



# e L F

лечебный факультет



No.16 december 2024

# СОДЕРЖАНИЕ

<b>Введение</b>	<b>03</b>
<b>СТЕНЫ ЗАЩИЩАЮТ ИЛИ ОГРАНИЧИВАЮТ?</b>	<b>04</b>
<b>ИСТОРИЯ УКРАШЕНИЯ НОВОГОДНЕЙ ЕЛКИ</b>	<b>06</b>
<b>ТАНЦУЙ, ЕШЬ И НАСЛАЖДАЙСЯ</b>	<b>09</b>
<b>ЭФФЕКТ ДУША: как ежедневный ритуал связан с творческими озарениями</b>	<b>11</b>
<b>Рубрика «Медхакинг»</b>	<b>14</b>
<b>КОРНИ ДРЕВА МОЕГО</b>	<b>17</b>
<b>НАШИ ТРАДИЦИИ</b>	<b>18</b>
<b>Рубрика «(Не)обычные люди»</b>	<b>20</b>

Приветствуем вас, наши дорогие читатели!  
На календаре – зима, а значит, пришло  
время встречать Новый год!

Декабрь пролетит красочно и быстро, не  
успеем мы и глазом моргнуть, и завершится  
праздником, который мы с особенным  
предвкушением ждем, стоит увидеть  
гирлянды и украшенные елки.

В новом выпуске делим новогоднюю  
атмосферу с полезной информацией. Совсем  
немного прикоснемся к Новому году, потому  
что полноценная зимняя атмосфера еще  
впереди.

Этой зимой желаем вам побольше сил для  
новых свершений. С радостью подведите  
итоги этого уходящего года и с нетерпением  
встречайте наступающий!

Приятного чтения!

# Введение

# СТЕНЫ ЗАЩИЩАЮТ ИЛИ ОГРАНИЧИВАЮТ?

*«Отец любил смотреть борьбу, а мама любила бороться – неважно за что. Она была на стороне добра, и этим все сказано».*

Сегодня мне хотелось бы познакомить читателей с одной из самых талантливых современных писательниц, пока еще не очень известных в наших широтах – англичанкой Джанет Уинтерсон, из-под пера которой уже вышло около 20 сочинений.

На русский язык не переведено и половины ее книг.

Родилась Джанет в Манчестере в 1959 году, но задержалась там ненадолго. Биологическая мать, Энн.С, по неизвестным причинам оставила девочку в приюте. В скором времени в его двери постучалась женщина, Констанс Уинтерсон, которая была адептом секты пятидесятников. Она удочерила Джанет и увезла ее в небольшой городок Аккрингтон, где и пройдут последующие шестнадцать лет жизни будущей писательницы.

Это можно назвать очень кратким пересказом «Не только апельсины» – для знакомства с самой Джанет и ее творчеством лучше всего начинать именно с этой книги.

Сюжет, разворачивающийся на страницах, пронзительно-эмоциональный. Джанет честно рассказывает о сложностях жизни с крайне набожной матерью, считающей весь окружающий мир полным опасностей, с которыми необходимо сражаться.

В магазинах вы, если постараетесь, наткнетесь только на две – «Не только апельсины» и «Зачем быть счастливой, если можно быть нормальной?».

Обе книги рассказывают о детстве и молодости писательницы, проведенных в секте, и об одной из самых значимых фигур в ее жизни – приемной матери.







# ДЖЕНЕТ УИНТЕРСОН

НЕ ТОЛЬКО  
АПЕЛЬСИНЫ

18+

Книги, изменившие мир.  
Писатели, объединившие  
поколения.

Э К С К Л Ю З И В Н А Я К Л А С С И К А

Как Джанет писала в «Не только апельсины»: «Она взяла меня, чтобы я стала на ее сторону против Остального мира». Всю свою жизнь ее мать провела в попытках исправить «остальной» мир, относясь к нему при этом с пренебрежением и подозрительностью.

Она готовила Джанет к миссионерской деятельности, стараясь при этом оградить девушку от всех. Читая книгу, мы понимаем, что Констанс Уинтерсон – очень сложный и непредсказуемый из-за разрываемых ее противоречий персонаж.

Книги Джанет Уинтерсон о том, как отношения с родителями могут быть деструктивными, как это может повлиять на человека в будущем. На текущий день писательнице 65 лет, но она признается, что все еще не может бесстрастно говорить о своем детстве. Она сама разрушила стены, возводимые ее матерью, и это было очень болезненно, несмотря на то, что взамен ей открылся большой, яркий и вовсе не враждебный мир.



Манера письма Джанет очень остроумна и свежа, а ее искренность и юмор сглаживают острые углы сюжета, благодаря чему читать книги легко.

Но будьте аккуратны: вдруг потом вы обнаружите себя в глубокой задумчивости.

# ИСТОРИЯ УКРАШЕНИЯ НОВОГОДНЕЙ ЕЛКИ

Как только за окном появляются первые снежинки, а город начинает сиять сотнями разноцветных гирлянд, внутри каждого из нас, даже у взрослых, появляется приятное, тёплое чувство приближающегося чуда.

Это чувство родом откуда-то издалека, прямиком из детства. Сразу вспоминаются детские стишки Дедушке Морозу, подарки, раскрасневшиеся от мороза нос и щёки, вкус сиропа от кашля, бои снежками, снеговики...

Особое место среди всего этого занимает ёлка, а точнее, её украшение. Когда вы вместе с родными и близкими искали и ставили это зелёное чудо у себя дома, потом наряжали разноцветными причудливыми игрушками и яркими гирляндами, не забывая поставить на самый верх звёздочку, свет которой озарял всю комнату.

Кажется, ёлка испокон веков ассоциировалась с Новым Годом. Но если задуматься, откуда взялась традиция?

## Как зародился обычай

Традиция наряжать елку на Новый Год впервые появилась в Германии пару сотен лет назад. Немцы считали это дерево священным и полагали, что в его ветвях живет лесной дух. Ель являлась символом бессмертия, стойкости, верности и благородства, а растущие на ней шишки олицетворяли жизнь и здоровье. Накануне праздника на одну из самых высоких елок в лесу люди развешивали яблоки, яйца и орехи, пытаясь тем самым задобрить духов и прогнать нечистую силу. Яблоки символизировали плодородие, яйца – течение жизни, а орехи – божий промысел.

История появления звезды на вершущке дерева связана с именем Мартина Лютера – христианского богослова и родоначальника Реформации.





Однажды накануне Нового года Лютер, прогуливаясь, засмотрелся на темное небо, усыпанное сверкающими звездами. Казалось, будто крохотные огоньки горят в макушках деревьев. Когда Лютер вернулся домой, то нарядил свое небольшое деревце яблоками и зажженными свечами, а на верхушку дерева поместил звезду.

После этого украшать новогодние елки фигуркой звезды начали практически все жители.

В России все складывалось немного по-другому: во времена правления Петра I люди приносили в свои дома не сами деревья, а лишь их ветви. По указу императора «О праздновании Нового года» русские размещали у себя в жилищах ветки сосен, елей и можжевельников и украшали их. После смерти Петра I этот обычай забылся, и еловые ветки пригождались разве что для украшения кабаков. И только в 19 веке традиция, связанная с новогодними деревьями, возродилась вновь.



## Празднование в 19 веке

Украшать елку горящими свечками, игрушками и сладостями в России начали во времена правления Николая I. В этот же период появилась традиция обмениваться новогодними подарками. Такой обычай ввела супруга царя – Александра Федоровна, у которой были немецкие корни. Чуть позже примеру царицы последовала вся знать Петербурга, а спустя ещё какое-то время наряжать деревья начали и все остальные слои общества.

В 40-х годах в газетах писали, что теперь елки наряжают игрушками и конфетами. Зажиточные семьи соревновались между собой: чья елка выглядит более нарядной, пышной, богатой? Особо состоятельные люди для украшения новогодних деревьев часто использовали драгоценные камни, бусы и дорогую ткань.



## Как это было в СССР

Когда у власти оказались большевики, празднование Рождества запретили, а рождественское дерево назвали пережитком прошлого. Устанавливать елку в доме и наряжать ее было запрещено, однако некоторые семьи все равно оставались верны этому обычаю.

Только в 1935 году, благодаря инициативе Павла Постышева – устроить детям праздник с елкой (партийный деятель опубликовал заметку в газете «Правда»), – наряженная елка вновь стала привычным и обязательным элементом Нового года.

В этом же году было организовано первое празднование для детей, на котором особое место занимало пышное зеленое чудо, украшенное игрушками, фруктами и сладкой выпечкой.

Уже в 1938 году в Дом Благородного собрания привезли елку высотой в 15 метров, увешанную 10 тысячами различных украшений.



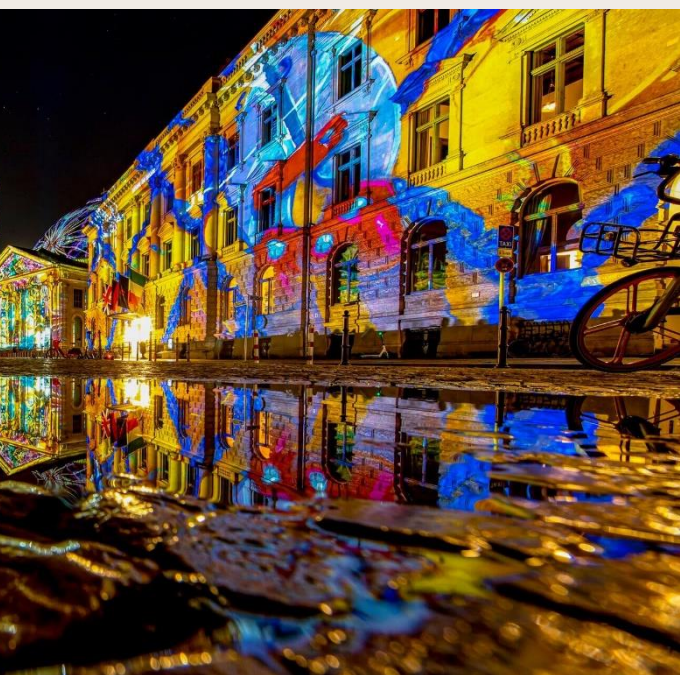
Сегодня «новогоднее дерево» уже практически невозможно представить без сверкающих игрушек, гирлянд и яркой мишуры. Такие украшения создают уютную, теплую атмосферу и ощущение приближающегося праздника и чуда!



# ТАНЦУЙ, ЕШЬ И НАСЛАЖДАЙСЯ

Национальные праздники и фестивали позволяют по-новому взглянуть на любую страну, познакомиться с традициями, передающими традиции и местный колорит. И в этом плане осень — идеальное время для путешествий. Почему же именно осень?

Дело в том, что в Европе уже не так много туристов, как летом. Например, в Индии только начинается сезон.



## Фестиваль света в Германии, Берлин

Обычно фестиваль проходит в середине октября, тогда туристы со всего мира слетаются, чтобы насладиться зрелищным событием и по-новому взглянуть на Берлин. С наступлением темноты популярные достопримечательности превращаются в площадки для игры света и фантазии организаторов. Александровская площадь, Берлинский Дом и другие исторические объекты переливаются разноцветными красками. Во время фестиваля по городу курсирует специальный автобус LightLiner, маршрут которого построен с учётом всех световых композиций.



## Праздник граната в Азербайджане, Гёйчай

Если вы большой любитель этой ягоды, тогда вам в Гёйчай! Там их не только выращивают, но и слагают о них песни и пишут стихи. Уже более десяти лет во время сбора урожая местные отмечают Праздник граната.



Выглядит это весьма завораживающе – ярмарка, музыка, развлечения, фейерверк! И, кстати, только здесь растут все сорта этого чудесного фрукта. Гранат с особой любовью используют в кулинарии: едят в свежем виде, готовят из него соки, варенье, различные десерты, добавляют почти во все блюда.

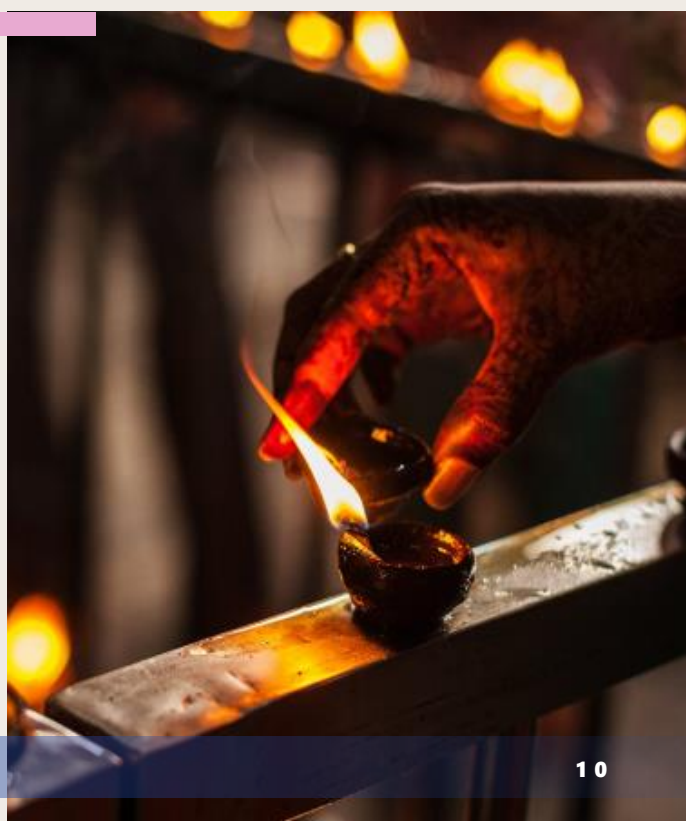
## Диа де Муэртос, Испания

Не секрет, что мексиканцы – весёлые и дружелюбные ребята. И, кажется, рядом с ними любое событие превращается в праздник. Лучшее тому доказательство – День мёртвых или, по-испански, Диа де Муэртос. Вместо того чтобы скорбеть об умерших, мексиканцы чествуют их с радостью. Строят алтари со свечами, на которые возлагают цветы и любимые игрушки усопших. Пишут стихи, проводят парады с костюмированными представлениями, устанавливают красочные декорации, украшают витрины специальной символикой – скелетами и черепами. И даже дарят друг другу именные игрушечные гробы в знак уважения.



## Дивали — фестиваль огней в Индии

Дивали – один из наиболее значимых праздников в Индии, символизирующий победу добра над злом, торжество светлого над тёмным. На несколько дней вся страна превращается в одну большую площадку со множеством огней и фейерверков. Повсюду улицы и дома украшены свечами, фонариками. В этот день принято радовать близких, помогать нуждающимся и угощать друг друга сладостями.



# ЭФФЕКТ ДУША: КАК ЕЖЕДНЕВНЫЙ РИТУАЛ СВЯЗАН С ТВОРЧЕСКИМИ ОЗАРЕНИЯМИ

Культ продуктивности активно транслируется через социальные сети и средства массовой информации. Он убеждает нас в том, что только беспрестанная напряженная умственная деятельность, направленная на достижение определенных целей, способна привести к результату. Это, конечно, звучит реалистично. Однако очень часто транслируется ещё и такая идея: отдых от работы сам по себе является непродуктивным и необязательным. А ведь мы все знаем, что отдых важен для здоровья.

В этой статье я бы хотела рассмотреть отдых как составную часть рабочего процесса, как инструмент для решения сложных задач и генерации идей.

«Эффект душа» – это состояние, когда человеку, который занимается делами, не связанными с работой или учёбой, например, прогулкой, бегом, принятием душа, в голову приходят креативные идеи, помогающие решить рабочие или учебные задачи.

Исследование этого феномена началось в 2012 году, когда в журнале *Psychological Science* вышло исследование «Вдохновленный отвлечением» Бенджамина Байрда из Университета Висконсина. В эксперименте участникам предложили придумать как можно больше креативных идей по использованию предметов быта.

В период, за который идеи должны были «созреть» в головах участников, нужно было решить задачи разной сложности. Выяснилось: чем меньше интеллектуальных усилий требовала «отвлекающая» задача, тем более творческие варианты предлагали участники.

Однако был один нюанс. В 2022 году доцент Университета Вирджинии Зак Ирвинг провел другое исследование, в котором 300 студентам предложили за 90 секунд придумать креативное применение скрепке. Затем их разделили на группы.

Первая смотрела скучное видео о том, как двое мужчин развешивают белье после стирки, вторая же – увлекательный ролик со сценой в закускойной из фильма «Когда Гарри встретил Салли». Это было время для «созревания» идей. В результате больше творческих идей наблюдалось у группы, просмотревшей увлекательное видео.



Таким образом, в эксперименте 2012 года разум был не «блуждающим», а скорее «скучающим». Когда мозгу «скучно», он переходит к обдумыванию насущных нерешенных задач. «Блуждающий» разум – это состояние, при котором соблюдается баланс между сфокусированным линейным мышлением, ограничивающим оригинальность, и неограниченными случайными ассоциациями, которые не всегда бывают полезными.

Бег, ходьба, принятие душа – это сбалансированные занятия. Они достаточно увлекательны, чтобы сознательно и целенаправленно не обдумывать рабочие задачи, и в то же время не требуют концентрации внимания или напряженного мыслительного процесса. А значит – оставляют пространство для творческих озарений.



## **Почему же этот феномен назвали эффектом душа?**

Все просто. В результате проводимых анкетирований большинство людей отмечали, что озарения настигали их именно во время принятия душа.

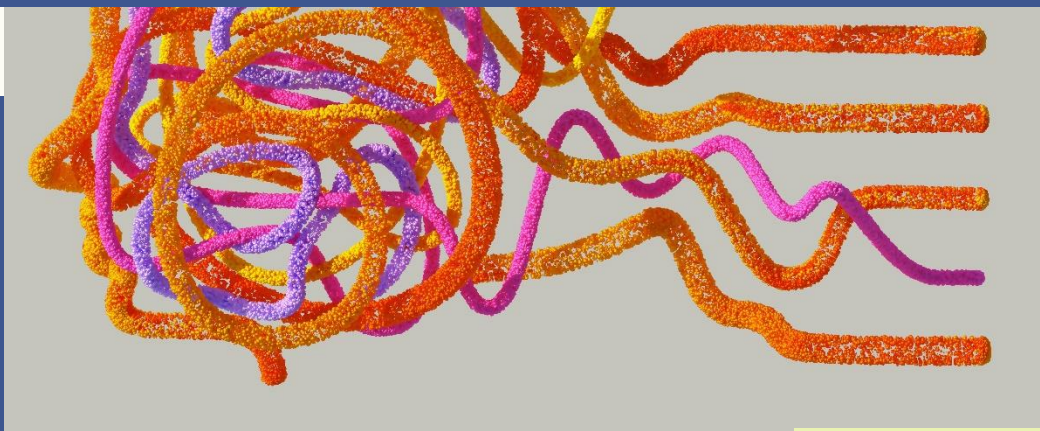
## **Какие структуры мозга ответственны за этот процесс?**

Предполагается, что ведущая роль здесь принадлежит сети пассивного режима работы мозга (Default Mode Network, DMN), группе участков мозга, которые активны, когда мы погружаемся в свои мысли, в том числе, когда позволяем разуму блуждать.

Бен Шофти, функциональный хирург и доцент Университета Юты, провел исследование в 2022 году. Тринадцати пациентам провели операции по удалению опухолей в головном мозге. При этом использовали электростимуляцию, подавляющую деятельность определенных участков мозга, а сами пациенты должны были находиться в сознании, чтобы оценить эффект от стимула.

Когда хирурги стимулировали участок мозга внутри DMN, пациент временно лишился способности к креативным идеям. Так, например, когда пациентку попросили придумать креативное применение шины до стимуляции, она предложила сделать из нее подушку или садовый фонтан. Сразу после «выключения» DMN и вопроса о применении карандаша, она не придумала ничего лучше, кроме как возможности им рисовать.

«Эффект душа» очень легко использовать в своих целях в повседневной жизни. Главное, помнить, что для «созревания» идеи нужен исходный материал, то есть знания или опыт, которые вы получили в процессе работы или учебы. Именно из их различных сочетаний и преобразований в ходе обработки информации смогут возникнуть новые идеи.



### **1. Делайте перерывы между задачами.**

### **2. Меняйте обстановку.**

Новые стимулы создают новые нейронные связи, таким образом мы расширяем пространство для генерации идей.

### **3. Ориентируйтесь на себя.**

Помните, что занятия, которые стимулируют творчество у одних людей, могут никак не влиять на генерирование креативных идей у вас. Если озарения не достигают вас в душе или на прогулке, попробуйте спорт, отдых на природе и другие расслабляющие занятия. Найдите то, что вдохновляет именно вас. Самое главное, чтобы новые виды деятельности были в меру увлекательными.

### **4. Откажитесь от просмотра видео/прослушивания музыки**

параллельно с другим занятием (спортом, прогулкой, готовкой). В противном случае разум будет сконцентрирован на выполнении нескольких действий одновременно и не сможет «блуждать».



## **РУБРИКА « МЕДХАКИНГ »**

### **Современные технологий, которые формируют медицину будущего**


Технологии давно играют решающую роль в медицине. Будь то разработка микроскопа в 17 веке или разработка хирургических инструментов, индустрия здравоохранения не будет такой, какой она является сегодня, из-за постоянных инноваций в этой области.

Вот некоторые из наиболее интересных примеров технологий здравоохранения, которые могут сформировать медицинскую индустрию будущего.

#### **Виртуальные пациенты и видеоигры**

Разработка технологий, направленных на лечение пациентов, невероятно важна, но также необходима разработка новых методов обучения врачей. Оказывается, виртуальные пациенты будут большей частью этого процесса.

Такие компании, как Cyber Patient, уже проводят виртуальное медицинское обучение. По сути, кибер-пациент переносит концепцию симулятора полета в медицинскую сферу. Хотя моделирование может быть не таким подробным, как современные симуляторы полета, платформа и другие подобные ей будут только улучшаться.



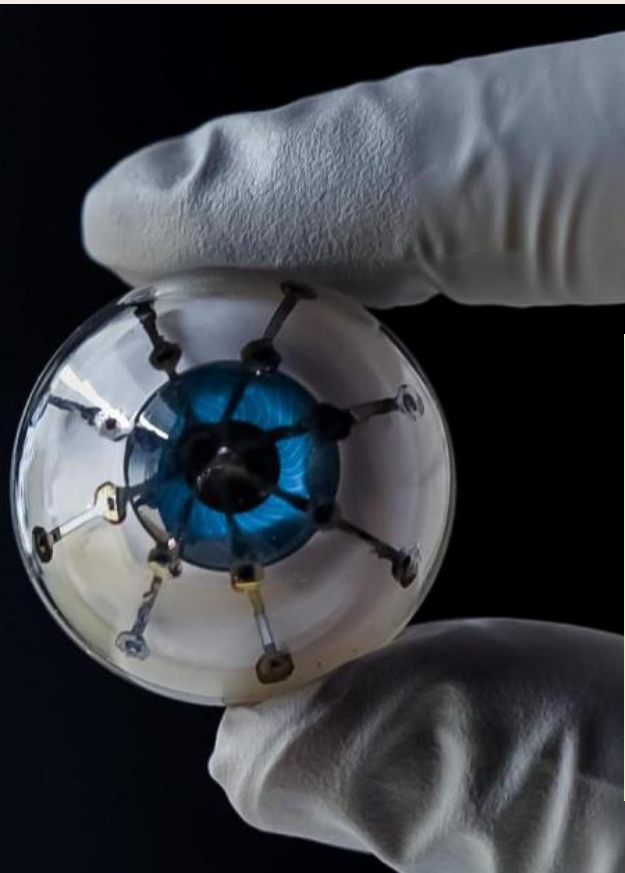
**"I'm the world's most advanced pediatric patient simulator."**



## Кровоточащие роботы

Цифровое моделирование – не единственный футуристический метод, разрабатываемый для обучения врачей. Виртуального мира может быть недостаточно.

Вот почему компания Gaumard строит роботов для медицинского обучения. Их изобретения включают роботов, которые рожают, роботов с черепно-мозговыми травмами, роботов с инфицированными конечностями и даже огнестрельными ранениями.



### Бионические глаза

В прошлом году исследователи из Университета Миннесоты 3D напечатали множество световых рецепторов на полусферической поверхности. Эта работа – важный шаг к существованию функционирующих бионических глаз, которые могут помочь слепым людям видеть, а слабовидящих видеть лучше.

«Глаз», сделанный исследователями, содержит фотодиоды, которые, как было показано, преобразуют свет в электричество с 25-процентной эффективностью. Затем ученые стремятся создать глаз с большим количеством световых рецепторов и более мягкой поверхностью. Сейчас ведутся дальнейшие разработки, и примерные сроки работающего на человеке прототипа обещают к 2027 году.

## 3D печать и протезирование

3D-печать показала большие перспективы во многих областях медицины. Только в прошлом году компания BIOLIFE4D показала, что она способна к 3D-печати мини-сердца. Это большой потенциал для снижения стоимости протезов для обычного человека и сделать их более доступными. Как отмечает National Geographic, многие люди во всем мире не имеют доступа к протезистам.

## Виртуальная реальность и дополненная реальность

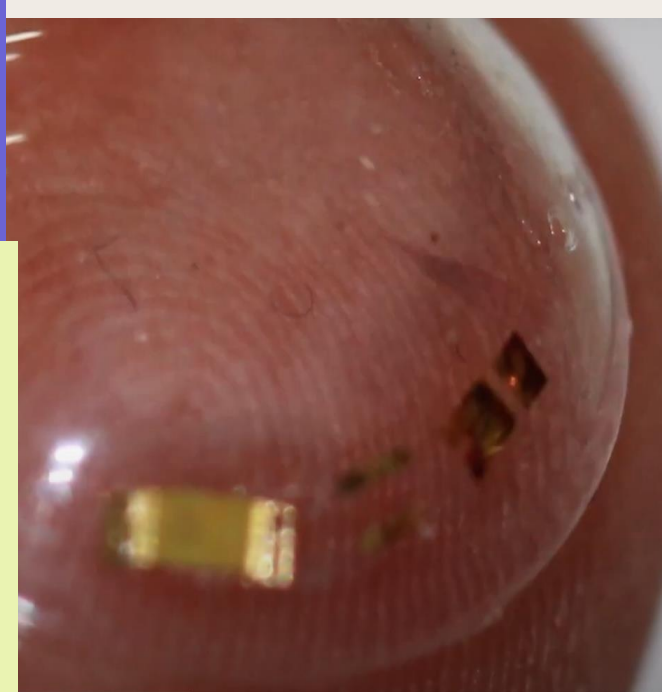
Виртуальная реальность (VR) и дополненная реальность (AR) уже демонстрируют большие перспективы в различных сферах медицины. VR/AR используются как форма обучения врачей, помогая им моделировать реальные жизненные ситуации.

Метод также может помочь людям преодолеть фобии и лечить такие расстройства, как ПТСР, с помощью контактной терапии.

## Медицинские контактные линзы

Команда исследователей, связанных с UNIST, недавно представила новую биосенсорную контактную линзу, которая может определять уровень глюкозы у пациентов с диабетом.

По словам исследовательской группы, эти медицинские умные линзы могут контролировать уровень глюкозы в слезной жидкости. Линзы содержат встроенную гибкую, прозрачную электронику, которая не приносит дискомфорта во время ношения.



## Экзоскелеты помогают парализованным людям ходить

Всего несколько месяцев назад исследователи обнаружили, что парализованный мужчина снова смог ходить, благодаря экзоскелету и имплантату в его мозгу.

Результаты, опубликованные в журнале *The Lancet Neurology*, показывают, как этот человек прошел двухлетнее испытание, в котором смог постепенно обучить роботизированную систему интерпретировать свои мысли как движения. Таким образом, обученная система позволила использовать экзоскелет для ходьбы.



## Роботы медицинские работники

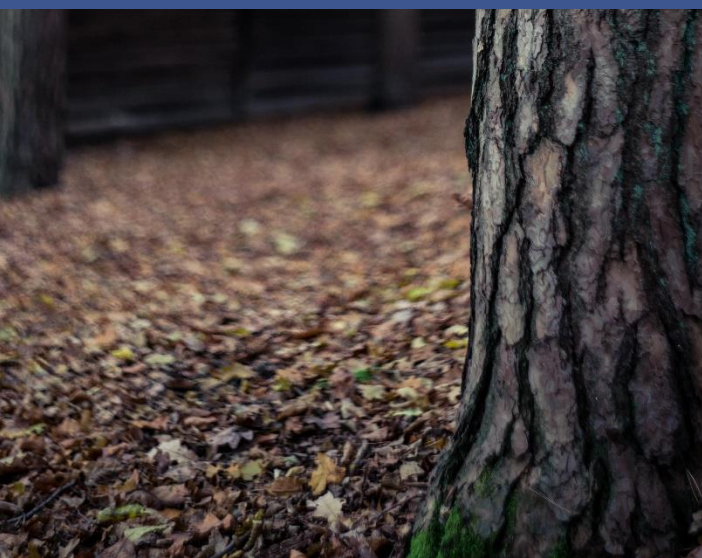
Медицинские роботы-помощники могут быть использованы для того, чтобы следить за здоровьем людей в семье. Фактически, Samsung уже представила миру своего помощника по здоровью – робота Bot Care.

Он может разговаривать, контролировать артериальное давление, контролировать другие ключевые показатели здоровья и давать медицинским работникам людям возможность лучше понимать пациента.



Во многих культурах знаком семьи и рода является дерево. Его ствол могуч и крепок, а корни настолько вросли в землю, что даже ураган, низвергнув весь гнев, не способен пошатнуть дерево. Но есть деревья, что не в силах устоять перед трудностями: они ломаются, а затем и вовсе иссыхают.

Дерево, возвращенное моей семьёй, лишь крепнет из-за трудов, прилагаемых каждодневно. Ветви же его крепко вырастают в светило, не гаснущее уже много лет. Множество семей увековечены здесь, в этой непроглядной чаще, и только корни скрывают тайны. Лишь несколько раз в год собравшиеся члены рода открывают ящик Пандоры, чтобы подкинуть в тлеющие угли секретов ещё огня, ведь единожды увидев свет, они загорятся и сожгут дерево до пепла, коим не посыплешь голову.



## КОРНИ ДРЕВА МОЕГО

Гуляя по аллее пепла, ненароком замечаю каждую мелочь в лицах прохожих. Вижу, насколько тяжел груз рода. Люди несут в руках мешки отнюдь не с песком, а с ошибками всей их семьи. Они платят за них доселе никому неизведанной валютой. Расплата за грехи родни беспощадна. Она смотрит снизу вверх, держа весы и меч в тонких, почти прозрачных руках. Но длани её не теплы, от них веет горечью и морозным утром. Всем существом своим показывает, что неминуемо отберёт всё, что, казалось бы, не представляет никакой ценности. Однако стоит лишиться этого, как тут же осознание расцветёт самыми яркими красками.

В самой глубине этого места меня остановили вопросы, заданные как бы невзначай. Ответы же я хочу получить сейчас, не оглядываясь назад. Так чем же для меня является семья? И без тени сомнений я отвечаю, что семья — это родители, дарящие мне свою заботу и любовь безвозмездно, не прося ничего взамен. С ними я могу наконец уйти в тихую гавань, подальше от девятого вала Айвазовского и всего того, что происходит на арене жизни. Моё будущее и моя будущая семья — это настоящее, что я проживу уже через минуту после того, как напишу слова, которые считаю нужными.



# НАШИ ТРАДИЦИИ

Белорусы с самого начала существования своей культуры соблюдали большое количество интересных и самобытных традиций. Многие из них дошли до наших дней, и все ещё являются частью нашей культуры. Но есть некоторые праздники и обряды, постепенно забытые и почти утраченные за долгую историю, или сохранились только на определенной территории.

В преддверии зимних праздников интересно узнать, какие традиции сопровождали эту чудесную пору у наших предков.

«Колядные цари» – уникальный белорусский обряд из списка ЮНЕСКО. Обряд «Колядные цари» зародился в Беларуси еще в конце XVIII века, где в то время рядом с деревней Семежево квартировался отряд русской армии. И ежегодно под Новый год солдаты обходили деревенские дома, поздравляли жителей и устраивали для них небольшое представление. Жителям деревни представления нравились, так что солдаты получали от них небольшие подарки – в основном, еду.

Спустя годы солдатский отряд покинул деревню. Но жители Семежево так привыкли к новогоднему обряду, что решили продолжить добрую традицию. Мужчины деревни стали сами наряжаться в солдат и устраивать представления, переходя из дома в дом. В 1996 году жители Семежево решили возродить этот обряд. Постепенно он стал известен по всей стране, а в 2009 году его даже внесли в списки ЮНЕСКО как находящийся на грани исчезновения и нуждающийся в защите.



Колядных царей обычно семь – это молодые неженатые мужчины. Для представления они переодеваются в белые брюки и сорочки, а грудь перевязывают крест-накрест широкими лентами, чтобы было сходство с военной формой XVIII века. На головы надевают высокие шапки, украшенные разноцветными лентами, а шею обматывают пестрым женским платком.

«Цари-солдаты» маршируют из дома в дом, показывая шутливое представление из пьесы «Царь Максимилиан»: в нем царь Максимилиан побеждает Мамаю, требующего у него дань. Увидеть эту традицию вживую можно и сегодня, она ежегодно проводится в деревне Семежево с 13 на 14 января.



Еще одна возродившаяся традиция – в деревне Новины Березинского района Минской области. Там существует древний обряд проводов Коляд «Тянуть Коляду на дуб». Отмечается он 21 января и завершает период Колядных праздников.

Этот обряд был восстановлен в 1998 году благодаря Нине Дмитриевне Климович – первой и основной хранительнице традиции, а также всей ее родне.

Жители в этот день отправляются в соседнюю Мартьяновку: там стоит дуб, с которого ежегодно сбрасывают старый снопок пшеницы, символизирующий Коляду, и затягивают новый – на хороший урожай, крепкие семьи и рождение детей.

Старожилы рассказывают, что раньше в Новинах всегда тянули на дуб первый сжатый снопок и деревянное колесо или борону, чтобы прилетали аисты.



В деревне Скирмантово популярна такая традиционная игра – печь котов, а потом есть их. Настоящие животные тут ни при чем: фигурку животного делают из теста, к нему крепят ушки из сала, усы из макарон, рот делают из моркови или томата, глаза – из ягод, а хвост заменяет палка колбасы.

Зачем же нужен кот? Конечно, чтобы съесть его, но не просто так, а в ходе игры: кота подвешивают под потолок, а участники пытаются укусить его за хвост. При этом нельзя помогать себе руками.

Это – только малая часть наследия белорусской культуры. Существует большое количество забытых или утерянных традиций. Большая радость, что многие из них возрождаются и поддерживаются белорусским народом и приносят радость и дух праздника в нашу жизнь!



## ЕВГЕНИЙ СОСЮРА:

**Истинный художник выражает то,  
что думает**

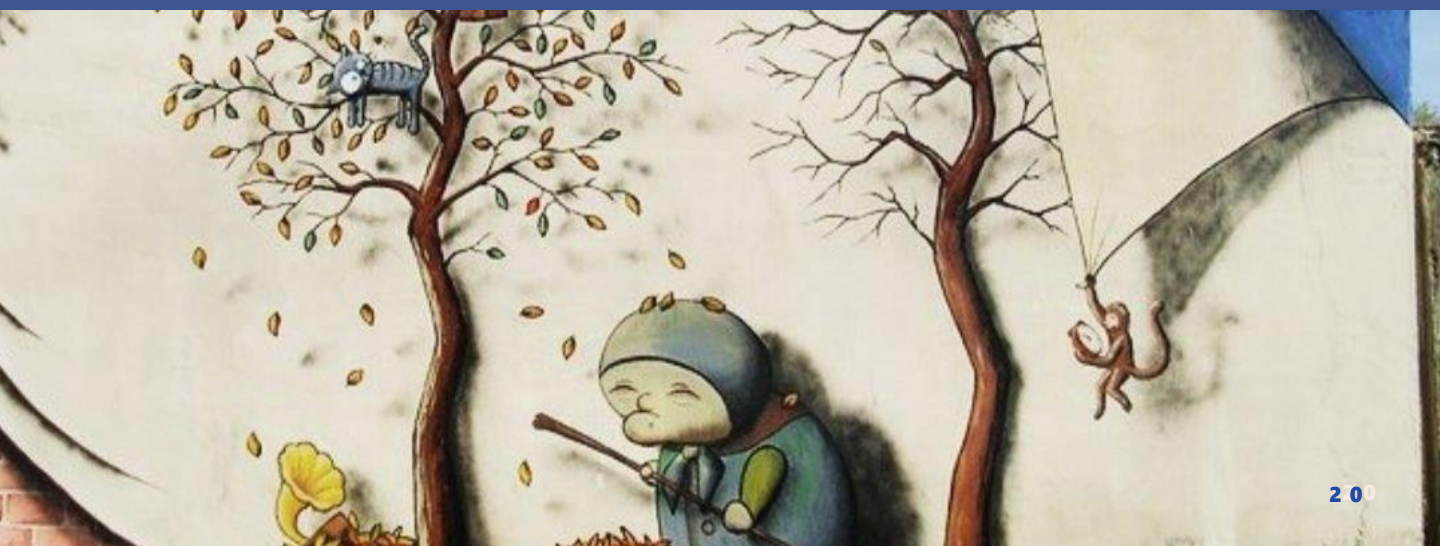
*«Искусство — это вечное движение вперед, всегда уходящее дальше привычных рамок.»*

*Пабло Пикассо*

Многие видели, но не все знают, кто же тот художник, который украшает своими муралами города по всей Беларуси? Мы выяснили, что это Евгений Сосюра, уроженец города Пинска, более известный по Инстаграм-аккаунту [@mutus\\_evgeny](#), добавляет краски в жизни людей. Его картины с налетом меланхолии отражают размышления автора о пути и месте человека на Земле.

Работы Евгения регулярно публикуются в международных обзорах лучшего стрит-арта.

- **Расскажите немного о себе: кто вы, откуда, всегда ли хотели писать?**
- Я Евгений Сосюра. Родом из Пинска. На стенах рисую уже 14 лет. Образование у меня техническое. Рисую я с детства, даже ходил в Пинскую детскую художественную школу. Дальше рисованию не учился.
- **Как к вам пришла идея рисовать муралы?**
- Однажды узнал о мировом стрит-арте – и загорелся. Я рисовал до этого картины дома, но мысль о том, что эти картины могут быть на улице, на виду у всех, сильно вдохновила. Это как выставка своих работ. Очень интересно играть с окружающим миром: уличное пространство в каждом месте уникально, и работа должна вписываться в каждую локацию по-своему.





- Какой был ваш самый первый мурал? Все ли получалось сразу? Какие возникали трудности в начале пути?

- Первые рисунки были маленькие и нелегальные, рисовал по ночам. После одного из них попал в милицию. Здание, на котором сделал этот рисунок, принадлежало отделу культуры. Но так обо мне узнали, расспросили, как-то сконтактировались – и в итоге разрешили здание разрисовать. Стенка была большая – вдвоем, не спеша, за два сезона своими силами разрисовали её в свободной тематике. После этого пошла слава по городу. Одно за другим, по чуть-чуть, творчество стало расти и развиваться. Тогда делались стрит-арт фестивали по стране. Познакомился с организатором. Несколько больших первых фасадов делал в этом формате. Сейчас на коммерческой основе занимаюсь муралами.



- Скажите, какое ваше самое любимое творение?

- Как-то прямо самых любимых нет. Может быть, ближе всего – вот этот. Он самый большой и самый обзорный.

- Круто! А какая самая сложная была работа?

- На данный момент – вот эта. Но она скорее рутинная.

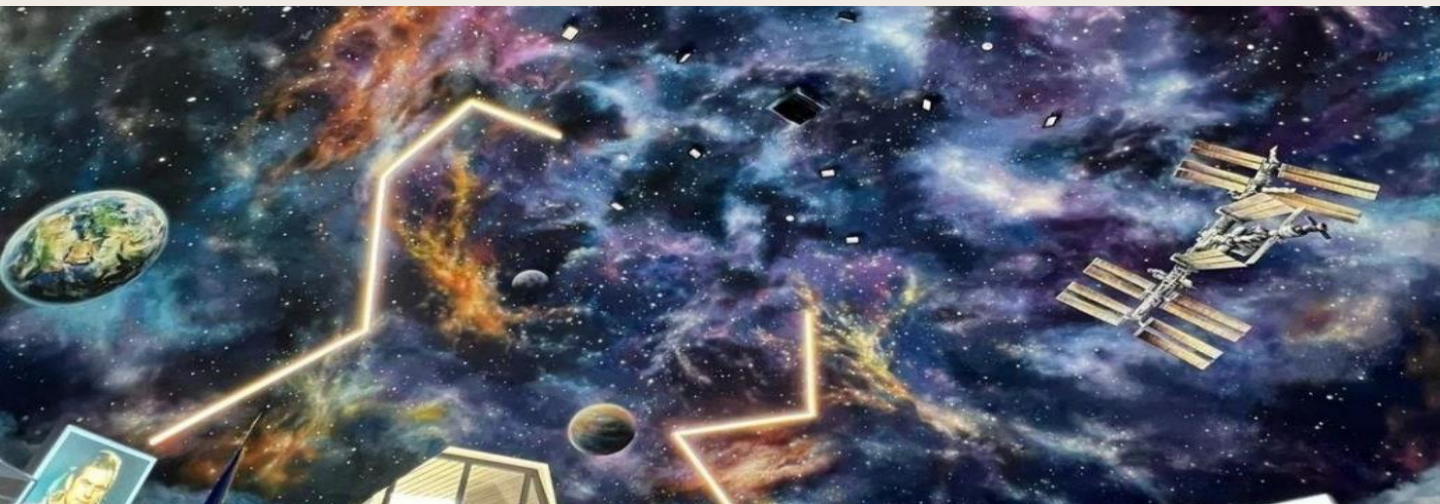






- Можете рассказать, как вы придумываете, что именно будете рисовать? Как вообще процесс рисования происходит, ведь со стороны работа выглядит безумно сложно!
- В последние годы часто на разработку эскизов привлекаем других художников. Вообще, все процессы сейчас командные. Рисуются мурал обычно валиками, кистями и немного баллонами, работаем в люльках. А свои эскизы – ну, обычно сижу и думаю – что бы такое нарисовать. По настроению. Конкретной стратегии нет.

- **Здорово! А каким был ваш самый масштабный проект?**
- Вот эти два, о которых мы поговорили. Если за проект считать один отдельный фасад.
- **Со стороны кажется, что проект в музее авиации самый сложный, очень здорово выглядит, и по масштабу потрясает.**
- Нет. Не очень сложный.
- **Какие у вас в ближайшее время проекты?**
- Зимой фасады не рисуются. Поэтому планирую расписывать стены в помещениях, картины, графику.



*Подписывайтесь на @mutus\_evgeny, чтобы восхититься чудесными работами и наблюдать за творческим процессом!*

# РЕДАКТОРЫ И АВТОРЫ ВЫПУСКА

**Стены защищают или ограничивают?**

Сакович Полина

**История украшения новогодней елки**

Сверток Елена

**Танцуй, ешь и наслаждайся**

Малевич Ангелина

**ЭФФЕКТ ДУША**

Стурейко Алина

**Рубрика «Медхакинг»**

Савич Анастасия

**КОРНИ ДРЕВА МОЕГО**

Станевич Юлия

**НАШИ ТРАДИЦИИ**

Лемачко Ольга

**Рубрика «(Не)обычные люди»**

Шпаковская Илария

**Главный редактор,  
дизайн, верстка**

Дарья Трубко

**Редактор - корректор**

Инна Александровна Моисеева, отдел по связям с общественностью ГрГМУ



## КОНТАКТЫ ДЛЯ СВЯЗИ



dasha.trubko.03@mail.ru



+375291172576



<https://vk.com/dashtrbk>



