

Семья Сорлин: СЧАСТЬЕ, УМНОЖЕННОЕ НА ДЕСЯТЬ



«АГРЕГАТОР СЧАСТЬЯ»

Уникальное издание, в котором мы рассказываем о том, что делает человека счастливым. Мы приглашаем присоединиться к нашей миссии – открывать человека для самого себя, создавать мир, наполненный счастьем, улыбками и гармонией, для каждого жителя планеты Земля. Вместе мы сможем сделать жизнь светлее и радостнее – от маленького ребёнка до мудрого старца, вне зависимости от этнических корней и культурных традиций.



- Вы можете поделиться
- своей историей, рассказом о пути к себе.

- Вы можете познакомить наших
- читателей с вашим уникальным делом, которое делает людей счастливыми.

- Вы можете рассказать о своей
- формуле счастья.

Мы готовы к сотрудничеству.

+7 985 212 00 25

+7 499 841 14 45

info@агрегаторсчастья.рф

СОДЕРЖАНИЕ

МОЁ МНЕНИЕ

- 2** Счастье как служение:
лечим не симптомы, а причину

4 ОТ РЕДАКЦИИ

ЛИЦО С ОБЛОЖКИ

- 6** Фабрис и Изабель Сорлин:
служение идее – служение семье –
служение Отечеству

МЕЖДУНАРОДНЫЙ КОНСОРЦИУМ СЧАСТЬЯ (МКС)

- 12** «Агрегатор счастья»:
строим пространство добра вместе

ГОСУДАРСТВО СЧАСТЛИВЫХ ЛЮДЕЙ

- 18** Как традиции и культурное наследие
делают нас счастливее

МАСТЕРСКАЯ СЧАСТЬЯ

- 24** Служение как награда
28 Ринат Васильев:
«Любые преграды преодолимы»

- 34** Счастье начинается с другого человека

СЕМЕЙНЫЙ СОВЕТ

- 36** Счастье быть отцом:
сила, которую нельзя купить
40 Технологии, человечность и духовность

СКАЗКА В КАЖДОМ ИЗ НАС

- 44** Все стихии счастья
50 Моя геометрия счастья

КУЛЬТУРНЫЙ КОД

- 52** Миссия артиста – не просто играть роли,
а помогать зрителю осмысливать важные
нравственные категории
58 Служение, данное нам для вечности
64 «Созидай будущее»:
искусство, которое начинается со смысла

ЛИЦО С ОБЛОЖКИ

- 70** Герман Черёмушкин:
«Художник тонко чувствует дух времени»

ВКУС ЖИЗНИ

- 74** Цветок счастья: как «райская птица»
служит Отечеству тихим подвигом
красоты и добра

редакция

Учредитель журнала
Марина Волкова

Исполнительный директор
Алексей Волков

Главный редактор
Оксана Маргиани

Продюсер проектов
Александра Золотова

Вёрстка, дизайн
Андрей Лебедев, Елена Лебедева

Корректор
Александр Иванов

Менеджер проектов
Ирина Шубина

Менеджер по развитию
Альфия Таипова

Художественный редактор
Василиса Машурова

Фотографы
Михаил Денисов, Ольга Шуть

**Руководитель
медиаволонтеров**
Платон Мерсиянов

Администратор
Гузаль Ромашина

Журнал «Агрегатор счастья» №57 2026

Учредитель и издатель: Благотворительный фонд
«Благо Дари Миру».

**Генеральный партнёр и соорганизатор – Международный союз
неправительственных организаций «Ассамблея Народов Мира».**

**Проект реализуется при поддержке Грантов Мэра Москвы для
СО НКО Комитета общественных связей и молодёжной политики
города Москвы и Министерства информации и молодёжной
политики Московской области.**

Журнал зарегистрирован в Федеральной службе по надзору в сфере
связи, информационных технологий и массовых коммуникаций
(Роскомнадзор).

Свидетельство о регистрации: ПИ №ФС77-83874 от 16 сентября
2022 года.

Адрес редакции, издателя: 123308, г. Москва, Новохорошевский
пр-д, д. 10, к. 14, e-mail: info@give-world.com

Тел. +7(499) 841-14-45

Электронная версия журнала и архив номеров на сайте
агрегаторсчастья.рф

Перепечатка текстов и фотографий журнала «Агрегатор счастья»
возможна только с письменного разрешения редакции. В журнале
использованы фотографии из личных архивов героев статей и фотографии
в свободном доступе. Мнения авторов могут не совпадать с мнением
редакции. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. Редакция
не несёт ответственности за содержание рекламных материалов.

Отпечатано в типографии «Перфектум»

Адрес: г. Чебоксары, ул. К. Маркса, д. 52.

Тел.: (8352) 32-05-01, 32-05-03

Тираж: 3000 экз. (распространяется бесплатно), 12+

Дата выхода в печать: 03.09.2026 г.

Дата выхода в свет: 15.09.2026 г.

СЧАСТЬЕ КАК СЛУЖЕНИЕ: ЛЕЧИМ НЕ СИМПТОМЫ, А ПРИЧИНУ

В своей практике я часто сталкиваюсь с вопросом: можно ли «назначить» человеку счастье? Можно ли выдать ему список из десяти пунктов – спорт, хобби, прогулки на свежем воздухе – и гарантировать результат? Мой ответ, выстраданный годами работы в Центре социокультурной реабилитации, всегда один: нет. Мы можем лишь создать условия, при которых душа сама найдёт дорогу к свету.

Современный мир стал гениальным фармацевтом по обезболиванию несчастья. Нам предлагают тысячи способов снять симптом одиночества (соцсети), тревоги (приложения для медитации), бессмысленности (агрессивное потребление). Но всё это – работа с последствиями. Это пластырь на глубокой ране. Рана продолжает гнить под ним, потому что мы боимся задать главный вопрос: в чём причина боли?

А причина почти всегда одна – разрыв связей. Связи с другими людьми, связи со своим делом и самой главной, фундаментальной связи – со своей землёй, со своим Отечеством. Человек, потерявший эту ось координат, подобен дереву с повреждёнными корнями. Сколько его ни поливай витаминами саморазвития, оно будет чахнуть.

Именно здесь пролегает водораздел между простым «комфортом» и подлинным счастьем. Комфорт ищет способ удобнее устроиться в своём личном мире. Счастье же требует выйти за его пределы.

Служение Отечеству – это и есть та самая терапия первопричины. Это мощнейший антидот от главного недуга современности – экзистенциального сиротства.

Когда человек начинает служить в самом широком смысле этого слова, происходит несколько ключевых вещей: смена фокуса с «я» на «мы». Боль, особенно душевная, имеет свойство замыкать нас на себе. Она становится центром нашей вселенной. Служение силой вырывает человека из этой воронки.

Вчерашний благополучатель нашего центра, который считал себя обузой, вдруг оказывается нужен: он плетёт сети, помогает ветеранам, передаёт знания молодёжи. Его личная боль не исчезает мгновенно, но она перестаёт быть единственной реальностью. Появляется нечто большее, ради чего стоит вставать по утрам.

Обретение смысла через вклад. Симптом несчастья – это чувство «я никто и звать меня никак». Лечение причины – это осознание «мой труд, мой талант, моё время имеют значение для моей страны». Будь то шедевр, созданный художником, научное открытие, спасённая жизнь или просто чистая улица в твоём городе – каждый акт созидания во благо Отечества наполняет жизнь непоколебимым смыслом.

Подключение к вечному. Наша личная жизнь конечна. Наши проблемы чаще всего мимолётны. Но когда ты встаёшь в один ряд с поколениями предков, которые строили, защищали и прославляли Россию, твоя



собственная биография обретает масштаб. Ты становишься частью великой реки. И твои личные шторма уже не кажутся концом света.

Как Посол мира я вижу, что целые нации сегодня пытаются лечить симптомы своего неблагополучия, обвиняя соседей, замыкаясь в границах, ища врагов. Но истинное национальное здоровье, так же, как и личное, строится на служении. На готовности отдавать больше, чем брать. На гордости не за то, что мы имеем, а за то, кто мы есть и что мы способны дать миру.

Наш центр «Агрегатор счастья» никогда не обещал быстрого исцеления. Наша методика – это не выдача рецептов. Это создание среды. Мы предлагаем человеку не таблетку от грусти, а лопату, чтобы посадить дерево в общем саду. Мы предлагаем ему не виртуального друга, а реального соседа, которому нужна помощь. Мы напоминаем ему, что он – наследник великой культуры и творец её будущего.

Лечить надо не уныние. Лечить надо потерю связи. Как только эта связь восстанавливается – с семьёй, с общиной, с Родиной, – туман рассеивается. И человек видит ясную картину: он дома. Он на своём месте. Он делает важное дело.

Это, пожалуй, и есть самое точное определение счастья, которое я знаю.

Марина Волкова



СПРАВКА *АС*

Марина Волкова – руководитель Центра социокультурной реабилитации и развития «Агрегатор счастья», Посол мира, руководитель Департамента счастья Ассамблеи Народов Мира, учредитель журнала «Агрегатор счастья».

Оксана Маргиани

**Главный редактор журнала
«Агрегатор счастья», журналист,
психолог, заслуженный работник
культуры РФ**

Дорогие читатели!

Хочу сегодня вас снова познакомить с нами. Вроде знакомы? Но мы меняемся, развиваемся, становимся другими. Изучаем разные идеи и находим свои смыслы.

Теперь мы стали медиахолдингом «Агрегатор счастья». Это целая философия, облечённая в форму платформы. Это пространство, которое выходит далеко за рамки привычного понимания медиа как простого потока информации. Его суть не в том, чтобы сообщать о событиях, а в том, чтобы создавать среду для обретения всечеловеческих смыслов и объединения счастливых моментов.

В основе этой идеи лежит метафора «миллион песчинок». Каждая из них – это уникальная крупица человеческого опыта: мимолётная улыбка, внезапное озарение, тихая радость от солнечного утра, смелый поступок или сбывшаяся мечта. По отдельности они могут казаться незначительными. Но на платформе «Агрегатора счастья» эти песчинки проходят трансформацию. Под давлением общего внимания, эмпатии и обмена теплом они превращаются в жемчужины – концентрированные моменты подлинного счастья, очищенные от суеты.

Эти жемчужины не существуют сами по себе. Они притягиваются друг к другу, соединяясь в ожерелья историй, создавая новые узоры и смыслы. Так рождаются созвездия – целые вселенные коллективного благополучия, где опыт одного человека обогащает другого, где личное счастье становится частью общей гармонии. Платформа выступает здесь как гравитация, которая помогает светящимся точкам находить друг друга и складываться в величественные картины.



И над всем этим парит перо. Оно двойственно, как и сама природа счастья:

- Перо Жар-птицы – символ чуда, магии момента, той самой искры, которая зажигает внутренний огонь. Это напоминание о том, что счастье часто иррационально, оно прилетает внезапно и оставляет после себя свет и тепло.

- Писчее перо – символ осмысления, авторства собственной жизни. Им писали летописи и философские трактаты. Это инструмент воли, которым каждый человек день за днём пишет свою историю, свой ответ на главный вопрос: в чём его смысл быть счастливым?

Да-да, вы уже, наверное, поняли, что я рассказываю про смысл нашего нового логотипа.

Логотип «Агрегатора счастья» – не просто красивая картинка. Это визуальная формула нашего манифеста: собрать миллиарды незаметных моментов (песчинок), превратить их в драгоценные воспоминания (жемчужины), объединить их в созвездия общих судеб и с помощью мудрости прошлого и веры в чудо (перо) написать главную книгу – энциклопедию человеческого счастья.

Рады, что вы с нами!



Платон Мерсиянов

**Руководитель корпуса
медиаволонтеров
«Невидимые крылья»,
студент НИУ ВШЭ,
победитель Международной
премии #МЫВМЕСТЕ,
четырёхкратный победитель
Всероссийского конкурса
«Большая перемена»**

СЛУЖЕНИЕ ОТЕЧЕСТВУ: В БОЛЬШОМ – МАЛОЕ, В ПОВСЕДНЕВНОМ – ВЕЛИКОЕ

Служение Отечеству в современном понимании – это не только про большие подвиги на полях сражений или громкие достижения, меняющие ход истории, а прежде всего про ежедневную осознанную пользу обществу. Это про то, как каждый из нас, не дожидаясь особого случая, делает мир вокруг чуточку лучше. Для меня служение Отечеству – это не абстрактный долг, а личная ответственность перед обществом, которая проявляется в простых, но важных вещах.

Не каждому суждено стать героем, но каждому по силам быть полезным. Вели-

кое рождается в повседневном: служение начинается с заботы о семье, с готовности выслушать и поддержать, с помощи в быту пожилым соседям. Это и есть первый, самый искренний уровень служения – тот, где формируются ценности, которые потом человек несёт дальше, в большой мир.

Один из самых ярких и доступных способов проявить это служение сегодня – волонтерство. Оно даёт не только ощущение, что ты делаешь что-то важное, но и реальные навыки, новые знакомства, опыт командной работы – всё то, что становится фундаментом для будущей карьеры и зрелой гражданской позиции.

Наставничество – ещё одна форма служения, где опыт и знания становятся ресурсом для других. Для молодёжи такой контакт – это опора и вдохновение: когда кто-то верит в тебя и готов тратить своё время, чтобы помочь, хочется отвечать тем же: быть полезным, расти, развиваться.

Служение Отечеству сегодня – это не про исключительность, а про вовлечённость. Это приглашение к участию, которое звучит в каждом дне и в каждом выборе. И когда молодёжь видит, что служение – это не тяжелая ноша, а естественная часть жизни, наполненная смыслом и теплом, она с большей готовностью откликается на этот призыв. Ведь именно из тысяч маленьких, но искренних поступков рождается сильное, сплочённое и неравнодушное общество – то самое Отечество, которому мы все служим, просто оставаясь людьми.



Фабрис и Изабель Сорлин: СЛУЖЕНИЕ ИДЕЕ – СЛУЖЕНИЕ СЕМЬЕ – СЛУЖЕНИЕ ОТЕЧЕСТВУ

В общественном сознании понятие «служение Отечеству» часто окрашено в строгие, героические тона: военная выправка, научные прорывы на благо государства, спортивные победы под национальным флагом. Всё это – важнейшие грани служения. Но есть и другая, глубокая и ежедневная его форма, без которой немыслимо ни одно великое свершение. Это созидание будущего внутри семьи.

Сегодня мы поговорим о людях, для которых Отечество начинается не с географической карты, а с детской кроватки. Фабрис и Изабель Сорлин – многодетная семья, которая своим примером доказывает, что быть патриотом – значит прежде всего быть любящим родителем.

Два паспорта – одна семья

Фабрис и Изабель родились во Франции, но уже много лет живут в России и имеют двойное гражданство. На первый взгляд кажется, что между двумя странами немало различий: разные языки, культуры, менталитеты. Но для семьи Сорлин эти различия никогда не были преградой, потому что они давно поняли главное: дом – не точка на карте, а место, где тебя ждут родные люди, близкие по ценностям. Место, где в каждом человеке видят прежде всего человека.

Их история – живое опровержение стереотипа о том, что принадлежность к двум культурам размывает идентичность. Наоборот, именно опыт жизни в двух мирах научил их видеть то общее, что объединяет людей повсюду: тёплый стол, шум детских голосов, уважение к старшим, способность радоваться простым вещам. Россия дала им пространство для роста, а Франция – память о корнях. Но смысл их жизни скла-

“

«Быть отцом большой семьи – это высшая форма ответственности и свободы. Ты понимаешь, что твоя главная задача – быть надёжным тылом. Твоя крепость – это не стены дома, а твоя спина, за которой им ничего не страшно. Когда ты видишь, как твой сын смотрит на тебя с восхищением или как дочь доверчиво берёт тебя за руку, – вот оно, настоящее бессмертие».



дывается не из географии, а из тех десяти детских вселенных, которые они каждый день создают и оберегают.

Отечество как отражение твоих ценностей

Если говорить о служении Отечеству, то здесь Отечество – то, что несёт в себе идеи, близкие человеку. Для многих эти идеи остаются абстрактными понятиями из учебников истории. Для Фабриса и Изабель они обрели плоть и кровь в их десяти детях.

Их философия проста и глубока одновременно: сильная страна состоит из сильных семей. А сила семьи измеряется не её бюджетом или социальным статусом, а тем светом, который она излучает, и теми людьми, которых выпускает в мир. Их дом – это маленькая модель идеального Отечества, где каждый чувствует себя защищённым, нужным и любимым.

– Мы поняли одну вещь, – делится Изабель, пока за обеденным столом кипит жизнь. – Можно долго рассуждать о том, каким должно быть общество. А можно просто воспитать десять детей чест-

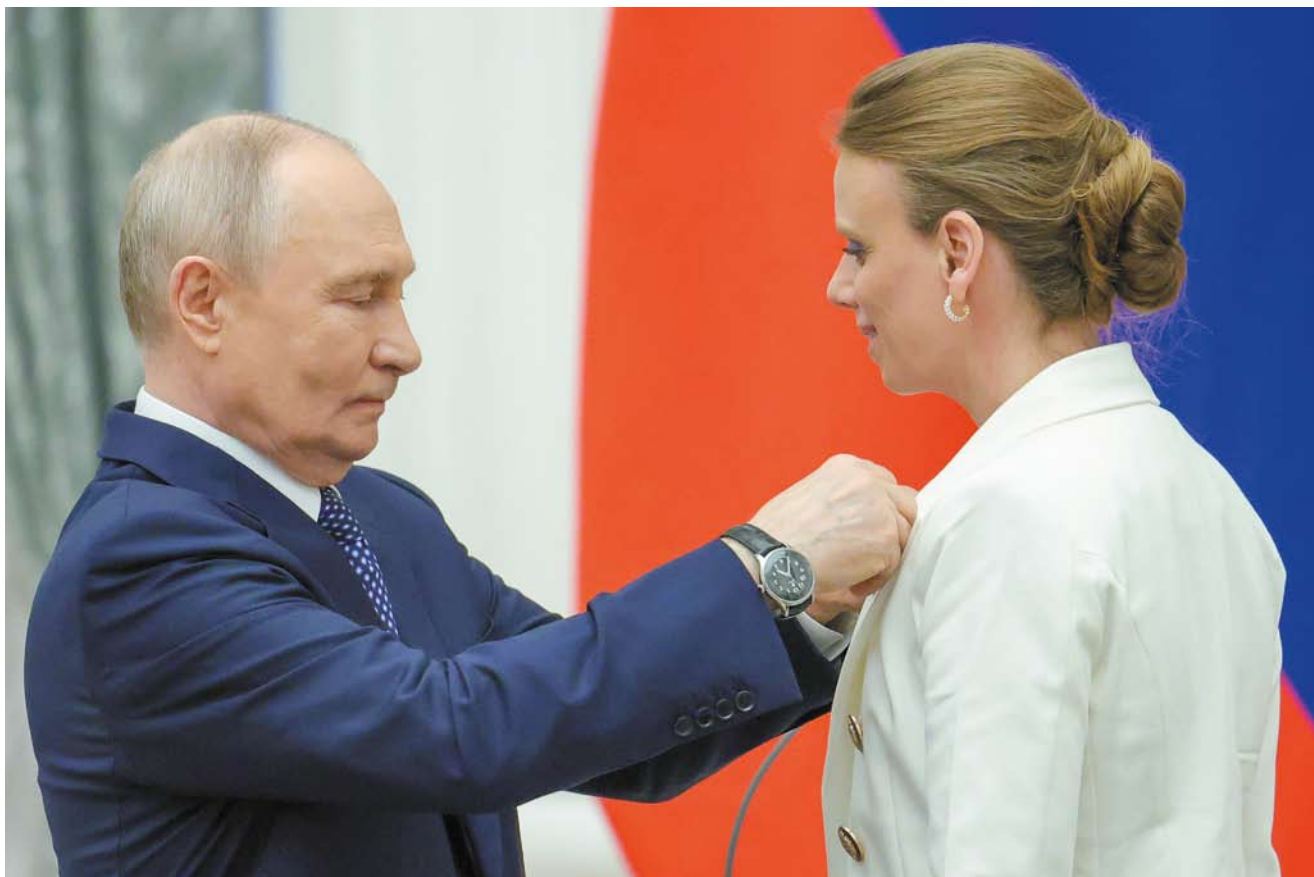
ными, добрыми и ответственными людьми. Эффект будет настоящий.

Счастье отцовства и материнства: умножить, а не разделить

Современный мир любит пугать молодых людей сложностями родительства. «Карьера закончится», «свобода потеряна», «счастье придётся делить на части». Семья Сорлин опровергает этот миф самым наглядным образом. В их случае счастье не разделили, а многократно умножили.

Глава семейства Фабрис говорит о своей роли без пафоса, но с огромной внутренней силой: «Быть отцом большой семьи – это высшая форма ответственности и свободы. Ты понимаешь, что твоя главная задача – быть надёжным тылом. Твоя крепость – это не стены дома, а твоя спина, за которой им ничего не страшно. Когда ты видишь, как твой сын смотрит на тебя с восхищением или как дочь доверчиво берёт тебя за руку, – вот оно, настоящее бессмертие».

Хранительница очага Изабель улыбается: «Материнство научило меня главному – бесконечности. Бесконечности любви, терпения, мудрости. Каждый новый ребё-





“

Их философия проста и глубока одновременно: сильная страна состоит из сильных семей. А сила семьи измеряется не её бюджетом или социальным статусом, а тем светом, который она излучает, и теми людьми, которых выпускает в мир.



“

**Современный мир
любит пугать
молодых людей
сложностями
родительства.
«Карьера закончится»,
«свобода потеряна»,
«счастье придётся
делить на части».
Семья Сорлин
опровергает
этот миф самым
наглядным образом.
В их случае счастье
не разделили,
а многократно
умножили.**

нок не отнимает частичку моей души, а, наоборот, делает её больше, богаче. Я смотрю на них и вижу десять разных все-ленных, которые нам посчастливилось открыть».

В июне этого года Президент России вручил Изабель медаль «Мать-героиня» – высшую государственную награду, которая отмечает материнский подвиг и служение будущему страны. Для семьи Сорлин это не просто личное признание, но и важный знак: общество и государство видят и ценят тот тихий, ежедневный труд, из которого строится будущее Отечества.

Воспитание человека, а не функции

Но главное стремление Фабриса и Изабель – не количество детей, а содействие созданию в каждом цельной личности с прочным нравственным стержнем. Они служат своему Отечеству через воспитание человека.

В этой семье нет места эгоизму по одной простой причине: там, где десять детей, невозможно думать только о себе. Дети с ранних лет учатся заботе, взаимопомощи, умению уступать и радоваться успехам друг друга.

– Мы не растим гениев, – поясняет Фабрис. – Мы растим порядочных людей. Человека определяет не то, сколько у него





дипломов или денег на счету, а то, как он поступит, когда думает, что его никто не видит. Поднимет ли упавшего? Поможет ли слабому? Скажет ли правду, когда проще солгать? Вот наши главные уроки.

Они вкладывают в детей самое ценное – своё время и внимание. Семейные ужины, совместные походы, чтение книг вслух, разговоры по душам – именно из этих простых кирпичиков строится фундамент личности, способной любить свою землю и свой народ.

Традиция как якорь в меняющемся мире

Семья Сорлин крепко держится за традиционные ценности не потому, что это модно или кто-то так велел, а потому, что это работает. Уважение к старшим, ценность труда, святость брака, любовь к родной культуре и языку – это не архаичные догмы, а проверенные веками навигационные приборы, которые помогают не сбиться с пути в любом жизненном шторме.

Их служение Отечеству – это сохранение и передача культурного кода. Через колыбельные песни, через сказки бабушки, через рассказы деда о своём детстве. Так, нить за нитью, плетётся полотно национальной идентичности, которое не даст раствориться в глобальном мире. И тот факт, что это полотно соткано из двух культурных традиций – французской и русской, – делает его только прочнее: дети Сорлинов растут, понимая, что ценности не имеют одного адреса, что доброта, уважение и любовь звучат на любом языке.

Смысл, который умножается

История Фабриса и Изабель Сорлин – это история подлинного патриотизма. Без лозунгов и трибун. Патриотизма, который пахнет свежесдобитым хлебом, звучит детским смехом и ощущается в крепком объятии близких. Именно такие семьи являются истинным фундаментом Отечества. Ведь служить Родине – значит строить её будущее сегодня, в собственном доме, держа на руках своего ребёнка. А когда это будущее вырастает и выходит в мир – с нравственным стержнем, с уважением к корням и открытым сердцем, – тогда становится ясно: смысл служения не в громких свершениях, а в тех десяти маленьких вселенных, которые ты однажды решил впустить в свою жизнь. И не разделил счастье, а умножил его на десять.

Марина Волкова

Фото с сайта Kremlin.ru, агентств ТАСС, РИА-новости



«АГРЕГАТОР СЧАСТЬЯ»: СТРОИМ ПРОСТРАНСТВО ДОБРА ВМЕСТЕ

Вы когда-нибудь замечали, как одно доброе слово, одна вовремя услышанная история могут перевернуть день, а то и целую жизнь? В мире, где новости часто кричат о сложностях, так не хватает пространства, где говорят о хорошем не ради пафоса, а ради опоры. Пространства, где ценят не только большие подвиги, но и маленькие ежедневные победы. Именно таким пространством и стал журнал «Агрегатор счастья».

Больше, чем журнал

«Агрегатор счастья» – это не просто издание, а живая экосистема: медиаплатформа, образовательная среда и сообщество единомышленников. С 2021 года мы выпускаем журнал, который работает как социальный инструмент: он не просто рассказывает о добре, а помогает людям находить силы, видеть возможности и объединяться ради хороших дел.

К июлю 2026 года вышло уже 56 номеров. Каждый – это 80 страниц историй преодоления, мотивирующих интервью, экспертных советов и материалов начинающих авторов. Общий тираж печатной версии превысил 168 тысяч экземпляров. Журнал распространяется по всей России и за её пределами: в библиотеках, госпиталях, реабилитационных центрах, на крупных культурных и общественных площадках, в том числе в Таджикистане, Индии, Эфиопии, а также на международных форумах.

Но самое главное – журнал не лежит «для галочки». Его читают семьями, обсуждают в коллективах, используют как повод поговорить о важном. Он становится точкой опоры там, где она особенно нужна.



Что мы делаем и зачем это важно

Наша цель – создать позитивную информационную среду, которая укрепляет общество. Мы делаем это через несколько направлений.



1 РАСКАЗЫВАЕМ ИСТОРИИ

Не про «идеальную жизнь», а про реальные пути: как человек справился с тревогой, как семья нашла общий язык, как волонтер однажды пришёл помочь и остался, потому что понял: здесь он нужен.



2 ПОДДЕРЖИВАЕМ АВТОРОВ

Более 200 начинающих авторов уже опубликовали свои первые материалы в нашем журнале. Для многих это стало не просто дебютом, а точкой опоры и первым шагом в медиа.

3 ДЕЛИМСЯ ЭКСПЕРТИЗОЙ

В каждом номере есть советы психологов, социальных педагогов, врачей о том, как справляться со стрессом, как поддерживать близких, как развивать в себе устойчивость.

4 ОБЪЕДИНЯЕМ ПОКОЛЕНИЯ И ПРОФЕССИИ

В одном выпуске рядом живут интервью звёзд и истории «обычных» героев. Рядом с материалом Никаса Сафронова может быть рассказ волонтера из небольшого города. Это создаёт эффект сопричастности: вклад каждого важен.

5 РАЗВИВАЕМ «ЭКОНОМИКУ СЧАСТЬЯ»

Под этим мы понимаем культуру признания и благодарности: когда добрые поступки становятся видимыми, доверие растёт, а добрые практики распространяются.

Приглашаем к сотрудничеству

МЫ ВЕРИМ, ЧТО СЧАСТЬЕ – ЭТО ТО, ЧТО СОЗДАЁТСЯ ВМЕСТЕ, ПОЭТОМУ «АГРЕГАТОР СЧАСТЬЯ» ОТКРЫТ ДЛЯ НОВЫХ ГОЛОСОВ, ИДЕЙ И ПАРТНЁРСТВ.

Если вы автор или хотите рассказать свою историю, мы поможем её оформить бережно и профессионально: редакторы структурируют рассказ, психологи подскажут, как говорить о сложном без излишней драматизации, а фотографы и дизайнеры сделают визуальную часть. Ваш опыт может стать опорой для других.

Если у вас есть социальный проект, мы готовы сделать о нём спецпроект или рубрику: показать ваши результаты, практики и подходы широкой аудитории. Это возможность получить признание, привлечь новых участников и партнёров.

Если вы эксперт, мы приглашаем вас на интервью или в авторскую рубрику. Ваши знания и опыт помогут читателям находить решения и укреплять внутренние ресурсы.

Если вы представляете НКО, учреждение или сообщество, мы предлагаем совместные форматы: спецвыпуски, рубрики, образовательные мероприятия, распространение журнала среди вашей аудитории.

Если вы хотите стать медиаволонтером, у нас есть задачи под разные навыки: фото, тексты, координация, распространение. Волонтерство в «Агрегаторе счастья» – это тоже форма счастья: быть нужным, видеть, как твой труд помогает другим.





**ЖУРНАЛ СТАЛ ФИНАЛИ-
СТОМ ПРЕМИИ #МЫВМЕ-
СТЕ В 2023 ГОДУ – ЭТО
ПОДТВЕРЖДЕНИЕ ТОГО,
ЧТО ЛЮДЯМ НУЖЕН
ТАКОЙ КОНТЕНТ: ЧЕСТ-
НЫЙ, ПОДДЕРЖИВАЮ-
ЩИЙ, ОБЪЕДИНЯЮЩИЙ.**

Как это работает на практике

**МЫ НЕ ПРОСИМ ОТ ПАРТНЁРОВ НЕВОЗМОЖ-
НОГО. ВСЁ НАЧИНАЕТСЯ С ПРОСТОГО РАЗГО-
ВОРА.**

ОБСУЖДАЕМ ИДЕЮ

Что вы хотите донести? Кому это будет полезно? Какой фор-
мат ближе: интервью, спецпроект, рубрика, совместный мастер-
класс?

ПРОРАБАТЫВАЕМ КОНЦЕПЦИЮ

Команда журнала помогает сформулировать ключевые сообще-
ния, подобрать рубрики и выстроить логику материала.

СОЗДАЁМ КОНТЕНТ

Вместе с вами и нашими специалистами готовим тексты, фото,
интервью, сценарии.

ПУБЛИКУЕМ И РАСПРОСТРАНЯЕМ

Материал выходит в журнале и на наших медиаканалах, а также
попадает на площадки партнёров и на всероссийские и между-
народные мероприятия.

ОЦЕНИВАЕМ ЭФФЕКТ

Мы собираем обратную связь, смотрим, как аудитория реа-
гирует, и используем эти данные, чтобы делать контент ещё
полезнее.

Почему это важно именно сейчас

Времена перемен требуют не только решений, но и опоры. Людям нужны примеры того, как другие справляются, как сохраняют тепло в семье, как находят силы помогать, даже когда самим нелегко. Когда вы делитесь своей историей или проектом, вы делаете больше, чем просто рассказываете о себе: вы даёте другим ориентир, точку опоры, надежду.

**СЧАСТЬЕ – ЭТО НЕ ПРО
ОТСУТСТВИЕ ТРУДНОСТЕЙ.
ЭТО ПРО ТО, ЧТО ДАЖЕ
В НЕПРОСТЫЕ ВРЕМЕНА
МОЖНО НАЙТИ ПОВОД
УЛЫБНУТЬСЯ, ПОЧУВ-
СТВОВАТЬ ПОДДЕРЖКУ И
ПОВЕРИТЬ: ВПЕРЕДИ ОБЯ-
ЗАТЕЛЬНО БУДЕТ ЧТО-ТО
ХОРОШЕЕ.**



Всемирный Общественный Саммит: Африка. Платон Мерсиянов, участники мероприятия



Давайте расширять счастье вместе

Если у вас есть история, которой хочется поделиться, проект, о котором важно рассказать, или идея, которую хочется воплотить, мы здесь, чтобы помочь ей прозвучать.

Напишите нам на редакционную почту vsemschastja@mail.ru и мы с радостью проведём проектную сессию, обсудим концепцию и первые шаги. Вместе мы сможем сделать так, чтобы ещё больше людей почувствовали: их вклад важен, их история нужна, и у них есть опора.

Потому что счастье – это не то, что приходит само. Это то, что мы создаём вместе шаг за шагом, история за историей, доброе дело за добрым делом.

СПРАВКА *АС*

Журнал «Агрегатор счастья» выходит за рамки традиционного средства массовой информации. Сегодня это не просто платформа для обмена мнениями, а формирующийся центр консолидации – пространство, где собираются люди, принимающие ключевые решения и готовые нести ответственность за траекторию развития государства. Издание становится точкой сборки для единомышленников: интеллектуалов, управленцев и общественных деятелей. Его новая роль – не столько информировать, сколько формировать среду для диалога, в которой вырабатываются стратегические инициативы и определяется курс будущего страны.

КАК ТРАДИЦИИ И КУЛЬТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ ДЕЛАЮТ НАС СЧАСТЛИВЕЕ

Счастье измеримо

Представьте себе формулу, которая может объяснить, почему одни общества чувствуют себя более счастливыми и сплочёнными, чем другие. Звучит как некая фантастика. Но эта формула имеет под собой основание: весной 2026 года, на Всемирном общественном саммите «Новый мир: Индия в архитектуре общего будущего» в Нью-Дели, эксперты из девяти стран собрались за круглым столом, чтобы обсудить именно этот вопрос.

Озвученные идеи легли в основу инициатив, где ключевую роль сыграла Ассоциация школ БРИКС+. Она стала полигоном

для апробации новых систем культурно-образовательного сотрудничества.

В результате работы саммита появилась «Формула национального счастья» – научный подход, который показывает, как традиционные ценности и культурное наследие могут стать не архаичным грузом прошлого, а мощным ресурсом для современного общества.

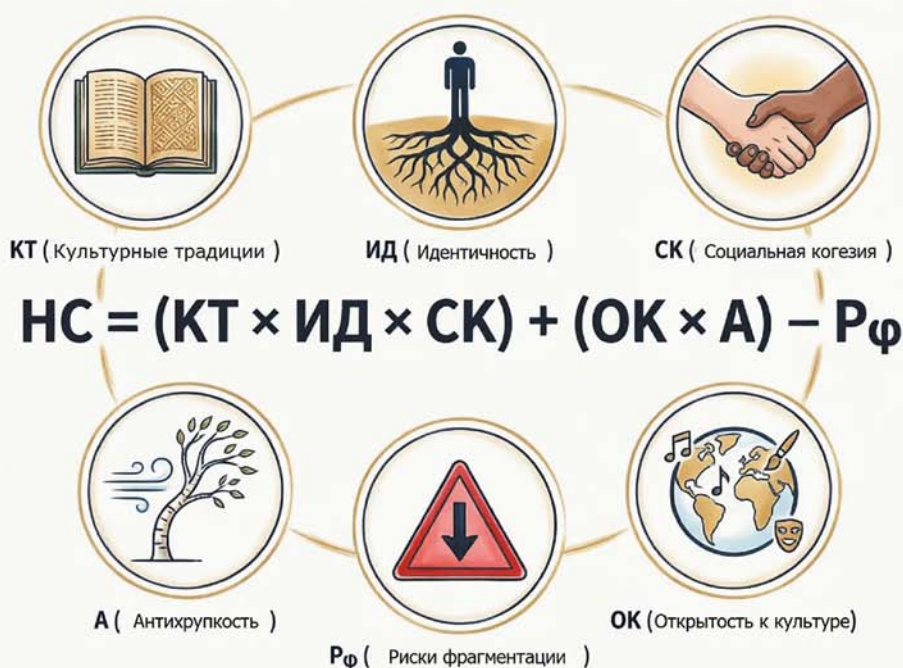
Что же значит эта формула и как она работает в реальной жизни?

Математика счастья

Итак, научная концепция формулы счастья:

НС = (КТ × ИД × СК) + (ОК × А) – Рф, где:

КОНЦЕПТУАЛЬНАЯ МОДЕЛЬ ФОРМУЛЫ НАЦИОНАЛЬНОГО СЧАСТЬЯ



● **КТ – культурные традиции** (это ритуалы, праздники, язык, ремёсла – всё то, что передаётся от поколения поколению).

● **ИД – идентичность** (чувство принадлежности к своей культуре, понимание «кто я» и «откуда я»).

● **СК – социальная когезия** (единство, сплочённость и взаимосвязанность), которая говорит об уровне доверия между людьми, их готовности помогать друг другу, чувство общности.

● **ОК – открытость к культуре** (способность принимать другие культуры, вести диалог, говорить на нескольких языках).

● **А – антихрупкость** (умение общества адаптироваться к изменениям, становиться сильнее через решение затруднительных ситуаций).

● **Рф – риски фрагментации** (всё то, что разъединяет людей: маргинализация, утрата языка, поляризация мнений и др.).

Главный секрет формулы в том, что все её компоненты работают сообща! Если убрать хотя бы один из них, то система рухнет. Например, традиции без идентичности превращаются просто в фольклор для туристов. А идентичность без социальной сплочённости ведёт к изоляции и конфликтам.

Исследования Ассоциации школ БРИКС+

Эта формула уже успешно применяется в реальных проектах по всему миру. Опыт Ассоциации школ БРИКС+ обширен. Организация объединяет образовательные организации из Индии, Мексики, Малайзии, Туниса, Турции, Иордании, Ирландии и России.

Иммерсивное образование в действии

В школе «Шарль Перро» в Тунисе уроки русского языка превратились в настоящее путешествие во времени. Вместо сухого заучивания правил, дети играют в тематические игры: становятся героями русских народных сказок, готовят традиционные блюда по старинным рецептам, записывают подкасты о своих семейных историях.

Такие методы работы формируют «эмоциональную связь с наследием». Дети начинают воспринимать русский язык не как иностранный предмет, а как ключ к пониманию другой культуры. При этом уровень вовлечённости ребят в процесс познания русского языка и русской культуры вырос на 40%!

СОЦИАЛЬНАЯ КОГЕЗИЯ – концепция, которая описывает степень взаимосвязанности, доверия и солидарности внутри социальной группы или сообщества. Она отражает идею единства, сплочённости и сильных взаимосвязей между людьми, которые чувствуют себя частью единого целого и готовы сотрудничать, придерживаться общих норм и преодолевать внутренние и внешние задачи.

Клубы культурной преемственности в Малайзии

В Куала-Лумпуре создан «Клуб культурной преемственности». Русские бабушки и дедушки, которые временно живут в стране, встречаются с местными школьниками. Они учат их лепке пельменей, рассказывают легенды о матрёшке и вместе создают цифровой архив устной истории. Интересно, что проект решает сразу две задачи формулы счастья: во-первых, сохраняются традиции (КТ) (ремёсла и истории не уходят в прошлое, а продолжают «жить» в современном мире); во-вторых, укрепляется социальная когезия (СК) (разные поколения и культуры находят общий язык через совместное творчество).

Цифровые хабы и сетевое взаимодействие

Ассоциация школ БРИКС+ координирует образовательные процессы, используя цифровые платформы. Например, педагог из Ростова-на-Дону (Россия) может провести мастер-класс для учителей из Дели (Индия) или Аммана (Иордания) в режиме реального времени. Это помогает гибко управлять проектами. Если раньше внедрение новой методики занимало около года, то теперь очередной пилотный проект запускается за несколько месяцев.



Главный секрет формулы в том, что все её компоненты работают сообща! Если убрать хотя бы один из них, то система рухнет. Например, традиции без идентичности превращаются просто в фольклор для туристов. А идентичность без социальной сплочённости ведёт к изоляции и конфликтам.

Однако даже самая хорошая идея может столкнуться с препятствиями. Как избежать или минимизировать риски, которые угрожают реализации формулы счастья?

Матрица рисков и стратегий минимизации

Риск	Проявление	Стратегия	Инструменты
 Культурная эрозия	глобализация	сакрализация повседневности	гранты, коллаборации
 Фольклоризация	трансформация	со-творчество с носителями	рефлексивный полилог, проектная деятельность
 Идентичностная поляризация	свои-чужие	многополярный мир	диалогический подход
 Цифровое неравенство	обратная связь	инклюзивная цифровизация	цифровые хабы
 Институциональная инерция	формализм	гибкое управление	итеративная модель управления проектами

РИСК 1. Культурная эрозия, которая говорит о том, что глобализация стирает уникальные особенности.

Решение: В проекте «Живая классика» в Тунисе и Иордании акцент делается не на музейной неприкосновенности, а на интеграции традиций в современную жизнь. Школьники читают произведения современной литературы и обсуждают их через призму своих культурных ценностей.

РИСК 2. Фольклоризация (традиции превращаются в «сувенир» для туристов).

Решение: Принцип «ничего о нас без нас». В Малайзии и Ирландии просветительские программы разрабатываются с привлечением носителей культуры. Соотечественники сами решают, какие аспекты своего наследия важно транслировать, чтобы это не казалось поверхностной экзотикой.

РИСК 3. Поляризация (использование традиций для разделения людей на «своих» и «чужих»).

Решение: Только диалог! На фестивалях в Турции и Ирландии смешиваются традиции разных народов. Акцент делается на универсальных ценностях – семье, справедливости, творчестве, которые понятны всем участникам независимо от их происхождения.

РИСК 4. Цифровое неравенство (не у всех есть доступ к интернету и цифровым архивам).

Решение: Ассоциация развивает офлайн-точки доступа в центрах Россотрудничества и создаёт мобильные приложения с низким потреблением трафика, чтобы материалы были доступны даже в регионах со слабым интернетом.

РИСК 5. Бюрократия (хорошие идеи застревают в отчётах).

Решение: Гибкое управление позволяет получать быструю обратную связь и, если программа не работает, оперативно менять курсы, не дожидаясь конца учебного года.

“Традиции и культурное наследие не просто «украшают» жизнь – они формируют фундаментальные условия для благополучия: чувство принадлежности, смысл, социальные связи и психологическую устойчивость.

Успех можно измерить!

Понять, что формула работает, помогает система показателей.

Количественные

- Рост участия в мероприятиях на 20% за последние два года.
- Индекс межкультурного доверия: 7,8 из 10.
- Число культурно-исторических программ востребовано и стабильно растёт.

Качественные

- Глубина эмоциональной связи (через повествовательные интервью) стабильна.
- Уровень субъективного благополучия стабильно выше 4,5 из 5.
- Качество межпоколенческого диалога оценивается экспертами высоко (4,6 из 5).

Счастье – это процесс, а не результат

Формула национального счастья учит нас важному уроку: счастье общества не измеряется только деньгами или технологиями. Оно строится на национальных, семейных, межпоколенческих корнях.

Для нас традиции – это не абстрактные музейные экспонаты. Для нас традиции – это живой ресурс, который помогает нам чувствовать принадлежность к истории, межпоколенческому диалогу, к культурным корням; это умение выстроить доверительные отношения с соседями; умение эффективно адаптироваться к быстро меняющемуся миру, не теряя себя.

Современный человек – это не «человек без корней», а «человек, имеющий множество корней». И чем глубже эти корни, тем устойчивее дерево нашей общей культуры.

Опыт Ассоциации школ БРИКС+ доказывает: когда традиции становятся языком диалога, а не барьером, национальное счастье перестаёт быть абстракцией и становится реальностью, доступной каждому.

Рекомендации Ассоциации школ БРИКС+, которые помогут понять, как традиции и культурное наследие способствуют формированию счастья:

- Сохраняйте и практикуйте семейные и культурные ритуалы. Именно они укрепляют чувство принадлежности и преемственности.

АЛЕКСАНДР УСЕНКО

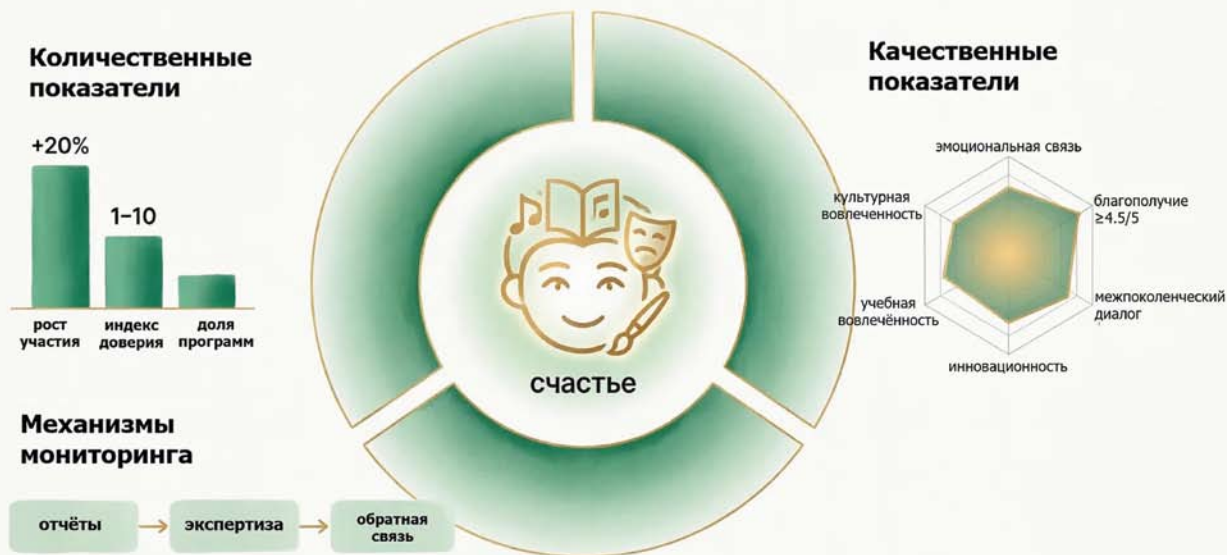
(Ростов-на-Дону) – кандидат исторических наук, доцент кафедры «История и культурология» Донского государственного технического университета, руководитель по организационной и воспитательной работе Института креативных индустрий, исполнительный директор Центра поликультурного образования и многоязычия «Мир просвещения».

СВЕТЛАНА УСЕНКО

(Ростов-на-Дону) – учредитель Ассоциации школ БРИКС+, почётный работник сферы образования РФ, заместитель директора школы №53 имени Б.Н. Слюсаря, федеральный эксперт платформы Президента РФ «Россия – страна возможностей», лауреат Национальной премии РФ за вклад в сохранение и развитие семейного культурно-исторического наследия.



Как измерить благополучие



Современный человек – это не «человек без корней», а «человек, имеющий множество корней». И чем глубже эти корни, тем устойчивее дерево нашей общей культуры. Опыт Ассоциации школ БРИКС+ доказывает: когда традиции становятся языком диалога, а не барьером, национальное счастье перестаёт быть абстракцией и становится реальностью, доступной каждому.

- Участвуйте в культурных мероприятиях (фестивали, ремёсла, музыкальные традиции создают социальные связи и позитивные эмоции).

- Передавайте знания следующим поколениям (обучение традиционным навыкам удовлетворяет потребность в компетентности и связанности).

- Используйте наследие как ресурс в трудные времена (обращение к культурным практикам может помочь в преодолении стресса и травмы).

- Будьте открыты к межкультурному диалогу (уважение к разнообразию традиций обогащает личный опыт и расширяет источники смысла).

Счастье – это не только личное состояние, но и продукт культурной экосистемы. Традиции и культурное наследие не просто «украшают» жизнь – они формируют фундаментальные условия для благополучия: чувство принадлежности, смысл, социальные связи и психологическую устойчивость. Инвестиции в сохранение и развитие культурного наследия – это инвестиции в здоровье и счастье нашего общества.

Александр Усенко, Светлана Усенко,
(Ростов-на-Дону)





СЛУЖЕНИЕ КАК НАГРАДА

Размышления мастера своей жизни

«Служить бы рад, прислуживаться тошно». Грибоедовский Чацкий продолжает быть актуальным. Служить и прислуживаться – понятны отличия двух разных слов. Но есть отличия смыслов и в одном слове «служить». Толковые словари дадут нам несколько вариантов значения: исполнять свои обязанности по работе, состоять на службе, выполнять обязанности слуги, прислуги. Служат священники в церкви, солдаты и офицеры в армии, актёры в театре, слуги и прислуга в найме. А ещё – собаки своим хозяевам. Что же такое служение по своей сути? Возможно ли «счастливое служение»?

Слова «слуга» (servant), «служитель» (minister), «служба» (service) и «служение» (ministry) часто употребляются людьми разных сфер и в разных контекстах. Если мы внимательно посмотрим, то увидим их разные смысловые оттенки и коннотации, за которыми стоит разное отношение людей

к своим служебным обязанностям. Служба службе рознь. Служба по принуждению как неосознанное отбывание повинности делает человека несвободным и слабым. Он несёт её бремя, ощущая себя рабом, который не вправе распоряжаться собой, своим временем.

Размышляя о счастье и радости служения, мы непременно выйдем на необходимость прояснения вопросов философии бытия, психологии сознания и понимания своих смысловых отношений с собственной жизнью. Виктор Франкл, австрийский психиатр и бывший узник нацистского концлагеря, проводивший в одной из венских клиник большую работу по предотвращению самоубийств, сделал важное открытие: в человеке изначально заложено стремление к смыслу. Потеря смысла создаёт ноогенные неврозы, которые обусловлены не обычными психологическими комплексами и внутренними конфликтами, а, главным образом, разочарованием в жизни. Стремление к смыслу, как утверждает Франкл,

не есть бесплодное мечтание или самообман. Это некое «самопрограммирование», предвосхищение и построение своего желаемого будущего. Очевидно, что «программировать» себя, настраивать себя на волну смыслотворения возможно при условии самопознания и тонкого контакта с собственными глубинными структурами. Только «проснувшийся» (от иллюзий) и знающий себя способен управлять своими смыслами.

Многие видят смысл и счастье в здоровье и богатстве. Но если посмотреть глубже, станет очевидно: человеку этого мало. Здоровье и богатство нам нужны затем, чтобы выполнять своё предназначение и служить другим во благо. Человек тянется к чему-то большему, чем он, стремится выйти за свои пределы. И он по-настоящему целостно может раскрыть себя, если будет служить высокой идее – Познания, Любви, Блага, Созидания, Красоты. Быть носителем её, проводником. Служить такой идее, находясь в гармоничных отношениях с собой, людьми и миром, – высокий уровень самовосприятия и жизнотворения. Это уровень силы духа. Такого уровня достигает личность с пробудившимся, осознанным, зрелым самосознанием, которое способно видеть целостность Бытия, глубинные связи между явлениями и базовые законы жизни.

Служить не конкретному человеку, а идее, через которую ты с этим человеком связан, – в этом, по всей видимости, и заключён смысл служения. С таких позиций врач служит не больному, а Здоровью. Учитель – не ученику, а Образованию. Бизнесмен – не прибыли и конкретным членам своей компании, а Богатству и тем ценностям, какие создаёт его компания. Правитель, согласимся с Платоном, должен служить идеям Справедливости в обществе, Гармонии и Мудрости. Можно служить Власти как идее Силы, а не Насилия. Служить идеям Уважения, Любви, Заботы, которые культивируют в семейных отношениях. Служить идее Свободы, за которую не борются, а которую берут, утверждая свою внутреннюю «статусность».

Православие учит: истинное служение возможно лишь из любви. Как различаются служение и Служение, так следует различить любовь (со всеми её интерпретациями) и безусловную Любовь. Экзистенциальная философия и психология человека доказывают, что до подлинной Любви как состояния «самостоянья» и переживания единения с миром «нужно» дойти в



СПРАВКА *АС*

Светлана Белова –
доктор педагогических наук,
профессор кафедры психологии,
педагогике и организации работы
с кадрами Академии управления
МВД России, психолог-консультант,
руководитель лаборатории само-
познания «Мастер своей Жизни».



своём внутреннем путешествии. Дорости. Или даже вознестись. Мыслью. Сердцем. Как говорит философ Мераб Мамардашвили, мы ищем не определенные качества в предмете нашей любви, а возможность через эти поиски и эти отношения расширяться. Человечеству уже давным-давно явлена истина: «Возлюби ближнего, как самого себя». Так же и со служением, принцип которого прост: научись служить себе и сможешь служить миру. Речь не о нарциссизме и раздувании своего эго. «Себе» означает своей внутренней силе, к которой надо относиться как к дару и как возможности совершать благо для других.

Отношение – к себе, миру, другим людям, делу – вот что определяет качество служения. Один из самых влиятельных философов середины XX века Мартин Бубер заметил, что ошибочно полагать, будто ребёнок воспринимает сначала объект, а потом вступает с ним в отношения. Наипервейшее – это стремление к отношению, к самой связи с Другим.

Это «рука, протянутая навстречу предстоящему, которое словно заполняет углубление ладони, округлённой в жесте приветия». Слова, произнесенные Бубером накануне своей смерти: «Вы знаете, что значит жить? Это значит – стоять перед Ты». Он видел в готовности такого «стояния», в отношениях «Я – Ты» фундаментальный факт экзистенции человека. Человек существует как Человек, если он находится в подлинном диалогическом контакте с другими людьми на уровне служения Высшему.

Служение человека-раба и служение человека-творца – это две разные жизненные позиции и два разных качества жизни. Если человек будет «убегать» в деятельность, прячась от самого себя и своих внутренних неудобных вопросов, вряд ли он сможет в своей работе подняться до смысла служения. Известная притча по этому поводу. Трёх человек, несущих камни, спросили, что они делают. Один ответил: таскаю камни. Второй: зарабатываю себе на хлеб. Третий: строю



Служение человека-раба и служение человека-творца – это две разные жизненные позиции и два разных качества жизни.



храм. Понятно, какое отношение у каждого к своим действиям и кто из них служит делу. Тут вспоминается где-то услышанная мысль: «Служение возвышает, а служба кормит».

Ещё пример служения, не дотягивающего до Служения, находим в строках из «Жизни Климса Самгина» Максима Горького:

*Мы прячемся от страха жизни
В монастыри и кутежи,
В служение своей отчизне
И в утешенья книжной лжи.*

Служение, которое отражает смысл жизни (о чём говорил В. Франкл) и которое есть «предстояние перед Ты» (как это понимал М. Бубер), говорит об особой метапозиции. Такова позиция человека, способного вложить качественное внимание в проживаемое время. Мы можем легко отличить качественную вещь от некачественного ширпотреба. В чём отличие? Именно в этом: в нечто действительно качественное вложено время, силы, мастерство с качеством «присутствия» человека в том, что он делал.

«Прослужила много лет» – так мы можем говорить о той или иной вещи. Для какой службы предназначена, например, машина? Смотря какая. Кабриолет – для одной, спортивный автомобиль – для другой, внедорожник – для третьей. У каждого механизма, каждой системы есть своя системная необходимость – быть той функцией, какой задумана. А человек? Разве он функция? Да, если мы посмотрим на него как на живую систему, для чего-то предназначенную. Цветы, деревья, животные, вещи материального мира, социальные системы, люди – у всего есть своё предназначение и функциональность. Об этом размышлял Платон, говоря об идее «лошадности», которая «ржёт» в каждой лошади. В необъезженном мустанге, в рыцарском коне, в цирковом пони, в скачущем во весь опор рысаке, во владимирском тяжеловозе. Как сказал бы Кант: уберите этот эйдос лошадности – и ни одна лошадь не сможет ни ржать, ни есть сена, ни гарцевать.

Каждый «класс» – «класс лошадей», «класс растений», «класс машин», «класс людей» – имеет своё качество, данное ему изначально. Вопрос, идущий из глубины веков: для чего предназначен человек? Каково его собственно человеческое качество? Философы всех времён и народов подсказывают: одно из главных качеств человека – созидательность как служение. Ему, созданному «по образу и подобию» и



“ **« В человеке изначально заложено стремление к смыслу».**

Виктор Франкл

получившему право выбора, предназначено творить себя и мир.

«Пусть каждый из вас пользуется тем даром, какой получил от Бога, чтобы служить другим» (1-е Послание Петра 4:10). Если осознать полученные дары свои, принять необходимость самосотворения и идти по спирали развёртывания самосознания Мастера своей жизни, человек непременно дорастёт до счастья служения. И тогда оно явится Служением, которое будет самой высокой наградой.

Светлана Белова



Ринат Васильев: «Любые преграды преодолимы»

Чемпион по пауэрлифтингу –
о смысле жизни и служении Отечеству

“

Что касается служения Отечеству, то моё восприятие не менялось. Для любого человека, который присягал, давал клятву и носит военную форму – это и есть смысл его жизни и смысл служения.

Вы ушли на Специальную военную операцию в 2022 году. Что тогда было главным мотивом: чувство долга, желание защитить близких, что-то ещё? И как сегодня, спустя время, Вы формулируете для себя смысл служения Отечеству?

Скорее всего, главным мотивом для меня было моё призвание. Так как я с 19 лет – всю свою сознательную жизнь – нахожусь на военной службе. Как и любой человек в форме, я давал присягу, давал клятву на верность своей Родине, своему Отечеству. Для меня это было основным мотивом.

Будучи молодым солдатом, я поклялся, что буду верным своей присяге, своему Отечеству и буду выполнять все требования воинских уставов Вооружённых Сил Российской Федерации. Солдат обязан быть верным присяге, выполнять свой воинский долг, не щадя своей крови, самой жизни, и, конечно же, стойко переносить все тяготы и лишения военной службы. Эти слова навсегда отпечатались в моей голове. Это мой основной мотив. Ну и, конечно же, нельзя забывать о защите близких – это тоже значимый мотив.

24 февраля 2022 года я собрался с мыслями и принял трудное и важное для себя

решение – последовать призыву, взять в руки оружие и пойти на защиту интересов нашей страны. Не раздумывая, я просто собрал сумку и без промедления выехал.

Что касается служения Отечеству, то моё восприятие не менялось. Для любого человека, который присягал, давал клятву и носит военную форму – это и есть смысл его жизни и смысл служения. Для себя я это так формулирую: в любое время по команде быть готовым выдвинуться на позиции и отстаивать интересы нашей страны независимо от своего местоположения.

Можно иметь различные политические убеждения, быть в разном настроении, но у воина, у любого солдата и офицера должно быть строгое понимание: «приказы не обсуждаются». Наша задача – сделать так, чтобы приказ был выполнен, в том числе и приказ защиты наших интересов на боевых позициях. Быть готовым выполнить любой приказ и есть смысл служения Отечеству.

В Вашем статусе в соцсетях звучит очень сильная фраза: «Попал под «Точку» – не ставь на себе точку!». Когда Вы впервые почувствовали, что не хотите ставить на себе точку, и что именно стало первым маленьким шагом к этому решению?



“**Моим самым первым маленьким шагом стало то, что я связался с главным тренером сборной команды Москвы по пауэрлифтингу. Пришёл на первую пробную тренировку. И понял, что продолжу заниматься этим видом спорта, которым занимался ещё до ранения.**

Этот девиз родился у меня в голове, когда я был ещё в госпитале. Первые месяца полтора моё психологическое состояние было очень тяжёлым. Я всё время думал, чем буду теперь заниматься по жизни, что меня ждёт в будущем. Я понимал, что смогу заниматься спортом, но это, конечно, будет уже не так, как раньше. Мне в палату уже приносили гантели, гири. И я тренировался. Тогда и узнал о существовании Паралимпийского комитета. И о том, что в России спорт доступен даже инвалидам.

Моим самым первым маленьким шагом стало то, что я связался с главным тренером сборной команды Москвы по пауэрлифтингу. Пришёл на первую пробную тренировку. И понял, что продолжу заниматься этим видом спорта, которым занимался ещё до ранения.

Расскажите, как выглядела Ваша первая тренировка после реабилитации. Что было самым трудным? Какой совет Вы бы дали человеку, который только начинает, но уже готов сдаться?



Первая тренировка, в принципе, не сильно отличалась от предыдущих моих тренировок до ранения. Я пришёл в зал и показал, на что я способен. Так как у меня уже был определённый спортивный бэкграунд, и я, и тренеры поняли, что нужно немного поработать над техникой. И, скажем так, взяли меня в «спортивный оборот».

Ничего трудного в этом не было. Я хорошо понимал смысл и технику выполнения упражнений. Единственное, что было трудно, и я никак не мог к этому привыкнуть, раньше я делал эти упражнения, будучи с ногами. А по энергоёмкости, по энергозатратности, без ног это упражнение выполняется гораздо тяжелее. Вот к чему я сначала очень долго привыкал, это было трудно.

Человеку, который только начал и уже готов сдаться, я бы посоветовал верить. Поверить в себя, в свои силы, поверить в то, что наш опыт, наша сила духа и наша сила воли по-прежнему нужны нашей стране. Пусть уже и не на боевом поприще, а на спортивном. Нужно отбросить все свои негативные мысли и принять для себя решение, что даже после самых тяжёлых ранений жизнь не остаётся навливающейся. И просто идти дальше. Потому что если человек уже остался жив, остался на этом свете, значит, его миссия не закончена, значит, у него есть ещё задачи, которые нужно выполнить. Надо взять себя в руки, собраться с мыслями и идти вперёд.

Семья и близкие часто становятся той самой тихой опорой, о которой не всегда говорят публично. Есть ли у Вас дома какой-то маленький семейный ритуал или привычка, которая помогает восстанавливать силы и возвращаться к себе?

Я бы не сказал, что у меня есть какие-то особые семейные ритуалы или привычки. Я бы даже не назвал это привычками. Для меня это, скорее, просто внутреннее эмоциональное состояние, которое как раз и помогает мне восстанавливаться.

Я чувствую, знаю и понимаю, что в меня верят. Мои близкие – родители, братья и сёстры, все родственники – все в меня верят. Понимают, что я буду идти до конца, что не сдамся.



СПРАВКА *АС*

РИНАТ ВАСИЛЬЕВ – участник Специальной военной операции, член паралимпийской сборной Москвы по пауэрлифтингу. В 2022 году его подразделение попало под ракетный удар ВСУ в районе Мелитополя. Боец провёл несколько дней в коме, находясь на грани жизни и смерти, но врачи смогли его спасти, хотя он потерял обе ноги. После длительной реабилитации Ринату было очень сложно сделать первые шаги на протезах. Но окрепнув, он начал серьёзно заниматься пауэрлифтингом и стал чемпионом Москвы. В соцсетях ветеран размещает мотивационные ролики, которые уже сподвигли многих людей не сдаваться и идти к намеченной цели.



И, конечно же, всё это даёт психологически сильный положительный потенциал, который помогает вновь обрести себя и почувствовать прилив сил. Потому что в меня верят, и я не могу их подвести. Я должен быть в строю до последнего, до конца.

Сегодня Вы продолжаете службу, тренируете людей, участвуете в мероприятиях. Как Вы распределяете время между этими делами, и что помогает не выгорать?

Из военкомата я перевёлся к новому месту службы. И теперь продолжаю служить в военном университете. Не выгорать мне помогает понимание того, что я занимаюсь своим любимым делом. Тем, чем я занимался всю свою сознательную жизнь. Мне это действительно нравится и всегда нравилось. И понимание этого вообще никакого выгорания не допускает.

Реабилитация через проекты вроде «НЕБОтерапии» ломает стереотипы о том, что восстановление – это исключительно работа врачей в белых халатах. Что на самом деле дают человеку прыжок с парашютом, полёт на дельталёте или в аэротрубе? Это просто мощный выброс адреналина, перекрывающий боль, или за этим стоит более сложный психологический механизм преодоления травмы, возвращения контроля над телом и переосмысления собственных границ?

По поводу «НЕБОтерапии», я, безусловно, согласен, что это мощнейший выброс адреналина, который перекрывает боль. Один из эффективных методов выравнивания эмоционального состояния. По большому счёту, психологические механизмы преодоления всех этих посттравматических синдромов где-то глубоко внутри, в подсознании. Я как человек, который прыгал с парашютом, прекрасно знаю эти

ощущения. Они ни с чем не сравнимы. Но насколько это может помочь? Скорее всего, зависит от индивидуальности каждого.

Я лично знаю ребят, которым это не помогло, а помогают вещи более приземлённые. Им выброс адреналина заменяет спокойная рыбалка и другие занятия. Поэтому здесь, на мой взгляд, всё сугубо индивидуально. Например, активный спорт – занятие не менее действенное, и адреналина тоже вырабатывается не меньше. Для себя я пока такие методы терапии не рассматриваю. Но в целом есть люди, которым они действительно помогают, и кто-то реально лучше начинает себя контролировать и что-то переосмысливает.

Ваши мотивационные ролики смотрят тысячи людей. Есть ли среди зрителей кто-то, чья история особенно Вас тронула? И как Вы справляетесь с грузом ответственности, когда на Вас смотрят как на пример? В какие моменты Вы позволяете себе быть просто «обычным человеком»?

Очень много людей пишут мне постоянно, у каждого своя история. Не могу сказать, что запомнил что-то конкретное из этих историй. Я скорее провёл анализ и понял, что трудности есть абсолютно у всех в жизни. Просто у кого-то они легче, у кого-то сложнее. Но я не считаю себя каким-то особым: я простой, самый обычный человек.

Я делаю свои ролики с пониманием того, что есть люди, которым это реально помогает справиться с трудностями. Я обычный, но просто своим примером стараюсь показать всем, что нельзя сдаваться, какие бы преграды на твоём пути ни появились, нужно понимать, что всё это временно, всё преодолимо.

И если ты понимаешь, что то, чем ты занимаешься, приносит пользу не только тебе, но и окружающим, то, конечно же, нужно идти дальше и не сдаваться.

Можно иметь различные политические убеждения, быть в разном настроении, но у воина, у любого солдата и офицера должно быть строгое понимание: «приказы не обсуждаются». Наша задача – сделать так, чтобы приказ был выполнен, в том числе и приказ защиты наших интересов на боевых позициях. Быть готовым выполнить любой приказ и есть смысл служения Отечеству.

Альфия Таипова, фото из личного архива Р. Васильева

СЧАСТЬЕ НАЧИНАЕТСЯ С ДРУГОГО ЧЕЛОВЕКА

На протяжении тысячелетий люди пытались понять природу счастья. Одни искали его в богатстве, другие – в славе, власти или удовольствиях. Однако удивительно то, что мыслители самых разных эпох и культур снова и снова приходили к схожему выводу: подлинное счастье связано не столько с тем, что человек получает, сколько с тем, что он отдаёт другим.



На первый взгляд, такая идея может показаться лишь красивой философией или нравственным призывом. Но её устойчивость заставляет задуматься. Философы говорили о добродетели, религии – о любви к ближнему и служении людям, а современная психология – о просоциальном поведении. Различались языки, мировоззрения и способы объяснения мира, но вывод оставался удивительно похожим. Когда одна и та же мысль возникает независимо друг от друга в разных цивилизациях и эпохах, трудно считать её случайным совпадением.

Сегодня эта идея получает подтверждение не только в философии, но и в науке. Исследования показывают, что люди, которые занимаются благотворительностью, волонтерством, помогают близким или регулярно совершают добрые поступки, в среднем испытывают более высокий уровень удовлетворённости жизнью. Более того, некоторые эксперименты обнаружили любопытную закономерность: человек нередко получает больше положительных эмоций, тратя свои ресурсы на помощь другим, чем расходуя их исключительно на себя.

Это особенно интересно потому, что противоречит распространённому представлению о счастье как о процессе накопления. Нам часто кажется, что для счастья необходимо получать всё больше: больше денег, больше признания, больше возможностей. Однако исследования и жизненный опыт указывают на другую сторону человеческой природы. Оказывается, ощущение смысла и внутренней полноты часто возникает именно тогда, когда человек становится полезен кому-то ещё.

Возможно, причина этого скрыта гораздо глубже, чем кажется. Человек появился и развивался не как одиночное существо. Наши предки выживали благодаря сотрудничеству, взаимопомощи и способности действовать сообща. Они делились пищей, защищали друг друга от опасностей, заботились о детях и поддерживали членов своей общины. Без этих качеств человечество, вероятно, никогда не смогло бы стать тем, чем является сегодня. Сотрудничество оказалось не случайной особенностью поведения, а одной из важнейших основ нашего существования.

Если посмотреть ещё шире, можно заметить, что принцип взаимосвязи проявляется повсюду. Ничто в мире не существует само по себе. Каждое живое существо связано с окружающей средой. Лес существует благодаря сложному взаимодействию растений, животных, грибов и микроорганизмов. Человеческое общество держится на труде миллионов людей, ежедневно делающих что-то друг для друга. Даже сама жизнь возможна лишь благодаря бесчисленным связям и обмену между её элементами. Взаимодействие оказывается не исключением, а одним из фундаментальных принципов существования.

В таком свете помощь другим людям перестаёт выглядеть как жертва или отказ от собственного благополучия. Напротив, она становится естественным продолжением той логики, по которой устроена жизнь. Когда человек поддерживает другого, он не идёт против своей природы – он действует в согласии с ней. Возможно, именно поэтому добрые поступки так часто сопровождаются чувством внутреннего удовлетворения.

Многие воспринимают счастье как награду за успех, которую нужно заслужить. Но существует и другой взгляд. Что, если счастье – это не приз за правильное поведение, а сигнал того, что человек находится в гармонии с собственной природой? Подобно тому, как чувство жажды подсказывает организму потребность в воде, ощущение счастья может свидетельствовать о том, что человек живёт в соответствии с глубинными принципами своей жизни: через связь, участие и заботу о других.

Поэтому счастье, возможно, начинается не с вопроса «Что я могу получить от мира?». Гораздо важнее другой вопрос: «Что я могу дать?». Парадокс заключается в том, что именно в момент искренней отдачи человек часто находит то, что так долго искал для себя. И если философия, история человечества, жизненный опыт и современные научные исследования сходятся в одной точке, то, вероятно, перед нами не просто красивая идея, а одна из наиболее глубоких закономерностей человеческого существования.

Ирина Поволоцкая

Счастье начинается не с вопроса «Что я могу получить?», а с вопроса «Что я могу дать?». И именно в этом простом изменении взгляда человек нередко находит то, что искал долгие годы.



СЧАСТЬЕ БЫТЬ ОТЦОМ: СИЛА, КОТОРУЮ НЕЛЬЗЯ КУПИТЬ

Как ребёнок раскрывает в мужчине
силу, смысл и любовь

Отцовство прежде всего ассоциируется с ответственностью: надо обеспечивать, воспитывать, защищать, быть рядом, не подводить. Всё это правда. Но тяжесть долга заслоняет для мужчины значимость отцовства как одного из сильнейших переживаний счастья: быть нужным, быть опорой, видеть, как рядом растёт новый человек, для которого твои слова, поступки и даже молчание становятся частью внутреннего мира.

В опыте психологической практики и научного исследования всё яснее проступает мысль: мужчина становится отцом задолго до того, как впервые берёт ребёнка на руки. Внутренне это начинается с готовности быть надёжным, быть взрослым; с решения не убегать от трудностей; с желания передать дальше не только фамилию и отчество, но и способ жить.

Мужчине важно признание в обществе: не только как профессионала, наставника, руководителя, но и как человека, само присутствие которого имеет значение. И особенно значимым он становится для своего ребёнка. Так раскрывается особое отцовское счастье – опыт жизни с большим смыслом и опыт любви, где недостаточно взять вершину, победить, добиться; где требуется выдержать, защитить, научить,

“

Роль отца – не «подстраховать» мать и не «помогать ей с ребёнком», будто ребёнок принадлежит только ей. Через отца ребёнок получает незаменимый опыт совершенно иного качества: мужской надёжности, грани, выхода в мир, уважения и силе без грубости, ответственности без подавления, любви и нежности, в которых есть опора.

простить, остаться рядом. Отец своей зрелой силой создаёт ребёнку оазис безопасности в быстро меняющемся мире.

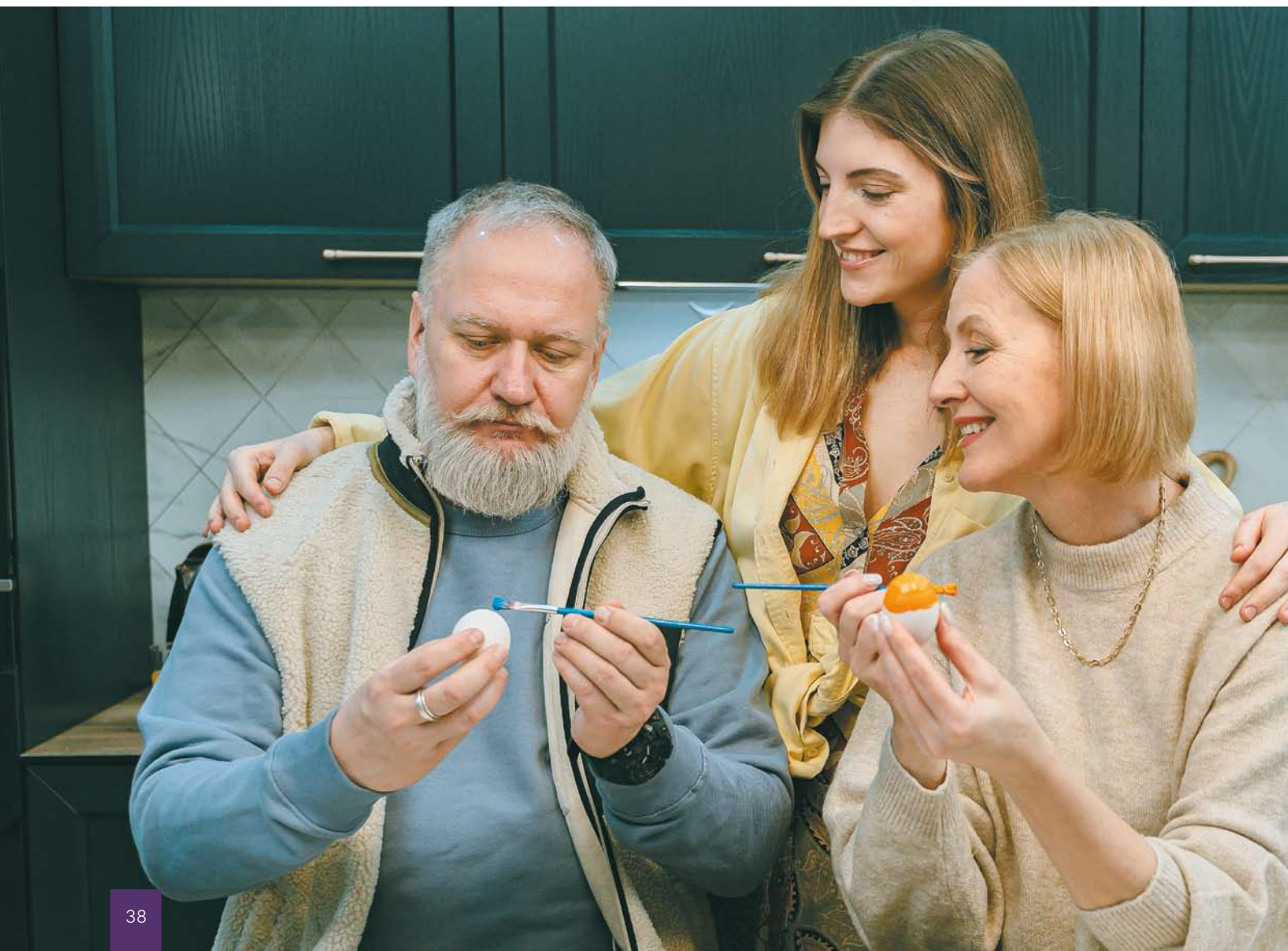
В моей научной работе мы изучаем потребность в отцовстве как уникальное мотивационно-смысловое образование личности мужчины, формирующееся ещё до реального родительства – в отношении к семье, ответственности, труду, женщине, будущему и жизненному выбору.

В исследовании участвовали 146 студентов-юношей 17-21 года. Неоднородная картина готовности к отцовству такова: наиболее выражена поведенческо-бытовая готовность – 0,74, тогда как экономикоресурсная составила 0,45, а социально-нормативная информированность – 0,46. Иными словами, молодые мужчины готовы включаться, помогать, брать на себя конкретные семейные дела, но образ себя как будущего отца ещё не осмыслен.

В практике консультирования состоявшихся отцов этот же запрос проявляется в зрелой форме: **«Как мне быть отцом, если ясного образа у меня самого не было?»**

“

Счастье быть отцом заключается в возможности выйти за пределы себя. В понимании, что вы уже живёте в будущем через своего ребёнка, через его взгляд на мир, через вашу любовь.



Сомнения и самокритика отступают, когда мужчина собирает осознанный образ собственного отцовства. Появляется устойчивость, тепло и спокойная сила, поддерживающая рост ребёнка и развитие самого отца.

Показательно, что 61,4 % зрелых отцов говорят о самостоятельном конструировании образца отца, тогда как на собственного отца могли ориентироваться 22,81 %, на деда — 19,3 %. Это сигнал: современный мужчина не получает готовую модель отцовства по наследству. Ему приходится строить её из наблюдений, ошибок, мечты и внутреннего выбора.

Для многих это так и остаётся внутренне нерешённой задачей. Реальная жизнь редко оставляет мужчине пространство для спокойного осмысления отцовства: работа, обеспечение семьи, быт, финансовые задачи требуют сил каждый день. В потоке дел «для семьи» нет времени задуматься, каким отцом он становится для своего ребёнка. **И не в этом ли состоит один из самых главных вызовов современного**

отцовства: успеть не только обеспечить, но и быть рядом?

Папа – не помощник мамы, он сам родитель.

Роль отца – не «подстраховать» мать и не «помогать ей с ребёнком», будто ребёнок принадлежит только ей. Через отца ребёнок получает незаменимый опыт совершенно иного качества: мужской надёжности, границ, выхода в мир, уважения к силе без грубости, ответственности без подавления, любви и нежности, в которых есть опора.

Самое ценное наследие отца – способ жить.

Если нас спросят, что отец передаёт ребёнку, все ответы будут верными: фамилия, отчество, группа крови, внешность, черты характера, материальная поддержка. Однако они лишь внешние проявления *большой эволюционной передачи*, в которой от поколения к поколению переходит, развивается и совершенствуется способ жить.

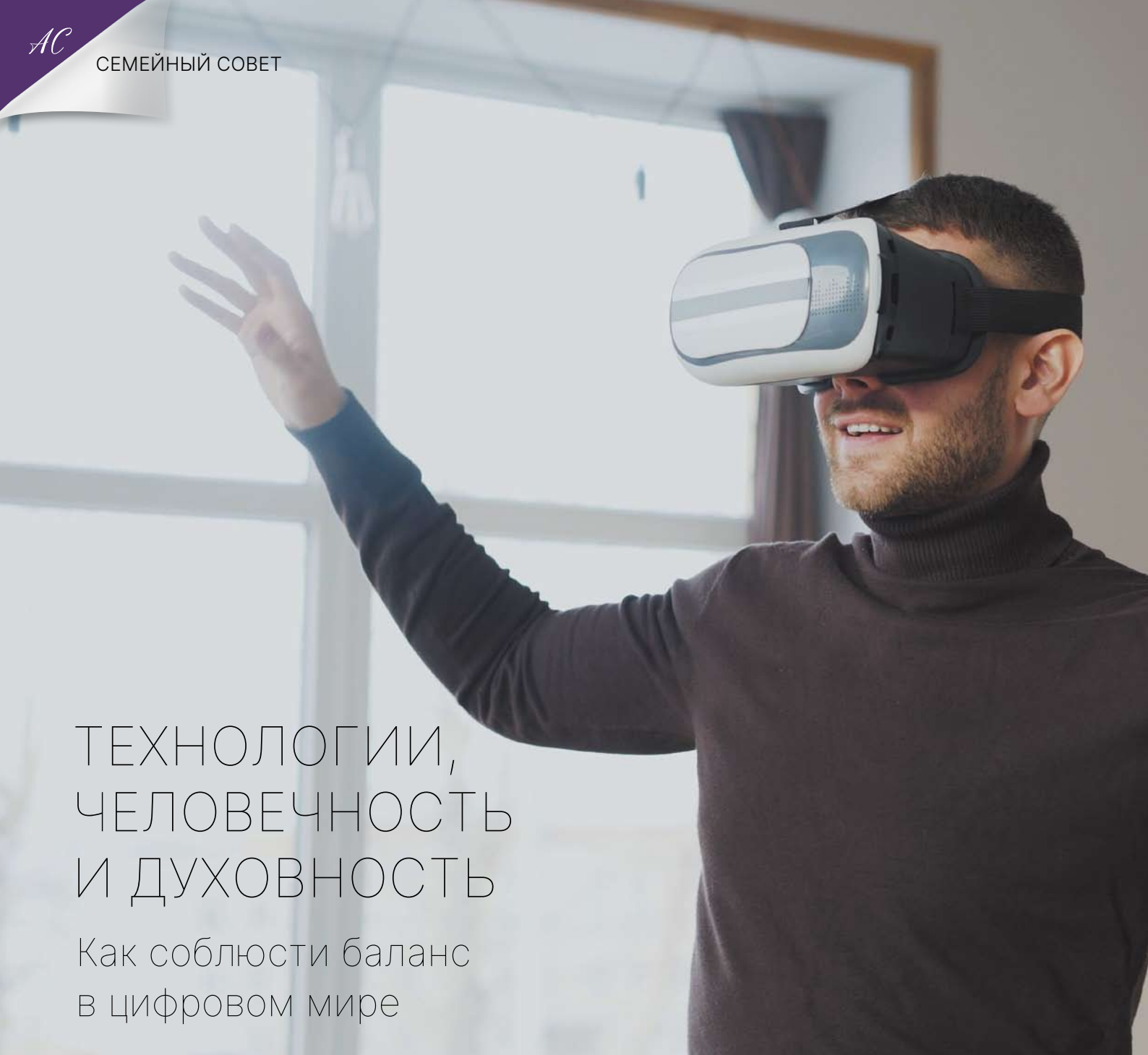
Отцовское воспитание состоит не в нотациях и длинных речах. Оно происходит через ежедневный пример: как папа разговаривает с мамой, держит слово, относится к труду, справляется с усталостью, признаёт ошибки, возвращается к разговору после конфликта. Так ребёнок впитывает не набор правил, а живую модель отношения к миру: умение преодолевать сложности, беречь женщину, защищать слабого, начинать заново, быть настойчивым без высокомерия и просить прощения без потери достоинства. Дети запоминают слова, но ещё больше – атмосферу присутствия отца и своё состояние рядом.

Есть сила смысла, которую невозможно купить: вера ребёнка в папу, его спокойствие, его память: «папа рядом», «папа поддерживал». Уверенность нового человека, что в этом мире есть опора, и эта опора – его отец.

Счастье быть отцом заключается в возможности выйти за пределы себя. В понимании, что вы уже живёте в будущем через своего ребёнка, через его взгляд на мир, через вашу любовь. Жизнь принесла новую жизнь. И в этой новой жизни остался ваш след.

Наталия Ярославцева,
психолог





ТЕХНОЛОГИИ, ЧЕЛОВЕЧНОСТЬ И ДУХОВНОСТЬ

Как соблюсти баланс
в цифровом мире

Мы живём во времена, когда большинство из нас, прежде чем, проснувшись, обнять, поцеловать и сказать «Доброе утро!» своему ребёнку или партнёру, тянемся к смартфону. Технологии всё глубже и глубже проникают в нашу жизнь. Мы живём в эпоху умных домов, интернета, когда холодильник может заказать молоко, а симпатичный робот-доставщик или дрон привезти его к двери, где аудиоколонка рассказывает нашему ребёнку сказку перед сном, а беспилотное такси везёт нас на работу. Но давайте поищем ответ на очень простой вопрос: становится ли от этого наш умный дом добрее и мудрее?

Мы с лёгкостью говорим: «Индустрия 4.0», «Общество 4.0». Но давайте поговорим о самом главном – о «Семье 4.0». Что это?

Я всю жизнь связан с компьютерами как программист и как пользователь. Первый комп я увидел 50 лет назад в 1976 году и сегодня прекрасно понимаю, что цифровой мир мы строим по образу и подобию окружающего нас мира. Давайте посмотрим на понятие «Семья 4.0» в компьютерном стиле. «Семья 4.0» – это новая операционная система для нашей ячейки общества. И сегодня мы попробуем вместе разработать её архитектуру, основанную на трёх «китах»: **технологии, человечности и духовности.**



“

Мы используем технологии, чтобы освободить время для человеческого. И мы используем человеческое – любовь, общение, ритуалы, – чтобы наполнить технологическую реальность смыслом и духовностью.

Кит первый: технологии – лучший слуга, но худший хозяин

Технологии в «Семье 4.0» – это не зло. Это потрясающий инструмент! Они освобождают нам время. Видеозвонки стирают расстояния между бабушками и внуками. Общие облачные альбомы хранят наши воспоминания. Онлайн-образование открывает миры для наших детей.

Но вот в чём парадокс: инструмент, созданный для соединения, часто нас разъединяет. Мы физически в одной комнате, но виртуально – в разных вселенных. Это «вместе порознь». У нас есть диджитал-детокс, но нет диджитал-баланса.

Правило Семьи 4.0: технологии должны быть инструментом для усиления связи, а не её заменителем. Общее правило – «tech-free зоны»: обеденный стол, час перед сном. Не запрещать, а договариваться. Потому что память о том, как пахнет утренний кофе и звучит смех ребёнка, не хранится в облаке. Она хранится в нас.

Кит второй: человечность – аутентичность в цифровую эпоху

Человечность – это то, что технологии никогда не смогут у нас отнять. Но мы можем сами это забыть. Это наша способность к эмпатии, к живому прикосновению, к взгляду в глаза, к совместному проживанию эмоций – не через смайлик, а через объятие. Кстати, «некоторые учёные» считают, что каждый из нас нуждается в 4-20 объятиях в день.

В «Семье 4.0» мы осознанно культивируем человеческое.

Право на скуку

Мы не должны развлекать детей 24/7. Скука – двигатель творчества. Пусть они сами придумают себе игру, поссорятся и помирятся. Это и есть тренировка жизни.

Проявление эмоций

Мы учим детей не только проявлять, но и говорить о своих эмоциях. «Я злюсь», «Мне грустно», «Я тебя понимаю». Это самый важный язык будущего.

Общее дело

Не просто быть рядом, а делать что-то вместе. Печь печенье, строить скворечник, смотреть старый фильм и обсуждать его. Технологии могут помочь найти идею, но реализация – всегда в реальном мире.

Кит третий: духовность – наш внутренний компас

И вот мы подходим к самому главному. Духовность в «Семье 4.0» – это не про религию. Это про **общие ценности и смыслы**. В бешеном потоке информации и бесконечных опций семья – это наш моральный ориентир.

Что это значит на практике?

Вопросы не «Как?», а «Зачем?»

Мы не просто спрашиваем у ребёнка «Как дела в школе?» Мы спрашиваем: «Что хорошего ты сегодня сделал?», «Чем ты помог однокласснику?», «Что нового узнал о мире?» Мы говорим о добре, справедливости, заботе о планете.

Ритуалы без гаджетов

Совместные ужины, прогулки в лесу, настольные игры, чтение книги вслух. Это наши «лагерные или походные костры», вокруг которых мы собираемся и чувствуем принадлежность к одной команде под названием Семья.

Служение как ценность

«Семья 4.0» – это не замкнутая крепость. Это открытая система, которая влияет на мир. Волонтёрство вместе с детьми, помощь соседям, экологичные привычки. Мы показываем, что смысл жизни каждого человека в том, чтобы делать что-то полезное, что-то доброе для других.





Многодетная семья Тозик: Наталья, Владимир и их дети. Быт на Кольском полуострове они сами называют «агрегатором северного счастья», где каждый день наполнен теплом.

“

Человечность – это то, что технологии никогда не смогут у нас отнять. Но мы можем сами это забыть. Это наша способность к эмпатии, к живому прикосновению, к взгляду в глаза, к совместному проживанию эмоций – не через смайлик, а через объятие. Кстати, «некоторые учёные» считают, что каждый из нас нуждается в 4-20 объятиях в день.

Баланс – это не точка, это движение

Так где же этот волшебный баланс? Его нет как статичной точки. Баланс – это не застывшая картина, а динамический танец. Иногда мы утыкаемся в экраны, иногда сосоримся. Но в «Семье 4.0» мы **осознанно** постоянно возвращаемся к себе и друг к другу.

Мы используем технологии, чтобы освободить время для человеческого. И мы используем человеческое – любовь, общение, ритуалы, – чтобы наполнить технологическую реальность смыслом и духовностью.

Итак: «Семья 4.0» – это не про то, чтобы отказаться от технологий. Это про то, чтобы поставить их на службу нашему человеческому и духовному развитию. Это про то, чтобы наш умный дом был в первую очередь добрым домом. Домом, где Wi-Fi отлично ловит, но ещё лучше ловят любовь, поддержка и понимание.

Давайте создавать такие семьи. Начинать надо с себя. С простого: отложить телефон, обнять того, кто сейчас рядом с тобой, и спросить: «Как ты на самом деле?»

Сергей Корчагин

ВСЕ СТИХИИ СЧАСТЬЯ

Я есть, я могу, я кому-то нужен

Служение может быть разным. Важно, что делая своё дело, ты служишь чему-то большему – людям, идеям, смыслу. Делаешь жизнь других лучше. Агрегатор – это система, которая собирает и объединяет объекты в категорию более высокого уровня. В этом и есть основная цель Центра социокультурной и комплексной реабилитации «Агрегатор счастья» – сконцентрировать людей, разделённых обществом на категории, создать для них пространство для обмена творческим потенциалом, укрепить дружбу, мир и согласие.

– Мы создаём пространство, где каждый может найти посильную, но значимую роль, где ценность измеряется не громкими достижениями, а тем, сколько тепла удалось сохранить и передать дальше, – рассказывает руководитель ЦСКР Марина Волкова, – Программы «Сказка в каждом из нас», «НЕБОтерапия» и другие наши проекты родились именно из этого убеждения: опора приходит через участие, через понятную задачу, через признание: «Ты важен, ты нужен, твой голос слышат». Через простые, но осмысленные практики – фотосессию с ролью, написание короткой сказки, подготовку выставки – человек заново формулирует: «Я есть, я могу, я кому-то нужен».

Сказка в каждом из нас

Проект «Сказка в каждом из нас» создавался, чтобы изменить отношение к людям с физическими ограничениями. Через историю сказочного героя человек может по-новому взглянуть на себя, свои переживания и сильные стороны. Перевоплощаясь в сказочных персонажей, участники





“

Агрегатор – это система, которая собирает и объединяет объекты в категорию более высокого уровня. В этом и есть основная цель Центра социокультурной и комплексной реабилитации «Агрегатор счастья» – сконцентрировать людей, разделённых обществом на категории, создать для них пространство для обмена творческим потенциалом, укрепить дружбу, мир и согласие.

программы могут показать и прочувствовать на себе их силу духа, любовь к жизни, стремление и умение быть счастливыми и добрыми, несмотря на все трудности и, порой, непонимание общества.

Увлекательным этапом в проекте становится фотосессия в образе сказочных персонажей. Для героев, чьи светлые лица стали ярким украшением масштабных выставок, – это добрая память и осознание своих безграничных возможностей.

НЕБОТерапия

Есть один уникальный способ борьбы со своими страхами – бросить вызов земному притяжению. Порой, даже если ты просто подумаешь об этом, уже захватывает дух и по телу пробегает неприятный холодок. А если взять и шагнуть через распахнутый люк в густоту облаков, когда до земли две тысячи метров? Такую уникальную возможность предлагает необычный проект «НЕБОТерапия». Здесь каждый желающий, независимо от степени ограничения, может совершить прыжок с парашютом в тандеме





Программа создания инклюзивного волонтерского корпуса «Невидимые крылья» успешно развивается с 2020 года. Уже на начальном этапе удалось привлечь больше 300 человек. Ребята проводят мастер-классы, помогают пожилым людям, изучив пальцевую азбуку, общаются со слепоглухими детьми.

с инструктором, а также осуществить тренировочный полет в аэротрубе или на дельталёте. Уже сотни человек обрели веру в себя и победили свои страхи, приняв участие в проекте.

ВЕТРОтерапия

Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья! Человечество давно уже познало поистине великие возможности этих трёх природных лекарей. Проект «ВЕТРОтерапия», основанный на авторских методиках реабилитации инклюзивным парусным спортом, уже не первый год побуждает сотни людей с инвалидностью по всей стране покорять водную стихию. Эта инициатива расширяется с каждым годом – уже в десятках регионов есть парусные катамараны, которые составляют целую флотилию всероссийского инклюзивного парусного спорта.

В течение всего года, как только позволяет навигация, проводится множество различных регат, в том числе и международных, а профессиональную основу движения составляет «Кубок России по инклюзивному парусному спорту», который состоит из нескольких этапов в различных уголках страны.

Невидимые крылья

Волонтеры – это те, кто добровольно и безвозмездно тратят своё время, силы, а зачастую профессиональные навыки на помощь другим людям. Их поддержка бесценна, их вклад в любой проект делает счастливыми всех, кто задействован, включая самих волонтеров.

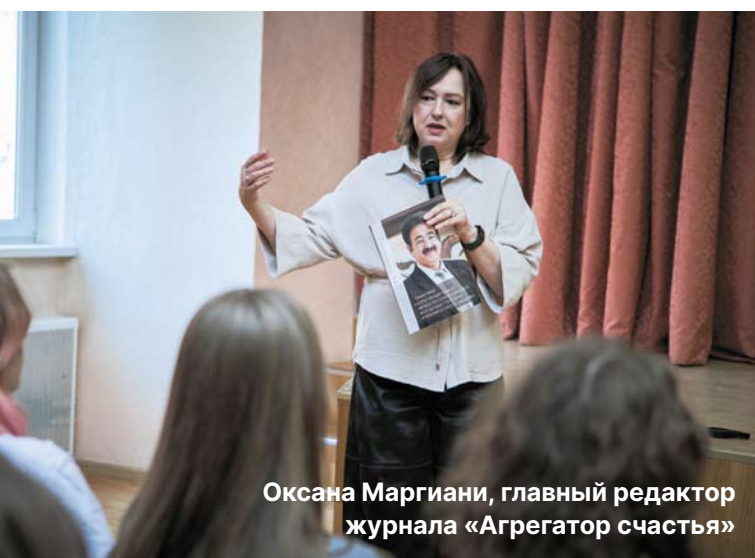
Программа создания инклюзивного волонтерского корпуса «Невидимые крылья» успешно развивается с 2020 года. Уже на начальном этапе удалось привлечь больше 300 человек. Ребята проводят мастер-классы, помогают пожилым людям, изучив пальцевую азбуку, общаются со слепоглухими детьми. Они сами стали увереннее в себе, инициативнее и самостоятельнее, почувствовали себя нужными.

Сейчас команда продолжает расти и передаёт методики и технологии специалистам НКО в регионах.



“

**Один из фокусов
особого внимания
– участники СВО.
Волонтеры ЦСКР
«Агрегатор счастья»
постоянно посещают
раненых бойцов,
проходящих лечение
в госпиталях Москвы,
беседуют, помогают
восстановить
веру в себя, найти
новые смыслы и
определиться с
будущими целями.**



Оксана Маргиани, главный редактор
журнала «Агрегатор счастья»



Агрегатор счастья в действии

Программа «Агрегатор счастья в действии» объединяет и тех, кто нуждается в помощи, и тех, кто хочет и может помогать. Счастье ведь в наших руках – если делиться им с окружающим миром, то счастливы будут все. А количество и разнообразие уже реализованных добрых дел действительно впечатляет.

Один из фокусов особого внимания – участники СВО. Волонтеры ЦСКР «Агрегатор счастья» постоянно посещают раненых бойцов, проходящих лечение в госпиталях Москвы, беседуют, помогают восстановить веру в себя, найти новые смыслы и определиться с будущими целями. Также мы собираем и доставляем необходимую гуманитарную помощь жителям новых территорий.

Большое значение мы придаём и заботе об одиноких стариках, которым помогаем с домашними делами, приобретаем для них медикаменты, продукты и другие необходимые вещи.

В настоящее время набирает обороты новая программа – интерактивный медиапроект, который знакомит детей и молодёжь разных национальностей и культур, проживающих в столице, с богатством традиций, истории и культурных ценностей различных этнических групп. Главное, для чего мы работаем, – объединение людей, которые отличаются друг от друга корнями, языком и верой.

На земле, в небесах и на воде мы оказываем помощь людям, помогая им стать чуточку счастливее. «Агрегатору счастья» подвластны разные стихии! Нам удаётся доказывать каждый день, что для человека нет ничего невозможного, стоит только захотеть. И мы готовы несмотря на любые сложности продолжать свою работу, дарить любовь миру, делиться положительными эмоциями, радоваться жизни, не разделяя мир на здоровых и больных, на ограниченные и неограниченные возможности.

Часто ошибочно счастье связывают с внешними атрибутами: большим домом, высокой должностью, определённым статусом. Но многие философские и психологические традиции подчёркивают: внешнее благополучие не гарантирует устойчивого счастья. Гораздо важнее то, какие ценности для нас в приоритете, и что мы сами делаем для того, чтобы стать счастливее самому и наполнить счастьем окружающий мир.

Николай Перехожев

Фотографии из архива ЦСКР
«Агрегатор счастья»



Екатерина Драгунова,
председатель Комитета
общественных связей
и молодежной
полтики города Москвы



МОЯ ГЕОМЕТРИЯ СЧАСТЬЯ

Сказка о пути и победе

Я часто пишу о героях. Не о тех, кто на обложках, а о простых людях, чьи ежедневные поступки – это и есть настоящее мужество. Они делятся историями, как будто пересказывают очередной сериал, где в каждой серии – новые испытания. Я слушаю и стараюсь заметить: вот здесь – стойкость, вот здесь – великодушие, а вот тут – способность любить несмотря ни на что.

Но сегодня я решила не анализировать чужой путь, а вспомнить свой. Потому что за всеми этими историями у меня тоже есть одна – очень личная. История о том, как я шла к собственному пониманию счастья. И как однажды поняла: счастье – это не конец сказки. Это сам путь. И у этого пути есть победа. Моя победа.

Я выросла в семье с традиционными ценностями, и мои родители учили меня, что для того, чтобы чего-то добиться, надо много работать.

Мы же все помним: чтобы заслужить заветную фразу «И жили они долго и счастливо», нужно было обязательно выбрать, что потерять – коня или себя? Сжечь лягушачью шкуру, не веря своему счастью, и «трое башмаков железных износить, трое посохов железных изломать, трое колпаков железных порвать», чтобы найти своё долгожданное счастье. И получается, что если счастье «вдруг в тишине постучалось в двери», то правильный ответ напрашивается сам собой: «Не верю! Не моё! Не заслужила!»

А может ли быть счастлив тот, кто живёт так, как велит его сердце? Не предавая себя и свои интересы...

Когда я была маленькой, моя бабушка мечтала, что я стану врачом-хирургом. Она рассказывала мне истории о том, что врачи спасают жизни и в мире нет достойней профессии, чем помогать другим людям. Бабушка всю свою жизнь была медсестрой. Она сама окончила медицинское училище и начала свою практику во время Великой

“

На протяжении всей жизни у меня была внутренняя потребность помогать людям. Я постоянно находила тех, кому была нужна помощь или они находили меня. Знакомые не раз говорили, что я – классический случай треугольника Кармана. То спасаю, то попадаю на роль жертвы, то вдруг обнаруживаю рядом агрессора, которого вроде как и не звала.

Отечественной войны хирургической медсестрой. Наверное, именно о таких медицинских сёстрах и пелось в военное время:

«...А когда затяжная перевязка идёт,
Здесь и ласки, и сказки, здесь и при-

сказки в ход».

Эти бабушкины сказки я слушала с большой настороженностью и однажды всё-таки ей призналась, что я не стану врачом-хирургом, потому что я не переношу вида крови. Сегодня уже не помню, как отреагировала на эти слова моя бабушка: может быть, даже её реакция была тёплой и принимающей, потому что для моей бабушки забота о близких – не пустые слова. Это её суть, и она с радостью изменит свои ожидания, откажется от своей мечты во благо другого человека, особенно, если этот человек – её любимая внучка.

А внучка в школе больше всего любила математику. Выросла и стала экономистом. Но при этом всегда была рядом с теми, кто нуждался в помощи.

На протяжении всей жизни у меня была внутренняя потребность помогать людям. Я постоянно находила тех, кому была нужна помощь или они находили меня. Знакомые не раз говорили, что я – классический случай треугольника Карпмана. То спасаю, то попадаю на роль жертвы, то вдруг обнаруживаю рядом агрессора, которого вроде как и не звала. Иногда этот треугольник становился равнобедренным: роли были почти равны, как будто все мы в одной лодке, только с разными вёслами. Иногда прямоугольным: одна сторона явно тянула больше, чем другие, и чаще всего это была я, со своей спасательной жилеткой наготове. Но в какой-то момент я поняла: мне этот треугольник тесен. И я начала дорисовывать ему ещё один угол. Так появлялась трапеция. Потому что жизнь – это не учебник по геометрии. И моя роль – не спасатель, не жертва и не преследователь. Моя роль – быть просто добрым человеком. Не потому что надо, а потому что иначе не могу. Потому что добро – это не маска, это моя основа. Моя форма. Моя геометрия счастья.

И именно это осознание напомнило мне слова, что мы рождены, чтоб сказку сделать былью. Да, я не стала врачом-хирургом, но я продолжила главную традицию нашей семьи – помогать людям! Ведь чтобы помогать нуждающимся, не обязательно иметь диплом – достаточно иметь доброе сердце и горящие глаза.



Фото из личного архива Елены Буглаевой

СПРАВКА *АС*

ЕЛЕНА БУГЛАЕВА –
финансист, инвестор,
финансовый коуч, основатель
книжного клуба *Books,*
wine & beyond в Люксембурге.

У каждой сказки свои герои и уроки, мой урок оказался в том, что, выбрав свой путь, я ничего не потеряла. Каждый раз проходя новые и новые испытания, я приобретала ещё больше уверенности в том, что помогать людям для меня – одно из составляющих долгой и счастливой жизни. И именно это осознание, что я продолжаю бабушкину миссию «помогать людям», стало для меня самой главной победой. Победой, в которой нашлось место и ей, и мне. И в этом – моё счастье.

Елена Буглаева

МИССИЯ АРТИСТА – НЕ ПРОСТО ИГРАТЬ РОЛИ, А ПОМОГАТЬ ЗРИТЕЛЮ ОСМЫСЛИВАТЬ ВАЖНЫЕ НРАВСТВЕННЫЕ КАТЕГОРИИ

Народные артисты России Лариса Лужина
и Юрий Чернов – о служении Родине, секретах
актерского мастерства и о чувстве счастья



Сегодня много говорят о понятии «служение» – Служении Отечеству. Как вам кажется, можно ли профессию актёра, артиста считать формой служения Родине?

Юрий Чернов: Начнём с того, что у нас принято говорить, что актёры не работают в театре, а служат в театре. Многие артисты и сами предпочитают именно эту формулировку: она отражает самоотдачу, серьёзное отношение к делу и связь с традициями.

Ещё в XVIII-XIX веках артисты при Императорском театре фактически состояли на государственной службе: получали жалование и считались служащими. Для многих актёров театр – не просто профессия, а призвание и служение искусству. Часто говорят «служители Мельпомены» (Мельпомена – муза театра).

Безусловно, артист служит своей стране и народу. Его миссия: не просто играть роли, а через образы помогать зрителю осмысливать важные нравственные категории: сострадание и милосердие, смелость и мужество, верность и преданность, любовь и доброту.

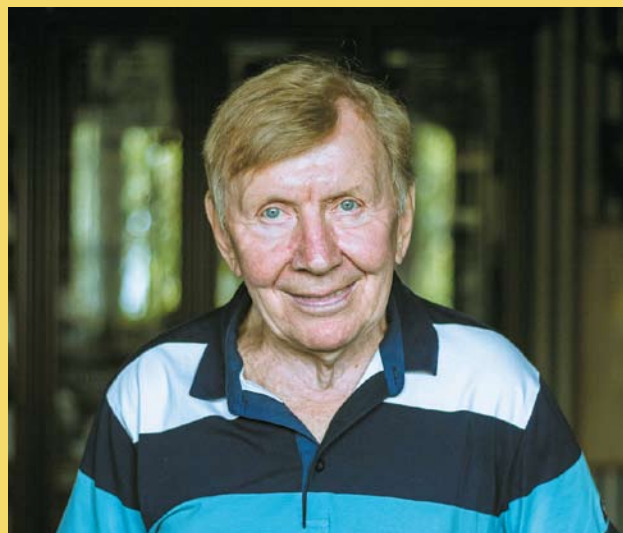


Кадр из кинофильма «На семи ветрах» (1962)

СПРАВКА *АС*



Лариса Анатольевна Лужина – знаменитая советская и российская актриса театра и кино, народная артистка РСФСР (1989 г.). Она – один из главных женских символов советского кинематографа 1960-70-х годов, сыграла более чем в 100 фильмах и сериалах.



Юрий Николаевич Чернов – советский и российский актёр театра и кино, народный артист Российской Федерации (2008 г.), мастер эпизода и любимый многими поколениями зрителей артист.



Лариса Лузина: Мы недавно вернулись из Сочи, где проходил III Международный фестиваль кино «Евразия-Кинофест». Концепция фестиваля в 2026 году сформулирована через аббревиатуру «КИНО» – Культура, История, Наследие, Образ. Его работа направлена на продвижение традиционных ценностей, культуры, исторической правды, национального наследия и образа современного героя.

Юрий Чернов: Участие в работе фестиваля – это тоже служение. И не только своей стране. Служение делу мира и прогресса, служение во благо людей. В этом году в Сочи приехало больше 700 кинематографистов из 53 стран, включая Россию, Индию, Китай, Бразилию, ЮАР, Аргентину, Сербию, Киргизию, Узбекистан, в том числе и 11 стран Евросоюза.

Лариса Лузина: Мы больше 20 лет сотрудничаем с благотворительным фондом «Филантроп», который возглавляет Геннадий Викторович Аничкин. Фонд организует благотворительные концерты, выставки и другие мероприятия, которые поддерживают и продвигают творчество людей с инвалидностью. Мы стояли у истоков создания между-

Счастье – это такое понятие, которое существует в любой момент времени. Вот под моим окном тополь вырос. Достигнул до моего этажа. Для меня уже счастье – живое растение, которое вместе со мной росло, выросло. И я ещё жива, и тополь тоже.



народной премии «Филантроп». Я возглавляю жюри, которое не просто выставляет оценки, но и оказывает большую поддержку участникам: для многих важно, что их труд замечают и ценят люди с опытом.

Юрий Чернов: Помогать раскрывать таланты – это тоже служение.

Лариса Лузина: Известный общественный деятель, кинорежиссёр, член Союза кинематографистов России Клим Лаврентьев пригласил известных актёров старшего поколения принять участие в патристическом культурно-просветительском проекте. Наша команда состоит из 7 человек: я, Юрий Назаров, Аристарх Ливанов, Наталья Варлей... Уже составлен график гастрольного тура на 2027-28 годы. Перед нами стоит задача посетить 47 российских городов воинской славы с театрально-концертной программой «Товарищ кино». Она сочетает кинокадры, стихи, песни военных лет и живое выступление актёров.

Вы когда-нибудь летали на военном самолёте? Это, мягко говоря, сложно. Но мы летаем по стране на военных самолётах и уже побывали в Мурманске, Архангельске, Полярном, Северодвинске.

Юрий Чернов: Это тоже служение Отечеству – через свою профессиональную деятельность. Конечно, мы служим Родине. Ещё как служим... Но! Это же наша работа.

Лариса Лузина: Не говоря уже о детской театральной студии при Московской детской академии народного художественного творчества в Перово. Мы вели занятия в студии и воспитывали детей вместе с Татьяной Георгиевной Конюховой. Студия принимала детей без экзаменов и предпочтение отдавалось ребятам из многодетных и неблагополучных семей. Обучение там было бесплатным.

Юрий Чернов: Это тоже служение. Своей смене, будущему.

Многие женские образы, созданные советскими актрисами, стали нравственными ориентирами для целого поколения. Почему? Как вы думаете?

Лариса Лузина: Смотря какие роли и героини. Например, героиня фильма «На семи ветрах» Светлана Ивашова. Это памятник настоящей русской женщине, любящей и верящей, которая знает, что благодаря её любви всегда будет жив любимый человек. Этот образ – пример того, как нужно честно и по-настоящему любить. Рассказ о любви, ради которой бойцы идут в атаку.

Или фильм Станислава Ростюцкого «Доживём до понедельника», снятый много-много лет назад. Несмотря на ушедшую эпоху и другой способ подхода к обучению, молодёжь с интересом смотрит эту картину. Есть чему поучиться, над чем поразмышлять. Они узнают даже о том, что нужно непременно читать, читать книги. Сегодня это особенно актуально, когда многие полностью погружаются в телефоны. И умение дружить, любить, уважать старших – всему этому учит фильм.

Как играть правду, чтобы тронуть душу зрителя?

Лариса Лузина: Надо влезть в шкуру человека, сделать этот образ своим. Прочувствовать и поставить себя на место своего героя. Уйти на время из своей жизни и жить жизнью воплощаемого образа. Часто бывает, что я учусь у своих героинь. Воплощая характер очередного образа, я проявляю черты, не свойственные мне. Эти новые свойства характера приживаются во мне и остаются на всю жизнь. Например, у меня мягкий характер, но я всю жизнь мечтала сыграть Вассу Железнову, героиню пьесы Максима Горького. Это сложный, противоречивый образ, цельная натура. Она твёрдо управляет пароходным бизнесом, держит всё в своих руках. Её характеру свойственны воля и жёсткость, прагматизм и расчёт. Отсюда и фамилия «Железнова» – она словно сделана из металла. Сейчас мне в сериалах достаются роли, где проявляются черты Вассы. И я стала по жизни много жёстче. Когда ты поверишь своему герою, тогда тебе поверит и зритель.

Юрий Чернов: Актёры – как нож. Главное – в чьих руках окажется оружие. В руках убийцы или можно им просто нарезать хлеб и угостить всех бутербродами. Вот и актёр может стать кем угодно. Воплотить любой образ.

Понятие счастья очень многогранно. На Западе оно часто связано с комфортом, материальной составляющей. А из чего, как вы думаете, состоит наш российский культурный код счастья?

Лариса Лузина: Трудный вопрос. Так с ходу и не скажешь. Сейчас для меня счастье связано с возрастом. Со здоровьем. Встаю утром, вижу, что солнце светит. И я уже счастлива.

Безусловно, артист служит своей стране и народу. Его миссия: не просто играть роли, а через образы помогать зрителю осмысливать важные нравственные категории: сострадание и милосердие, смелость и мужество, верность и преданность, любовь и доброту.



Счастье – это такое понятие, которое существует в любой момент времени. Вот под моим окном тополь вырос. Дотянулся до моего этажа. Для меня уже счастье – живое растение, которое вместе со мной росло, выросло. И я ещё жива, и тополь тоже.

Мне очень понравилось в воспоминаниях Александра Сергеевича Пушкина, как о счастье говорила его няня Арина Родионовна: «Счастье – птичка вольная. Где захочет, там и сядет». И это действительно так. Счастье может прийти в любой момент.

А счастье для России – это чтобы страна была здорова, чтобы не было войны. Чтобы не гибли дети и молодые ребята. Чтобы нация жила и развивалась.

Юрий Чернов: В спектакле «Щастье!» героиня говорит фразу: «Счастье – это когда у тебя есть человек, интереснее телевизора».

Во время пандемии появилось время побыть дома. Мы часто сидели в саду. Сначала появились первые зелёные листочки. Зацвели сливы и вишни, яблони. И вот уже весь сад в цвету. И мы это увидели своими глазами! А то мы же всё бегом: гостиница, сцена, поезд, самолёт. По-кругу. Это тоже хорошее счастье – востребованность и любимая работа, но мы не видели другого счастья – цветущий сад.

Лариса Лузина: Счастье – это когда ты ещё в состоянии всему радоваться. Ощущать солнечное тепло и когда идёт дождь.

Юрий Чернов: Мне вспоминается музыкальная тема из кинофильма «Блюз под дождём». Я вспоминаю детство. И как мы были счастливы, бегая под дождём по лужам.

Что бы вы посоветовали молодым людям, которые стоят перед выбором профессии, не знают, что делать. На что им обратить внимание?

Лариса Лузина. Сейчас очень сложно что-то советовать молодёжи. Я ничего не смогу посоветовать. Это совершенно другое поколение. И я живу как будто в разных с ними мирах. Я и своих внуков не понимаю. Это другая жизнь, другой мир, другой взгляд на всё. Самый младший внук может дать мне лучший и более полезный совет.

Но прежде всего надо оставаться человеком. С чувством собственного достоинства. С уважением относиться к людям, которые с тобой рядом. И как можно больше делать добра!

Беседовала Марина Волкова



СЛУЖЕНИЕ, ДАННОЕ НАМ ДЛЯ ВЕЧНОСТИ

Недавно я работал над книгой про одного удивительного человека. В 1960-х годах он возглавил предприятие по производству кинескопов в СССР – стране, которая только поднимала из руин свою радиоэлектронную промышленность. Молодому директору пришлось столкнуться не только с техническими трудностями нового производства, но и вполне банальными бытовыми проблемами пяти тысяч заводчан, у которых не было нормального жилья, детских садов и школ. Для того чтобы понять те времена, я прошёл вместе с этим человеком его большой трудовой путь, в котором счастье было в самых обыденных вещах. Удивительно, но ещё живы люди, помнящие то непростое время, и оно им кажется настолько светлым, что о трудностях вспоминают с нежностью. И директора завода вспоминают с любовью потому, что он не был стяжателем, а стремился каждого работающего человека обеспечить жильём и комфортным бытом, отдыхом и культурным досугом. Он служил Идее всеобщего благополучия и осмысленного продуктивного труда. Анатолий Тимофеевич Харченко служил людям, которые работали вместе с ним. И поэтому они спустя годы, уже в наше время, воздвигли ему памятник и назвали сквер в его честь, хотя и предприятия этого давно нет в провинциальном городе Ельце.

Я начал свой рассказ о Служении именно с этой истории, чтобы подчеркнуть, как важна личность подвижника в истории народа. Как один человек может подать пример тысячам и вселить в них веру в

прекрасное будущее несмотря на пережитые испытания войной и разрухой.

Не всем из нас достаётся такое счастье, как служение идеям и Отечеству, не всякому даётся сил и веры. И не всегда мы понимаем, как даются эти силы для невероятных, непостижимых простым умом поступков, но данных как чудесное свершение.

Есть такое выражение: «Своя рубашка ближе к телу». Оно мне понятно, но не очень нравится. В нём есть какая-то упрощённая бытовая участь – быть самим по себе. Нет в ней полёта фантазии, нет в ней чуда преображения и радости любви к ближнему.

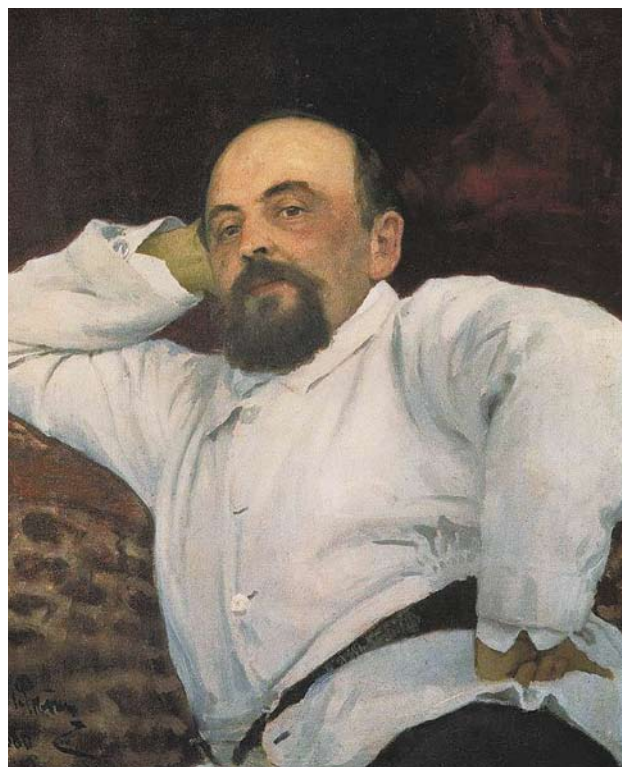
Когда нам доводится рассуждать о человеческом счастье, почему-то первым приходит радость обладания чем-то редким,



Савва Морозов

“

Железнодорожный промышленник Савва Мамонтов увлекался искусством и приютил русских художников, режиссёров, архитекторов в своей усадьбе Абрамцево, построил мастерские, где возрождались ремёсла и народные промыслы. Он пел басом в Миланской опере и создал первую частную оперу в России.



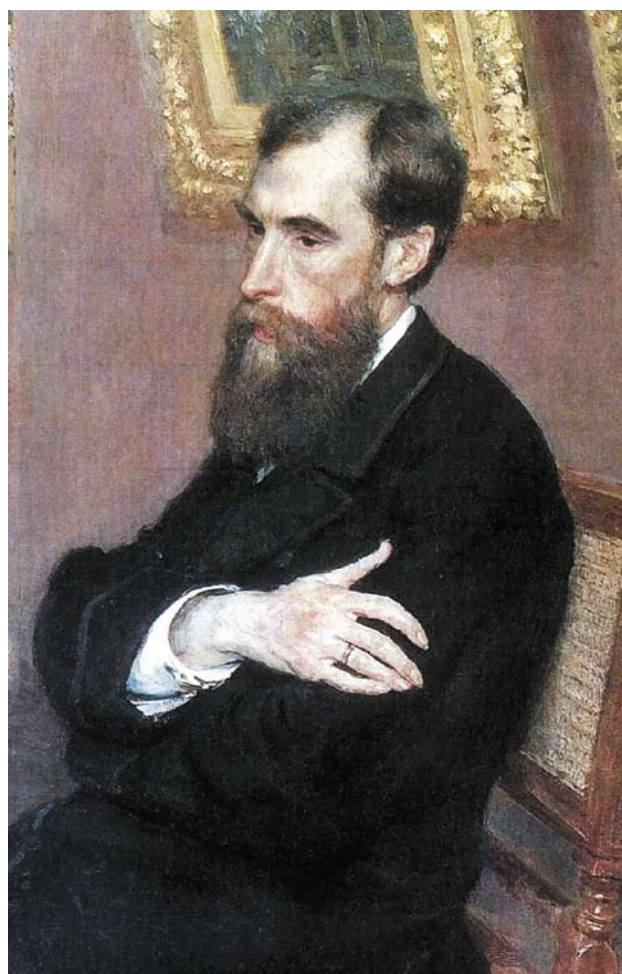
Савва Мамонтов

но неделимым. Фактически это обладание богатством, которое принадлежит одному человеку. Но так ли это? История меценатов России говорит об обратном.

Взять, к примеру, купцов и промышленников Павла Третьякова, Савву Мамонтова, Алексея Бахрушина, Марию Тенишеву, Савву Морозова, Александра Половцева и Александра Штиглица... Это лишь малая толика людей, кто сохранили для потомков огромный пласт изобразительного искусства. Создавших простые и ясные механизмы помощи художникам, скульпторам, музыкантам, писателям, врачам.

Железнодорожный промышленник Савва Мамонтов увлекался искусством и приютил русских художников, режиссёров, архитекторов в своей усадьбе Абрамцево, построил мастерские, где возрождались ремёсла и народные промыслы. Он пел басом в Миланской опере и создал первую частную оперу в России. У него творили Врубель, Поленов, Репин, Васнецов, Серов, а ранее гостил и работал Николай Васильевич Гоголь.

О Третьяковской галерее в Москве знают, казалось бы, все, но сколько открытий можно сделать, если внимательно прочесть объёмные тома о деяниях Павла Тре-



Павел Третьяков

тьякова, скупавшего на доходы от торговли картины русских художников конца XIX века, таким образом поощрявшего мастерство живописцев и создавшего колоссальную по своему культурному влиянию художественную коллекцию русской живописи и скульптуры.

Савва Морозов был из новых русских купцов, получивших европейское образование, и стал финансистом МХАТа Станиславского.

Сенатор Александр Половцев при инициативе крупного промышленника Александра Штиглица основал в Санкт-Петербурге первый частный музей и художественное техническое училище, которое выпускало талантливую молодёжь, среди которых были выдающиеся мастера: Петров-Водкин, Ольга Остроумова-Лебедева. Это были первые промышленные дизайнеры в Российской Империи.

Алексей Бахрушин основал крупнейший театральный музей в мире, а Мария Тенишева создала просветительский проект во многих городах России, который помогал молодым художникам при поступлении в столичные институты.

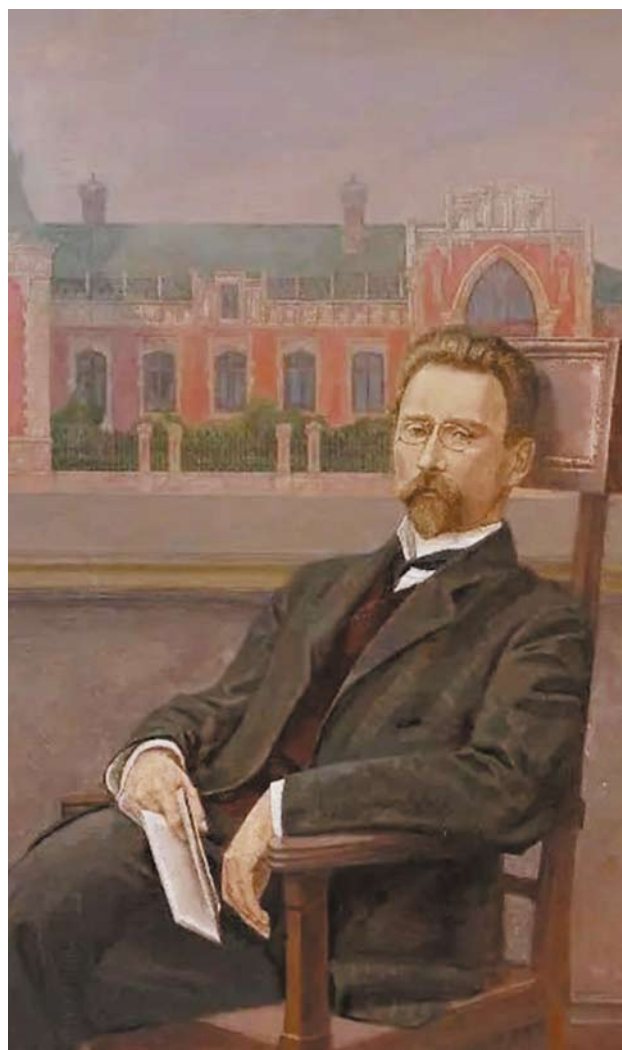
Здесь можно долго рассказывать о тех благотворителях, кто строили школы, больницы, церкви и приюты, жертвовали колоссальные средства для помощи попавшим в беду, на развитие здравоохранения и образования. Эти традиции продолжают и сегодня. Дух России – в её народе, который находит смысл своей жизни в общественном благе. Это ли не величие Русской Идеи – делиться счастьем, помогать ближнему, самоотверженно защищать традиционные и семейные ценности, когда им угрожает опасность извне?

Мой рассказ будет неполным без упоминания учёных и музейщиков, спасавших в годы Великой Отечественной войны произведения искусств и научные коллекции.

Поистине великим подвигом можно назвать спасение коллекции семян Всесоюзного института растениеводства (сегодня он называется Всероссийский институт генетических ресурсов растений имени Н.И. Вавилова) во время блокады Ленинграда. Сотрудники умирали от истощения, но никто из них не прикоснулся к семенам, входящим в мировую коллекцию агрокультур. Как такое можно представить не в России? Есть ли примеры такого мужества и стойкости?

“

Дух России – в её народе, который находит смысл своей жизни в общественном благе. Это ли не величие Русской Идеи – делиться счастьем, помогать ближнему, самоотверженно защищать традиционные и семейные ценности, когда им угрожает опасность извне?



Александр Бахрушин



Мне вообще очень трудно писать о Ленинградской блокаде, поскольку город постоянно напоминает об этих ужасных днях. Проходя мимо института имени Николая Ивановича Вавилова на Исаакиевской площади, я невольно представляю себя на месте этих невероятных людей. Ведь коллекция семян – это не просто гербарий! Это живые культуры, которые необходимо высевать и тем самым восстанавливать.

Перед наступлением немецко-фашистских захватчиков коллекцию подготовили к эвакуации, поскольку в ней хранились самые разнообразные культуры со всего мира. Тогда из 250 тысяч образцов учёные часть семян всё-таки смогли вывезти на «большую землю» по льду Ладоги в вещмешках и чемоданах. В это время в Ленинграде уже голод, и каждые сто граммов зерна – это чья-то спасённая жизнь. Но к Вавиловской коллекции прикоснуться было нельзя. Это невероятно, но голодные и замёрзшие учёные обогревали помещения в хранилищах института только для того, чтобы семенной фонд не погиб. Было трудно передвигаться, ноги и руки еле двигались, но дело всей жизни нужно было спасти – так поступали эти сильные духом люди. И они спасли коллекцию.

“

В такой же ситуации оказались и музейщики Эрмитажа, которые сохранили коллекции разных музеев, не успевших покинуть блокадный город. Музейные предметы были свезены в Исаакиевский собор летом 1941 года. Практически весь храм и подвалы были заполнены произведениями искусства.



Ленинград в блокаду

В такой же ситуации оказались и музейщики Эрмитажа, которые сохранили коллекции разных музеев, не успевших покинуть блокадный город. Музейные предметы были свезены в Исаакиевский собор летом 1941 года. Практически весь храм и подвалы были заполнены произведениями искусства. Когда наступили холода, сотрудники музея уже не выходили из убежищ. Они топили буржуйки, но обогреть громадное здание не могли. Тем временем Гитлер дал указание бомбить Ленинград до полного уничтожения. В эрмитажных подвалах тоже прятались учёные. Всего до 2000 человек могли принять подвальные помещения Зимнего дворца и новых зданий Эрмитажа.

В первый же год войны из 60 музейных работников, находившихся в подвалах Иса-

акиевского собора, погибли от голода и холода 20 человек. Вообще рассказывать о количестве погибших в то время в Ленинграде очень больно и эта боль чувствуется до сих пор.

Тем не менее летом 1942 года хранители ценностей продолжали работу. Например, картины и гобелены, напивавшиеся сыростью и влагой, выносили из храма на солнечную улицу просушить! В общей сложности в соборе хранилось порядка 120 тысяч музейных ценностей. А в сквере напротив стояло зенитное орудие...

А в Летнем саду были закопаны все мраморные статуи. Изможденные от голода люди ухитрились закопать даже коней Клодта с Аничкова моста. Да, много было утеряно в загородных дворцах Петергофа, Гатчины, Павловска, Царского села, но по сохранённым музейным предметам, фотографиям росписей, фрагментам тканей и обивки, реставраторы вернули было величие музеев. Этот подвиг был «тихим», но известны тысячи имён учёных, его совершивших.

В заключение я напомним ещё об одном человеке, величие духа которого служит нам примером до сих пор. Это архиепископ Лука Войно-Ясенецкий. Будучи необоснованно осуждённым на каторгу богоборческой властью, он не потерял веру в Господа Бога и людей и, как только началась Великая Отечественная война, попросился на фронт лечить раненых. Он был уникальным хирургом и спас тысячи людей от смерти. Он не гневался, читал раненым перед опе-

Будучи необоснованно осуждённым на каторгу богоборческой властью, он не потерял веру в Господа Бога и людей, и как только началась Великая Отечественная война попросился на фронт лечить раненых.



Архиепископ Лука Войно-Ясенецкий



Святой Лука среди врачей Красноярского госпиталя во время войны



**Бескорыстное
служение Отечеству –
это ответственность
и благо одновременно.**

рациями молитвы и вдохновлял отчаявшихся врачей. Но о святом Луке нужен отдельный рассказ, поскольку деяния его поистине свидетельствуют о служении Отечеству и благу людей. Именно такие святые указывают правильные ценности и пути развития.

Бескорыстное служение Отечеству – это ответственность и благо одновременно. Об этом в последнее время всё чаще говорится и пишется. Мы с совершенной очевидностью осознаём, что любовь к Родине, верность долгу и слову стали нашей национальной идеей. Смысл жизни человека в России проявляется именно в сохранении памяти народа и своей семьи, созидании, труде, общественной и профессиональной деятельности, способствующей гармонии человеческих отношений.

Есть и ещё один эпитет, так подходящий по смыслу к сказанному. Это Самоотверженность человека, который вопреки инстинкту самосохранения, вопреки обстоятельствам преодолевает себя, сохраняет честь и достоинство, совершая духовный подвиг. Но об этом – в следующий раз.

Александр Осипов



СПРАВКА *АС*

**АЛЕКСАНДР ОСИПОВ –
писатель, журналист, госу-
дарственный деятель (Санкт-
Петербург).**

**Возглавлял резонансное инфор-
мационное агентство в Волго-
граде, которое неоднократно
награждались Общероссийским
народным фронтом Президента
РФ за важность и актуальность
раскрываемых тем.**

**10 лет работал в законодатель-
ном собрании Волгоградской
области, занимался поддерж-
кой проектов в сфере культуры и
искусства.**

**Автор рассказов, поэзии. В Санкт-
Петербурге издал несколько книг
по истории мест и личностей.**

**Исследователь истории искус-
ства: гравюры, книжной репро-
дукции. Популяризатор истории
Юга России, степных народов,
казачества.**

«СОЗИДАЙ БУДУЩЕЕ»:

искусство,
которое начинается
со смысла

В современном мире человек ежедневно сталкивается с огромным потоком информации. Мы постоянно воспринимаем образы, слова, музыку, идеи. Всё это незаметно влияет на наше состояние, мировоззрение и даже на то, каким мы видим будущее. Именно поэтому сегодня особенно важен вопрос ответственности – ответственности не только за свои поступки, но и за те смыслы, которые мы создаём и поддерживаем.

«Будущее начинается с того, какие мысли, чувства и смыслы мы выбираем сегодня». Эта фраза является идейным центром Всероссийского фестиваля созидательного искусства «Созидай будущее», который пройдёт в последние дни лета 2026 года в Санкт-Петербурге.

Для основателя фестиваля Насти Яковлевой искусство никогда не было только способом самовыражения. Это язык, через который можно обращаться к человеку, помогать ему задуматься, почувствовать, вдохновиться и найти внутреннюю опору.

Настя, с чего началось Ваше понимание того, что искусство может менять состояние человека?

Наверное, с личного опыта. Я всегда чувствовала, что слово, музыка и творчество обладают особой силой. Иногда одна строчка стихотворения может поддержать человека в сложный момент, одна мелодия – вернуть ощущение света, одна картина – открыть новое восприятие мира.

Искусство воздействует не только на разум. Оно обращается к эмоциональной сфере, к внутреннему миру человека. Поэтому для меня важно не просто создавать произведения, а понимать, какой след они оставляют.



СПРАВКА *АС*

НАСТЯ ЯКОВЛЕВА
(Санкт-Петербург) –
поэтесса, певица,
автор художественных проектов,
лауреат премии
«Патриот России»,
финалист премии
«Поэт года – 2024»
и основатель Все-
российского фести-
валя созидатель-
ного искусства
«Созидай будущее»
createthefuture.ru





Вы много говорите об ответственности творца. Что это означает?

Творец всегда находится в диалоге с обществом. Всё, что он создаёт, становится частью общего культурного пространства. Мне кажется важным, чтобы автор задавал себе вопросы: что я несу людям? Какие чувства пробуждает моё произведение? После встречи с ним человеку становится тяжелее или, наоборот, появляется вдохновение, желание жить, развиваться, создавать?

Но ответственность есть и у зрителя. Мы выбираем, чем наполнять своё сознание. То, что мы читаем, слушаем и смотрим, ста-

новится частью нас. Именно поэтому появился проект «Созидай будущее». Его идея – объединить людей искусства, которые воспринимают творчество как возможность создавать пространство развития, красоты и гармонии.

Что для Вас означает понятие «созидательное искусство»?

Это искусство, которое не разрушает человека, а помогает ему расти. Оно может говорить о сложных переживаниях, о боли, поиске себя, жизненных испытаниях. Но в конечном итоге оно должно

“

Человек будущего –
это не только
человек технологий.
Это человек
осознанности. Мы
можем создавать
самые современные
системы и
изобретения, но
всё равно остаёмся
людьми со своими
чувствами,
ценностями и
потребностью в
смыслах.





приводить к осмыслению, к внутреннему движению.

Созидательное искусство помогает человеку вспомнить о своих лучших качествах: о способности любить, сопереживать, создавать, видеть красоту. Мне близка мысль, что культура начинается со смыслов. Не только форма определяет ценность произведения, но и то внутреннее послание, которое в нём заложено.

Как появился фестиваль «Созидай будущее»?

Это был естественный этап моего творческого пути. В какой-то момент стало понятно, что важно не только создавать

свои произведения, но и объединять людей, которые разделяют похожие ценности. Так возникло пространство, где встречаются поэты, музыканты, художники, учёные и исследователи. Люди разных направлений начинают говорить об одном – о влиянии творчества на человека.

Одним из направлений проекта стал разговор о связи искусства и сознания. Сегодня всё больше внимания уделяется тому, как музыка, слово, визуальные образы могут влиять на эмоциональное состояние человека, помогать ему восстанавливаться, находить гармонию.

Почему сегодня особенно важно говорить об этом?

“

Мне кажется, что искусство может стать одним из инструментов, который помогает человеку сохранять связь с собой и друг с другом. Через творчество мы учимся видеть больше, чем просто внешнюю форму. Мы учимся чувствовать, понимать и создавать.

Потому что человек будущего – это не только человек технологий. Это человек осознанности. Мы можем создавать самые современные системы и изобретения, но всё равно остаёмся людьми со своими чувствами, ценностями и потребностью в смыслах.

Мне кажется, искусство может стать одним из инструментов, который помогает человеку сохранять связь с собой и друг с другом. Через творчество мы учимся видеть больше, чем просто внешнюю форму. Мы учимся чувствовать, понимать и создавать.

Что для Вас лично является главным результатом такой работы?

Самое ценное – когда человек после встречи с искусством начинает что-то менять внутри себя. Когда появляется вдохновение, желание развиваться, делать добро, создавать новое.

Мне хочется, чтобы люди чувствовали: будущее не приходит само. Оно формируется каждым из нас: нашими мыслями, словами, поступками и теми смыслами, которые мы выбираем поддерживать.

Именно поэтому искусство – это не только отражение мира. Это один из способов его создавать.

Беседовала Оксана Маргиани



Герман Черёмушкин:
«ХУДОЖНИК
ТОНКО ЧУВСТВУЕТ
ДУХ ВРЕМЕНИ»



Герман Вячеславович Черёмушкин – легендарный мастер советской монументалистики. В его работах – история становления большой страны: ожидания перемен, великие стройки, чаяния и надежды народов, устремления в будущее, а ещё – тихая повседневность, из которой и складывается эпоха.

В них слышится пульс времени: и торжественный, как марш на открытии новой магистрали, и тихий, как шёпот в читальном зале библиотеки.

Листы художника Германа Черёмушкина узнавали по почерку – по той особой интонации, где строгость монументалиста встречается с трепетностью лирика. И в каждом его произведении чувствуется романтический взгляд на мир.

«Мне нравится отдавать искусству все свои силы», – всегда признавался мастер.

Художник не просто фиксировал масштабные события, а бережно собирал мгновения, в которых отражается характер народа: стойкость и открытость, трудолюбие и мечтательность, умение радоваться малому и стремиться к большому. В его линиях живёт не только грандиозный замысел эпохи, но и тепло человеческих историй, вплетённых в общую судьбу страны.

Герман Черёмушкин колесил по бескрайним просторам Советского Союза, стараясь не просто запечатлеть увиденное, а передать его суть. Маршруты художника впечатляют: суровая Чукотка и бескрайняя Сибирь, могучий Урал и горный Кавказ, а следом дальние страны Индия, Мексика, Аргентина, Бразилия, Польша. В каждой поездке он искал не экзотику, а правду жизни.

«Мне интересно вытащить из народа то, чем он живёт», – говорит Герман Вячеславович, и в этих словах – ключ к его творчеству.

Художник часто вкладывал в свои работы глубокий, потаённый смысл. В графических работах оживали не просто виды, а состояния: тишина снежной тундры, жар южного рынка, гул вокзала, где люди спешат навстречу будущему.

Монументальные произведения Черёмушкина можно увидеть в разных уголках нашей страны и за рубежом. Москвичи с улыбкой узнают декоративные корабли, установленные на мосту через Москва-реку в микрорайоне Братеево-Марьино. А в Сибири одним из самых значимых проектов художника стал комплекс монументальных работ на Тобольском вокзале в Тюменской области – в месте встречи людей и истории.



Гравюра «Мать» (1966).
Входит в серию «Казахстан»



Рыбачка (1972).
Входит в серию «Прибалтика»



Гравюра «Мать в яранге» (1968).
Входит в серию «Чукотка»



Гобелен в Усть-Илимске

За эту работу в 1976 году Герман Вячеславович получил Премию Ленинского комсомола – награду, которая стала признанием не только мастерства, но и глубины замысла.

Среди других крупных работ советского художника-монументалиста:

- комплекс монументальных произведений в Пятигорске: витражи, фрески, сграффито, кованный металл (1962–1964), где камень и стекло будто ведут тихий диалог;
- 100-метровое космическое панно во Дворце культуры самолётостроителей в Новосибирске (1968), в котором небо стало ближе;
- мозаика и скульптурная композиция «Труд. Цветок. Май» на станции «Юность комсомольская» в Тюменской области (1976) как гимн созиданию и весне;
- разработка художественных образов павильонов СССР на международных выставках в Лондоне, Париже и Брюсселе (1963–1965), где через искусство страна говорила с миром искренне и открыто.

«Самое главное – раскрыть заложенный в работе смысл», – подчёркивает художник.

Для Германа Вячеславовича искусство – универсальный язык, способный преодолевать границы и объединять людей. Его поездки по миру – это диалог с разными культурами. Он старался находить в них общие человеческие смыслы, которые понятны и близки людям разных стран. Художник работал в жанре изобразительного репортажа. Его серии графических работ по Узбекистану, Таджикистану, Туркмении, Чукотке, Сибири, Уралу, Кавказу, Индии, Мексике, Венесуэле, Колумбии, Перу, Аргентине, Бразилии, Польше, Скандинавии показывают, как художник искал и находил эти смыслы.

В индийских работах – ритм улиц, тепло человеческих отношений, особое отношение к повседневности. В мексиканских листах – энергия, цвет, страсть к жизни. В европейских зарисовках – внимание к деталям, к истории, к тому, как прошлое живёт в настоящем.

Работы художника Германа Вячеславовича Черёмушкина находятся в двадцати музеях мира: в Мексике, Пакистане, Польше, Индии, Финляндии, Дании, Чехии, Франции, США и других странах. Четырнадцать его произведений хранятся в коллекции Государственной Третьяковской галереи – это признание его творчества не только национального, но и мирового масштаба.

Герман Черёмушкин и сегодня преданно служит искусству и Отечеству. Его работы – это особый художественный язык, наполненный символами и глубоким смыслом. В каждой из них живёт вера в искусство, в его способность соединять времена, города и людей.

Что для Вас счастье?

Счастье – это семья. Когда человек уезжает из дома, например, в командировку, конечно, он думает о семье. Как они там? Как у них дела? Крепкая, добрая, замечательная семья обязательно воспитает хороших детей.

Ваша формула счастья?

Когда у вас с человеком, понимающим тебя, одно дело. И это дело вас объединяет. И тогда вы счастливы. Когда совершенно разные характеры, а вопрос решается эффективно и положительно. Но самое удивительное, когда человек рождает какую-то свою вещь и удовлетворён результатом. Когда, например, мне позвонили и сказали,

что моя книга напечатана и что она впечатляет, как я был счастлив! Это Событие!

Представьте, что Вас попросили нарисовать картину о счастье? Что бы Вы представили?

Когда человек читает книгу, он представляет какой-то образ. Создаёт картинку у себя в голове. Моё дело – «изобразительность». Я добиваюсь высшей степени эмоциональности, запечатления ценностей для человека.

Во Дворце культуры города Усть-Илимска я создал картину на гобелене, который украшает театральный занавес. На нём изображены «жарки» (их также называют «огоньки» или «сибирская роза»). Это один из символов Приангарья. В этом северном краю такая длинная, белая и холодная зима, что зрители аплодируют, каждый раз, когда открывается занавес. Они аплодируют лету.

Если мастеру удалось запечатлеть высшую степень ценностей, то люди, любящая картину, становятся чище.

Что бы Вы посоветовали молодым людям, которые стоят перед выбором своего пути, своей профессии?

Как можно больше смотреть и читать. Ходить в музеи и театры. На экскурсию на завод. Всегда нужно познавать что-то новое, тогда и найдешь своё.

*Беседовали медиаволонтеры корпуса
«Невидимые крылья»*



Герман Черёмушкин со студентами РГХПУ им. С. Г. Строганова



ЦВЕТOK СЧАСТЬЯ:

как «райская птица» служит
Отечеству тихим подвигом
красоты и добра

В выпуске, посвящённом служению Отечеству, хочется поговорить не только о громких подвигах и великих свершениях, но и о тихом, ежедневном служении, о том, как мы создаём вокруг себя пространство добра, уюта и душевного тепла. Ведь служение Родине начинается с заботы о ближних, с умения видеть и дарить красоту, с сохранения традиций и передачи их дальше. И в этом негромком, но важном деле особую роль могут сыграть... цветы.

Сегодня наш герой – стрелиция, которую ласково называют «райской птицей». Её яркие, словно застывшие в полёте лепестки напоминают птицу, устремлённую ввысь, – образ, близкий и понятный каждому: это движение к свету, к лучшему, к мечте. А разве не в этом суть служения? Не в стремлении сделать мир вокруг чуточку светлее и добрее?

Символ устремления и благородства

Стрелиция (*Strelitzia reginae*) названа в честь королевы Шарлотты Мекленбург-Стрелицкой, но народная фантазия подарила цветку куда более поэтичное имя. В очертаниях бутона видят и аиста, и журавля – птиц, которые во многих культурах символизируют счастье, долголетие и процветание. В восточноазиатских традициях журавль – знак благородства и верности своему пути. А в славянском восприятии редкий экзотический цветок становится вестником добрых перемен, гостем, который приносит с собой надежду и удачу.

И если задуматься, именно такие образы нам особенно дороги: птица, летящая вперёд, не оглядываясь на трудности; цветок, который, несмотря на свою хрупкость, уверенно тянется к солнцу. Это метафора служения: не ждать идеальных условий, а делать своё дело здесь и сейчас, дарить свет тем, кто рядом.

Служение через уют и заботу

Как же «Райская птица» может стать частью служения Отечеству? Ответ – в тех простых, но значимых вещах, из которых складывается благополучие общества.

Создание здоровой среды

Стрелиция – не только украшение, но и природный фильтр: её крупные листья задерживают пыль и очищают воздух от вредных веществ. Заботясь о микроклимате своего дома, мы тем самым бережём здоровье близких, а это и есть самое настоящее служение семье и обществу.

Воспитание чуткости и ответственности

Уход за растением – это ежедневная практика внимания и заботы. Полив, пересадка, наблюдение за ростом учат терпению, дисциплине и умению видеть результат своего труда. Для детей это особенно ценный урок:



Служение Отечеству – это не только великие дела, но и маленькие ежедневные поступки, наполненные смыслом. Поставить в доме «райскую птицу», научить ребёнка ухаживать за ней, рассказать о её символике, подарить цветок тому, кто в этом нуждается, – всё это тоже формы служения. Они делают мир вокруг добрее, а людей ближе друг к другу.

они учатся тому, что красота требует усилий, а добро начинается с малого.

Передача традиций и смыслов

Рассказывая детям и внукам о символике цветов, о народных поверьях и культурных ассоциациях, мы сохраняем живую связь поколений. Стрелиция может стать

поводом для семейного разговора, для совместного творчества: например, можно вместе нарисовать «райскую птицу», слепить её из глины или создать аппликацию. Такие моменты и формируют ту самую «ткань» национальной культуры, которая держится не на громких лозунгах, а на тёплых семейных традициях.



Дарение радости

Подарить цветок – значит, поделиться частичкой своего тепла. Букет стрелиции или горшочек с молодым растением может стать прекрасным знаком внимания для ветерана, пожилого соседа, учителя – для любого, кто заслуживает благодарности. В этом заключается проявление той самой гражданской чуткости, которая делает общество по-настоящему сильным и сплочённым.

Цветы как хранители ценностей

Во многих культурах есть свои «цветы счастья»: мирт – символ семейного благополучия, спатифиллум («женское счастье») – знак гармонии в доме, фиалка – хранительница мира между близкими, хлорофитум – тихий защитник семейного уюта. Но стрелиция стоит среди них особняком: своей необычной формой она словно призывает нас не бояться быть яркими, не стесняться мечтать и стремиться к высотам.

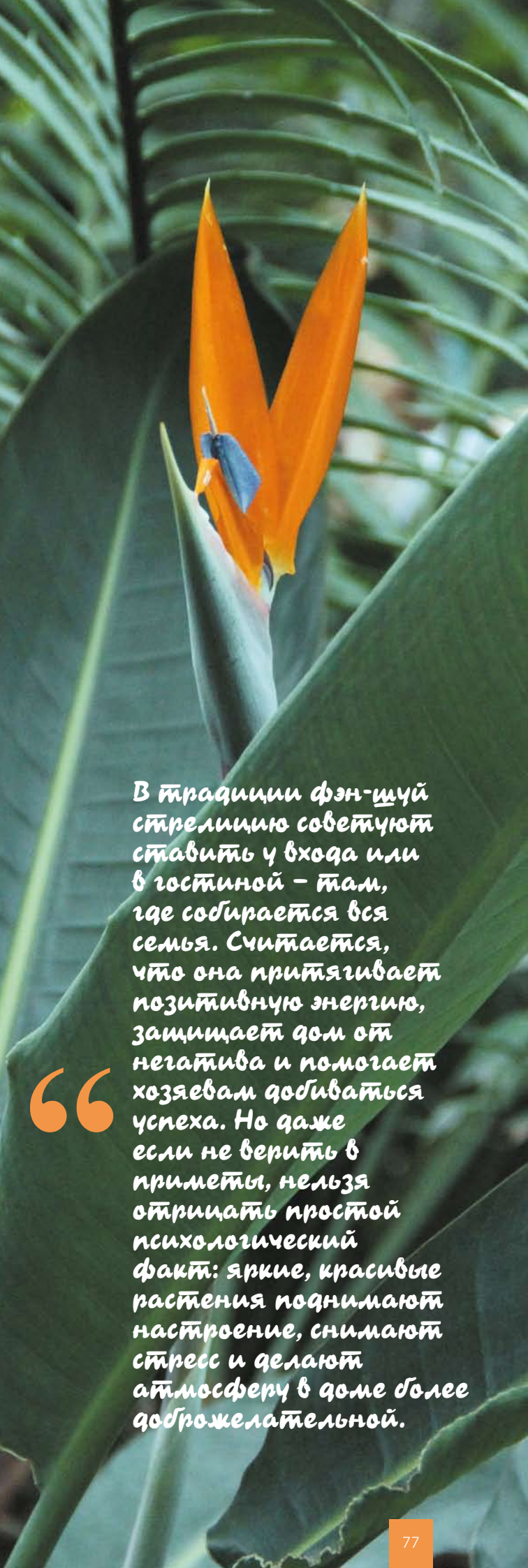
В традиции фэн-шуй стрелицию советуют ставить у входа или в гостиной – там, где собирается вся семья. Считается, что она притягивает позитивную энергию, защищает дом от негатива и помогает хозяевам добиваться успеха. Но даже если не верить в приметы, нельзя отрицать простой психологический факт: яркие, красивые растения поднимают настроение, снимают стресс и делают атмосферу в доме более доброжелательной. А ведь именно из таких «кирпичиков» – хорошего настроения, спокойствия, взаимной поддержки – и складывается благополучие общества.

Счастье как гражданская ценность

Служение Отечеству – это не только великие дела, но и маленькие ежедневные поступки, наполненные смыслом. Поставить в доме «райскую птицу», научить ребёнка ухаживать за ней, рассказать о её символике, подарить цветок тому, кто в этом нуждается, – всё это тоже формы служения. Они делают мир вокруг добрее, а людей ближе друг к другу.

Пусть стрелиция станет для вас не просто красивым растением, а символом внутренней свободы, смелости мечтать и готовности дарить счастье. Ведь когда в каждом доме живёт частичка красоты и заботы, тогда и вся страна становится крепче, светлее и счастливее.

А какой цветок счастья живёт в вашем доме? Напишите нам в редакцию журнала – соберём вместе целую галерею символов добра и благополучия!



В традиции фэн-шуй стрелицию советуют ставить у входа или в гостиной – там, где собирается вся семья. Считается, что она притягивает позитивную энергию, защищает дом от негатива и помогает хозяевам добиваться успеха. Но даже если не верить в приметы, нельзя отрицать простой психологический факт: яркие, красивые растения поднимают настроение, снимают стресс и делают атмосферу в доме более доброжелательной.



Герман Черёмушкин:
«ЕСЛИ МАСТЕРУ УДАЛОСЬ
ЗАПЕЧАТЛЕТЬ ВЫСШУЮ
СТЕПЕНЬ ЦЕННОСТЕЙ,
ТО ЛЮДИ, ЛЮБУЯСЬ КАРТИНОЙ,
СТАНОВЯТСЯ ЧИЩЕ»