные свойства не единственная загадка пещерного озера. До сих пор никто не знает, где оно начинается. Подводным тоннелем озеро соединено со второй и третьей пещерой. Дальше водолазы проплыть не смогли. Легенды говорят, что в недрах горы скрыто что-то особенное. Так, одно из преданий гласит, что под толщей воды есть потайная железная дверь, за которой скрыта главная пещера, ставшая склепом, последним местом упокоения загадочного хана. Местные старожилы верят, что в недрах горы скрыта гробница самого великого Потрясателя вселенной Чингисхана. Все, кто знал место захоронения, были убиты. Указывает на него лишь название этой горной гряды – Шынгыстау.

Случайно ли эти горы носят имя Великого завоевателя или действительно связаны с его историей, доподлинно не известно. Сохранилось также предание, что на местной горе, которая называется Орда, была походная ставка степного воителя. Здесь Темуджин был поднят на белой кошме и провозглашен ханом, после чего и получил новое имя.

Зато в этих местах находили немало наконечников стрел, копей и другого воинского вооружения, которое относится к другому важному историческому периоду. В 1735 году здесь проходила знаменитая Шаганская битва. В XVIII веке она стала решающей в исходе затяжной войны между казахами и джунгарами. Сохранились могилы воинов, в которых нашли последний приют свыше 300 человек. Одна часть кладбища находится перед пещерой, вторая – с северной стороны. А если смотреть на гербы-знаки (тамга) на могилах, то тут захоронены воины из родов найманы, аргыны, кереи и других. «Подозвав Кокпая, ехавшего позади, Абиш стал расспрашивать его об этом кладбище и показал ему высеченные на могилах тамги. Кокпай, бывавший здесь и раньше, никогда их не замечал. Сейчас, сойдя с коня, он начал внимательно рассматривать надписи. На одной из могил он узнал тамгу племени Аргын – «два круга». Затем нашел «детское седло» кереев, «ковш» найманов. Рассматривая их, он удивленно щелкал языком и качал головой. – Я впервые вижу кладбище, где похоронены представители почти всех племен Среднего Жуза. Жигиты, наверно, тут скрывается какая-то глубокая тайна. Как это так, что за диво? – размышлял он вслух. – Кажется, я догадываюсь, какие события оставили этот горький след на нашей земле. Посмотрите, тут не один человек похоронен, а несколько! – удивленно воскликнул он» (из романа «Путь Абая», М. Ауэзов).

Шаганская битва длилась семь суток на огромной территории от Балхаша до гор Шынгыстау. Взять вверх не могла ни одна из сторон. Пока предводитель казахских ополченцев Кабанбай батыр не повел воинов в решительное наступление. Оно и решило исход битвы. В этом сражении джунгары были разгромлены, а их главный полководец Доржи покончил жизнь самоубийством. Так началось вытеснение захватчиков с территорий казахских жузов.

В будущем в окрестностях Коныр-Аулие планируют провести фундаментальные археологические раскопки и на месте исторических событий создать музей под открытым небом. При этом некоторые считают, что благоустраивать подъезды сюда – это лишнее: сакральное место должно оставаться труднодоступным, чтобы паломники, преодолевая препятствия, больше задумывались о важном и вечном. Путь к горе не близкий, нужно проехать от Семипалатинска около 200 километров, но даже столетия спустя люди по-прежнему приходят сюда – кто-то из-за красоты пещеры и туристического интереса. Другие – чтобы окунуться в озеро и получить исцеление.

Алия Султан

https://16407367/konyr-aulie-zagadki-svyashchennoi-peshchery

КТО-ТО КОГДА-ТО СКАЗАЛ

Почему не нужно заставлять людей что-то делать?

Замечали ли вы, что одни люди могут с легкостью организовать и успешно реализовать даже самые сомнительные проекты, другие же с трудом могут справится и даже с самыми простыми и перспективными задачами. Почему же так происходит?

Сам себе режиссер. Небольшие проекты и дела, которые можно сделать в одиночку, как правило не вызывают у окружающих сложностей. Во время их выполнения человек может реализовать свой творческий потенциал и почувствовать вкус успеха. Однако в случаях, когда необходима работа группы людей, работа проходит не всегда гладко. На это есть несколько причин. Одна из самых главных – неумение организовать полноценную работу и распределить обязанности. В случае, когда окончательный результат зависит только от одного человека планировать этапы выполнения гораздо проще, ведь нужно учитывать только свои силы и возможности. В случае с коллективной работой выполнить все необходимые манипуляции вовремя сложнее. Иногда сотрудники могут столкнуться с таким парадоксом: они делают слишком много лишней, ненужной работы или же работают неравномерно: сначала слишком много отдыхают, а затем усиленно работают. Подобная тенденция не добавляет энтузиазма. А работа в целом напоминает езду на американских горках. Другими словами, технические особенности и нестыковки могут не только "тормозить" процесс, но полностью "отбить" желание работать.

Под эгидой безразличия. Не только технические ошибки могут стать причиной провала. Окончательный результат будет зависеть не только от материальной базы, но и также от общего настроя людей и при этом неважно, какую работу необходимо выполнить группе работников: убрать на пляже, посадить деревья в парке, обустроить спортивную площадку или организовать частную школу по изучению языков.

Очень часто у людей может быть все необходимое для выполнения работы, удобный график и максимально комфортные условия, но работа выполняется спустя рукава. Почему так? Скорее всего потому, что большинство работников просто не заинтересованы в своей работе. Не всегда подобный интерес должен измеряться деньгами. Очень часто люди просто не могут осознать значимость выполняемой ими работы. Она им кажется бесполезной, неважной, незначимой. Именно поэтому они и не выкладываются на полную. Как бы это ни звучало странно, но самым важным рычагом становиться заинтересованность, мотивация к действию. Вспомните себя. Как сложно порой заставить себя, например, сделать генеральную в доме. Очень часто мы воспринимаем этот процесс как неприятную необходимость и стараемся как можно дальше оттянуть его выполнения. В то же время, хорошее настроение и успешная мотивация позволяют нам справиться с подобной рутиной без усилий. Этот парадокс подметил и Антуан де Сент-Экзюпери:

Если хочешь построить корабль, не надо созывать людей, планировать, делить работу, доставать инструменты. Надо заразить людей стремлением к бесконечному морю. Тогда они сами построят корабль.

Конечно, без, хотя бы минимального распределения обязанностей группе людей будет очень сложно организовать свою работу. Однако, если конечная цель работы, будет вызывать интерес у работников, то они будут с радостью трудиться даже, если придется работать даже на износ.

2019 жылы 30 қаңтарда Қазақстан Республикасы Ақпарат және коммуникация министрлігінің Ақпарат Комитетінде тіркелді, № 17491-Ж

Поставлен на учет в Комитете информации Министерства информации и коммуникаций Республики Казахстан 30 января 2019 года, № 17491-Ж

Ақпарат-қоғамдық, көркем / Информационно-общественный, художественный
Айына бір рет шығады / выходит один раз в месяц
Тираж 150

ISSN: 2707-3629

Жазылу индексі/подписной индекс: 26142

Бас редактор / главный редактор Гулбаршин Балгожина
Брайль редакторы / редакторы по Брайлю Марлен Джакупов, Асыл Ажибеков
Брайль корректоры / корректор по Брайлю Ирина Афендулиди

Әдеби кеңес/ Литературный совет:
Әбетхан Тоқтаған
Владимир Ивановский
Мариям Иминова
Ермахан Әбдіраман

Қазақстан Республикасы, 050012, Алматы қ., Мұратбаев көш., 136
(Бөгенбай батыр көшесі қиылысы)
Республика Казахстан, 050012, г. Алматы, ул. Муратбаева 136
(уг. ул. Богенбай батыра)
bgrbarshin@mail.ru
www.ookos.kz