

Авторский журнал поколения Z

# Стрекоза

12+

Дополнительное  
становится главным!

1 (20) 2020





Фото: Яна Кравченко

04 стр.  
| Траектория полёта |  
Прокрастинация,  
самоанализ... дедлайн!



10 стр.  
| Самоизоляция |  
Весенняя ленька



18 стр.  
| Рефлексия |  
Мы заложники  
собственных оков



26 стр.  
| Фрагменты |  
Огонь разжигающий



06 стр.  
| Увлечённость |  
Из серии «Персонажи»



12 стр.  
| Выбор |  
Не лезь, куда не просят



22 стр.  
| Лирические  
наступления |  
Не исключённое



30 стр.  
| В кадре |  
Растопит Масленица  
лёд



08 стр.  
| Самоизоляция |  
Счастливые время для  
себя



16 стр.  
| Сокровище |  
Помогая помогать



26 стр.  
| Художественно |  
Пол Кидби



# Прокрастинация, самоанализ... **дедлайн!**



Всё в жизни можно найти, но не упущенное впустую время...

– Можно ли потрогать время?

– Абсурд, сумасшествие! – скажете вы, а я отвечу – легко!

– У вас было целых 2 недели для сдачи текстов и фотографий в журнал. Сегодня суббота, завтра последний день. Поторопитесь! – объявляет суровым тоном главный редактор.

Время потрогать не

сложнее, чем прикоснуться к чему-либо привычному, например, к домашнему зверьку или вещи, которой вы дорожите больше всего, главное – знать, когда это делать.

Я ощущаю этот момент крайне остро, от лёгкой боли в голове до невыносимой ломоты всего тела. Маленькими, но жёсткими шагами время ступает по моей плоти, оставляя после себя еле

заметные следы. Его не увидишь глазами, не услышишь и не почувствуешь запах, тебе остаются верны только руки, кисти, пальцы.

Когда человеку больно – он хочет поскорее избавиться от этого ощущения, прекратить делать то, что доставляет ему неудобство или всячески пытается выбраться из ситуации, приведшей его к таким резким изменениям, но со временем не так просто расправиться. От него не убежишь, не уедешь, не улетишь,

не спрячешься. Оно повсюду.

Такие попытки не каждый вытерпит, но я частенько подвергаю себя им. Зачем? Такова моя натура. В такие моменты мне проще собраться с мыслями, понять, что от меня требуется. Боль не отступит, пока время не получит своё. Оно безжалостно и кровожадно.

Люди, сами того не всегда осознавая, играют со временем в «русскую рулетку». Если ты успел выполнить свою работу в срок – счастливчик, камора в момент выстрела в твою голову оказалась пустой, но, чем больше человек оттягивает выполнение своего задания, тем быстрее игра приобретает ожесточённый характер и становится «гусарской рулеткой». В ней правила куда более суровые. Если в первой барабан револьвера из шести ячеек заряжен одной пулей, то во второй пустая камора лишь одна.

«В психологии данная склонность людей к постоянному откладыванию даже важных и срочных дел, приводящая к жизненным проблемам и болезненным психологическим эффектам называется **прокрастинацией**. Человек, склонный к данному понятию, осознавая необходимость выполнения вполне конкретных важных дел, пренебрегает этой необходимостью и отвлекает своё внимание на бытовые мелочи или развлечения. Прокрастинация становится

проблемой, когда превращается в обычное «рабочее» состояние, в котором человек проводит основную часть времени. Такой человек откладывает всё важное «на потом», а когда оказывается, что все сроки уже прошли, либо просто отказывается от запланированного, либо пытается сделать всё отложенное «рывком», за невозможностью короткого промежутка времени. В результате дела не выполняются или выполняются некачественно, с опозданием и не в полном объёме, что приводит к соответствующим отрицательным эффектам в виде полного не удовлетворения собой, упущенных возможностей и так далее.

На современном языке последний срок сдачи работы называется дедлайном и имеет то же значение, что и прокрастинация.

От подобной склонности можно легко избавиться, есть знать, по какой причине она возникла:

– **Заниженная самооценка**. Неуверенные в себе люди, страдают от закомплексованности и нерешительности, часто надеются, что «всё как-нибудь само уладится» и им ничего не придётся делать. Они считают, что им даже не стоит пытаться сделать что-либо, ведь кто-нибудь сделает это лучше них.

– **Отсутствие систематизации в жизни**. Таким людям лучше дробить одно большое дело на много маленьких. Так

им будет проще справиться с задачами и видеть явный прогресс в своей работе.

– **Нежелание справляться с поставленной задачей**. Часто людям может не нравиться обстановка, в которой они находятся, зарплата, коллектив, с которым им приходится общаться, и они решают оттягивать срок сдачи работы. Тянут-тянут и сдают в последний момент «абы что».

– **Перегруженность**. Человек не знает за что хвататься и ничего не успевает. В таких случаях нужен отдых, но предварительно стоит всё же доделать ту работу, которую вам предоставили, а потом только говорить с боссом.

– **Перфекционизм**. У одних это умеренная склонность делать всё хорошо и качественно, у других – нездоровое стремление к совершенству, мешающее продуктивно работать. Людям, относящимся ко второму типу, часто не нравится то, что они делают. Их может не устраивать маленькая деталь, и они будут переделывать всё целиком, лишь бы было идеально.

Если человек осознаёт свою проблему, то он знает и пути её решения, или в скором времени узнает. Главное не затягивать с самоанализом и не пропускать дедлайны.



# Из серии «Персонажи»



Фото: Савелий Теренин



Фото: Яна Кравченко

# Счастлиное время **для** себя

Пожалуй, ещё никогда стихотворение Иосифа Бродского не было так актуально, как теперь. «Не выходи из комнаты, не совершай ошибку». «Запрись и забаррикадируйся шкафом от хроноса, космоса, эроса, расы, вируса». Знакомые слова теперь приобретают другое, подтверждённое жизненным опытом, звучание. Человек любит яркие события, которые хорошо запоминаются, которые потом можно вспоминать и рассказывать. 2020, пожалуй, запомнится холодящим колени словом «самоизоляция».

Само слово как бы говорит: «изолируй себя от...». От чего же? Ввиду последних событий самоизоляция – необходимая мера предосторожности. Однако, можно заглянуть глубже, сделать поперечный разрез, увидеть в этом что-то большее, чем способ защиты.

Самоизоляция – это разобщение с внешним миром, вследствие которого человек остаётся наедине с самим собой. Самоизоляция – это своеобразный способ уединения, которое иногда просто необходимо. Оно, словно разгрузочный период для сознания, позволяет не только разложить по полочкам мысли и привести самоощущение в порядок, но и помогает утилизировать излишнюю

эмоциональную энергию. Говоря проще, уединение не всегда несёт в себе негативный аспект одиночества, а может быть полезным физическим и ментальным отдыхом. Это то, чего нам так порой хочется, но чего мы не можем найти в повседневности, в стремительном движении жизни. Самоизоляция как бы намекает, что нужно, наконец, заглянуть внутрь себя. Провести самоанализ. Найти гармонию с собой. «Словить дзен». Сказать можно по-разному, но смысл един. Стоит, наконец, уделить себе время.

Но нам зачастую непривычно оставаться наедине с собственными мыслями, чувствами, ощущениями. Более того, мы порой боимся оставаться с ними тет-а-тет. Всё потому, что, обретя уединение и погрузившись в себя, человек, наконец, обращается к тем потаённым уголкам своего сознания, до которых никогда не мог дотронуться раньше. Не хватало времени. Сил. Желания. А теперь деваться некуда. Эту встречу с собственными мыслями можно откладывать, пытаться убежать от неё. Но рано или поздно всё же придётся задать самому себе самые каверзные вопросы. Придётся и искать ответы. Это, бесспорно, тяжело. Страшно. Но в этой «битве» есть только

один победитель: или ты, или твои страхи. Так что, наверное, есть смысл прислушаться к внутреннему голосу и, наконец, договориться с ним, обретя гармонию.

Наверное, самоизоляция кажется столь пугающей и сковывающей оттого, что современный человек не привык останавливаться и давать себе время на «переработку» эмоциональной и мыслительной руды. Вместо этого он с бешеным ритмом устремлён вперёд, взгляд его направлен только прямо перед собой. И вдруг – вынужденная остановка. И человеку учиться ждать. Учиться наблюдать. Учиться существовать в новом ритме.

Самоизоляция – не повод для грустных мыслей. Это уникальная возможность для саморазвития. Хотел научиться играть на гитаре, хотел прочитать давно купленную книгу или стать киберспортсменом. Тогда это – твой шанс. Шанс уделить время тому, на что времени категорически не хватало.

Самоизоляция учит ценить то, что есть вокруг тебя. Ценить то, на чём мы нечасто заостряем внимание, а, наверное, стоило бы. Человек учится созерцать. Учитя ценить ограниченную теперь свободу. Как говорил Ж.Ж. Руссо, «уединение пробуждает любовь к людям».



Возможно, опыт всеобщей изоляции сделает человеческие отношения более ценными, научит дорожить каждой минутой, проведённой с близким человеком. Особенно теперь, когда все мы так обеспокоены состоянием родных и любимых, когда так скучаем по друзьям, так скучаем по живому общению.

Самоизоляция как бы обостряет все заложенные в нас первичные чувства и эмоции, замедляя ритм жизни, делает человека более внимательным и чутким.

Удивительно, но самоизоляция становится не только источником саморазвития и самопознания, но и бесценным творческим ресурсом.

Изоляция и уединение – это мотивация создания шедевров искусства, практикуемая ещё в прошлые столетия. Так, например, французский живописец Теодор Жерико, загоревшись идеей о создании своего самого известного и воистину масштабного полотна «Плот Медузы», заперся в мастерской, в которой несколько месяцев претворял в жизнь грандиозный замысел. Или болдинская осень в жизни А.С.Пушкина, которая стала одним из самых плодотворных периодов творчества писателя. Так что самоизоляция может быть источником вдохновения для творцов всех видов искусства. И всё по той же причине. Уединение позволяет взглянуть на привычное с новой стороны. Оно делает человека созерцателем, который проникает не только в материю окружающего мира, но и в материю собственного сознания.

Вероятно, самоизоляция запомнится нам скорее с отрицательной стороны, ведь она нарушает привычный ход нашей жизни, заставляет выходить нас за рамки комфорта. Но что нас не убивает, то делает нас сильнее. Поэтому всё же стоит посмотреть на сложившиеся обстоятельства свежо и по-новому. Кто знает, может что-то необыкновенно прекрасное произойдёт именно сейчас.

Владислава Севастьянова  
Фото: Ксения Таранова

# Весенняя ЛЕНЬКА



Скрип еле крутящегося кресла и куча пустых кружек на столе с лёгким осадком чая на стенках – для меня это привычный вид моей комнаты. Больше не ощущаю времени, да и кому нужны часы, когда есть солнечные зайчики? Погода, наверное, хорошая, дует ветерок, то ли на улице, то ли в голове. Столько дел, а делать нечего. Вот и кручусь я на старом кресле. У Алисы – курсы английского, у Ксюши –

обществознания, а у меня – прокрастинация. Смотрю на спортивные грамоты брата и немедленно иду отжиматься. Что бы вы думали? Плюхаюсь на пол и лежу, да уж, спорт это точно не моё. В самом деле, как принцесса, жду своего принца, который вызовет меня из ленивого заточения. Пожалуй, стоит хотя бы помыть посуду...

Лениво потягиваясь, включаю компьютер, попивая, может быть, уже десятую

кружку чая. Подумать только, что бы я ни делал, будь то чтение книги, просмотр фильма или написание текста, со мной всегда был этот «божественный напиток». Наверное, только он и придаёт мне сил. А главное – желание что-либо делать. Начинаю рыться в Интернете, постигая удивительную тайну происхождения. А вы знали, что культивирование чая произошло ещё 6000 лет назад. Древняя легенда

гласит, что открыл его Шень Нун (Божественный земледелец). Он перепробовал кучу разных трав, из-за чего получил отравление, но от смерти его спас листочек того самого чая. Не знаю, спасёт ли чай от смерти, но прогреет точно, между прочим, в нынешнем (горячем виде) чай стал употребляться относительно недавно. Божественным напитком он стал всего 1500 лет тому назад, до этого момента его подавали с зерновой кашей, и находился на одной чаше с овощами. Вот и вдохновение проснулось, куча идей, сейчас налью двадцать первую кружку и бегом работать.

Темно, зайчики разбежались, глаза смыкаются, вот тебе и чай. Отлично «самоизолируюсь» от нужных мыслей и дел. Как-то беспокойно на душе, знаете, такое чувство, будто чего-то не хватает, потерял что ли. Начинаю нервно шарить по полочкам, посеребрившим от пыли, смотрю под кроватью... пусто, как в кружке. Теперь сижу, похожий на кота, растерянный, на том же кресле, и в голове всё начинает складываться. Я потерял время!

Чувствую себя обманутым вкладчиком. Часик туда, другой сюда. На руках только вопросы: как да почему? И никакой Мавроди мне день не вернёт. Довольно удивительно, что при наличии такого изобилия, время стоит очень дорого.



Игорь Шинков  
Фото: Вероника Урбанович

# Не лезь, куда **не** просят



Фото из открытого источника

Дети – цветы жизни. Осталось выяснить, какие именно. Чертополох ведь тоже цветёт.

Я легонько толкнула подругу в плечо в ответ на её остроумную шутку и, продолжая смеяться, начала выкладывать свои учебники. Стайка девочек, как всегда, заняла привычные последние места первого ряда. Усевшись

прямо на парты, они собрались в кружок, весело обсуждая последние новости и сплетни, на ходу поправляя волосы и искоса поглядывая в зеркало на задней стене кабинета. Я мельком посмотрела на часы. Каждую перемену

мои одноклассники расходились по разным углам школы, слоняясь по коридорам и глядя в окна, и потом один за другим медленно стекались в кабинет стоящего в расписании урока. Но до звонка оставалась пара минут, а класс всё ещё был полупустой.

– Мария, я что-то не совсем понимаю вашего

местоположения. У нас что, здесь какой-то бар или клуб?

Маша мгновенно ступила под строгим взглядом физички и быстро соскочила с парты, на ходу посылнее одёргивая юбку.

– Всё, собрание закончено, разлетайтесь. Или для каждого персональное приглашение нужно?

Девочки начали расходиться по своим местам, шёпотом перешучиваясь и кидая быстрые взгляды на учительницу, чтобы убедиться, что она не слышит их слов. Персонального приглашения от физички не хотелось никому. Легендами об этой женщине пугали, начиная с шестого класса, а разговоры и возгласы даже самых шумных компаний на переменах заметно стихали, когда толпа проходила мимо одиноко стоящего кабинета физики. Собственно поэтому на уроки к Светлане Вячеславовне приходили задолго до звонка и пунктуальностью отличались даже самые опаздывающие. «Ты можешь опоздать на собственную свадьбу, но никак не на физику», – это было негласное правило, которому следовали абсолютно все ученики нашей школы. Звонок резко оповестил, что начались одни из самых мучительных 40 минут моей жизни, и я, тяжело вздохнув, села за парту.

– Число, тема на доске, записывайте и назовите мне отсутствующих.

Неожиданный стук

перебил Светлану Вячеславовну на полуслове, и она резко повернулась в сторону распахнувшейся двери. Там, вытянувшись по стойке смирно, стояли мои бравые одноклассники. Все, как на подбор, спортсмены, комсомольцы и просто красавцы. Ладно, возможно я немного погорячилась со спортсменами и красавцами, но стояли они явно по комсомольской выправке.

– Причина вашего опоздания, молодые люди? – словно хищник, играющий со своей жертвой, но знающий о её неминуемом конце, физичка медленно поднялась со стула, приближаясь к двери. Мои бравые ребята что-то невнятно забормотали, поглядывая друг на друга и периодически на нас, будто мы могли их как-то спасти.

– Да, Максим из параллели Санька бил, он там, в коридоре, сидит сейчас.

Из глубины раздался громкий голос, и толпа многозначительно закивала головой, подтверждая истину этих слов.

Выглянув из кабинета вслед за выбежавшей физичкой, я действительно увидела тихого и миролюбивого Сашу, который сидел на лавочке, неестественно опираясь на подлокотник. Его вечный пиджак и галстук, которые он носил абсолютно каждый день, как будто собрался на совещание, были залиты кровью, продолжавшей капать из разбитого носа и

сочиться из порванной губы, а воротник рубашки нелепо торчал в сторону.

– Миш, почему вы за него не заступились? Это же Саша. Он никогда никому ничего плохого не сделал бы, – я тихонько взяла за локоть своего одноклассника и друга, отрешённо следя за тем, как завуч звонит родителям того самого Максима. Сашу, держащегося максимально достойно, отводят в медпункт, а техничка затирает кровь на линолеуме в коридоре.

– Его проблемы. Мы с ним не общаемся, значит, меня это не касается. Всё просто – не лезь, куда не просят, – Миша безразлично пожал плечами и посмотрел на меня.

Я разжала руку и задумчиво провела рукой по волосам. «Не лезь, куда не просят». Вот они две основные проблемы современных подростков: агрессия и равнодушие.

## Поколение «А» от слова «агрессия»

Слово агрессия происходит от латинского «aggredi», что буквально означает – «нападать», «нападения». Поведение, которое отклоняется от общепринятых норм, называют научным термином «девиантное».

Необходимость подростков в признании общества, успешной позиции в общении со сверстниками и уважении ставится детьми на



Фото: Яна Кравченко

вершину в некой пирамиде ценностей. Если ребёнок не находит «своего места» в коллективе, это приводит к возникновению скрытой, пассивной враждебности, часто направленной на самого себя.

Кроме того, причинами агрессии могут также стать социально-экономическое неравенство, влияние СМИ, фильмов, плохая компания, конфликты в семье между родителями и детьми. Большое количество насилия

и жестокости в СМИ и кинематографе приводят к тому, что агрессивное поведение воспринимается подростками как норма. Согласно исследованиям Калифорнийского университета США, за свою жизнь 11-летний ребёнок успеет увидеть по телевизору около 8 тысяч убийств и 100 тысяч других преступлений. Когда мы раз за разом видим насилие на экранах, наш мозг перестаёт воспринимать

чужую боль. Агрессия может быть как формой протеста на ограничения в школе, дома, так и желанием самоутвердиться среди одноклассников посредством конфликтов с педагогами. С помощью враждебного, порой даже грубого поведения дети пытаются достичь необходимого. Нанося физический и эмоциональный вред другому человеку, ребёнок, в первую очередь, страдает сам, ведь агрессия часто

возникает из-за слабости самоконтроля и воспринимается человеком как наиболее лёгкий путь разрешения трудных ситуаций.

Виды и проявления агрессивного поведения могут быть разными:

1. Физическая агрессия: постоянные драки, попытки дать отпор физически.

2. Косвенная агрессия: словесная травля, злые шутки, сплетничество.

3. Вербальный негатив: невежливые жесты, угрозы на словах «Я тебя задушу, ненавижу!», крик и визг.

4. Тихая агрессия: саботаж, игнорирование, негативизм. Подросток демонстративно делает вид, что не слышит окружающих.

Проблема агрессивного поведения подростков сейчас, как никогда, актуальна.

«Среди школьников 10-11-х классов почти половина (48%) имеет опыт участия в драках (то же самое указали в своих ответах 21% 7-9-классников, то есть каждый пятый подросток). Каждый пятый старшеклассник (20%) и вдвое меньше их младших товарищей совершали мелкие кражи из магазинов. Очень тревожная цифра: 14% старших школьников и 2% 7-9-классников поставили галочку в строке «избиение с группой человека» – именно такие данные приводят в своих исследованиях сотрудники Института социологии РАН.

Равнодушие – плохая привычка

У этого явления даже есть научное название – синдром Дженовезе, эффект свидетеля, постороннего. Это когда вы проходите мимо чужой беды, оставляя человека один на один с проблемой. Вы всё видите, всё происходит на ваших глазах, но вы никак не реагируете.

Такое понятие, как равнодушие, для современного человека является чем-то обычным и повседневным. Большинство людей стараются не замечать многочисленные проблемы, которые их окружают, или, лучше сказать, их не касаются. Умение закрыть глаза на чужую боль и не замечать необходимость других людей в помощи является одной из отличительных черт современного общества. Человек ставит некий «забор» в своём сознании, отделяя «своих», кому ты будешь помогать и сочувствовать, от «чужих» – людей, проблемы которых тебя не касаются и по отношению к жизни которых ты равнодушен. Это помогает спасти сознание от излишних переживаний и откликов на чужую боль, надевая на душу человека своеобразный панцирь.

По утверждению Пола Клеймана, автора издания «Психология: люди, концепции, эксперименты», вероятность того, что кто-то вам поможет, тем меньше, чем больше свидетелей у происшествия. Каждый будет

считать, что помочь должен не он, а кто-то другой. И, наоборот, единственный очевидец осознает, что помочь больше некому, и действует гораздо решительнее.

Так, где же выход?

Как справиться с этими пороками, сопутствующими жизни в современном обществе? Есть несколько вариантов. Можно смириться и надеяться, что тебя не коснётся проявление подростковой агрессии или равнодушия. Можно самим встать на одну из сторон: разорвать рубашку на груди и, сломя голову, влететь в толпу, начав драку, вымещая все свои комплексы на окружающих людях. Ну, а что? Если не ты, так тебя. Или можно погрузиться в максимальное безразличие, поиграть в Снежную Королеву из всем известной сказки, отрешённо смотреть по сторонам, ведь тебя ничего не касается. Каждый решит сам для себя. А что предлагаю я? Поставить себя на место другого человека и честно ответить: а ты бы сам какого поведения хотел?

– Не лезь, куда не просят? А если бы на его месте был ты, Миш? Тоже бы руководствовался этим блестящим правилом?

Парень пристально посмотрел мне в глаза и медленно поднял грязный Сашин пиджак с пола.

# Помогая помогать

«Иногда для того, чтобы оставаться в роли наблюдателя, требуется ничуть не меньше сил, чем для участия в борьбе»

Звук будильника нагло вырывает меня из объятий ночного забытья. Пытаюсь разлепить веки, бреду в ванную. С трудом маневрирую в тесном пространстве коридора, натыкаясь на стремительно вылетевшую из соседней комнаты маму. Не замечая столкновения, она направляется в кухню и спустя пару мгновений также стремительно возвращается оттуда с упаковкой жаропонижающего в руке.

– Тридцать восемь и пять, – бросает она в ответ на мой вопросительный взгляд и скрывается за дверью детской.

Чувствую себя жертвой неумелого закаливания.словно в эту самую секунду без предупреждения мне на голову вылит чан с ледяной водой. От сонной поволоки не остаётся и следа. Сердце сжимается и заходится в бешеном темпе.словно не на своих ногах бреду вслед за мамой.

В слабом свете прикроватного ночника, с трудом, получается разглядеть темноволосую макушку среди множества подушек и одеял. Однако два уголька карих глаз первыми различают мой силуэт:

– Доброе утро, – слабым голосом говорит трёхлетний мальчуган, тяжело отрывая голову от подушки.

– Доброе... – отвечаю, понимая, что таковым это утро уже точно не будет.

Уговоры на счёт принятия лекарства оказываются без надобности, потому что больной, не имея сил на хоть какое-то сопротивление, проглатывает ложку сиропа и опадает на постель, словно тряпичная кукла.

Взгляд мамы насквозь пропитан тревогой и немой мольбой о лучшем. От прикосновения к горячему виску она едва заметно вздрагивает, и между бровей появляется напряжённая морщина.

Тугой узел злости, обиды и страха медленно начинает стягивать мою шею, перекрывая доступ кислороду и самообладанию. Я словно оказываюсь по ту сторону телеэкрана, не имея возможности повлиять на ход событий. Всё, что мне остаётся: от волнения кусать губы и впиваться глазами в пространство цифрового мира.

Далеко не в первый раз мне пришлось испытывать подобные чувства. Решив, что от очередной порции возмущённых возгласов

обиженного несправедливостью внутреннего голоса положение дел не исправится, я начала поиски первоисточника.

Обратившись к всезнающему пространству всемирной Сети с весьма абстрактными требованиями, мне всё же посчастливилось найти статью психолога Марии Кудрявцевой, благодаря которой донине безликое нечто обрело совершенно явственное название: беспомощность.

Данное чувство даёт о себе знать, если «в какой-то ситуации человек тяжело переживает отсутствие возможности сделать хоть что-нибудь для изменения жизни».

Но как же всё-таки избавиться от гнетущего ощущения? Автор статьи предлагает следующие методы:

**Что же можно сделать, если нет возможности?**

Начните записывать, фиксировать все ситуации в двух аспектах:

1. Я бываю беспомощна, когда...

2. Я справляюсь со своей беспомощностью тем, что...

**Для устранения беспомощности:**

1. Восстановите контроль там, где это возможно (... начните делать «маленькие шаги» и радуйтесь пусть

мизерным, но результатам).

2. Снимите с себя ответственность за других взрослых людей (вместо бесполезной тревоги создайте чёткий план мероприятий, который может предотвратить негативные последствия для тех, кто не в силах позаботиться о себе самостоятельно).

Получается, даже, казалось бы, в абсолютно не зависящем от меня исходе находится та крошечная частичка, целиком и полностью подконтрольная моему участию или не участию, настрою и желанию.

– А хочешь, сказку почи-таю? – улыбаясь, спрашиваю я.

– Хочу. Про динозавров, – оживившись, отвечает мне братишка.

Достав потрёпанную энциклопедию с обнадёживающим названием «Обо всём на свете», я сразу узнаю нужную главу по слегка помятым и зачитанным страницам.

Некоторые фразы он уже успел запомнить наизусть и произносит их раньше, чем я успеваю прочесть. Специально делаю ошибку в подсчётах длины шеи диплодока. Замечание внимательного слушателя не заставляет долго ждать. Однако спустя несколько строчек слышится сопение. Откладываю книгу в сторону и останавливаюсь, разглядывая юного палеонтолога. Мне хочется сделать куда больше для его организма, но это желание уже



не причиняет мне боли.

Первые лучи рассветного солнца разгоняют оставшийся полумрак, а вместе с ним и туман моих переживаний.

Свет проникает не только в комнату, но и в мои мысли: «Спи, родной. У нас всё получится. А когда проснёшься, я буду рядом».

Александра Сазыкина  
Фото: Вероника Урбанович

## Мы заложники собственных оков

Время – как ртуть: раздобишь его, а оно тут же срастётся, обретёт свою целостность. Люди приручили его, посадили на цепочку от карманных часов, и для тех, кто держит его, оно течёт одинаково. Но освободи его — и ты увидишь: для разных людей оно течёт по-разному, для кого-то медленно и тягуче, измеряемое вдохами и выдохами, для кого-то мчится, и измерить его можно только прожитыми жизнями.

Хан из «Метро 2033»

Тик... Так... Тик... Так...  
Ледовая арена «Трактор», чемпионат мира по дзюдо. Полные трибуны зрителей. Сидя на девятом ряду, очень хорошо видно, как на центральном татами решается судьба титула чемпиона мира в весовой категории до 70 килограмм. Борец в белом берёт захват за ворот и рукав кимоно оппонента в синей экипировке. Левый локоть стремится к потолку, а правая рука описывает перевернутую параболу, держа ворот. Он собирается сделать подхват под одну ногу, мой любимый и самый зрелищный, по моему мнению, бросок. Мах ногой работает как катапульта, и соперник будто перелетает над твоей спиной, контролируешь полёт руками и доводишь движение до Иппона, положения в котором оппонент оказывается всей спиной на татами. Подворот, ноги белого борца

находятся под телом синего... Мах ногой...

Тьма, все звуки умолкли, осталась лишь тишина и темнота. Так хочется открыть глаза и увидеть свой любимый белый потолок, проснуться в мягкой, уютной кровати, встать и пойти завтракать... Открыв глаза, я очутился далеко не в блаженном сне. Летом наши тренировки проходили в ангаре, который разогревался под солнцем, словно духовка и внутри становилось невыносимо душно и жарко. Вместо лица мамы передо мной испуганными глазами. Я бы точно увидел парочку новых седых волос на его голове, если бы они были. Видимо за долгую карьеру тренера он повидал не только потери сознания воспитанников, но и растяжения, переломы и закрытые двери скорой. Очнувшись и полностью придя

в себя, я продолжил тренировочную схватку в партере. Костя спросил, всё ли со мной в порядке, и, вообще, как самочувствие. Всё было прекрасно, и мы продолжили встречу. Но меня не покидала мысль: я же отключился буквально на 3-4 секунды. Однако, по моим ощущениям, в моей голове пронеслась целая галерея кадров про чемпионат мира, потом желание проснуться дома, потом... Если сложить, получится даже очень приличное время. Может, ощущения меня подвели?

Разберёмся с тем, как мы вообще воспринимаем время. Вспомните вчерашний день, а позавчерашний. Вчера, например, на кухне дымился свежий, ароматный, с салом и чесночком, мною сваренный борщ. А позавчера мы с другом обсуждали глобальные проблемы человечества: поесть и пойти домой пешком или голодными поехать на маршрутке?

Запоминание событий и присвоение их к временным отрезкам позволяет нам воспринимать прошлое и будущее. Это один из самых распространенных способов систематизации восприятия. Линия времени, состоящая из «точек», символизирующих прошлое, настоящее и





будущее.

Фишка в том, что, если время не наполнять событиями, оно будет идти, ну очень, долго. Например,

через три часа нужно выходить из дома, чтобы прийти на свидание. Все вещи уже поглажены, висят на вешалке и ждут своего часа. Душ

удостоился великой чести, за утро я успел посетить его раз 5 по итогу, вместо полного флакона туалетной воды осталась только половина,

зубы зачищены до скрипа и, конечно, волосы. Ну, волосы как-то лежат, вроде неплохо. Теперь остается только лечь на диван и плевать в потолок, пока время не истечет.

Тик... Так... Тик... Так...

По ощущениям прошёл минимум час. Взгляд на часы – прошло всего двадцать минут. М-да, такими темпами встреча состоится завтра. В аморфном состоянии, где-то вдалеке, в недрах квартиры кричит телефон: «Парень, ПААРЕНЬ! Тебе звонят!».

Именно так для меня звучит любимый рингтон, удачно скачанный из фильма «Такси».

А на экране телефона высветилось до мозга костей знакомое имя Никита:

- Привет, чего делаешь?
- Фигней страдаю.
- В доту пойдёшь?
- Поехали!

Вот запуск компьютера, голосовой чат, выбор героя, битва за золотой самородок в логове босса, дарующего бессмертие на пять минут.

Таким образом прошла первая, вторая и третья катка.

Звонит колокольчик под правой рукой...

Смс пришло от Ипполита Матвеевича (Киса).

АААА, я же совсем забыл про... свидание! Уже 10 минут, как должен был выйти из дома! Аааааааа, паника на борту!

С ужасом открываю смс: «Прости, я опоздаю на 30 минут, пробки».

Так. Проблема решилась сама собой! А теперь быстро ноги в руки, и вперед!

Возьмем эту историю в зубы и ласково просверлим её рентгеновским излучением. В итоге получается такой результат: двадцать минут лежания прошли мучительно долго из-за того, что линия времени не была наполнена событиями, вот время и свалилось, как Ниагарский водопад. А два с половиной часа игры в «дотку» были просто ужасно переполнены действиями, только и успевай добывать крипов и нажимать кнопки, пытаюсь запомнить и осознать, что вообще сейчас происходит. Мораль сей басни такова, что все-таки течение времени для каждого человека индивидуально. Зависит оно от эмоционального состояния. Например, в момент выброса адреналина в кровь, когда высокая поддержка в танце пошла не по плану, и партнёрша стремится улететь с твоих плеч головой в пол, происходящее замедляется очень сильно, промежутка между потолком и полом хватает, чтобы три раза принять решение, и сделать всё необходимое для мягкого приземления.

Поль Ланжевен – французский физик, создатель теории диамагнетизма и парамагнетизма, член Парижской Академии наук, член-корреспондент Российской академии наук и член Лондонского Королевского

общества, говорил: «Время можно определить как совокупность событий, следующих друг за другом в одной и той же точке, направлении, связанном с данной системой отсчета, а пространство определить как совокупность одновременных событий».

Теперь, кажется, я понял значение фразы: «Счастливые часы не наблюдают». И как вообще течёт моя жизнь.

Вернёмся к нашим влюбленным баранам.

На свидании ход времени решил отправиться в отпуск. Пять часов пролетели в мгновение ока. Столько событий произошло в тот майский вечер. Легкий ветерок колыхнул светлые волосы спутницы. Солнечный зайчик пробежался по скромным веснушкам на её лице, а огромные голубые глаза так и манят в них утонуть.

Занятная вещь жизнь и timeline, что идет вдоль нее. Свою временную линию я собираюсь наполнять событиями и не останавливаться на глупости. Но иногда, чтобы не расплющиться о светофор, стоит остановиться и насладиться мгновением, растянуть произошедшее, радоваться ему, быть спокойным. Посреди обычных дел взглянуть на небо с облаками, зарядиться позитивной энергией для того, чтобы продолжить свой путь.

Георгий Зайцев  
Фото: Томми Ингберг

# Не исключённое

В каждом внутреннем мире есть свои внутренние органы.

В. Домиль

Заворачиваясь в розочку, как крем из кондитерского мешка, из ржавой трубы выплывали серые клубы дыма. Труба эта будто росла из мшистой крыши небольшого каменного сооружения. За мутным окном в стеклянной пробирке бурлила тёмно-бордовая жидкость,

и, несмотря на готично-алхимический вид этого явления, оно носило весьма романтическое название «Выпаривание искренности».

Тёмная массивная дверь скрипнула в движении, пропуская мимо себя быстро мелькнувшую, округлую фигуру.

Зама главного редактора целеобразовательного уровня по моей инициативе за глаза называли «Пух». Уж очень естественно звучала бы в его исполнении песенка: «Я тучка, тучка, тучка, я вовсе не медведь...». Хотя, порой ему хватает наглости в неблагоприятном расположении духа постреливать электричеством на главного творца. В общем-то, как и сегодня...

– Фух! Кое-как тебя нашёл! Ты могла сразу сказать, что в пристройке возишься?!

Живчик в коричневом твидовом пиджаке недоволен, но в то же время растерянно оттягивал края жилета и поджимал губы.

– Я специально не говорила тебе,... чтобы спокойно поработать...

– И что у тебя там? Опять жестокость со справедливостью склеить пытаешься?

Ха-ха-х...

– Я подчищаю отношения...– стиснув зубы, шиплю в ответ.

– К кому это, интересно?

Доносчик каплей на мозги, переступив все мыслимые рамки такта, стал коситься ко мне на стол.

– А-а-а-а, всё понятно, мог и не спрашивать. Хи-хи...

Я развернулась, сидя на стуле, закрывая собой работу.

– Тебе чего надо...?

– Результаты! Тебе телеграммы со списками обязательных заданий когда ещё прислали?! В октябре! А сейчас какой месяц?!

Он стал указывать на место на стене, где когда-то висел календарь.

– Это что такое?! Где мой подарок?! Вернее, твой!

– Ты знаешь, как я не люблю, когда меня тычут в графики, царящие за пределами моих работ и целей.

– Ну, конечно! Ты же у нас вся из себя неземная. Небось, как Айседора Дункан для вдохновения в ванной режешь кроликов. Кстати! Раз речь зашла об использовании пространств в личных целях, позволь ужаснуться: сколько же у тебя комнат? Да ещё и каждая такая огромная! В одну заглянул, а там, страшно сказать, тело лежит расчленённое, а его сердце в банке рядом!



Фото на развороте: Татьяна Орлова

Не смыслообразующий уровень, а обитель Виктора Франкенштейна...

– Их...

– Чего, прости...?

– Это сердце нежности и заботы. Надеюсь, ты там ничего не трогал. Ты хоть понимаешь, как долго я подбирала состав для жидкости,

подходящей к инкубатору?

– Конечно, понимаю! Надеюсь, при составлении формулы ты брала в учет огромное давление твоих



Фото: Полина Сибрина

ожиданий от результата эксперимента, которое во всём доме так густо стоит, что все мелкие назойливые мысли можно не в подвале хранить, а сюда сгонять. Они здесь сами на причинно-следственные атомы разлетятся!

Смотрю на зама, пытаюсь уловить связь между только что услышанным и возможностями его интеллекта. Даже запасные пары глаз мировоззрения вылезли из среднего ящика. Но, ощущая в воздухе знакомый привкус, понимаю, что в сложности сознания Пуха ничего не изменилось.

– Ты мне весь атмосферный баланс нарушил!

– Чего...?

Бегу к щиткам на дальней серой стене, впопыхах, запинаясь об облако бормотания.

– Раздражительность... совсем недавно нормализовала... любовь к окружающему миру... когда-нибудь я и это приведу в порядок... А! Вот! Самооценка! Ну, конечно, третий рычажок перещёлкнут.

– Это из-за одного рычажка так твоими концентратами пахнет?

– Испорченный лимонный мармелад и переваренная в сахарном сиропе мята. Я этот запах специально с самоуничтожением синтезировала, чтобы сразу понимать, когда оно начинает в комнате оседать и в органоиды всасываться.

– Так! Во-первых: ты знаешь, что я не люблю, когда ты

меня так называешь. А, во-вторых: если бы не я, тогда это самоуничтожение всосалось бы в тебя! Так что, будь добра, поуважительнее.

– Не всосалось бы!

– Это почему?!

– Да, потому что, видимо, пока ты сюда бежал, решил через лужайку забвения сократить! А она, к твоему сведению, и осенью прекрасно функционирует! Ты забыл, чем я тут занимаюсь? Я, между прочим, квинтэссенцию познать пытаюсь!

Зам главного редактора обязательных задач слегка униженно и досадливо потупился в пол, шевеля желваками.

– Мне пришлось подключать второй резерв терпения к органоидам первого уровня, поэтому предохранитель и не выдержал. Я работаю! На двери же указан уровень способности к взаимодействию сегодня. Ты зачем вошёл, если отметка ниже пяти?

Логика победила. Тем более, на данный момент осуществлять воспитательный процесс невозможно. Принимаю решение – лишить себя компании сотрудника, не окончив разговор.

– Иди, отдохни, потом прогони крайние записи по дополнительному анализу... вдруг упустил что-то.

Словно целлофановый пакет на ветке, он начал наполняться воздухом и возмущением, но всё же направил себя к выходу. У него, конечно, были попытки оставить

кусочек своего негодования в виде язвительной фразочки, но такой возможности я предоставить не смогла. Стайки мелькающих крыльев бессознательной уверенности вовремя выскользнули из шифоньера, выталкивая его из дома. До ворот ущемлённый Винни доберётся сам.

Немного прогуливаюсь взглядом по комнате, задержавшись на месте, где когда-то висел календарь, а теперь скапливается плесень стыда и тягости. Резко отворачиваюсь из-за нахлынувшей брезгливости и упираюсь в памятку на противоположной стене. «Свернись в себя самого», – гласила распечатка, «...и сделай каждого повстречавшегося там своим союзником», – приписывала чья-то лёгкая рука.

Услышав тугое и массивное бульканье на подоконнике, бегу к пробирке. Сняв её с огня, замираю, глядя в одну точку.

– Я прощаю...

Светом, похожим на патронус, пролетели эти слова, захватывая все близлежащие уровни.

Серые клубки размеренно проплывали сквозь трубу, и далее, вольно выворачиваясь в петельки, прилипали к сиреневым облакам или растворялись в воздухе.

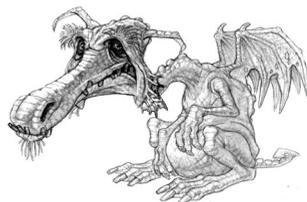
Только ранее бордовая жидкость стала прозрачным экстрактом искренности, сверкающим в пробирке.

Ангелина Волконская



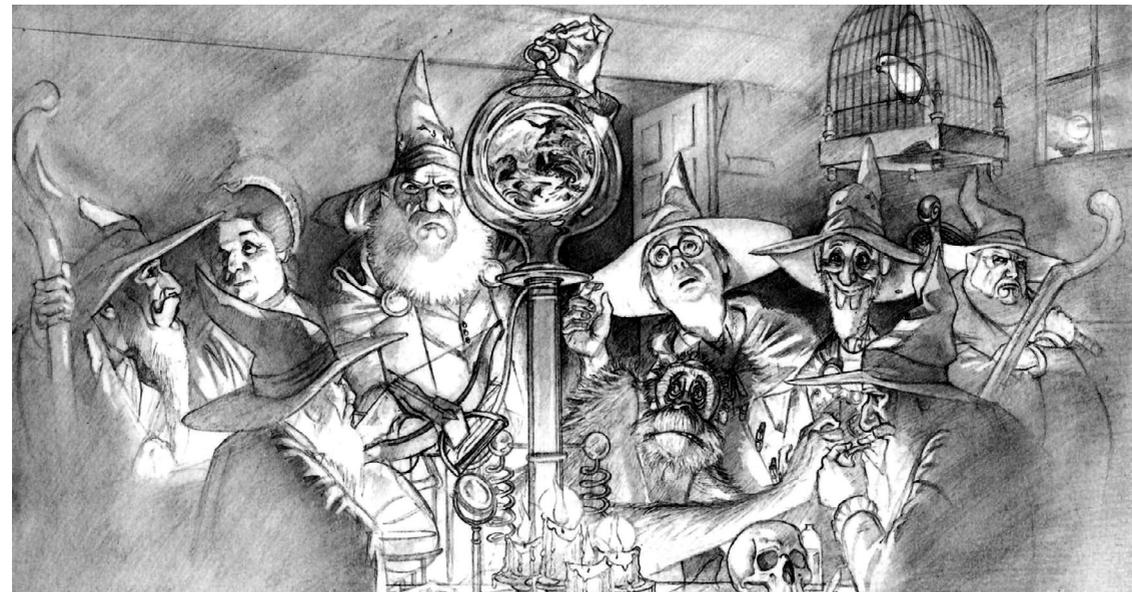


У-Ук

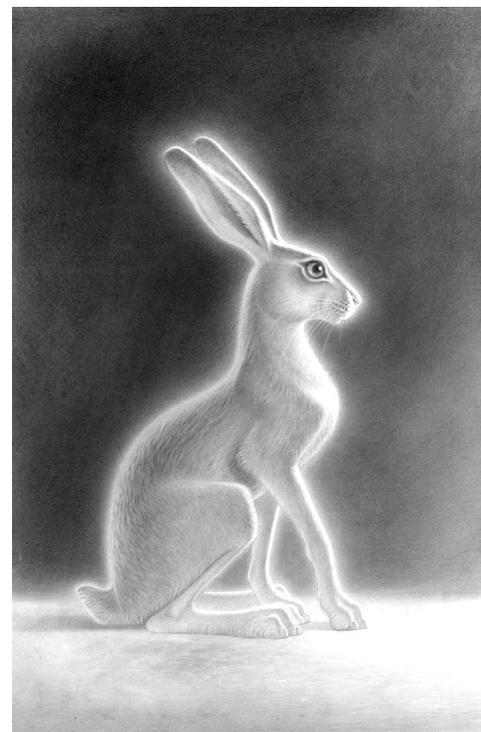


Болотный дракон

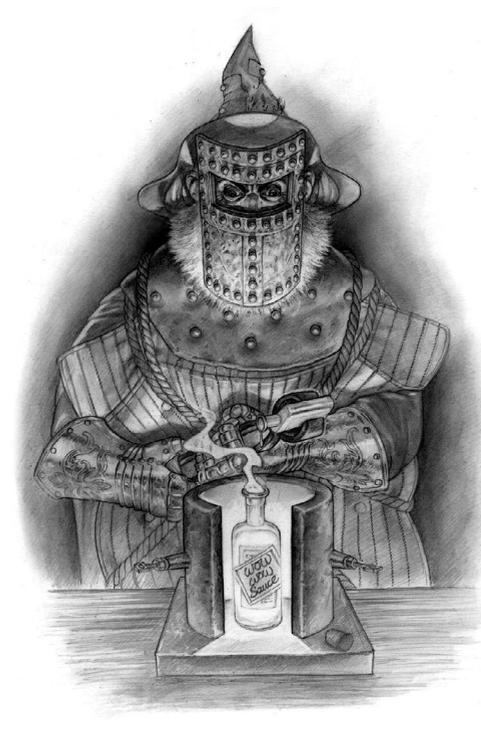
**Пол Кидби** – художник-самоучка, родился в Западном Лондоне в 1964 году. Наиболее известен благодаря своим иллюстрациям для книг серии «Плоский мир» сэра Терри Пратчетта. Оригинальные работы Кидби часто выставляются в Лондоне, Париже и по всей Великобритании. Иногда он проводит семинары и видеоуроки.



Наука Плоского мира



Лунный заяц



Соус Ухты-Ухты

# Огонь разжигающий

Этот человек увлекает за собой, убеждая, что не надо сдаваться и опускать руки.

Люблю смотреть на красивых людей, которые прекрасны не внешне, а внутренне, что-то вроде зимнего сада, скрытого от взора не прошенного гостя. Откуда у людей столько интересных идей и талантов? Они много трудились, чтобы добиться этого. Смотря на них, замечаешь множество мелких деталей, привычек. Человек раскрывается в своих манерах особенно в общении. Если долго вглядываться им в глаза, то можно увидеть огонь. Огонёк чувств, который подталкивает человека на совершение отважных дел. У каждой личности есть своё пламя. Но у кого-то оно яркое, игривое, а у кого-то более тихое или мерцательное. Есть люди, которые разогревают других. Пламя снова вспыхнет, словно подкинули в костёр сухие дрова и плеснули бензин. У этих «горящих» людей глаза светятся, словно маяки в океане, показывающие, где берег. Они видны сразу и очень выделяются среди других, ведь идут вперёд, пробивая все преграды и стены, напрямик к своей мечте. «Ничего страшного, если ты не умеешь, иди, научись!» – говорят они. Такие личности вдохновляют меня, словно зажигают спичку и

кидают в мой костёр, из-за чего появляется желание делать, творить и не бояться ошибок.

Я постараюсь описать то, чем смогла зацепить мой взор обычная девушка из театральной студии. Но, обладающая своим стилем, голосом и «пылающими» глазами». Более яркого примера до этого я не встречала.

Однажды я услышала, как она читает стихи для зрителей. Каждый сантиметр моего тела превратился в слух, мурашки бежали от носочков до самых ушей. Она зачаровывала своими чарами, заставляя слушать. Происходила какая-то волшебная передача от её истории в мои мысли. Одним лишь голосом, даже несмотря на меня, вершила своё заклинание. Увидев эту девушку просто рядом, можно подумать, что она серая мышка. Но в её душе разрослось прекрасное дерево, такое же яркое, как она – яблоня, дающая плоды тяжёлого труда. Я не удивлюсь, если в один момент она доберётся до неба и пойдёт дальше покорять новые вершины, всё выше и выше! Это как раз тот случай, когда даже завидовать нет смысла. Можно только удивляться.

Странно, я всегда думала,

что мы все немного похожи, ведь перенимаем некоторые привычки друг от друга во время разговора, общения. А она не такая, как все. В ней есть что-то свое, что-то новое, чего я не смогла не заметить. Знаете, так бывает, когда получив всё, что хочется, всё равно чего-то не хватает, и в последний момент осознаёшь, что не хватает огня, разыгравшегося в душе, разгоняющего кровь в каждую частичку тела, продолжая свой путь и заставляя двигаться. Выходя на сцену, девушка становится другой так, как написано в тексте или поставлено хореографом, меняя образы в зависимости от материала, которые вырисовываются её жестами и словами. Как будто она художник новой картины и масляными красками пишет будь это, что угодно: пейзаж, портрет, натюрморт, точно передавая суть этой постановки.

Прошло уже около трёх месяцев, как я услышала её голос на репетициях и увидела выступления, но всё равно, как в первый раз, она приковывает мой взгляд на крепкие цепи, которые нельзя разбить. И я вновь поражаюсь лёгкостью и точностью движений, слов, словно эта девушка управляет эмоциями, дёргая нужные струны так же, как играет на



гитаре песню собственного сочинения – свою жизнь. Надеюсь, что вы тоже станете для кого-то искрой для потухшего костра, как она стала для меня. Хотя наши пути

потом разойдутся, её взгляд уже оставил отпечаток на моей душе. Так же, как на дереве, вырезают свои имена, её папка останется в моём внутреннем архиве надолго.

Елизавета Заболотная  
Фото: Арина Хадыева

# Растопит Масленица лёд

Фото **Дианы Григорян**



Авторский Журнал поколения Z  
*Стрекоза*<sup>12+</sup>  
 Дополнительное издание становится главным!

«Стрекоза» № 1 (20) 2020 г.

Главный редактор:  
Эльвина Урбанович  
8-904-306-17-73

Литературный редактор:  
Павел Терехин

Дизайн и вёрстка:  
Анастасия Бычек

Обложка: Полина Сибрина

Тексты: Георгий Зайцев, Игорь Шинков, Софья Дударова, Александра Сазыкина, Яна Кравченко, Владислава Севастьянова, Елизавета Заболотная, Ангелина Волконская

Фото: Яна Кравченко, Полина Сибрина, Савелий Терехин, Ксения Таранова, Татьяна Орлова, Вероника Урбанович, Диана Григорян, Арина Хадыева

Тираж: 999 экз.

Телефон и адрес редакции:  
г. Челябинск, ул. Танкистов, 150Б,  
8 (351) 772-85-17  
E-mail: [urbelly@mail.ru](mailto:urbelly@mail.ru)  
<http://vk.com/strekoza174>

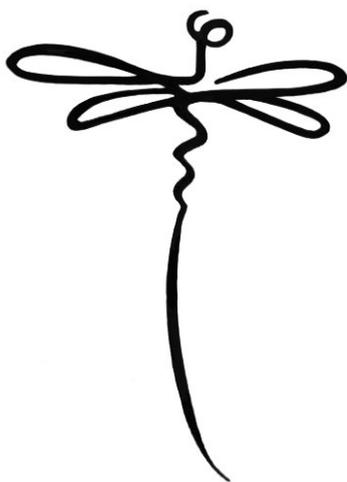
Выражаем огромную благодарность ДДК «Ровесник», структурному подразделению «Творчество» за прият и моральную поддержку!



RSPR 90-04081-Ж-01



Зарегистрировано в Росстате штриховым способом. Портал.Игра.ру



У Стрекозы всегда есть интерес  
**к вашей жизни!**