

GEO

ЦВЕТУЩИЙ
ИМПОРТ
ЭКВАДОРА



№03(156) МАРТ 2011

НЕПОЗНАННЫЙ МИР: ЗЕМЛЯ

www.geo.ru

AUSTRIA €9 GERMANY €9 FRANCE €9 GREECE €9 ITALY €9,50 SPAIN €9 LUXEMBURG €9 SWITZERLAND SFR13,80

КАК ПОБЕДИТЬ БОЛЬ

ЧТО ГОВОРЯТ УЧЕНЫЕ
ЧТО СОВЕДУЮТ ВРАЧИ



ОЗЕРО МАНЫЧ Место встречи перелетных птиц



ХАКАСИЯ Край духов и трехсот горных озер



ФИЛИППИНЫ Урожай идеальных жемчужин



МОЛДАВИЯ Сироты при живых родителях

ЯРЧЕ СТИЛЬ. КРУЧЕ ПРАВ.



NISSAN QASHQAI. БРОСАЯ ВЫЗОВ ГОРОДСКОЙ СТИХИИ.

- Клиренс 200 мм
- Bluetooth®
- Мультимедийная консоль Nissan Connect¹ (навигация, MP3)
- Панорамная крыша²
- Система полного привода ALL MODE 4x4²
- ESP²
- Вариатор Xtronic CVT²
- Камера заднего вида²
- 18" легкосплавные диски²

www.nissan.ru

СЛУЖБА ПОДДЕРЖКИ КЛИЕНТОВ ☎ 8 800 200 59 90 | СПЕЦИАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ КОРПОРАТИВНЫХ КЛИЕНТОВ
ТЕСТ-ДРАЙВ У ОФИЦИАЛЬНЫХ ДИЛЕРОВ³

ГАРАНТИЯ СОСТАВЛЯЕТ 3 ГОДА ИЛИ 100 000 КМ ПРОБЕГА.
ГАРАНТИЯ ПРОТИВ СКВОЗНОЙ КОРРОЗИИ — 12 ЛЕТ НЕЗАВИСИМО ОТ ПРОБЕГА.
ЗА ПОДРОБНОЙ ИНФОРМАЦИЕЙ ОБРАЩАЙТЕСЬ К ОФИЦИАЛЬНЫМ ДИЛераМ.

NISSAN ASSISTANCE⁴
ПОМОЩЬ НА ДОРОГЕ

¹ Nissan Connect – многофункциональная консоль. ² Перечисленные опции входят не во все комплектации.
³ В зависимости от наличия автомобилей у официальных дилеров. ⁴ Первичная техническая помощь на дороге, эвакуация до ближайшего дилерского центра.

SHIFT the way you move



NISSAN FINANCE

специальная кредитная программа

эффективная ставка 4,9%

Данное предложение действует при заключении кредитного договора на следующих условиях: первоначальный взнос – 30%, срок кредита – 1 год, комиссия за оформление кредита не взимается при получении второго и последующих кредитов в ЗАО ЮниКредит Банк (в иных случаях комиссия равна 6000 руб.), ставка Банка в кредитном договоре – 12% (без учета вышеуказанной комиссии Банка за оформление кредита), валюта кредита – рубли РФ. Досрочное погашение: до истечения 3 мес. не допускается, по истечении 3 мес. – без взимания дополнительных платежей. Неустойка за несвоевременное погашение задолженности по кредиту – 0,5% за каждый календарный день от суммы просроченной задолженности. Обязательно страхование автомобиля на весь срок кредита на ниже стоимости автомобиля по договору КАСКО в страховых компаниях, соответствующих требованиям Банка, по тарифам соответствующих организаций. ЗАО ЮниКредит Банк вправе принять решение об отказе в выдаче кредита. Данное предложение не является публичной офертой (ст. 437 ГК РФ) и ограничено наличием у дилеров автомобилей, на которые оно распространяется. Данное предложение распространяется на Nissan Qashqai, действует с 1 февраля 2011 года по 30 июня 2011 года и доступно только у официальных дилеров Nissan. Условия предложения могут быть изменены ООО НИССАН МОТОР РУС по своему усмотрению. ЗАО ЮниКредит Банк вправе вносить изменения в условия, тарифы, а также состав услуг и банковских продуктов в одностороннем порядке. Новые условия кредитования обратной силы не имеют.

*Ставка по программе NISSAN FINANCE – это расчетная величина, которая достигается за счет снижения для клиента стоимости автомобиля, приобретаемого по программе NISSAN FINANCE. В результате реализации программы NISSAN FINANCE расходы клиента будут такими же, как если бы он взял кредит по ставке 4,9% годовых в рублях на приобретение автомобиля по рекомендованной розничной цене, действительной на дату приобретения автомобиля. Кредитование по программе NISSAN FINANCE осуществляется ЗАО ЮниКредит Банк (генеральная лицензия ЦБ РФ №1). Телефон горячей линии: 8 800 700 2006 (звонок по РФ бесплатный).



МАРТ 2011: КАК ПОБЕДИТЬ БОЛЬ; ВОСЬМОЕ МАРТА

ОТВАЖНЫЕ ПУТЕШЕСТВЕННИКИ, одержимые ученые, одаренные фотографы — таких героев мы привыкли видеть на страницах GEO. Будь то постижение тайн мира или исследование глубин космоса, экспедиции на край света или фотографирование из укрытия диких животных — все это предполагает активный образ жизни, энергию и подвижность. Одним словом — здоровье. Потому что только активные люди, не скованные мигренью или радикулитом, способны на большие свершения.

В центральном репортаже этого номера — совсем другие герои. Их объединяет не энергичное познание мира, а... страдание. И больно может стать от одного взгляда на фотографии. В этом номере мы рассказываем о новых способах терапии боли (стр. 68), о самых распространенных болевых симптомах, вызванных проблемами позвоночника (стр. 78), а также об альтернативных способах исцеления, которые предлагают венесуэльские шаманы (стр. 86), ради которых к подножию горы Серро-де-Сорте съезжаются тысячи людей, в том числе и из Европы.

Другая важная тема мартовского номера — Международный женский день. Большая часть цветов, продаваемых в России накануне главного весеннего праздника, поставляется из Эквадора. Поэтому наш корреспондент Ксения Рагозина отправилась на розовые плантации, чтобы посмотреть, как выращивают цветы для отправки в Москву (стр. 42). В Магнитогорске Оксана Орлова встретила с сотрудницами метал-

лургического комбината, которые рассказали ей о том, как конкурсы красоты меняют их жизнь (стр. 96). В Кишиневе Елена Соболева пыталась разобраться в том, почему тысячи молдавских женщин оставляют своих детей на воспитание бабушкам и дедушкам, а сами уезжают работать за границу.

У вас есть идеи для репортажей или вы хотите поделиться вашими впечатлениями от этого номера? Напишите в редакцию по адресу: geo@axelspringer.ru или оставьте ваш отзыв на форуме читателей журнала на сайте www.geo.ru

Кластерная головная боль — одно из самых мучительных недугов; ему подвержены в основном мужчины среднего возраста. Боли с трудом поддаются лечению; помогает кислородная маска. Новые способы терапии боли — центральная тема номера

Владимир Есипов,
главный редактор



ПОЧУВСТВУЙ БЕЗГРАНИЧНУЮ СВОБОДУ

Жизнь прекрасна, когда ты наслаждаешься свободой. Когда исчезают рамки привычного. Когда невероятно красочное изображение становится частью твоей реальности. Когда легко перемещаешься из мира 2D в 3D. Когда ты оказываешься там, где всегда мечтал побывать, благодаря новому телевизору LG с технологией Full LED Slim*.

Телевизоры LG
серии LX



INF)NIA™
РЕАЛЬНОСТЬ БЕЗ ГРАНИЦ



НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ

*** инфинит

FULL LED Slim* 3D

Информационная служба LG Electronics 8-800-200-76-76 (бесплатная горячая линия по России). www.lg.ru

РЕДАКЦИЯ
ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР
 Владимир Анатольевич Есипов
АРТ-ДИРЕКТОР
 Антон Степанов
ВЫПУСКАЮЩИЙ РЕДАКТОР
 Татьяна Аныгина
СТАРШИЙ ФОТОРЕДАКТОР
 Мила Баканова
РЕДАКТОРЫ:
 Юлия Земцова
 Шалва Куртишвили
 Борислав Козловский
 Екатерина Максимова
 Мария Милютинина
СПЕЦИАЛЬНЫЕ
КОРРЕСПОНДЕНТЫ:
 Григорий Кубатьян
 Елена Соболева
ПЕРЕВОДЧИК
 Сергей Панков
КОРРЕКТОРЫ:
 Марина Либензон
 Нина Переведенцева
ДОКУМЕНТАЛИСТ
 Вячеслав Середа
КОНСУЛЬТАНТ
 Вадим Покровский,
 кандидат
 медицинских наук
ДИЗАЙНЕРЫ:
 Елена Артемьева
 Алиса Горячкина
АССИСТЕНТ РЕДАКЦИИ
 Наталия Страшнова
 АДРЕС РЕДАКЦИИ
 129226, Москва, ул.
 Докукина, дом 16,
 стр. 1, этаж 6

Тел.: + 7 495 980 52 52
 E-mail:
 geo@axelspringer.ru
 www.geo.ru
 ИЗДАТЕЛЬ И УЧРЕДИТЕЛЬ
 ЗАО «Аксель Шпрингер
 Раша»
 129226, Москва, ул.
 Докукина, дом 16,
 стр. 1, этаж 6
 Тел.: +7 495 980 52 52
 Факс: +7 495 980 52 58
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР
 Регина фон Флемминг
ИЗДАТЕЛЬ
 Штефан Шпрунк
ФИНАНСОВЫЙ ДИРЕКТОР
 Беатрис Шомбер
ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ
И.О. ДИРЕКТОРА
РЕКЛАМНОЙ СЛУЖБЫ
 Светлана Ильичева
РУКОВОДИТЕЛЬ ГРУППЫ
 Иван Потопахин
ДИРЕКТОР ПО РЕКЛАМЕ
 Михаил Шебуков
МЕНЕДЖЕРЫ:
 Леонид Алексеев
 Андрей Биткин
 Алена Верещагина
 Артур Куличков
 Тел.: +7 495 980 52 52
 Факс: +7 495 980 52 58
 ad_sales@axelspringer.ru
РАСПРОСТРАНЕНИЕ
ДИРЕКТОР
 Наталия Глущенко
 natalia.gluschenko@
 axelspringer.ru

ЗАМЕСТИТЕЛЬ ДИРЕКТОРА
 Маргарита Зиновьева
МЕНЕДЖЕРЫ:
 Анна Бречалова
 Татьяна Сергеева
 Татьяна Кузьмина
ОТДЕЛ ПОДПИСКИ
 E-mail: geo@dzb.ru
 Тел.: 8 800 200 30 10
Звонок бесплатный
ОТДЕЛ МАРКЕТИНГА
ДИРЕКТОР ПО МАРКЕТИНГУ
 Мария Морозова
БРЕНД-МЕНЕДЖЕР
 Ольга Черненькая
 olga.chernenkaya@
 axelspringer.ru
ОТДЕЛ ПРОИЗВОДСТВА
ДИРЕКТОР
 Надежда Фомина
МЕНЕДЖЕР ПО
ПРОИЗВОДСТВУ
 Юлия Щербинина
КООРДИНАТОРЫ
ПО РАБОТЕ С
РЕКЛАМОДАТЕЛЯМИ:
 Анастасия
 Ворожейкина
 Марина Жаркова
ДИЗАЙНЕР
 Наталия Иванова
ЦЕТОДЕЛЕНИЕ
 Сергей Циман
 Юрий Комов
 Владимир Дегтярев
ШРИФТ GEOTEXT
 Алексей Ваняшин



НА ОБЛОЖКЕ:

- 01 Buro Monaco/plainpicture and Alex&Laila/Stone/Getty Images (GEO - Montage)
- 02 Ксения Рагозина
- 03 Александр Иванов/GEO Photo
- 04 Елена Соболева
- 05 Jurgen Freund
- 06 Andrea Diefenbach

Издание зарегистрировано в Федеральной службе по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор) ПИ № ФС77-42489 от 27 октября 2010 года. Подписной индекс в объединенном каталоге ФП РФ 42892, 41720 ISSN 1029-5828. Лицензия на осуществление картографической деятельности МОГ-06721К от 2 апреля 2009 года.
Дата выхода: 21 февраля 2011 года.
Отпечатано в типографии ЗАО «Алмаз-Пресс». Москва, Столярный пер., 3/34.
Тираж: 79 000 экз.
Цена свободная.
Присланные в редакцию рукописи и фотоматериалы не возвращаются.

Editor-in-chief: Marun Meister
 Senior editor: Fred Langer
 Production editor: Torsten Schaefer
 Art direction: Sandra Kaiser, Annett Schufft
 Production editor: Torsten Schaefer
 Picture editor: Maike Kohler
 Editorial coordinator: Doerte Nohrden
 President G+J International
 Dr. Torsten-Jorn Klein
 Head of international brands and licenses
 Andre Mollersmann

Marketing manager:
 Lasse Martinsen (GEO)
 Picture editors: Anke Sattler, Anja Wiemken
 Webdesign: Alwin Losche
 Assistant: Melanie Sachau
 G+J International
 Magazines GmbH
 International Brands and Licenses
 Am Baumwall 11, 20459 Hamburg, Germany
 Phone: +49 40 3703 6331
 Fax: +49 40 3703 5867
 Copyright © 2009 by G+J International Magazines

GmbH, Hamburg
 This magazine is published under license from G+J International Magazines GmbH. All rights to the licensed material are owned by G+J International Magazines GmbH. Reproduction whether in whole or in part without permission of G+J International Magazines GmbH is prohibited. The name of GEO and the logo thereof are registered trademarks of or in trust of G+J International Magazines GmbH.

ФОТОГРАФИИ В НОМЕРЕ

Цифры обозначают номер страницы
От редакции
 4(с.): Andree Diefenbach; 4(и.): Федор Симмуль
Содержание
 8(с.л.): Julianna Manke; 8(в.л.): Martin Ruetschi/Keystone/laif; 8(н.л.): Ксения Рагозина; 8(н.п.): Jurgen Freund; 12(с.л.): Федор Савинцев; 12(в.л.): Andree Diefenbach; 12(н.): Александр Иванов/GEO Photo
Сфера
 20-21: Martin Ruetschi/Keystone/laif; 22-23: Peter Bialobrzeski/laif; 24-25: Ralph Richter; 26: Dennis Kunkel Microscopy, Inc./Visua s Unlimited; 28(в.): Reiner Riedler/Aszenberger; 28(н.л.): Richard Lui/Gamma/laif; 28(н.п.): Imago; 30(в.): Frans Lanting; 30(н.): NASA; 32(в.): A.Barrington/SPL/Agentur Focus; 32(н.): fionline; 34(в.): Elmo Schieder, Aalborg University; 34(н.): Guillaume Herbaut/INSTITUTE; 36(в.): MIP SENSEable City Lab; 36(н.): Age/East News; 38(н.): SASI Group (University of Sheffield) and Mark Newman (University of Michigan); 38(л.н.): Matthias Breiter/Minden Pictures/Picture Press; 38(н.п.): Stadler/Bildagentur Huber; 40: Getty Images/Fotobank.com
Розы Эквадора
 42-55: Ксения Рагозина; 48(карта): Илья Юдин
Жемчуг
 56-67: Jurgen Freund; 61(карта): Rainer Dreoste
Боль
 68-77: Johanna Manke; 73(illustration): Martin Kursting; 78-84(illustrations): Joe Lertola; 83-95: Christina Garcia Rodero/Magnum/Agentur Focus
Магнитогорск
 96-109: Федор Савинцев
Молдавия
 110-123: Andree Diefenbach; 113(карта): Rainer Dreoste; 124(рисунок): Егор Шилов-Коведяев
Птицы озера Маныч
 126-135: Александр Иванов/GEO Photo; 133(карта): Илья Юдин
Хакасия
 136-137, 138-139, 142, 143, 146-147: Елена Соболева; 140, 141, 144, 145, 149: Александр Кузнецов; 148(карта): Илья Юдин
Анонс
 160(в.): Stephane Compoint; 160(ц.): UPPS/Photoshot; 160(н.л.): Алексей Николаев/GEO Photo; 160(н.п.): Елена Соболева; 161(ц.): Dan Kitwood; 161(н.л.): П.И.Н. Богородские; 161(н.п.): SolvinZankl
Гражданин мира
 162: Barbara Schaefer (*4)

ЧРЕЗМЕРНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ

Эта штука не к твоему дому летит?

Пусть летит. Я-то здесь...



Мягкий вкус. Легкий характер



ТЕМА НОМЕРА БОЛЬ СТР.68

СОВРЕМЕННЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ВЫЯВЛЯЮТ НОВЫЕ АСПЕКТЫ БОЛИ И ПРЕДЛАГАЮТ СТРАТЕГИЮ ИЗ ШЕСТИ ПУНКТОВ ПО ЕЕ ПРЕОДОЛЕНИЮ (СТР. 68). GEO РАЗЪЯСНЯЕТ САМЫЕ РАСПРОСТРАНЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПОЗВОНОЧНИКА (СТР. 78) И ПРЕДСТАВЛЯЕТ МЕТОДЫ ВЕНЕСУЭЛЬСКИХ ЦЕЛИТЕЛЕЙ (СТР. 86).



ЭКВАДОРСКИЕ РОЗЫ СТР.42

РОССИЙСКИЕ ПОКУПАТЕЛИ — САМЫЕ ТРЕБОВАТЕЛЬНЫЕ КЛИЕНТЫ ЭКВАДОРСКИХ ЦВЕТОЧНЫХ ПЛАНТАЦИЙ.



20 СФЕРА

Горный приют в Швейцарии. Азиатские мегаполисы. Новый вокзал в Льеже. Тараканы спасут человечество. Создан плащ-невидимка. Кошмары как предвестники болезней. «Выпускать пар» бесполезно. Энергосберегающие орангутанги. Интеллект и национальность. Исследование улыбок. Мужчины — слабый пол. Сепаратизм и телефонные звонки.

40 ДЕТАЛИ ДИРИЖЕР

42 ЭКВАДОР ДОННА РОЗА

Во всей стране есть только одна дорога, на которой бывают пробки в сумеречные и туманные пять утра: это путь из столицы страны в Долину цветов.



56 ФИЛИППИНЫ ИДЕАЛЬНЫЕ ЖЕМЧУЖИНЫ

На архипелаге в Южно-Китайском море выращивают лучшие жемчужины в мире.

68 ТЕМА НОМЕРА КАК ПОБЕДИТЬ БОЛЬ

Новые способы борьбы с бедой, которая стара как мир, — рецепты врачей и методы шаманов.

Чисто Bosch Roxx'x.

Единственный контейнерный пылесос
вооружен технологией SensorBagless™*
и безжалостен к грязи.



Реклама. Товар сертифицирован.

Новый пылесос Bosch Roxx'x. Уникальный контейнерный пылесос справится не только с такими загрязнениями, как пыль, земля, песок, шерсть домашних животных, но и с битым стеклом** и даже камнями**. Датчики инновационной технологии SensorBagless™* постоянно контролируют производительность пылесоса и гарантируют максимальную мощность воздушного потока. Для пылесоса Bosch Roxx'x не нужно покупать фильтры, он сам заботится об их чистоте. Информационная служба: **8 800 200 29 61, www.bosch-bt.ru**

 **BOSCH**
Разработано для жизни

Пылесос Roxx'x BGS 62232 торговой марки Bosch представляет и реализует в России ООО "БСХ Бытовая техника".

*Среди контейнерных пылесосов в Европе по состоянию на июль 2010 года.
**Максимальный размер: диаметр 29 мм, высота 3,5 мм.



ВОСТОРГ РАСШИРЯЕТ ГРАНИЦЫ ВОЗМОЖНОГО.

Восторг искушает свободных духом стать искателями приключений. Лучший в своем классе двигатель нового BMW X3 впечатляет своей мощностью и эффективностью. Его смелый характер добавит ярких эмоций в каждую поездку. Куда бы Вы ни отправились, новый BMW X3 готов к доступу в Интернет, оснащен электронной почтой и органайзером. Восторг ни в чем Вас не ограничивает. Особенно в Ваших желаниях. Испытайте настоящий Восторг — пройдите персональный тест-драйв у Вашего официального дилера BMW. Узнайте о программах кредитования BMW Bank, предложениях BMW Trade-in и программе корпоративных продаж BMW по телефону Службы клиентской поддержки BMW 8 (800) 2003 269 и на www.x3.bmw.ru

НОВЫЙ BMW X3.



Новый BMW X3

www.x3.bmw.ru



С удовольствием
за рулем



BMW EfficientDynamics

X3 xDrive20d

5.6 л/100 км | 184 л.с.



КРАСОТА КИПАЩЕГО МЕТАЛЛА [СТР.96](#)

По количеству салонов красоты на душу населения Магнитогорск уже не уступает Москве. Конкурсы красоты помогают сотрудницам металлургического комбината повысить уверенность в себе и отвлечься от трудовых будней. Что думают крановщица и сотрудница исследовательской лаборатории комбината о Международном женском дне?



ОЗЕРО МАНЫЧ [СТР.126](#)

В переводе с тюркского языка название озера на юге России значит «солёный». На берегах почти не растут камыши и кустарники. Красоту Маныча называют суровой, но каждую весну озеро оживает и превращается в гигантский птичий базар. Сотни тысяч птиц, возвращаясь с зимовки, останавливаются здесь. Одни на несколько дней, другие на все лето.

96

МАГНИТОГОРСК

ГЛАМУР И СТАЛЬ

Конкурсы красоты и светская жизнь в столице черной металлургии.



110

МОЛДАВИЯ

СТРАНА БЕЗ РОДИТЕЛЕЙ

Взрослое население самой бедной европейской страны работает за границей.

124

Профессор Октавиан Цыку — о будущем Молдавии.

126

ОЗЕРО МАНЫЧ

БОЙКОЕ МЕСТО

Место встречи перелетных птиц на границе Калмыкии, Ростовской области и Ставрополя.

136

ХАКАСИЯ

СТРАНА ГОРНЫХ ДУХОВ

Природные богатства, культурное наследие и туризм.

РУБРИКИ

4

ОТ РЕДАКЦИИ

6

ВЫХОДНЫЕ ДАННЫЕ

14

ПИСЬМА ЧИТАТЕЛЕЙ

18

ФОТОКОНКУРС

152

ФОТОСООБЩЕСТВО

154

КНИГИ

155

КЛУБ

160

АНОНС

162

ГРАЖДАНИН МИРА

МЕТОД ВОЛКА:

АДАПТАЦИЯ К ВЫСОКИМ И НИЗКИМ ТЕМПЕРАТУРАМ БЛАГОДАРЯ ТЕПЛООБМЕНУ ЧЕРЕЗ СИСТЕМУ КРОВООБРАЩЕНИЯ.



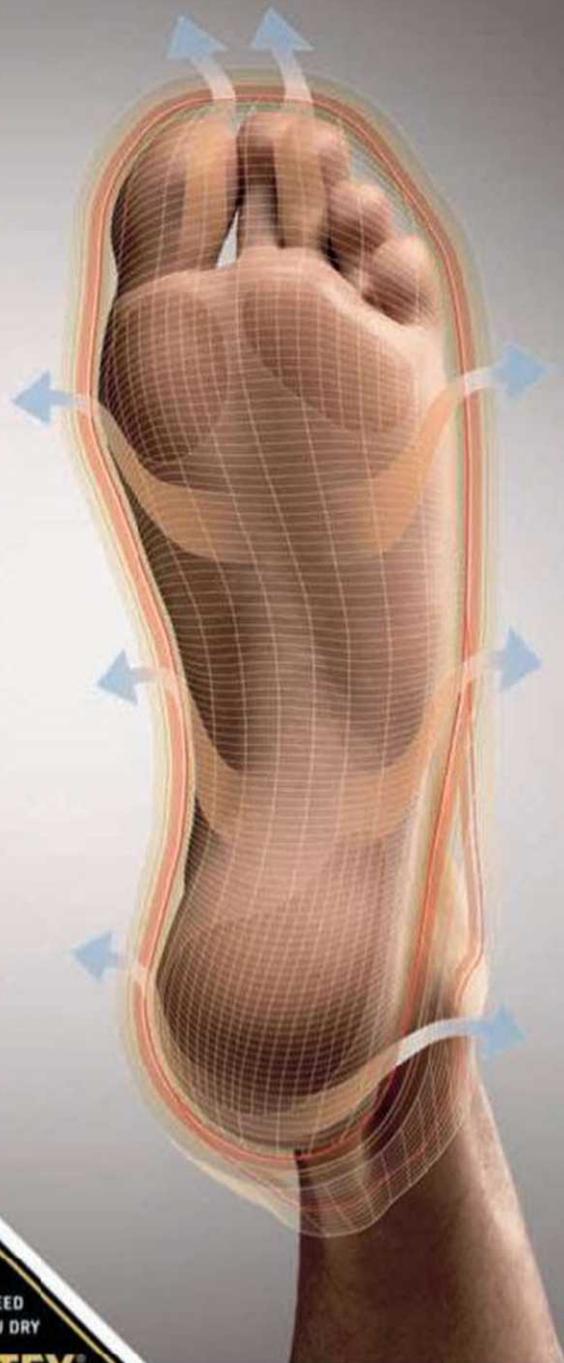
Обувь GORE-TEX®

легко адаптируется к погодным изменениям. При жаре она выводит наружу пот, обеспечивая сухость и комфорт ног. В плохую погоду она надёжно защищает от холода и влаги. Другими словами: обувь GORE-TEX® управляет микроклиматом ваших ног. Всегда и везде, куда бы Вы ни отправились.

gore-tex.com

ПОЗНАЙ БОЛЬШЕ ...

МЕТОД GORE-TEX® :
ОБЕСПЕЧИВАЕТ
СУХОСТЬ И
КОМФОРТ НОГ.



© 2007-2009 W. L. Gore & Associates (США). GORE-TEX, GUARANTEED TO KEEP YOU DRY, GORE и графические символы являются маркой W. L. Gore & Associates



GUARANTEED
TO KEEP YOU DRY
GORE-TEX®
PRODUCTS



ecco®

Обувь GORE-TEX® можно приобрести в фирменных магазинах ECCO, адреса которых указаны на сайте www.ecco-shoes.ru





«Вместо того чтобы сохранить родную планету, нас призывают выжать из нее все, что можно. Не лучше ли направить силы и финансы на изобретение экологических технологий, чтобы сохранить то, что еще осталось?»

Дмитрий Попов из Свердловской области о статье «Есть кто живой?» в номере 12/2010



«Переселение не за горами»

Астрономы уверены, что во Вселенной есть вторая Земля (GEO 12/2010)

Спасибо за декабрьскую тему номера — очень интересно. Также будущее, когда нам придется переселяться на другую планету, чтобы сохранить человеческую расу, наверное, действительно

не за горами. Мы живем в те времена, когда наша планета заражена серьезным вирусом, и, если не начать ее лечить в срочном порядке, эффект будет необратимым. Таяние ледников, вырубка леса, мусор, парниковый эффект, разрушение озонового слоя — все это ведет к полному разрушению, и каждый из нас, не задумываясь, принимает в этом участие. Хотя бы в масштабах нашей страны — почему не открыть завод по переработке бумаги, вместо того чтобы вырубать лес? Почему нельзя открыть центр, как в старые добрые вре-

мена, по сбору макулатуры? Ведь сколько бумаги становится мусором, который просто сжигают, сколько бумаги используется в офисе, которая летит в мусорное ведро и становится все тем же мусором. Хотя можно было бы ее переработать и получить новую. Тем более произвести новую бумагу из переработанной — на семьдесят процентов эффективнее, чем произвести ее из переработки леса. Понятно, что мы не сможем полностью отказаться от вырубки леса, но ведь хотя бы минимизировать процесс — возможно? И

производству выгодно, и люди смогут не выкидывать бумагу, а сдавать ее в специализированные центры — хоть какая-то польза обществу.

P.S. Очень печально на страницах такого журнала, как ваш, видеть рекламу водки и сигарет. Всю идейность перечеркивает большим крестом такая реклама, уж простите.

**Екатерина Румянцова,
Санкт-Петербург**

Статья об экзопланетах была весьма интересна. Предполагаю, что планеты, пригодные для жизни хотя бы микроорга-

На сайте www.geo.ru



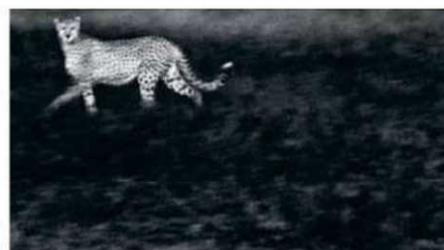
Стальные нервы и крепкие кости

В дополнение к центральному репортажу номера ревматолог Михаил Мельцер и невролог Алексей Карпов рассказывают о том, как спасти кости от чрезмерной хрупкости, а позвоночник — от перегрузок, а также об общих проблемах ветеранов войны и бухгалтеров.



Форум читателей: как победить боль?

Тема этого номера — боль, ее скрытые механизмы и способы преодолеть ее. Как побеждали боль вы и что вам помогло с ней справиться? Поделитесь своим опытом на форуме читателей GEO. Также на форуме можно оставить отзыв о журнале в целом.



Фотогалерея: дикая природа

Черно-белая фотография гепарда, сделанная лондонским фотографом Бриттой Яшинской, стала кадром года, по версии Общества немецких фотографов-натуралистов. Галерею кадров-победителей конкурса ищите на сайте GEO.ru

НОВЫЙ RENAULT SANDERO STEPWAY ТВОЙ АВТОМОБИЛЬ. ТВОЯ СВОБОДА



www.renault.ru

НОВЫЙ RENAULT SANDERO STEPWAY — это ваша свобода от скучных компромиссов и надоевших условностей.

- Увеличенный до 175 мм клиренс
- Кондиционер, подогрев передних сидений, ABS, 2 подушки безопасности, окраска металлик, литые диски 15"
- Гарантия — 3 года или 100 000 км пробега¹
- 445 000 рублей
- Новое предложение от RENAULT Credit — страховая защита платежей по кредиту²

Renault рекомендует 

DRIVE THE CHANGE*



RENAULT CREDIT 0%²

¹ Действие гарантии заканчивается после 3 лет эксплуатации автомобиля или после достижения 100 000 км пробега, в зависимости от того, что наступит раньше. *За счет субсидирования кредитной программы производителем размер ежемесячных выплат по кредиту покупателем сопоставим с кредитными выплатами Банку по ставке 0% в рублях. Условия кредитования: первоначальный взнос — от 30%, срок — от 3 до 12 месяцев, ставка Банка в кредитном договоре — 12%. В период действия государственной программы льготного автокредитования ставка Банка в кредитном договоре может быть изменена, она рассчитывается как разница между ставкой Банка и 2/3 ставки рефинансирования Банка России, действующей на дату предоставления кредита. Комиссия за оформление первого кредита — 6000 р. (при последующих кредитах не взимается). Досрочное погашение: до истечения 3 месяцев не допускается, по истечении 3 месяцев — без взимания дополнительных платежей. Заемщик обязан застраховать автомобиль по полисам КАСКО и ОСАГО. Предложение действительно до 31 марта 2011 г. для автомобилей Renault Sandero Stepway. Кредитование осуществляет ЗАО ЮниКредит Банк (Генеральная лицензия №1 Банка России). Услуги страхования по программе страхования Защита платежей предоставляются ЗАО «АЛИКО» и ЗАО «ЭРГО Русь». Оформление программы страхования не является обязательным условием выдачи кредита. Дополнительную информацию по предложению вы можете получить по телефону 8-800-700-79-97 (звонок по России бесплатный) или на www.renault.ru. Условия предложения могут быть изменены в случае изменения ставки рефинансирования Банка России. Условия и тарифы действительны на 01.02.2011 г. и могут быть изменены Банком в одностороннем порядке. *Управляй переменах. Реклама.

низмов, найдутся уже к 2020 году. Это открытие взбудоражит весь научный мир. Но большинство населения Земли к нему проявит равнодушие. В любом случае из этого открытия не последуют ответы на глобальные философские вопросы. Хотя у меня такое чувство, что, скорее, сами внезапные цивилизации дадут нам о себе знать. Когда это случится, не хотелось бы даже и гадать.

Владимир Смирнов, Минск

Даже хорошо, что рядом с Землей нет обитаемых планет. Мы до сих пор не можем искоренить войны и эпидемии. Чем дальше развивается цивилизация, тем более изощреннее она себя уничтожает. Самое лучшее для жизни на Земле флоры, фауны и человечества было бы, если бы люди остановились в развитии на уровне первобытных. Тогда была бы сохранена природа с ее животным и растительным миром, водными ресурсами и подземными недрами. Понятно, что обратного пути нет, и никто не откажется от

уже приобретенных благ. В статье рассмотрен вариант «оживления» Марса. Если Земля станет непригодна для жизни. О чем вы говорите?! Вместо того чтобы думать, как сохранить родную планету, нас призывают выжать из нее все, что можно, а потом бросить. И затем то же самое сделать с Марсом. Не лучше ли направить силы и финансы на изобретение и внедрение экологически чистых технологий, чтобы сохранить и улучшить то, что еще осталось на нашей прекрасной планете?

Дмитрий Попов, Серов, Свердловская область



**«Не унизи-
тельно ли
брать пример
с Бразилии?»**

Супердержава двадцать первого века

(GEO 01/2011)

Мы уже выбрали свой путь в 1991 году. Причем весьма оригинальный. Кто из числа развитых стран отказался от собственной науки? Кто разрушил научно-технический потенциал? Мы. Только мы решились на этот шаг. О чем после этого можно говорить! Эстония для нас не пример. Ее экономика слабая, численность населения невелика. Ее можно сравнить с «рыбой-прилипалой», принужденной жить за счет других. Отсюда и желание экономить, сокращать затраты. Этот путь не для нас.

Наши бизнесмены и экономисты пошли тем же путем и завели страну в тупик. И хотя ректор РЭШ Гурьев гордо докладывает о высоких темпах развития, но, судя по «Коммерсанту», нам не место в БРИК, его следует поискать где-то среди африканских стран.

Не унизительно ли брать пример с Бразилии? Они добьются успехов, но вряд ли будут лидерами. По тем же причинам, по которым не развивались в прошлом. Они из-

брали стратегию догоняющих. Да, в сельском хозяйстве прогресс есть. Но добавьте сюда исключительно благоприятный климат и достижения науки. Их промышленность развивается благодаря «рукам», а не мозгам. То есть на чужие деньги и по чужим технологиям. Да, с нефтью им повезло. Судя по запасам, это супергигантское месторождение.

Нам нужны решения морального и политического плана, а не поиск оригинальных путей. У нас было почти все, что определяет прогресс. Это и надо вернуть. Движущие силы прогресса не являются тайной. Изначально можно было предсказать лидерство Италии, Франции, Германии, Англии (и Америки), но не Португалии, Испании и России. Его корни в Позднем Средневековье. Все страны в одинаковой мере испытывают действие объективных законов, но не все находят их решения. Страны Западной Европы как раз из числа тех, кто нашли.

Александр Байров, Альметьевск, Татарстан

Сказано на форуме



«БРАЗИЛИЮ НАМ НЕ ДОГНАТЬ ПО МНОГИМ ПРИЧИНАМ. ОДНА ИЗ НИХ КРОЕТСЯ В ПОЛИТИЧЕСКОЙ СИСТЕМЕ. БРАЗИЛИЯ ПЕРЕЖИВАЕТ ОЧИЩЕНИЕ ОТ ОЛИГАРХИЧЕСКОГО ТОТАЛИТАРИЗМА ПРОШЛОГО, А МЫ ТУДА ПРЯМИКОМ НАПРАВЛЯЕМСЯ. КАКАЯ ПОПУЛЯРНОСТЬ БЫЛА У ЛУЛЫ, А ОН ВЗЯЛ И УШЕЛ. ДАЖЕ ПО СВОЕЙ ХАРИЗМЕ, ЕСЛИ СРАВНИВАТЬ ПРЕЗИДЕНТОВ МЕДВЕДЕВА И РУСЕФФ, СРАВНЕНИЕ НЕ В ПОЛЬЗУ РОССИИ. К ТОМУ ЖЕ БРАЗИЛИЯ МОЖЕТ ПРЕДОСТАВИТЬ НА МИРОВОЙ РЫНОК ГОРАЗДО БОЛЬШЕ, ЧЕМ РОССИЯ, И ПО БОЛЕЕ НИЗКОЙ ЦЕНЕ. СВИНИНА, СОЯ, САМОЛЕТЫ, ТРОПИЧЕСКАЯ ДРЕВЕСИНА, ТУРИЗМ, МОДНАЯ ОДЕЖДА – ВОТ НЕПОЛНЫЙ СПИСОК ТОГО, ГДЕ МЫ ВЯРД ЛИ ДОГОНИМ БРАЗИЛИЮ В ОБОЗРИМОЙ ПЕРСПЕКТИВЕ».

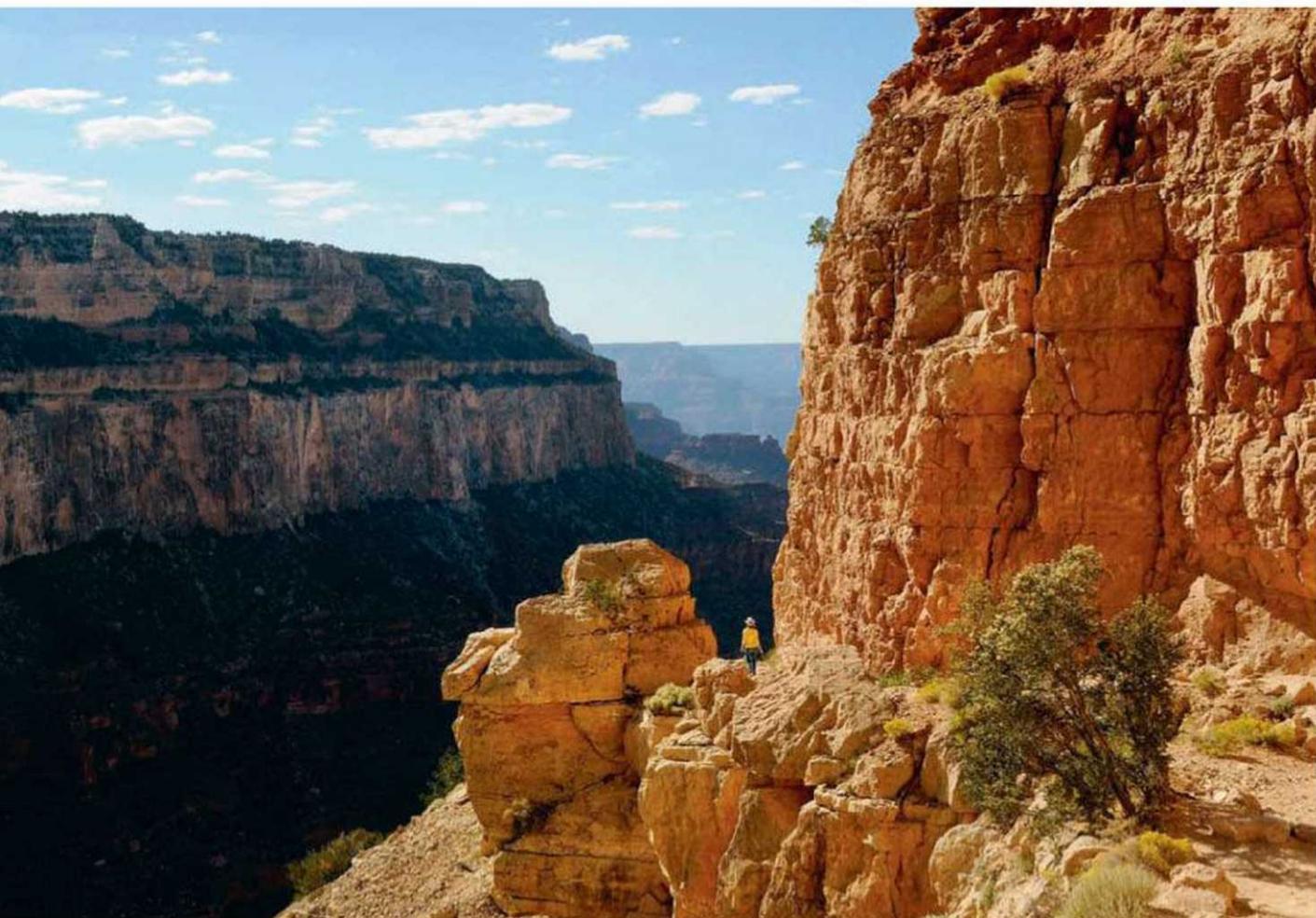
Алексей Скалий (на форуме GEO.Ru)



ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА НА КАЖДОЙ ПАЧКЕ
ЧАЯ LIPTON YELLOW LABEL

LIPTON. ВСЯ СИЛА ЧАЙНОГО ЛИСТА





АНДРЕЙ АКИМУШКИН

(г. Железнодорожный,
Московская область)
Большой Каньон

«Гранд-Каньон — одно из самых удивительных мест на планете. С детства я хотел побывать там, и в сентябре 2010 года моя мечта осуществилась, — пишет постоянный читатель GEO из Железнодорожного 28-летний специалист по гарантии в представительстве автомобильной компании Андрей Акимущкин. — Восхищает все: возраст, размер, разнообразие красок и форм. Чтобы погрузиться в неповторимую атмосферу каньона, я выбрал пеший маршрут. Он начинался от смотровой

площадки «Яки-пойнт» и спускался вниз, к реке Колорадо. Фотография была сделана в начале пути. По мере спуска меня все больше поражали размеры каньона, казалось, что тропа бесконечна. Солнечный свет отбрасывал причудливые тени и менял цвета, а за казавшимися сверху безжизненными камнями открывались незнакомые для меня растения. Как ни в каком другом месте здесь я ощутил мощь и величие природы, создавшей столь грандиозный каньон». ■

ФОТОКОНКУРС

GEO принимает работы на ежегодный фотоконкурс. Пришлите свои фотографии на почтовый адрес редакции, по электронной почте (geo@axelspringer.ru) или выкладываете

на сайт: www.geo.ru. Каждый месяц журнал будет публиковать по одной фотографии. В конце года редакция выберет три лучшие работы, авторы которых получают призы от компании Sony.



Один из победителей получит в подарок цифровой фотоаппарат **Sony SLT-A5** с технологией Translucent Mirror — до десяти кадров в секунду, скоростной следящий автофокус при съемке фото и Full HD видео.

PRO PLAN® Kitten

Научный подход для лучшего питания Вашего котенка.



Комплекс OPTISTART®, уникальная инновационная формула с молозивом, содержит антитела, помогающие:

- укреплять иммунную систему и ускорять ее реакцию
- улучшать работу пищеварительного тракта и минимизировать риск кишечно-желудочных расстройств

Теперь Вы можете сделать больше для здорового развития Вашего котенка.

Узнайте больше на сайте www.purina-proplan.ru или по телефону: 8-800-200-8-900
PRO PLAN®. ПИТАЕТ И ЗАЩИЩАЕТ ОДНОВРЕМЕННО.

Реклама. Товар сертифицирован.

PURINA.

Ваш питомец – наше вдохновение.



ХРУСТАЛЬНЫЙ ДОМ

Этот многогранник, который издали можно принять за гигантский самородок горного хрусталя, — обычный горный приют на леднике Горнер в швейцарском кантоне Вале. На строительство этой базы, которая открылась в 2010 году на высоте 2883 метра, Швейцарская ассоциация альпинизма потратила 4,5 миллиона евро. Ее официальное название — «Новое шале Монте-Роза», но из-за сверкающего алюминиевого покрытия сооружение уже прозвали «Горным кристаллом». Здесь могут с комфортом разместиться на ночь 120 альпинистов. «Хрустальный дом» соответствует всем экологическим стандартам: на 90 процентов он сам обеспечивает себя энергией за счет солнечных батарей и использования талой воды.

ГЛАМУРНАЯ ПРИРОДА

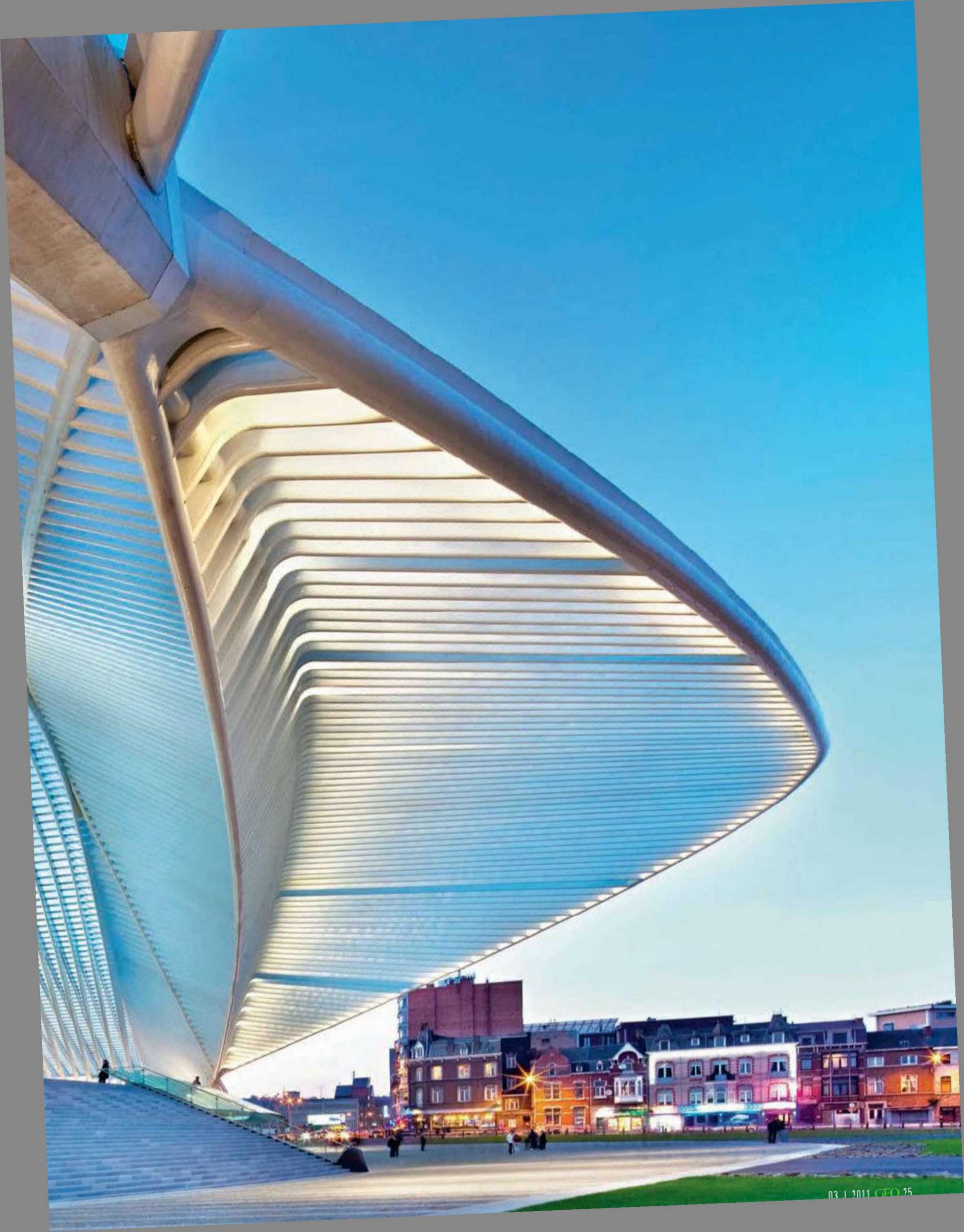
Город утопает в лесных зарослях, а вокруг разливается какой-то неземной свет. Такие ассоциации навевают работы фотографа Петера Бялобжески из фотоальбома «Рай сегодня» (Paradise now). Для этой серии он запечатлел уголки живой природы в черте азиатских мегаполисов на фоне искусственной городской иллюминации. На этом снимке — Джакарта. При помощи специальной технологии съемки фотограф превращает желтое сияние натриевых фонарей и другие огни большого города в сюрреалистическую феерию света, подчеркивая визуальный контраст между искусственным освещением и естественной зеленью деревьев. По идее автора, это противопоставление — иллюстрация того, как энергоемкое искусственное освещение наносит вред климату и в конечном счете угрожает лесам по всему миру.

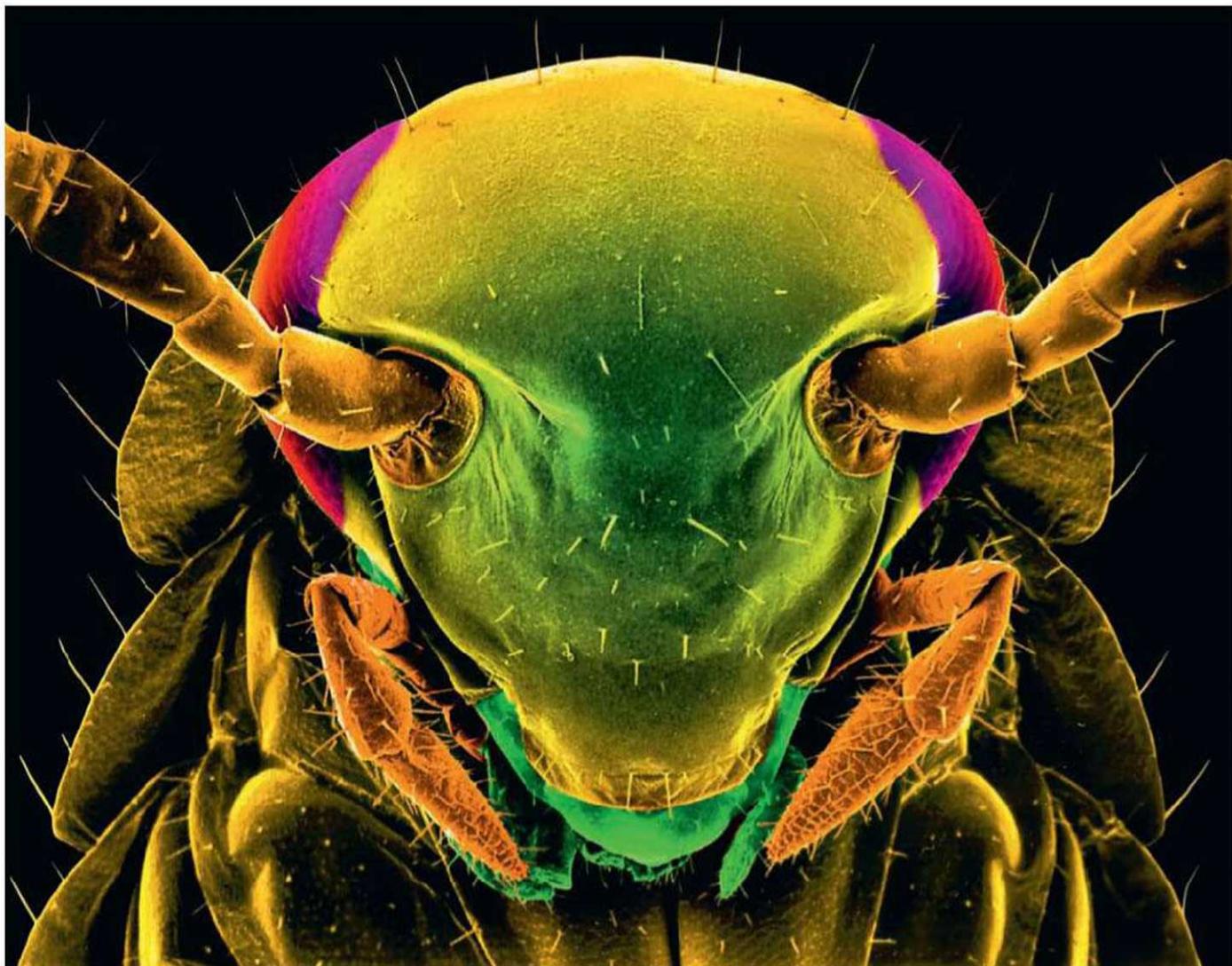




НА КРЫЛЬЯХ БУДУЩЕГО

Льеж — пожалуй, один из самых унылых городов Бельгии. Мало где в Европе встретишь такой наглядный пример упадка, как в этом старом промышленном центре, где живет 190 000 человек. Но теперь благодаря стараниям знаменитого архитектора Сантьяго Калатравы город производит более оптимистичное впечатление. Испанский архитектор соорудил над новым зданием центрального городского вокзала свод из стекла и стали, похожий на тонкую паутину. Калатрава считается мастером архитектурного дизайна, вызывающего ассоциации с формами живой природы. Одним его творение напомнит рыбы плавники, а другим — взметнувшиеся крылья птицы, готовой к полету в будущее.





ЦЕЛЕБНЫЕ НАСЕКОМЫЕ

ТАРАКАНЫ ПОМОГУТ СПАСТИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВО ОТ ВРЕДНЫХ МИКРОБОВ И БАКТЕРИЙ

Болезнетворные микроорганизмы становятся все более агрессивными. Прежде против них безотказно действовали антибиотики, но сейчас это супероружие стремительно теряет свою эффективность. Дело в том, что за последние десятилетия развились так называемые «мультирезистентные болезнетворные микробы» и бактерии, устойчивые к большинству антибиотиков. Особенно опасны мультирезистентные штаммы бактерий золотистого стафилококка (*Staphylococcus aureus*). Именно они являются возбудителем многих инфекций, которыми в последнее время нередко заражаются пациенты реанимационных отделений.

Но почему от высокоактивных патогенных бактерий не страдают насекомые — например, обычные черные тараканы, — хотя они контактируют с массой болезнетворных микробов миллионы лет?

Симпатичный и колезный: черный таракан (*Blatta orientalis*)

Задавшись этим вопросом, микробиологи Навид Хан и Саймон Ли из Ноттингемского университета (Великобритания) предположили, что тараканы в ходе эволюции научились вырабатывать сильные естественные антисептики.

И действительно, ученые обнаружили в нервной ткани тараканов несколько белков, обладающих антибактериальными свойствами. Когда микробиологи поместили кашицеобразный экстракт таких тканей в чашку Петри с золотистыми стафилококками, более 90 процентов этих очень живучих бактерий погибло. Такой же эффект произвел подобный антибактериальный коктейль и на болезнетворные штаммы кишечной палочки (*Escherichia coli*). В будущем планируется разработать лекарственные препараты на основе тканей мозга таракана. ■

Весна от EVE Сезон искристого персика



Новый EVE персик – это еще больше
искристых пузырьков и ярких тем для разговоров.
Поделись искристыми моментами EVE



ПРЕДУПРЕЖДАЕМ О ВРЕДЕ
ПРЕЗМЕРНОГО ПОТРЕБЛЕНИЯ ПИВА

ПЛАЩ-НЕВИДИМКА

АВСТРАЛИЙСКИЕ УЧЕНЫЕ СОЗДАЛИ ЧУДО-ТКАНЬ

Плащ-невидимка — не такая уж сказка. Ученым уже удалось разработать синтетическую ткань, способную отклонять луч света. Она состоит из так называемого «метаматериала», обладающего феноменальными электромагнитными свойствами. Его частицы преломляют электромагнитные волны: поток лучей не отражается от объекта, покрытого метаматериалом, а огибает его и тут же возвращается в исходное положение.

Метаматериал остается «невидимым» в длинноволновом диапазоне — например, на частоте микроволн. Но достичь такого же эффекта в видимом свете до сих пор не удавалось.



Чтобы создать плащ-невидимку, нужны нити диаметром не более одного микрона

И вот исследовательская группа Бориса Кулми из Сиднейского института фотоники и оптики (Австралия) сделала еще один шаг на пути к созданию плаща-невидимки. Ученые «растянули» метаматериал в тонкие нити, способные преломлять и коротковолновые лучи видимого спектра. Опыты с компьютерной моделью нового материала дали положительный результат. Правда, пока чудо-ткань невидима только в лучах поляризованного света с определенной длиной волны. ❏

ВЕЩИЕ КОШМАРЫ

ЖУТКИЕ СНОВИДЕНИЯ МОГУТ БЫТЬ ПРЕДВЕСТНИКАМИ БОЛЕЗНЕЙ, КОТОРЫЕ ПРОЯВЯТСЯ СПУСТЯ ДЕСЯТКИ ЛЕТ

Расстройствам сна подвержены в основном мужчины. Посреди ночи спящий человек вдруг начинает с криками метаться по кровати, размахивая руками. Эти припадки всегда происходят во время фазы короткого сна с быстрыми движениями глаз — на фоне кошмаров, зачастую наполненных сценами насилия.

Подобные приступы могут быть первыми признаками развивающегося синдрома Паркинсона. Такое открытие сделал Бредли Бёве из Центра исследований расстройств сна клиники Майо в штате Миннесота (США).

«Такие специфические нарушения сна могут предвещать болезнь Паркинсона в среднем за двадцать пять лет до появления ее первых симптомов», — утверждает ученый. Причем подозрение на болезнь под-

тверждается в шестидесяти процентах случаев.

Впрочем, врачей это только обнадеживает. Ведь по этим признакам можно заблаговременно выявлять склонность к синдрому Паркинсона и другим нейродегенеративным заболеваниям. Осталось только разработать лекарства, пригодные для применения на такой ранней стадии болезни. ❏



Тревожные тени будущего

ПОПУЛЯРНОЕ ЗАБЛУЖДЕНИЕ

КРИЧАТЬ БЕСПОЛЕЗНО

ЭТОТ МЕТОД ХОРОШ НА КУХНЕ, НО ДЛЯ СНЯТИЯ АГРЕССИИ НЕ ГОДИТСЯ

Ученые тоже могут ошибаться. Не застрахован от этого даже нобелевский лауреат Конрад Лоренц. Именно этот австралиец возвел идею «выпускания пара» в ранг научной теории. Она гласит: чтобы сбросить раздражение и восстановить внутреннее равновесие, достаточно покричать (или разбить посуду). В социальной психологии эта концепция получила название «теория катарсиса».

Однако на практике она не подтверждается. Ученые единодушно полагают, что вымещение агрессии не помогает ее ослабить, даже если и приносит временное облегчение. Дело в том, что функция агрессии заключается отнюдь не в «эмоциональной разрядке». Агрессия помогает адекватно отреагировать на провокацию или устранить несправедливость. Если это не получается, уровень агрессии не снижается. Хуже того, агрессивные мысли или действия пробуждают в сознании множество негативных воспоминаний, от которых степень агрессии может только возрасти.

Вот почему при психотерапии применяется более глубокий подход. Как утверждает Марио Гольвитцер, психолог из Марбургского университета (Германия), пациенту нужно учиться контролировать, объективно оценивать и регулировать свои негативные эмоции, которые и являются источником агрессии. Для снятия стресса полезны, например, упражнения на расслабление. «Человеческая психика, — напоминает Гольвитцер, — это не паровой котел». ❏

Легендарный голкипер Оливер Кан отводил душу криком, но спокойнее от этого не стал



Весь мир. Одна выставка.

3.000 компаний-участников
157 стран и регионов мира
79 850 посетителей за 4 дня выставки
48 027 м² общей площади
9 выставочных залов



Mitt

18-я Московская
международная выставка
Путешествия и Туризм

16 – 19 марта 2011
Москва, ЦВК «Экспоцентр»
на Красной Пресне

Официальный партнер:



Организатор:



ITE / АйтиИ
+7 (495) 935 7350
travel@ite-expo.ru
www.mitt.ru

При поддержке:



Министерство
спорта,
туризма
и молодежной
политики РФ



Официальный
B2B партнер:



Официальный
медиа-партнер:



Генеральный
интернет-партнер:



ITETRAVEL
EXHIBITIONS

FROM / ОТ

TO / ДО

РОССИЯ

ВСЬ МИР

CODE / КОД

777

BUSINESS
CLASS

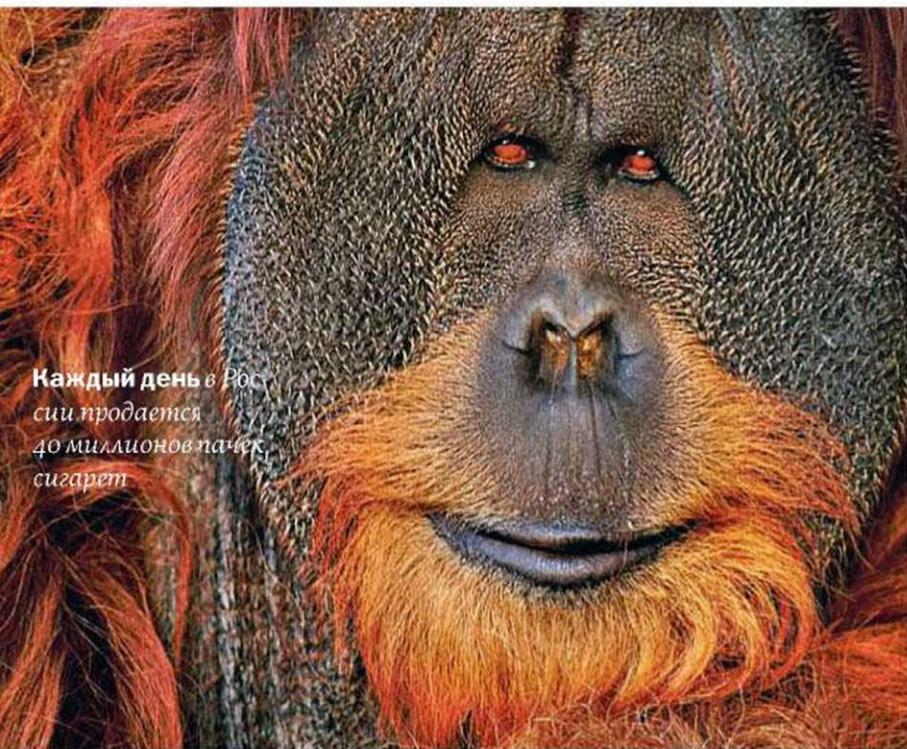
РЕГИСТРАЦИЯ
ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ
ПОСЕТИТЕЛЕЙ

ИМЕННОЙ БИЛЕТ НА САЙТЕ

www.mitt.ru

Встречи. Контакты. Бизнес.

- ПОЛУЧИ** • максимум контрактов и делового общения
- ИЗУЧИ** • последние предложения ведущих туроператоров
- ПРИСОЕДИНИСЬ** • главное место встречи турсообщества
- ОТКРОЙ** • премьеры новых стран и направлений
- УЗНАЙ** • семинары, конференции, презентации
- ПРИБРЕТИ** • новые идеи, впечатления, перспективы



Каждый день в России продается 40 миллионов пачек сигарет

ОБРАЗЦОВЫЕ ЛЕНТЯИ

Чемпион по энергосбережению

ОРАНГУТАНГИ РАСХОДУЮТ НА ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТЬ МЕНЬШЕ ЭНЕРГИИ, ЧЕМ БОЛЬШИНСТВО ДРУГИХ МЛЕКОПИТАЮЩИХ

«При желании орангутанги могли бы говорить, как люди. Но они этого не делают, чтобы их, чего доброго, не заставили работать». С легкой руки знаменитого немецкого натуралиста Альфреда Брема, который в 1876 году включил эту индонезийскую шутку в свою известную энциклопедию «Жизнь животных», волосатые «лесные люди» приобрели репутацию лентяев.

Герман Понтцер, антрополог из университета Вашингтона в Сент-Луисе (США), доказал, что орангутанги действительно очень инертные существа. Для поддержания жизнедеятельности этим ближайшим родственникам человека требуется меньше энергии на единицу массы тела, чем подавляющему большинству приматов, включая тех лемуров, которые в период засухи для экономии энергии впадают в состояние, похожее на спячку.

Даже когда человек просто сидит перед телевизором и ест

чипсы, он тратит больше энергии, чем орангутанг с такой же массой тела, который решил напрычаться и ползать по деревьям. Меньше калорий расходует только трехпалый ленивец.

У такой инертности есть своя обратная сторона: орангутанги растут и плодятся очень медленно. Впрочем, в естественной среде обитания орангутангов экономия жизненной энергии дает им явные преимущества, которые с лихвой окупают все эти недостатки.

Дело в том, что кормовая база в их родных тропических лесах на Борнео и Суматре крайне нестабильна. Сезоны изобилия плодов и фруктов чередуются здесь с засушливыми периодами, когда орангутангам приходится жить впроголодь. Способность обходиться меньшим количеством калорий помогает этим животным дотянуть до следующего изобильного периода и не спеша приступить к размножению. ■

ТЕМНАЯ СЕРДЦЕВИНА СОЛНЦА

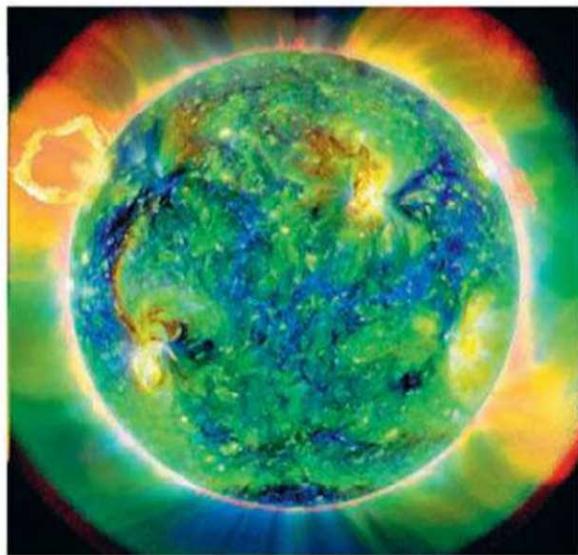
НЕ ТАИТСЯ ЛИ ЗЛОБЕЩАЯ ТЕМНАЯ МАТЕРИЯ В ПЕДРАХ ЗВЕЗД?

Разглядеть загадочную темную материю, которая не испускает, не поглощает и не отражает свет, пока не удалось никому.

Но без предположения о существовании темной материи невозможно объяснить несоответствие между видимой массой галактик и скоростью их вращения. Ведь они вращаются с такой скоростью, что уже давно разлетелись бы на части под воздействием центробежной силы, если бы их не удерживала от распада скрытая масса — гравитация невидимой материи.

Из чего состоит эта материя и где она сосредоточена? Пока это тайна. Но недавно астрономы предложили очередную гипотезу: возможно, звезды типа нашего Солнца за миллиарды лет странствий по галактикам накопили внутри частицы темной материи. В таком случае эти частицы могут быть сконцентрированы и в ядре нашего Солнца.

Ученые из Лондонского королевского колледжа Холлоуэй и Оксфордского университета (Великобритания) создали компьютерную модель виртуальной звезды с темной материей в ядре. Эксперимент показал, что частицы темной материи поглощают часть тепловой энергии в солнечном ядре и переносят ее на поверхность звезды. Возможно, это позволит понять природу некоторых необычных явлений на Солнце, не имеющих пока логического объяснения. ■



Возможно, распределение тепла внутри звезд регулируется темной энергией

Уникальная технология
обогащения кислородом **AiR**



ЖУРАВЛИ

ВОДКА

PRODUCT OF RUSSIA

УНИКАЛЬНАЯ ТЕХНОЛОГИЯ AiR
ТЕХНОЛОГИЯ ЧИСТОТЫ

ПОПРОБУЙ
ВЕТЕР НА ВКУС!

УМЕРЕННОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ

АНТИНАУЧНОЕ НАСЛЕДИЕ

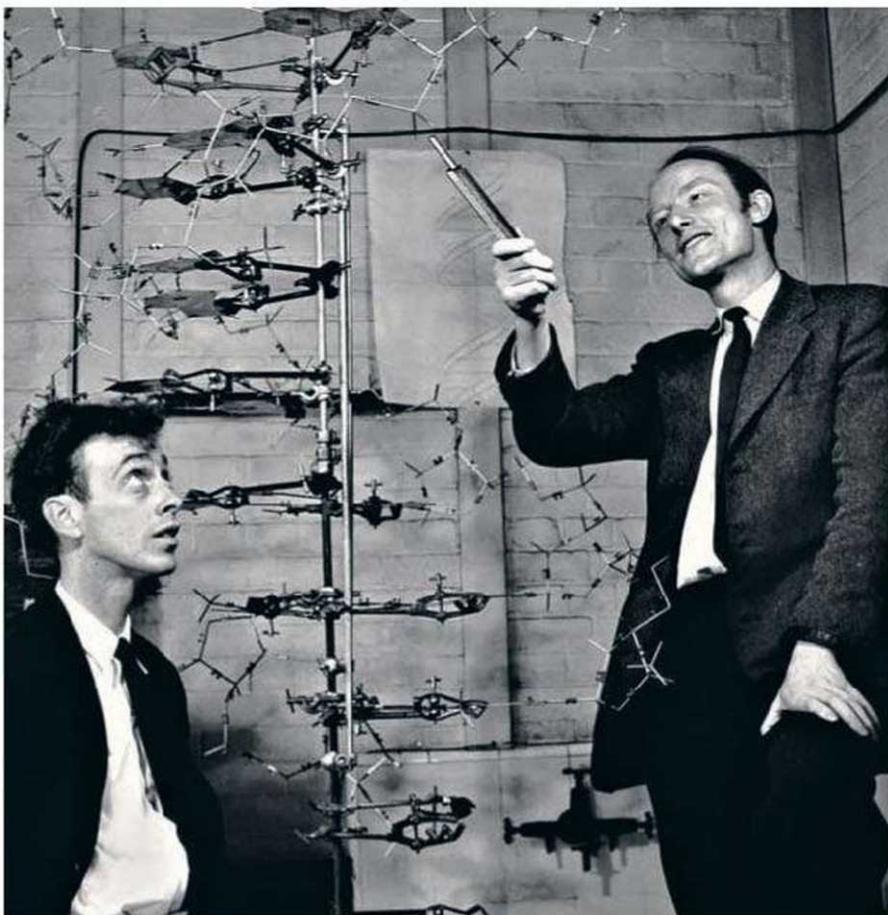
ИНТЕЛЛЕКТ ЗАВИСИТ ОТ НАЦИОНАЛЬНОСТИ? НЕТ, ЭТО ВСЕГО ЛИШЬ МИФ

Наивысший взлет генетики связан с именем Джеймса Уотсона и датируется 1953 годом, когда этот американский биолог вместе с британским ученым Фрэнсисом Криком расшифровал структуру молекулы ДНК — носителя нашей наследственной информации. Увы, теперь с Уотсоном ассоциируется и глубочайшее падение уровня научной дискуссии. В 2007 году знаменитый ученый оказался в центре скандала из-за попавших в газеты высказываний о том, что белые люди, скорее всего, генетически наделены более высоким интеллектом, чем темнокожие. И поэтому он «скептически оценивает перспективы Африки».

Масла в огонь подлило заявление Уотсона о том, что научные данные однозначно свидетельствуют в пользу его теории. Действительно, результаты целого ряда интеллектуальных тестов подтверждают, что белые и темнокожие заметно отличаются по уровню умственного развития. Но, как отмечает профессор экономики Чикагского университета Стивен Льюитт, эти различия проявляются лишь с возрастом. Между темнокожими и белыми детьми таких различий нет. Отсюда напрашивается вывод: на уровень интеллекта влияет культурная среда.

Тем не менее уотсоновская трактовка результатов этих тестов, похоже, входит в моду. Например, лингвист Джеффри Сэмсон считает, что представители разных рас не могут обладать равноценными интеллектуальными способностями. Разве из-за постоянных браков между представителями элиты или национальных меньшинств не происходит разделение на касты, которое усугубляется с каждым поколением и в результате приводит даже к генетической дифференциации? И потом, если болезни могут передаваться по наследству и постепенно накапливаться в генофонде популяции, то почему с интеллектуальными способностями не может происходить то же самое? Так рассуждают многие.

Эти доводы выглядят убедительно, но ошибочны по своей сути. Интеллектуальные способности не передаются по наследству, как цвет волос. Да, по уровню интеллекта однояйцевые близнецы различаются меньше, чем двуйцевые. Так что без определенных генетических задатков тут не

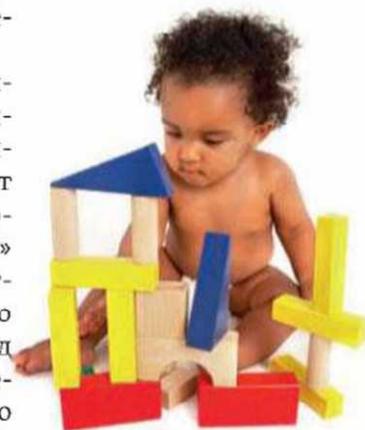


Джеймс Уотсон (слева) и Фрэнсис Крик с моделью участка спирали ДНК — носителя генетической информации (1953 год)

обходится. Но в любой семье и тем более в любом народе насчитывается равное количество умных и глупых людей. Поэтому по мере смены поколений и не возникает никаких обособленных каст.

Цюрихская исследовательница Эльсбет Штерн поясняет: для такого сложного параметра, как интеллектуальные задатки, характерна «тенденция к усреднению». Иначе говоря, чем умнее мать и отец ребенка, тем больше вероятность того, что уровень интеллекта у него будет ниже, чем у родителей. И наоборот.

Вот почему средний коэффициент интеллекта IQ любой нации обычно составляет около 100 пунктов. При таких статистических данных ни у одной нации в мире нет оснований кичиться тем, что она превосходит другие народы по степени «природной» одаренности и интеллекта. Что же касается гениальных писателей и мыслителей, то на самом деле их вклад в общий генофонд нации настолько мал, что по большому счету они никак не влияют на ее генетику. Зато очень даже влияют на культурную среду, которая стимулирует развитие врожденных задатков. В общем, ключ к развитию умственных способностей детей кроется не в генах, а в целенаправленной государственной политике по созданию условий для раскрытия талантов. ■



Отправная точка: решающее влияние на развитие интеллекта ребенка оказывают культурная и социальная среда



КОНКУРС СНЕЖНЫЕ КАДРЫ

Журнал GEO и компания «Кант» объявляют о начале фотоконкурса на тему «зимние виды спорта».

До 1 марта 2011 года присылайте свои работы на электронный адрес kant@axelspringer.ru.

В письме обязательно укажите ваше имя и где была сделана фотография.

Итоги конкурса будут подведены в начале марта 2011 года на сайте www.geo.ru.

Авторы лучших фотографий получат подарки от «Кант».

1 место. Лыжи BLIZZARD Sport Ride

Отличный вариант для начинающих покорителей снежных вершин.

2 место. Рюкзак DEUTER FREERIDER

В этом рюкзаке поместится все, что может понадобится горнолыжнику.

Он продуман до самых мелочей. В нем есть даже специальная система защиты спины, которая сможет подстраховать на самом крутом спуске.

3 место. Маска SALICE 606

Надежная защита при низких температурах.

Отличная совместимость со шлемом.



К участию в конкурсе не допускаются сотрудники ЗАО «Аксель Шпрингер Раша» и их родственники. На конкурс принимаются фотографии размером не более 400 Кб. Каждый участник может прислать до трех фоторабот. Победители конкурса будут определены редакцией GEO и компанией «Кант».

УЛЫБОЧКУ, ПОЖАЛУЙСТА!

ПОЛЬСКИЙ ПСИХОЛОГ ПЕТР ШАРОГА ИЗУЧИЛ ФОТОГРАФИИ В ИНТЕРНЕТЕ И ВЫЯСНИЛ, КАКАЯ СТРАНА САМАЯ УЛЫБЧИВАЯ

В какой из европейских стран люди улыбаются чаще всего?

В Западной Европе пользователи интернета улыбчивее, чем в странах бывшего соцлагеря. Разница заметна даже спустя двадцать лет после падения Берлинской стены. Если в Великобритании на фото в своем интернет-профайле улыбаются 73,5 процента пользователей, то в Польше — только 39,5 процента. Шведы тоже очень улыбчивы. Одна польская знакомая ученого рассказывала, что в Стокгольме ей так часто приходилось улыбаться людям в ответ, что у нее с непривычки даже заболела челюсть.

Почему же в Польше улыбаются реже?

В некоторых странах — например, в США — процветает культ оптимизма. Там надо быть счастливым или как минимум излучать «позитив». В других странах культура ориентирована на стоицизм — к их числу относится, например, Норвегия. Счастливым там быть не-

обязательно, но и ходить с несчастным видом не принято. А в Польше и других восточноевропейских странах в культ возведено страдание. Там принято быть несчастным или хотя бы производить такое впечатление.

Судя по результатам исследования, финны, французы и немцы улыбаются ненамного чаще поляков. Что же общего у этих народов?

Их объединяет одна важная культурная норма: в этих странах считается, что лучше быть искренним, чем просто вежливым. Притворная улыбка там не приветствуется, мимика должна выражать истинные чувства. Поэтому поляки, французы и немцы обычно улыбаются только в узком кругу — в семье или в компании друзей, с которыми им на самом деле хорошо. Им просто не хочется улыбаться незнакомым людям. Правда, в последнее время из-за всеобщей американизации притворных улыбок стало больше и в этих странах. ■



По виду не скажешь,
что это праздник: выпускной бал в Москве



КОСМОМОБИЛЬНИК

МОБИЛЬНЫЕ ТЕЛЕФОНЫ МОГУТ СТАТЬ ОСНОВОЙ ДЛЯ МИНИ-СПУТНИКОВ

Казалось бы, спутники должны быть образцом сверхсовременной техники. Не тут-то было! Процессор самого обычного смартфона в 120 раз превосходит по вычислительным ресурсам типичные компьютерные системы спутников. Даже космические челноки «Шаттл» оборудованы микропроцессорами, разработанными компанией «Интел» аж в 1978 году. Единственное преимущество этой компьютерной начинки перед современными суперчипами заключается в том, что она безотказно работает в космосе и выдерживает сверхмощные перегрузки при старте ракеты.

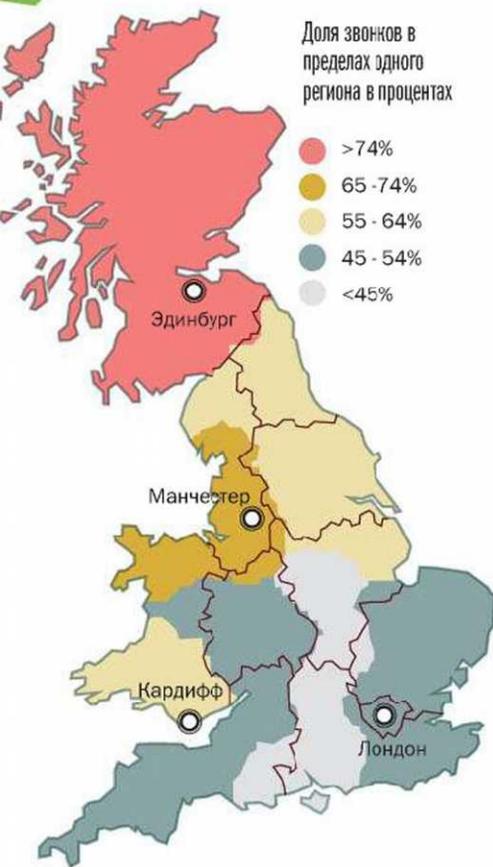
Летом 2010 года ученые из НАСА провели экспериментальный запуск ракеты с двумя мобильными телефонами Nexus-One на борту. Аппараты побывали на высоте девяти километров. Один из мобильных телефонов вернулся на землю целым и невредимым. В ходе полета он замерял и фиксировал с помощью вмонтированного датчика ускорения ракеты и даже снял весь вояж на встроенную видеокамеру.

Сейчас полным ходом идет подготовка следующего малобюджетного проекта. Это будет мини-спутник, управляемый с мобильного телефона и собранный из модулей по принципу детского конструктора «Лего». Ориентировочная стоимость проекта — всего 1000 евро. ■

ГИД КОМАНДИРОВОЧНОГО на forbes.ru



**Где выпить? Что съесть?
На что потратить деньги?
Куда пойти гулять?
Как убить лишнее время?**



СЕПАРАТИЗМ И ТЕЛЕФОННЫЕ ЗВОНКИ

ЧЕМ БОЛЬШЕ САМОДОСТАТОЧНОСТЬ КАКОЙ-ТО ЧАСТИ СТРАНЫ, ТЕМ РЕЖЕ ОТТУДА ЗВОНЯТ В ДРУГИЕ РЕГИОНЫ

Шотландии вдвое легче отделиться от Великобритании, чем Уэльсу. Такой внезапный вывод сделали исследователи из Масачусеттского технологического института (США). Они придумали простой способ узнать, насколько тот или иной регион «замкнут в себе» и оторван от остальной страны. Достаточно сравнить, как часто жители этого региона звонят друг другу и соседям.

Ученые запросили у операторов связи примерно 12 миллиардов записей — столько звонков со стационарных телефонов британцы совершили за август 2005 года. Первые цифры входящего и исходящего номера позволяют выяснить, откуда и куда звонили. Кроме того, при расчетах учитывали продолжительность

разговора. Поэтому не составило труда нанести на карту Великобритании сеть из 12 миллиардов связей (каждая связь — один звонок) и по этой схеме заключить, кого какие регионы выбирают себе в собеседники. К примеру, из Уэльса чаще звонят в графства Уэст-Мидлендс и Ист-Мидлендс, чем в сам Уэльс. А в Шотландии из 100 минут телефонных разговоров 77 приходится на звонки шотландцев шотландцам.

Результаты исследования в какой-то степени подтверждают догадку американского писателя Генри Торо, высказанную им еще до изобретения телефона: «Можно связать штат Мэн и Техас линией магнитного телеграфа. Но, вероятно, штату Мэн будет нечего сообщить Техасу».

СЛАБЫЙ ПОЛ? МУЖЧИНЫ

ОНИ ЧАЩЕ ИСПЫТЫВАЮТ СТРЕСС, У НИХ ПЛОХОЕ ЗДОРОВЬЕ, И ЖИВУТ ОНИ МЕНЬШЕ, ЧЕМ ЖЕНЩИНЫ

Современные мужчины заслуженно могут считать себя более хрупкими созданиями, чем женщины: они больше подвержены стрессам, а их здоровье существенно слабее женского. Такой вывод можно сделать на основании данных Всемирной организации здравоохранения и Министерства здравоохранения России.

По данным ВОЗ, средний российский мужчина живет на 12 лет меньше, чем средняя женщина (62 и 74 года соответственно). При этом российские мужчины «зарабатывают» себе болезни сердечно-сосудистой системы уже в возрасте 50–60 лет, тогда как женщин такие недуги настигают в среднем в 70 лет.

Мужчины намного чаще женщин жалуются на то, что работа вредит их здоровью (44,4 процента против 25,9 процента), при этом речь идет именно о стрессе, а не о вредности производства. В свою очередь, и со стрессом мужчины справляются хуже, поэтому чаще курят и употребляют спиртное. Кроме того, российские мужчины подвержены депрессиям и чаще, чем женщины, совершают самоубийства.

По статистике, российских мужчин подстерегают два возрастных пика смертности. Первый всплеск



смертности приходится на 20–30 лет, когда в мужском организме бушует так называемый «тестостероновый шторм». Повышенное содержание тестостерона толкает мужчин на необдуманные и агрессивные поступки. Они часто дерутся, не пристегиваются в автомобиле, гоняют на мотоцикле без шлема. В этот период несчастных случаи составляют две трети от общего числа мужских смертей. Второй пик приходится на 50–60 лет, когда причиной смерти мужчин становятся болезни — в первую очередь сердечно-сосудистые заболевания и рак.

По данным экспертов Института социологии РАН, российские мужчины неохотно проходят профилактические обследования, не так тщательно, как женщины, выполняют рекомендации врачей и ведут менее здоровый образ жизни.

Журнал OK!

http://www.ok-magazine.ru/

Google

OK! Звезды Красота Мода Стиль жизни Светская жизнь Афиша

Сегодня

Певица Rene представила дебютный соул-альбом «Летать»

Фотогалерея

DR Ксения Собчак Золотая 2010 Юлия Меньшенина

Екатерина Тинковская Клубы Красоты Miss Fashion Week

Все Фотогалерея

Эксклюзив

ЭКСКЛЮЗИВ

со дня рождения Ксении Собчак

Дима Билан проводит тест на звучание без микрофона, как и без музыки, как и вообще

Вадим Гальперин тестирует свинюэт

Телема ступит на сцену (где нашей красоты и зарплат). Слы...

На этих самолетах удобно передвигаться по съёмочной площадке.

ЛЕДОВЫЕ

ТОЛЬКО НА САЙТЕ ЖУРНАЛА OK!

- ★ ИНТЕРВЬЮ И БИОГРАФИЯ ЗНАМЕНИТОСТЕЙ
- ★ КОНКУРСЫ И ГОЛОСОВАНИЯ
- ★ АУДИОИНТЕРВЬЮ И ВИДЕОМАТЕРИАЛЫ
- ★ КАЛЕНДАРЬ СВЕТСКИХ ВЕЧЕРИНОК

А ТАКЖЕ ФОТОРЕПОРТАЖИ И НОВОСТИ ИЗ ЖИЗНИ ЗВЕЗД, НЕ ВОШЕДШИЕ В ЖУРНАЛ

УЗНАЙ О САМЫХ ИНТЕРЕСНЫХ СОБЫТИЯХ ONLINE!

OK!

Online



МИР МАШИН

КАРТА МИРОВОГО
АВТОМОБИЛЬНОГО ЭКСПОРТА

НА ПЕРВЫЙ ВЗГЛЯД ЭТО НАПОМИНАЕТ РАЗНОЦВЕТНЫЕ КРЫЛЬЯ БАБОЧКИ С КАКОЙ-ТО СИНЕЙ ВИНЬЕТКОЙ СБОКУ. НА САМОМ ДЕЛЕ ЗДЕСЬ ИЗОБРАЖЕН НАШ МИР, ТОЛЬКО В ОЧЕНЬ СПЕЦИФИЧЕСКОМ РАКУРСЕ. ЭТО МИРОВАЯ КАРТА АВТОМОБИЛЬНОГО ЭКСПОРТА. А НА ТАКОЙ КАРТЕ ЕСТЬ ТОЛЬКО ДВЕ

супердержавы — Германия и Япония. На их долю приходится две трети мирового автоэкспорта. Всем известны японские автомобильные марки «Хонда», «Мазда», «Митсубиси», «Ниссан», «Субару», «Сузуки» и «Тойота». Лидеры немецкого автопрома тоже на слуху: «Ауди», БМВ, «Даймлер-Бенц», «Опель», «Фольксваген» и «Порше». Среди рекордсменов по уровню доходов от экспорта автомобилей в расчете на душу населения — Германия, Бельгия, Канада и та же Япония. Правда, в этом рейтинге учитывается не количество экспортируемых автомобилей, а их стоимость. ■

БОЛЬШОЕ ВИДИТСЯ НА РАССТОЯНИИ

ЧТОБЫ КАЗАТЬСЯ БОЛЬШЕ, ПТИЦА ШАЛАШНИК ПРИБЕГАЕТ К ОПТИЧЕСКОМУ УЛОВКАМ



САМЦЫ серого шалашника (*Chlamydera nuchalis*) строят шалаши над гнездом и «декорируют» ведущую внутрь дорожку косточками и раковинами, сортируя их по размеру: чем ближе «украшения» к гнезду, тем они больше. С внешнего края дорожки

Самец серого шалашника предстает перед самкой в самом выгодном ракурсе

ки эти детали кажутся в перспективе одинаково крупными. Из-за этого самке «внутренний дворик» шалаша кажется меньше, а самец — крупнее.

Австралийский биолог Джон Эндлер провел эксперимент: он перемешал предметы «декора» перед шалашом и через три дня обнаружил, что самец опять расставил их в прежней последовательности. Значит, он создает этот оптический обман специально — чтобы привлечь самку. ■

ОБЩЕСТВЕННОЕ ТЕПЛО

В ПАРИЖЕ ПОЯВИЛСЯ ДОМ, КОТОРЫЙ ОБОГРЕВАЕТСЯ ВОЗДУХОМ ИЗ МЕТРО

Тепло, которое аккумулируется на станциях метро, пропадает зря. А ведь пассажиры на станции и электрички вырабатывают столько тепла, что его вполне могло бы хватить на отопление 17 квартир. Но теперь по крайней мере один многоквартирный дом в Париже будет обогреваться теплым воздухом из метро: лестничная шахта этого дома на улице Бобур соединена с системой метрополитена. Увы, большинство парижан рассчитывать на такое дешевое тепло пока не могут. Перекачивать теплый воздух из метро на большие расстояния слишком накладно. ■



КАЖДЫЕ
ДВЕ НЕДЕЛИ

НОВОСТИ, ТЕСТЫ, ОБЗОРЫ

на правах рекламы



№02(125)/2011 21.01.11-13.02.11 КОМПЬЮТЕР БИЛД www.computerbild.ru

Computer

Журнал о компьютерной и цифровой технике

+ Фильм **Bild** **НИНДЗЯ**

НА НАШЕЙ DVD 5,776 ДАННЫХ **61 ПРОГРАММА**

ВЫБЕРИ СЕБЕ СМАРТФОН

ПОИСК ПО КОМПЬЮТЕРУ Найдётся всё!

ТЕСТ 12 МР3-ПЛЕЕРОВ

КОЛОНКИ ИЗ БУДУЩЕГО

КТО ЛУЧШЕ?
Firefox Chrome Internet Explorer

МЕГА-ТЕСТ НА СТРАНИЦ 18 Экспертная оценка новейших версий

БЕЗОПАСЕН ЛИ ВАШ БРАУЗЕР?

Горячая тема Intel Sandy Bridge
32 нанометра стали реальностью

Эксклюзивное тестирование новейшей компьютерной платформы лидера индустрии

СОФТ + ФИЛЬМ НА DVD

www.computerbild.ru

Computer
Bild ПОМОЖЕТ.

ДИРИЖЕР

06

Выступление симфонического оркестра — праздник, на котором дирижер должен выглядеть безупречно. Фрак появился во Франции в середине XVIII века как одежда офицеров-кавалеристов: он позволял эффектно выглядеть в седле, а главное — был удобным. «Дирижер Иоганн Штраус стал первой звездой музыкального мира, кто популяризировал фрак в России», — говорит историк моды Александр Васильев.

ТЕКСТ: ОЛЬГА КЛЯЧИНА

01 ФРАК

Короткий спереди, с двумя длинными фалдами сзади, этот костюм для дирижера очень удобен, считает директор московского ателье «Беллисима» Мария Милованова. «Фрак в отличие от сюртука или пиджака не застегивается и потому позволяет свободно двигать руками. При этом, когда дирижер во фраке поднимает руки, плечи фрака не топорщатся». Фрак изготавливается исключительно вручную, по фигуре дирижера. Чтобы носить подобный костюм, необходима идеальная осанка — фрак подчеркивает сутулость. Последнее время сценическая одежда становится демократичнее — во фраках дирижируют далеко не все. Многие надевают смокинги, пиджаки или рубашки. Владимира Спи-

вакова редко можно увидеть на сцене во фраке, а греческий дирижер Теодор Курентзис может выйти к оркестру и в футболке. Другие дирижеры следуют традициям. Например, Юрий Темирканов и Валерий Гергиев. Специально для Гергиева в Италии разработана сверхлегкая ткань, которая дышит и практически не мнется.

02 РУБАШКА

Белая рубашка с жестко крахмаленной манишкой. Манжеты рукавов должны иметь отверстия для запонок. К фракному костюму подбираются простые запонки.

03 ЖИЛЕТ

На фракном жилете три пуговицы всегда застегнуты. Два остроугольных конца передней части должны закрывать пояс брюк. В нагрудном кармане жиле-

та — белый носовой платок. Шелковый жилет под фракком считается дурным тоном — ткань жилета не должна блестеть.

04 БРЮКИ

Фрачные брюки — узкие, носятся без ремня и имеют высокий пояс, что зрительно удлиняет фигуру.

05 БОТИНКИ

К фракному костюму надевают только черные лаковые туфли.

06 ДИРИЖЕРСКАЯ ПАЛОЧКА

Современной дирижерской палочке предшествовала трость размером с человеческий рост. Дирижер стучал ею об пол, отбивая ритм. Но оркестровая музыка усложнялась и стук мешал исполнению. Музыка требовала большей точности от дирижера — так возникло дирижирование рукой. Музыканты не всегда могли различить жест, и дирижеры брали в руку скрипичный смычок и свернутые в трубочку ноты. Немецкий музыкант Людвиг Шпор первым использовал палочку. «Материал, вес и ее длина зависят от того, как дирижер чувствует музыку», — говорит Денис Логоев, дирижер Большого симфонического оркестра имени Чайковского. — Палочку выбирают тщательнее, чем скрипичный смычок». ■





Новая семейная сеть
«Мои Родители»:
информация,
общение, конкурсы.

Присоединяйтесь!



www.moi-roditeli.ru

ДОМНА • РОЗА • ЭКВАДОРСКАЯ

В Эквадоре солнце круглый год встает в шесть утра и заходит в шесть вечера. По ночам эквадорцы предпочитают не ездить по горным серпантинам на ощупь. Во всем Эквадоре есть только одна дорога, на которой бывают пробки в сумеречные и туманные пять утра: это путь из столицы страны Кито на север, в Долину цветов. 70 километров до городка Каямбе забиты легковушками, грузовиками и автобусами тех, кто выращивает розы





Вулкан Мама Тунгурауа посылает естественными удобрениями близлежащую долину раз в полгода. Всего в Эквадоре 55 действующих вулканов





Покупая цветы в Москве, мало кто думает о том, что роза в католическом мире — метафора Святой Католической Церкви. Это главный цветок католического мира, любимое имя для девочки и лучшее название для деревни. В Европе старая символика истерлась, но в Новом Свете она, во всей красе и славе, — часть повседневной жизни. И все эквадорцы, спешащие ранним утром по горным серпантинам к воротам розовых плантаций страны, верят в то, что проведут день под личным покровительством главной и самой первой латиноамериканской святой — Святой Розы.

Такого благоговейного отношения к розам нет нигде в мире. Эквадор — католическая страна. Здесь верят искренне, по-детски, безоглядно. Свежие цветы всегда есть во всех придорожных часов-

нях и на каждой бензоколонке. Самое распространенное географическое название в Эквадоре — Санта-Роса. Первая же деревня в долине Каямбе, где выращивают больше всего цветов в стране, так и называется.

Как и в любом бизнесе, в розовом был свой Золотой период: 300-процентная доходность и почти никакой конкуренции. Тогда еще никто не слышал про торговцев из России, а все цветы отправлялись в Северную Америку. Словосочетание «цветочный плантатор» означало «аристократ»; это были люди из тех, кого в Эквадоре называют «старыми семьями», то есть потомки испанских завоевателей.

Все это прекрасное далёко, вместе с баснословными кредитами, шикарными лимузинами и новенькими яхтами в Майами закончилось всего 20 лет назад.

Цветочный рынок
в старинном городе конкистадоров Куэнка, как и положено в испанском городе, — на площади перед церковью



Километры теплиц
в долине у вулкана
Каямбе

Взлеты и падения старых плантаций пришлось на начало 1990-х годов.

Потом цветы пошли в горы. Сначала потому, что стало не хватать места внизу. Но потом выяснилось, что чем выше и холоднее, тем выше и красивее вытягиваются розы. И что лучше всего они растут на склонах вулканов на высоте 2500–3200 метров над уровнем моря. То есть на дешевых, «индейских» землях. Разнообразие горных почв обернулось такой палитрой оттенков, что стоящие рядом плантации не повторяют друг друга, выращивая один и тот же сорт.

В Эквадоре нет ничьей земли. Только совсем бесплодные и холодные территории, расположенные выше 4000 метров над уровнем моря, и тундра, окружающая высокие вулканы, объявлены наци-

ональными парками. Но до этой высоты возделан каждый пригодный клочок земли.

Долины Каямбе и Тумбако на высоте от 2500 метров сплошь состоят из белых огромных лоскутов. Так с высоты выглядят розовые плантации. Один лоскут — один гектар. Спутниковые фотографии особенно впечатляют: сверху может показаться, что весь кантон затянут полиэтиленом.

Все новые и новые плантации роз заполняют Долину цветов. Ее границы совпадают с границами кантона Каямбе, из 70 000 жителей которого половина так или иначе связана с цветами: выращивает, возит, удобряет, строит теплицы.

«Старых семей» в долине немного. Здесь появились совсем мелкие плантации, принадлежащие самим крестьянам. Да и об-



раз среднего плантатора тоже поменялся, теперь в нем очевидна индейская крестьянская косточка. По горам он ездит на джипе, весь день проводит на плантации.

Покупая в Москве крупную яркую розу, можно с большой долей вероятности утверждать: она из окрестностей вулкана Каямбе.

Как говорят эквадорцы, российские покупатели требуют новых сортов к каждому празднику. Два года назад, например, все требовали роз нового сорта «Игуана», сегодня эту крупную розовую розу с зелеными прожилками мало кто вспомнит. Сейчас в моде желтые с сранжевыми всполохами и полупрозрачные белоснежные цветы.

Сегодня в Эквадоре выращивается около 400 сортов роз. Одна плантация, чтобы чувствовать себя уверенно на рынке, должна предоставлять на выбор закупщикам не меньше двадцати сортов.

Покупатели из России предпочитают самые высокие розы. Самые строгие стандарты для роз — тоже у русских закупщиков: закрытые бутоны не подходят и слишком открытые тоже.

Все новые сорта «примеряются» плантацией — технологи прививают по несколько сортов новых роз. Потому что прежде чем заполнять целый ангар новым сортом, пусть и модным, но неизвестным, его наблюдают хотя бы один цикл: девять месяцев от посадки до обрезки.

Стабилен только спрос на алые, как кровь, и крепкие, как любовь, сорта. Остальные сорта — русская рулетка. Можно выиграть по крупному, угадав перед большими праздниками, вроде Восьмого марта, какие сорта скупают на корню. Можно и потерять все.

Розы бы не долетели до заказчиков, если бы эти заказы не собирали по плантациям, а это — адский труд и большие нервы. На маленьких плантациях розы мог-

ли замерзнуть, заболеть или поцгнить от дождей. Пришел циклон, закрыл солнце — и розы, пуская в рост листья и стебли, перестали вытягивать бутоны. А если на носу праздник, то кому-то надо собрать цветы и отправить в Москву, со всеми договориться и передоговориться; надо встать в пять утра, чтобы в шесть приехать на плантацию, при этом лечь в два ночи, закончив разговоры с Россией... Кто такое осилит?

Цветочными брокерами в Эквадоре работают, как правило, женщины. Лишь они могут жить в таком режиме годами. У русской диаспоры есть даже слово «цветочница», обозначающая цветочного брокера. А слова «цветочник» нет. 70 процентов экспорта цветов в Россию — из Латинской Америки; три четверти этого цветочного потока — из Эквадора. К одному лишь Восьмому марта из Эквадора в Россию летит четыре с половиной тысячи тонн роз.

Это треть всех роз, которые выращивает Эквадор.

Попасть на плантацию нетрудно. Достаточно остаться ночевать на старинной эквадорской усадьбе, «асьенде». Самая старая усадьба Эквадора — Гуачала. С 1580 года жила себе уединенной жизнью в центре долины Каямбе, но лет 15 назад, вместе с домовою церковью и всеми конюшнями, попала в окружение роз. Небольшие и средние плантации расположи-

ЗА КАДРОМ



«За три года жизни в Эквадоре не получилось посмотреть в видеоискатель на розовые плантации, хотя друзья есть и среди их хозяев, и среди цветочных брокеров, — рассказывает автор репортажа КСЕНИЯ РАГОЗИНА. — Когда GEO предложил сделать историю про розы, я, конечно, не думала ни секунды. И сразу согласилась. А подумать было нужно. В горах в это время шли дожди, а горные вершины, как известно, притягивают облака. Самые же красивые плантации роз в Эквадоре разбиты как раз на склонах самого «облачного» вулкана в стране — Каямбе. Который, говорят, в этот период если и открывается, то только на рассвете.



Две недели я честно вставала в пять утра, чтобы к рассвету быть в Долине цветов. И когда времени уже не осталось, а впереди маячил новый репортаж совсем в другой части страны, я не выдержала и взмолилась.

«Мама, — сказала я, звоня из Кито в Москву, — сделай, что-нибудь с этим. Мне там свет нужен и хоть какие-то горы. Вот пусть хотя бы в понедельник, когда поедем опять в этот Каямбе снимать эти картинки, вот пусть будет солнце!»

Мама обещала что-нибудь сделать.

Два дня в Каямбе светило солнце, заливая светом горы и долину. Сборщики цветов шурились мне в объектив, менеджеры радостно катили по окрестностям. Только вулкан Каямбе не послушался и так и не открылся. Но это, в конце концов, самый капризный вулкан Эквадора».

ForbesWoman



Не пропустите следующий номер
В продаже с 30 мая*



лись вдоль всей дороги к Гуачале, а крупные, по пятьдесят теплиц и больше, начинаются сразу за асьендой.

Экскурсия окончательно развеет романтический флер вокруг розовых кустов, но зато даст исчерпывающее представление о том, кто и как их выращивает.

На одних плантациях в шесть, на других в семь часов утра открываются ворота, перед которыми уже стоят автобусы, собравшие по соседним деревням работников. За месяц каждый из них получит около 300 долларов. По меркам Эквадора это вполне прилично — на эти деньги неплохо может прожить городская семья.

Рабочим предстоит срезать доросшие за ночь розы, сложить их в пластиковые сетки и отнести в цех обработки. После этого в теплицу входят люди в защитных

костюмах. В это время заглядывать внутрь без специальной защиты запрещено. Плантация держит втайне состав жидкости, которой обрабатывают розы. Но рецепт у всех примерно один: антибиотики и ядовитые смеси против вредителей. От состава зависит живучесть цветка, его способность сопротивляться грибку и насекомым, а значит — его рост и сила, то есть — деньги плантации и доход работников.

Срезанные цветы ставятся в воду с... химией. Роза должна получить свою дозу дезинфекции и антибиотиков перед долгой дорогой в холодильниках. Затем цветы сортируют по длине и тому, насколько и каким образом раскрыт бутон. В этот момент и решается, куда полетит роза: в США, Англию или Россию. Американцы предпочитают по-пуритански закрытые бутоны, сборванные еще

Каждый день цветы проходят специальную обработку, чтобы они не гнили и не завелся грибок

Новый номер уже в продаже



GEO К
ЛЕНО

Про всё на свете





на плантации листья, и вообще — помельче и покороче. В Европу отправятся средней раскрытости бутоны на средней длины стеблях. В Россию уедут только самые необузданные розы: со всеми внешними лепестками, с листочками и с самыми большими бутонами.

Рассортированные цветы складывают в букеты, закрывают защитной бумагой. После этого они отправляются в... ванночки с химией. Цветы стоят срезами в своей последней домашней воде, добывая антибиотиков перед дорогой. Потом их ставят в холодильник — засыпать.

Розы спят, если их охладить до плюс четырех. Если охладить сильнее — они замерзнут насмерть. Если будет выше 12 градусов — проснутся и умрут. В холодильнике букеты соберут в коробки, которые затем перегрузят в машины-рефрижераторы. Транспортная контора разложит коробки по клиентам, отправит в холодильник при аэропорте, откуда грузовым самолетом они полетят в Голландию. Из Амстердама их заберут в холодные грузовики и повезут в Москву.

Роза растет медленно. Все остальное должно происходить очень быстро. «Упущенные», то есть слишком сильно раскрывшиеся розы, никуда не полетят. Они или за бесценок пойдут на внутренний рынок (12 роз за доллар), или просто на удобрения. Ароматные, яркие, сильные. Просто немного передержанные или не выкупленные кем-то вовремя.

В идеале от среза до вазы у цветка пять дней пути. Нормально, если роза будет добираться десять. Покупатель не заметит, если пройдет 15 дней. Дольше — уже плохо, это уже сбой в системе. Так случилось в декабре 2010 года, когда из-за снегопада закрылись европейские аэропорты. И розы из Кито возвращались на плантации: Амстердам не принимал, Франкфурт был закрыт. Сколько их не

«Роза — она и в Африке роза! Точнее, в Южной Америке!» — улыбается Алексей Степанов, флорист и менеджер компании «Цвсты большого города». Его жена, Раиса, тоже флорист — и генеральный директор их фирмы. Они едут покупать цветы в один из самых больших оптовых магазинов Москвы — невысокое, но большое по площади здание на западе города. Внутри магазина помещение-холодильник размером со школьный спортивный зал. Яркие лампы. Цветы занимают все пространство, они рядами стоят в контейнерах с водой — по оттенкам: ряд красных цветов, ряд желтых, оранжевых, зеленых... Здесь есть все, что душе угодно, — кроме роз. Запах приглушенный, не слишком пронзительный — холод не дает ему распространяться.

Следующий холодильник — царство роз. Глаза разбегаются и нос мерзнет. Розы тоже распределены по оттенкам и стоят в воде — из Голландии, России, Израиля, Кении. Только розы из Эквадора лежат отдельно — на полках вдоль стены. Им не нужна вода — в этом их первое преимущество.

Эквадорские розы везут в Россию и большие компании-импортеры, и маленькие фирмы, ко-

торые в складчину выкупают места в самолетах и фурах. Есть даже частники, которые покупают цветы оптом в Белоруссии и нелегально на машинах провозят их в ближайшие города России. Определить размеры цветочной миграции таких масштабов довольно сложно. В Федеральной таможенной службе тоже нет этой статистики: 90 процентов роз из Эквадора продаются на аукционе в Голландии и приходят в Москву как «голландские», без обозначения страны происхождения.

Все цветы, импортируемые в Россию, проходят фитосанитарный контроль на таможне. Особенно жестко проверяются цветы перед 8 Марта. Если бы не задержки на таможне, путь розы от плантации в Эквадоре до киоска в Москве занимал бы одну-две недели. Но в действительности цветы могут пробыть на таможенной экспертизе сколько угодно.

Эквадорские розы спасает в этих поездках то, что они лучше других приспособлены к путешествиям — они едут и летят без воды, в обычных закрытых коробках — и ничем не выдают себя при разгрузке. Благодаря тому что эквадорские розы легче упаковать и доставить свежими, именно

они доезжают до регионов России. Поэтому, например, в Сибири почти все розы — из Эквадора.

«По качеству с эквадорской розой почти ничто не может сравниться, — говорит Раиса Степанова. — Сами их лепестки, вытянутая форма цветка, крепкие бутоны — цветки один к одному стоят». Алексей добавляет: «Вырастить розу в подмосковной теплице дороже, чем привезти из Эквадора».

Розничные покупатели цветов придерживаются консервативных вкусов. Классические красные розы ценятся выше всего: на первом месте среди всех цветов — бордовая роза с плоским бутонем — ее сорт так и называется «Гран-при». Призовые места делят между собой красные и белые розы разных оттенков: «Аваланш», «Ред Наоми», «Талея», «Эль Торо» и другие. Это цветы из Эквадора и Голландии.

За три дня с 5 по 8 марта продавцы цветов зарабатывают 20 процентов годового дохода. В один такой день средний цветочный киоск может заработать до ста тысяч рублей. По словам Алексея Степанова, средний россиянин покупает за один раз пять цветков восемь раз в год.

ОЛЬГА КЛЯЧИНА

Международная премия Computer



ЗОЛОТОЙ КОМПЬЮТЕР-2010

Журнал ComputerBild объявляет о начале голосования за претендентов на получение премии «Золотой компьютер-2010»

В числе номинантов победители тестов журнала ComputerBild и продукты, совершившие переворот в мире технологий в 2010 году

Лучших из лучших выберете вы, дорогие читатели!

Ваш голос может стать решающим!

Высказать своё мнение вы можете на сайте www.computerbild.ru, пройдя регистрацию и заполнив анкету участника.



По итогам голосования, начинающегося **24 февраля**, будут выбраны лучшие устройства и программные продукты, которые будут удостоены престижной международной премии «Золотой компьютер».

Став участником голосования, вы можете выиграть один из сотен ценных призов! А те читатели, которые угадают максимальное количество лауреатов премии, получат главные призы – Apple iPhone 4 32 GB или один из трех ноутбуков Packard Bell EASYNOTE TX86.



С полным списком призов и номинантов можно ознакомиться на сайте



прилетело к Рождеству, а ушло в компост — страшно подумать.

Розы приносят Эквадору около 500 миллионов долларов в год. Это, конечно, не главные деньги для страны, у которой есть другие источники дохода. Нефть, например. Или бананы — здесь самые большие в Латинской Америке плантации. Или золото — здесь появилась первая шахта на континенте. Или тунец — отсюда каждая вторая банка, продаваемая в США. Или туризм — здесь самые высокие вулканы Анд, здесь Амазония и Галапагосские острова.

Розы — это меньше одного процента ВВП Эквадора. И в то же время это самая активно развивающаяся отрасль экономики. И самая заметная. Ведь нефть — это где-то в джунглях или на серых пыльных просторах полуострова Санта-Элена, на западе стра-

ны. А розы — это первое, что видят туристы: прилавок с цветами в аэропорту, невысказанных красок, невиданных до того оттенков. 25 штук за один доллар.

Роза — совсем как дитя. От посадки до среза и отправки из теплицы в США и Европу проходит девять месяцев. Эти девять месяцев цветок берегут от грибков и насекомых, от ночных заморозков и дневной жары, от солнечных ожогов и от холодных дождей, от застоя воздуха и от сквозняков. Всем этим заняты десятки тысяч человек. У них у всех есть семьи. И все эти люди, взрослые и дети, переживают за пусть и самые сильные и живучие в мире, но все же такие хрупкие цветы. И если все получается, если небеса слышат, а земля родит, то 515 миллионов цветов каждый год долетают до своих дарителей и их любимых. 🌹

На ночь в эквадорскую Долину цветов приходят облака и лежат плотным слоем до утра

Каждая
жизнь —
история



Биография

КАЖДАЯ ЖИЗНЬ — ИСТОРИЯ
Gala Биография

№3 (76) март 2011

ДЖЕССИКА БИЛ

«Для меня важно
чувствовать»

ВАНЬКА-КАИН

Хозяин Москвы

КОРТНИ ЛАВ

В поисках любви

**ШАХ-ДЖАХАН
И АРДЖУМАНД**

О чем молчит
Тадж-Махал

**КОРНЕЙ
ЧУКОВСКИЙ**

Человек, которого
стеснялись

**СВЕТЛАНА
КРЮЧКОВА**

«Влюбленность — это было
мое обычное состояние»

№3 (76) март 2011

Светлана Крючкова - Шах-Джахан и Арджуманд - Сергей Прозоров - Кофе - Мисси Сегр - Кортеж Дав

Ванька Кайн



в продаже с 10 февраля



МЕСЬЕ ЖАК И ИДЕАЛЬНАЯ ЖЕМЧУЖИНА

Крупные, круглые и золотистые — именно такие жемчужины пользуются самым большим спросом в мире. Француз ЖАК БРАНЕЛЛЕК 30 лет изучал жемчужниц *Pinctada maxima* с целью оптимизировать их драгоценную продукцию. И теперь на одном из филиппинских архипелагов его моллюски производят 700 000 жемчужин в год

ТЕКСТ: НАТЯ ТРИПЛЕЛЬ
ФОТО: ЮРГЕН ФРОЙНД



Авиакатастрофа над необитаемым островом посреди Тихого океана, набеги пиратов, нападения крокодилов... Разве могут такие пустяки остановить Жака Бранеллека на пути к его мечте? Ведь не остановили же его ни проблемы с компаньоном-жуликом, ни бурная личная жизнь с шестью браками и восемью детьми. «Чтобы осуществить мечту, нужна смелость», — заявляет этот уроженец французской провинции Бретань с беспечностью человека, привыкшего рисковать. Нет, он не стал дожидаться пенсии, чтобы взяться за воплощение своей заветной мечты — вырастить лучшие жемчужины в мире.

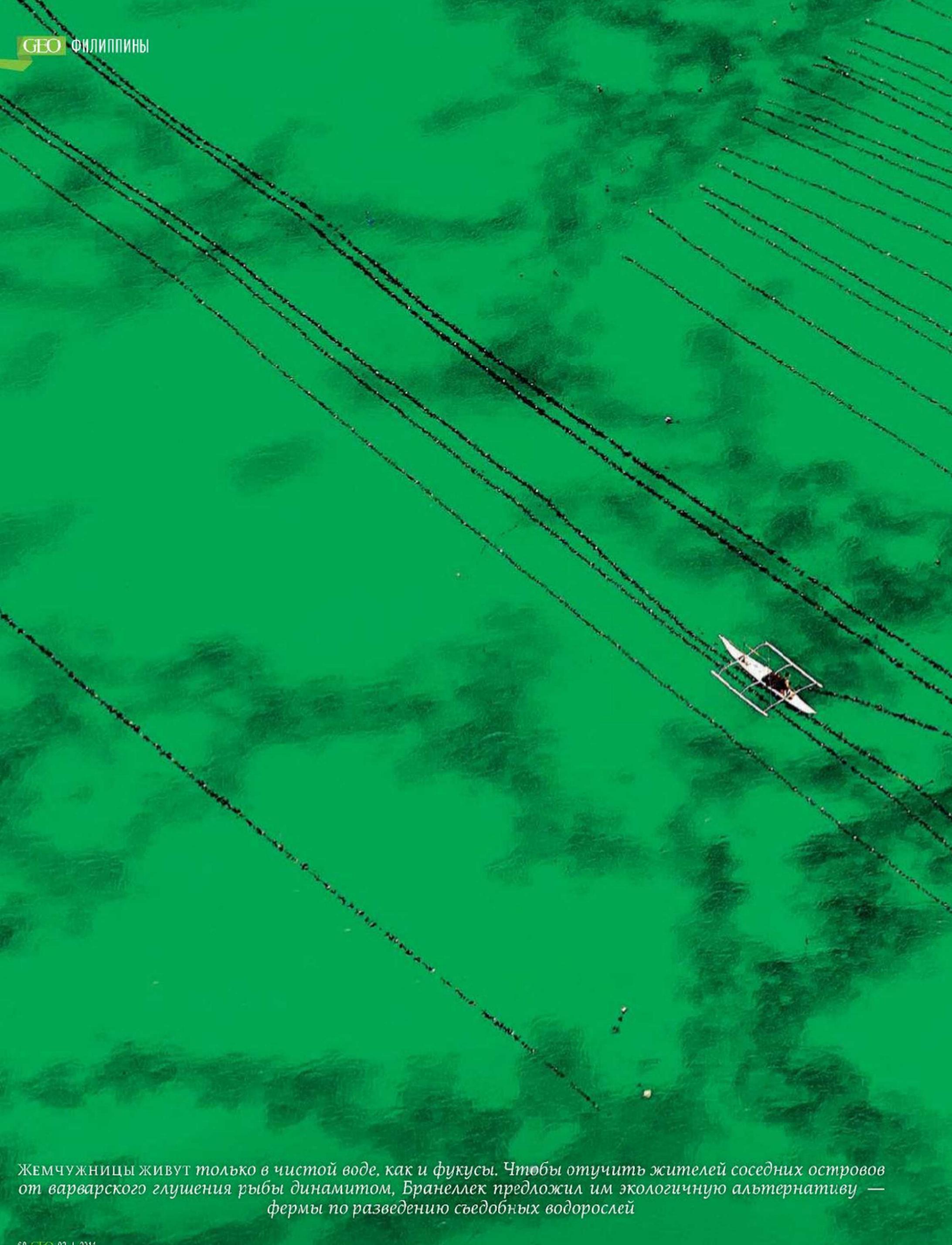
Два с половиной часа занимает путь на вертолете из столицы Филиппин Манилы до архипелага Палаван, где находятся фермы по выращиванию жемчуга. За штурвалом, конечно, сам Бранеллек, директор компании «Джуэльмэр», которой принадлежит жемчужное хозяйство. Ветер треплет его расстегнутую пеструю рубашку, пока он направляет вертолет на юг — мимо острова Миндоро, оштетинившегося двухтысячметровыми горными пиками; над темно-синей гладью Южно-Китайского моря, по которому как конфетти рассыпаны райские островки.

Жемчужная ферма «Террамар» приютилась на поросшем тропической зеленью атолле Малотамбан посреди залива Тайтай. С высоты видна искрящаяся на солнце лагуна, несколько жилых построек и пляж, от которого над прозрачной водой проложены деревянные мостки к домам на сваях — рабочим помещениям фермы. Между соседними островами тянутся на сотни метров пунктирные линии — ряды буйков, к которым под водой подвешены корзины с перламутровыми раковинами. Это главное сокровище «Джуэльмэр» — выведенные в лаборатории элитные устрицы вида *Pinctada maxima*, которые производят столько жемчуга ярко-золотистой окраски, что компания





ДРАГОЦЕННЫЕ «ПЛОДЫ» на жемчужной плантации выращивают на глубине до 15 метров. Прежде чем они «созреют», пройдет как минимум три года. Каждые две недели ныряльщики счищают с раковин водоросли и паразитов



Жемчужницы живут только в чистой воде, как и фукусы. Чтобы отучить жителей соседних островов от варварского глушения рыбы динамитом, Бранеллек предложил им экологичную альтернативу — фермы по разведению съедобных водорослей



➤ Бранеллека стала одним из ведущих мировых поставщиков этих драгоценностей.

Винты вертолета еще крутятся, а Жак Бранеллек уже спешит к мосткам, кивая на ходу охранникам и пожимая руку заведующей фермой. Свой визит он, как всегда, начинает с сердца фермы — «операционной». На потолке гудит вентилятор, из окна доносится шум волн, разбивающихся о бетонные сваи. В свете лампы работник осматривает сегодняшний урожай — примерно сотня жемчужин. Овальных, пуговичных, каплевидных, грушевидных. Серо-голубых и серебристо-белых, бледно-желтых и оранжево-золотистых. Каждая жемчужина — маленькое чудо природы, которому ученые и технологи помогают достичь совершенства.

Приемщик ловко сортирует жемчужины: симметричные — направо, асимметричные — налево. С тихим мелодичным звоном жемчужины сталкиваются друг с другом. Когда сортировка завершена, месье Жак берет из горстки отборного жемчуга один экземпляр, поднимает его к свету и произносит: «Вот это да! Лучший урожай на моей памяти!»

Он и впрямь выбрал жемчужину редкостной красоты — идеаль-



Устрица *Pinctada maxima*, вид изнутри. Технологи имплантируют в устрицу искусственное перламутровое «ядро». Если все будет хорошо, то через три года они извлекут из нее золотистую жемчужину



но круглую, диаметром почти 14 миллиметров, без единого изъяна на поверхности, цвета чистого золота. Со временем она украсит какое-нибудь дорогое ювелирное украшение или станет частью кольца в стиле Коко Шанель. Одна такая жемчужина стоит 3 000 евро.

Серийное производство такого жемчуга — итог 30-летней работы над технологией искусственного разведения устриц *Pinctada maxima*, жемчужниц с золотистой или серебристой внутренней поверхностью створок раковины. Именно столько времени понадобилось биологам, чтобы научиться стимулировать размножение этих моллюсков-гермафродитов. Ровно 333 манипуляции необходимо между лабораторией, морем и «операционной», и каждый шаг требует идеального исполнения. Для разведения жемчужниц необходимо не только терпение, но и «нежная любовная забота». Жак Бранеллек повторяет эти три слова как мантру, как заповедь для своих сотрудников. «Только при полной самоотдаче на всех этапах культивирования устриц, — говорит месье Жак, — можно вырастить идеальную жемчужину».

На сегодня лишь два процента его жемчужин соответствуют высшему ювелирному стандарту качества (класс AAA по международной классификации). Это больше, чем у всех конкурентов, работающих в регионе. В будущем Жак Бранеллек планирует увеличить долю идеальных жемчужин до 30 процентов.

Не слишком ли высоко он замахнулся? Ведь жемчуг рождается в результате невероятно сложного таинства.

В дикой природе жемчужина вырастает лишь внутри одной из двадцати тысяч раковин устриц-жемчужниц. Причем вопреки распространенному заблуждению образуется она отнюдь не вокруг попавшей в раковину песчинки (немецкий зоолог Фридрих Альвердес развеял этот миф еще в 1913 году). На самом же деле жемчужина формируется из попавших во внутреннюю соединительную ткань моллюска эпителиальных клеток из внешней оболочки мантии, где вырабатывается перламутр. Как правило, их переносят туда паразиты. Прижившись внутри, они начинают делиться и самостоятельно образуют так на-

зываемый «жемчужный мешок» — полость типа кисты, из которой они выделяют перламутр.

Этот материал и придает жемчугу ту самую «переливчатость», за которую он испокон веков ценится во всем мире. Перламутр — это смесь арагонита (агрегата карбоната кальция) и рогового вещества конхиолина. Секрет жемчужного блеска заключается в том, что эти вещества нарастают концентрическими слоями на жемчужный мешок, как годовые кольца деревьев. Чем многочисленнее и тоньше их слои у жемчужины, тем красивее преломляется свет на гранях кристаллов арагонита.

Уже 700 лет назад ныряльщики из племени баджао, кочующего вдоль побережья Индонезии, начали добывать раковины *Pinctada maxima* и продавать перламутр и жемчуг арабским и китайским торговцам. В конце XIX века район распространения устриц наводнили целые флотилии из Японии, которые каждый год добывали около 100 000 раковин величиной до 30 сантиметров и весом до пяти килограммов.

Спрос на жемчуг падал только во время мировых войн. Но



Директор фирмы
лично все перепроверяет в лаборатории. Без «пежной любовной заботы» идеальную жемчужину не вырастить

от полного истребления жемчужниц спасли не войны, а... японский предприниматель и ювелир Кокити Микимото. В 1893 году он после долгих экспериментов сумел пересадить в тело морской устрицы *Pinctada martensii* шарик перламутра, выточенный из раковины невзрачной пресноводной жемчужницы. Вокруг этого ядра и выросла первая в мире культивируемая морская жемчужина. Почти 30 лет спустя на конгрессе ювелиров в Амстердаме культивированные сферические жемчужины получили официальное признание. Это стало импульсом к развитию японской индустрии выращивания жемчуга, которая десятилетиями лидировала на мировом рынке.

И именно японец заразил француза Жака Бранеллека страстью к жемчугу. Случилось это в конце 1960-х во Французской Полинезии, когда Бранеллек работал пилотом в авиакомпании «Эр Таити», летал между островами, и одним из его пассажиров оказался японский заводчик жемчуга. Японец пригласил его на свою ферму, где местные ныряльщики поднимали с морского дна раковины *Pinctada margaritifera*, в которых

после имплантации перламутрового ядра вырастали темно-синие жемчужины. Их блеск так заворожил Бранеллека, что он решил последовать примеру японца. Месяе Жаку казалось, что все очень просто.

В «операционной» фирмы «Террамар» 32-летний филиппинский сотрудник с довольноным видом упаковывает жемчужины для отправки в Манилу. Ему понадобилось десять лет работы у японского мастера, чтобы понять физиологию моллюсков и овладеть технологией, рассказывает он. Но тогда между японскими мастерами действовал пакт о неразглашении технологии культивированного жемчуга иностранцам.

Как же Жак Бранеллек разгадал эту тайну?

Месяе Жак провожает взглядом стайку серебристых летающих рыбок, которые проносятся над водой в метре от мостков, и отвечает с улыбкой уверенного в себе человека: «Я использовал мои небольшие льготы пилота — бесплатные рейсы в Тоба, родной город Микимото».

В тамошнем музее жемчуга, созданном самим Микимото, япон-

ские специалисты показывали свое искусство публике. Бранеллек месяцами ходил на эти показы, внимательно наблюдал за всеми манипуляциями. За тем, как японцы деревянной щепкой раскрывали створки раковин, чтобы не повредить мягкие ткани моллюска. Как с помощью стоматологических инструментов и виртуозности хирургов пересаживали частицу перламутра из раковины пресноводной жемчужницы в тело морской устрицы — в ее гонаду (половую железу), которая заменяет жемчужный мешок. Бранеллек смотрел и запоминал. Там же, в музее, он узнал, что жемчужина нарастает на чужеродной частице перламутра только при одном условии: если перед вживлением в устрицу имплантат аккуратно заворачивают в кусочек ткани мантии, взятой у другой устрицы того же вида. В этой ткани содержатся эпителиальные клетки, которые вырабатывают перламутр и несут в себе генетическую информацию о цвете и блеске будущей жемчужины.

Со временем японцы заинтересовались сумасшедшим французом. «Мы подружились, они продали мне несколько инстру-



«Матерью всех жемчужниц» называют Дорис Доминго на ферме. Женщина разводит в лаборатории различные водоросли, которыми кормит подрастающих моллюсков

ментов и заодно раскрыли кое-какие секреты». В том числе и главную тайну: перед вживлением имплантата моллюска надо «искупать» в воде, нагретой до 30 градусов Цельсия, чтобы у него расслабились мышцы. Это было начало.

Вернувшись в Полинезию, Бранеллек познакомился с местным ловцом жемчуга и женился на его сестре, которая родила ему первую дочь. Хижина на сваях была домом и лабораторией одновременно. В 1971 году француз вырастил первую черную жемчужину.

Начался калейдоскоп событий: пилот уволился из авиакомпании и на свои сбережения построил на крошечном атолле Аруга ферму по выращиванию жемчуга и взлетно-посадочную полосу; вскоре после этого тайфун смыл все постройки в море. Бранеллек не сдавался: он нанял на должность главного технолога японца, привлек в качестве инвестора французского миллиардера. Но после первого же урожая — 30 000 черных жемчужин — компаньон-француз обманул его. После того как он чуть было не разбился на своем транспортном самолете над Тихим океаном, Бранеллек ре-

шил покинуть Полинезию. Вместе со второй женой и их общей дочерью он отправился в кругосветное путешествие на яхте.

Где бы они ни причаливали, Бранеллек повсюду высматривал место для новой фермы: ему была нужна глубокая бухта с кристально чистой водой, умеренным течением, слабым прибоем и большим количеством планктона. И главное — без шумных соседей. Потому что пестициды и ловля рыбы с помощью динамита угрожает морской экосистеме.

В 1979 году он нашел все это на филиппинском острове Палаван. Мануэль Кохуангко, представитель влиятельной местной династии, показывал французам свои владения. Они обнаружили бухту, идеально подходившую для разведения жемчужниц.

Вместе с Кохуангко он учредил компанию «Джуэльмэр» и создал первую на Филиппинах ферму по выращиванию жемчуга. Для отлова устриц они наняли ныряльщиков из племени баджао, которые не боялись акул. На берегу установили ограждение от крокодилов и обзавелись вооруженной охраной против пиратов, совершавших вылазки с соседних островов.

Из Манилы они пригласили девушек-биологов, которые организовали лабораторию по изучению искусственных способов размножения устриц *Pinctada maxima*. Одна из этих девушек стала третьей женой Бранеллека — на 15 лет.

Сегодня Бранеллеку и его компаньону принадлежат шесть жемчужных ферм на севере и юге архипелага Палаван. Главный биолог фермы «Террамар», 41-летняя филиппинка Дорис Доминго, вот уже 21 год выращивает идеальные жемчужины, работая по шесть дней в неделю в полном соответствии с принципом «нежной любовной заботы». Бранеллек называет ее «матерью всех жемчужниц».

В разноцветных емкостях, которыми заставлена затемненная лаборатория Дорис Доминго, булькает вода. Лаборант контролирует ее температуру, соленость, уровень содержания планктона, освещение. Устрицы *Pinctada maxima*, как и многие другие моллюски, — гермафродиты. В течение жизни они меняют пол с мужского на женский, и определить их половую принадлежность можно только по цвету половых желез. К оплодотворению и мужские, *

ПЕРВАЯ НАЦИОНАЛЬНАЯ ПРЕМИЯ



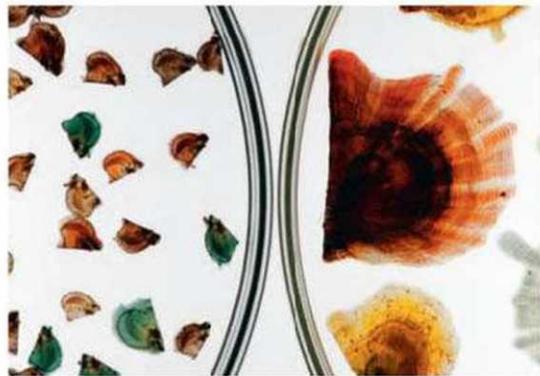
ТУРИСТИЧЕСКИЙ ИНТЕРНЕТ ПРОЕКТ

2010

ГОЛОСУЙ И ВЫБИРАЙ ЛУЧШИЕ СЕРВИСЫ

ПУТЕШЕСТВИЯ@[mail.ru](mailto:travel@mail.ru)

travel.mail.ru



Архипелаг Палаван.

Здесь «производят» 700 000 жемчужин в год. Чем ярче золотистая окраска перламутра на внутренней стороне створки раковины, тем выше шансы вырастить в ней идеальную жемчужину

и женские особи способны только в новолуние и полнолуние — и лишь при особых внешних условиях и при наличии в их рационе определенных водорослей. «У нас ушло пять лет, чтобы понять этот процесс, и еще пять, чтобы создать условия для него в лаборатории», — говорит Дорис Доминго.

Личинки устриц появляются на свет через 17 часов после оплодотворения и сразу начинают плавать. А через две недели выпускают хватательные нити и прикрепляются к шнурам, натянутым в резервуарах с водой.

Два месяца они растут в инкубаторе. Потом из них отбирают самые жизнеспособные экземпляры и помещают в сети. Ныряльщики подвешивают эти сети к буйкам в море на глубине до 15 метров; работники фермы каждые две недели обходят буйки на лодках, очищают сети и соскребают с раковин водоросли, чтобы в них не проникли инородные тела.

Лишь через два года Дорис Доминго определит, какие экземпляры пригодны для культивирования жемчуга. Донорами станут только те моллюски, внутренняя часть створок раковины которых покрыта золотистым пер-

ламутром. Лишь у них берется кусочек ткани мантии, в который заворачивается имплантат. Устрицы-реципиенты должны обладать отменным здоровьем, иначе имплантат не приживется в их организме.

Операция занимает меньше двух минут, потом раковины отправляют в специальных корзинах обратно в море. Каждые два дня ныряльщики поворачивают эти корзины на 180 градусов, чтобы имплантат не выскользнул из раковины. Через пять месяцев раковины просвечивают рентгеновскими лучами и частично отбраковывают. На этот раз критерием отбора служат форма и размер растущей внутри жемчужины. Устриц, прошедших отбор, возвращают в море и оставляют в покое на три года, регулярно очищая от водорослей. А потом начинается сбор урожая.

«Мы полностью освоили все 323 операции технологического процесса, осталось только отточить наше искусство. Единственное, что нам не подвластно, — это экология», — говорит Жак Бранеллек, указывая на насечки на опоре мостков. Уровень воды в море за последние десять лет заметно по-

высился; вода потеплела на полтора градуса по Цельсию. Месяе Жак показывает на столбы дыма, поднимающиеся вдали. Это жители соседних филиппинских островов жгут лес, чтобы расчистить место под плантации риса и маниоки. Уничтожение лесов приводит к иссушению земель; почва подвергается эрозии и сползает в море, загрязняя воду. Устрицы *Pinctada maxima* страдают от этого не меньше, чем от браконьеров, которые глушат рыбу динамитом.

Фирма «Джуэльмэр» учредила Фонд спасения акватории архипелага Палаван, его сотрудники пытаются переориентировать островитян на более экологичные способы земледелия и рыболовства — учат их удобрять почву без вреда экологии и разводить пчел и съедобные водоросли, вместо того чтобы промышлять рыбным браконьерством.

Бранеллек тербит гигантскую жемчужину, висящую у него на шее. «Нам решать экологические проблемы, иначе у наших жемчужин нет будущего», — говорит он.

Судя по тому, как играют желваки на его скулах, он не очень уверен в том, что этот план выполним. ■

В рамках CONSUMER ELECTRONICS & PHOTO EXPO

ФОТОФОРУМ 2011

14-17 апреля • Москва, Крокус Экспо



ШАГНИ

В МИР ФОТО

- МАСТЕР-КЛАССЫ
- ФОТОКОНКУРСЫ И ФОТОГАЛЕРЕИ
- НАЦИОНАЛЬНАЯ ПРЕМИЯ «ПРОДУКТ ГОДА»
- ФОТОСАЛОН «ЗВЕЗДЫ МИРОВОЙ ФОТОГРАФИИ»
- ШКОЛА ВЫХОДНОГО ДНЯ ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ ФОТОГРАФОВ **NEW**
- ИНТЕРАКТИВНОЕ ШОУ «ЗД-ДВИЖЕНИЕ» **NEW**

www.photoforum-expo.ru

www.cep-expo.ru

Организатор:

MIPExpo

Генеральный партнёр:

РАТЭК

Генеральный
информационный партнёр:

foto

Официальное
мультимедийное агентство:

РИА НОВОСТИ

КАК ПОБЕДИТЬ БОЛЬ

Современные исследования выявляют новые аспекты боли — и предлагают стратегию из шести пунктов по ее преодолению: среди них своевременный прием медикаментов, аутотренинг и человеческая забота (стр. 68). Когда речь заходит о болях в позвоночнике и суставах, самое важное — движение (стр. 78). Венесуэльские целители используют древние техники транса (стр. 86)



ТЕКСТ: КЛАУС БАХМАНН, ВОЛЬФГАНГ МИХАЛ, НАДЕЖДА БОРОЗДИНА

ФОТО: ЙОХАННА МАНКЕ

ИЛЛЮСТРАЦИИ: ДЖО ЛЕРТОЛА

КЛАСТЕРНАЯ ГОЛОВНАЯ БОЛЬ — одно из самых мучительных недугов. Ему подвержены главным образом мужчины среднего возраста. Снять внезапный приступ боли, вырывающий человека из сна посреди ночи, можно только с помощью кислородной маски



Она приходит внезапно, неодолимая и мучительная. Парализует разум и изматывает нервы — долбит, сверлит, колет, пакатывает волнами... Она может быть настолько сильной — например, при мигрени, — что доводит свою жертву до полубоморочного состояния. А может годами таиться в суставах и мышцах, готовая в любой момент нанести сокрушительный удар.

У боли много обличий и много жертв. Хроническая боль — одна из самых распространенных причин недомоганий и ограничения способности к движению. По данным Международной ассоциации по изучению боли, основанной в 1973 году в Сиэтле (США), обезболивающие до сих пор недоступны 80 процентам людей, страдающих от болевого синдрома. А это, по оценкам Всемирной организации здравоохранения, — почти пять миллионов человек по всему миру.

Между тем существует много способов борьбы с болью, причем медикаменты — далеко не самый эффективный из них. Ведь очаг боли находится совсем не там, где мы ее ощущаем; боль зарождается и набирает силу в головном мозге, который определяет силу реакции на болевой раздражитель.

Пациенты американского нейрофизиолога Кристофера Дешарма могут наблюдать зарождение боли буквально «в прямом эфире». Лежа в трубе магнитно-резонансного томографа, сканирующего их мозг, они видят на мониторе пламя. Так компьютер отображает активность нейронов головного мозга. Когда языки пламени взмываются ввысь, нейроны находятся на пике активности. Когда огонь еле теплится, нейроны «дремлют».

Область головного мозга, активность которой пациенты наблюдают на экране, расположена в глубине полости черепа. Именно она определяет, насколько сильно каждый человек ощущает боль. Эта область называется корой передней поясной извилины. И пациенты Дешарма учатся сознательно подавлять ее активность.

Каждый делает это по-своему. Одни переключают внимание на ту часть тела, в которой не ощущается боль; другие представляют себе боль в виде шара, который «выталкивают» из своего тела; третьи воображают отдых на природе. Этот метод похож на классический аутотренинг. Вот только разница в том, что головной мозг посылает сигналы не другим органам человеческого тела, а... самому себе.

Фантастика: человек силой мысли управляет нервными клетками, то есть материей. Феномен, который возвращает человечество к многовековой дискуссии о взаимосвязи души и тела.

Метод Дешарма еще находится на стадии разработки. Но уже сейчас все пациенты профессора говорят, что интенсивность боли снижается. Эта экспериментальная методика — результат научного прорыва последних лет в сфере исследования физиологии боли. Ученые не только проследили всю схему взаимосвязей нейронов, по которым проходят болевые импульсы. Они доказали, насколько изменчива нервная система. Новые познания о том, как боль зарождается в органах и головном мозге, пришли на смену старым теориям.

Раньше боль считалась чем-то вроде охранной сигнализации, напрямую подключенной к головному мозгу. Идея была проста: если в пятку вливается колючка, то импульсы от периферических рецепторов передаются по нервным волокнам в определенный отдел мозга и «включают» там сигнал тревоги. Чем серьезнее травма, тем сильнее боль.

Но все оказалось не так просто. Сегодня науке известно: боль — это крайне сложное и многоуровневое ощущение. Оно возникает не в каком-то конкретном, четко локализованном болевом центре мозга. Наоборот, боль зарождается в разветвленной сети анализаторов головного и спинного мозга, которые получают сигналы от кожных рецепторов и внутренних органов. Поэтому ученые сегодня говорят о «болевой матрице».

Ее активность зависит от множества факторов: от внешних стимулов и генетических особенностей, от настроения, памяти о пережитом и ожиданий. Боль — это, пожалуй, самое яркое проявление тесного взаимодействия души и тела. Но на практике в борьбе с болью зачастую применяются методы, идущие вразрез с этими новыми научными знаниями. А ведь и врачи, и пациенты только выиграют, если будут учитывать результаты современных исследований.

I. НЕ НАДО ТЕРПЕТЬ БОЛЬ

Врачи считают, что у болезней есть свои симптомы, и боль — один из них. Поэтому обезболивающие пациентам назначают зачастую неохотно. Однако это рискованный подход. Ибо головной мозг запоминает не только стихи, пароли и пин-коды

БЛАГОТВОРНОЕ ТЕПЛО. Фибромиалгия (сухожильно-мышечная боль) — загадочный хронический болевой синдром. Им страдают в основном женщины. Боль появляется то в спине, то в мышцах конечностей, то в суставах. При этом на фоне боли периодически появляется озноб. В этом случае помогает расслабляющая и согревающая инфракрасная сауна. Но лечению фибромиалгия пока не поддается



к банковским карточкам. Головной мозг запоминает и боль. И забывает ее потом с большим трудом. В результате боль порой мучает пациента даже тогда, когда ее основная причина (например, воспаление) давным-давно устранена.

Каким образом наш организм формирует эту «болевою память»? В этом вопросе ученые разобрались всего несколько лет назад. При острой травме сигнал от кожных рецепторов поступает к одному из спинномозговых нейронов, откуда передается в головной мозг. Различные отделы мозга анализируют поступивший сигнал, соотносят его с определенной частью тела, определяют его силу, придают ему эмоциональную окраску — и бьют тревогу. Однако те же самые отделы головного мозга могут и подавлять боль, выделяя обезболивающие вещества — эндорфины, близкие по структуре к морфину. Так происходит, например, при шоке. Этот механизм противодействия боли, выработанный природой в ходе эволюции, в ряде случаев дает человеку возможность спастись. В шоковом состоянии пострадавшие в автомобильных авариях иногда самостоятельно выбираются из машины и убегают из опасного места. А потом выясняется, что у них сломаны ноги. И «физический коллапс» наступает уже позднее.

Если боль держится долго, нервная система «перепрограммируется». Сразу на нескольких уровнях запускается цепочка биохимических и внутриклеточных реакций: снижается порог чувствительности периферических болевых рецепторов (так называемых ноцицепторов), происходят изменения в соответствующем спинномозговом центре и в головном мозге. Вся «болевая матрица» становится крайне чувствительной: даже прикосновение ватным тампоном может причинять невыносимую боль. Иногда болезненная чувствительность сохраняется и после излечения.

Таким образом, боль может начать самостоятельную жизнь, превратившись из симптома заболевания в отдельное заболевание. Чтобы избежать этого, головной и спинной мозг необходимо оградить от болевых сигналов. Сстиснуть зубы и неделями героически терпеть боль — в корне неверно. При любой болезненной патологии полноценное лечение должно включать в себя болеутоляющую терапию.

Особенно важна адекватная болеутоляющая терапия в первые дни после операции. В этот момент сигнальная система организма перевозбуждена и постоянно

бьет тревогу. От 40 до 80 процентов пациентов жалуются на боли после операций; у многих из них болезненные ощущения сохраняются продолжительное время. Шесть процентов женщин после кесарева сечения и 50 процентов пациентов, перенесших операцию на органах грудной клетки, жалуются на хронические боли.

Эффективных болеутоляющих в арсенале медиков предостаточно — от легких анальгетиков типа нурофена до сильных опиатов. Особенно эффективно использование капельниц с инфузионным насосом, позволяющим пациентам самим дозировать подачу болеутоляющего. Ведь у каждого человека — свой порог болевой чувствительности. Более того: когда пациент сам контролирует свое состояние, ему обычно нужно меньше болеутоляющего.

II. БОЛЬ СУБЪЕКТИВНА

Нейробиолог Роберт Когхилл из университета Уэйк-Форест в Северной Каролине (США) провел эксперимент, подвергая испытуемых воздействию теплового раздражителя, нагретого до 49 градусов. Результаты ошарашили ученого — все участники реагировали на раздражитель по-разному.

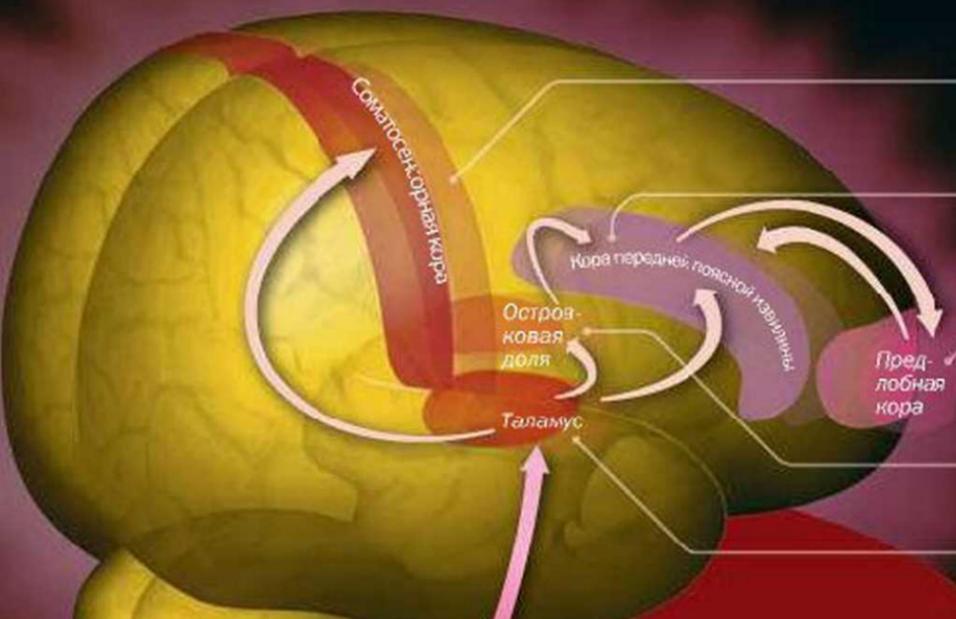
Одни оценивали свою боль по десятибалльной шкале чуть выше, чем в один балл, а другие — в целых 8,9 балла, то есть считали боль почти невыносимой. Может быть, первые просто преуменьшали, а вторые — преувеличивали?

Когхилл «заглянул» в мозг испытуемых с помощью магнитно-резонансного томографа. Выяснилось: у тех, кто страдал от боли сильнее всех, «болевая матрица» действительно была максимально активизирована. То есть испытуемые чувствовали «реальную» боль. Результаты этого эксперимента — еще одно напоминание врачам: нельзя отмахиваться от пациента, даже если тот стонет из-за царапины.

Что же отличает «неженку» от «толстокожих» пациентов? Прежде всего генетические факторы. Ученые из Иерусалимского университета взяли на анализ пробы генетического материала у пациентов, перенесших одну и ту же операцию. Но если одни чувствовали себя после нее хорошо, то другие жаловались на постоянную боль. Исследователи обнаружили ген под названием *Casgn2*, который определяет степень чувствительности к боли. Разумеется, наследственность влияет и на скорость расщепления лекарства в организме пациента. Поэтому «неженкам» и требуются более высокие дозы обезболивающего. ➔

Как возникает боль

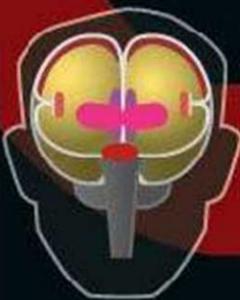
Болевые ощущения рождаются в обширной нейронной сети, охватывающей почти все ткани организма. Если боль держится долго, то на всех уровнях нервной системы происходят серьезные изменения: организм «приучается» генерировать боль.



- В соматосенсорной коре головного мозга определяются локализация и характер боли. От ее «решения» зависит, какие ощущения возникнут в соответствующей части тела: жжение, колющая или сдавливающая боль.
- Кора передней поясной извилины регулирует степень концентрации на болевых ощущениях и определяет их остроту. Предположительно она является элементом внутренней системы подавления боли (антиноцицептивная система).
- В предлобной коре протекают процессы, связанные с психологическим восприятием боли. Здесь может запускаться механизм выделения эндогенных опиоидов — эндорфинов, близких по составу морфину, и тем самым активироваться внутренняя система.
- Островковая доля головного мозга участвует в формировании эмоциональной окраски болевого ощущения.
- Таламус отвечает за фильтрацию и сортировку поступающих в мозг сигналов: определяет степень их важности для организма в целом и распределяет по различным отделам мозга.

4 Особые промежуточные нейроны и отходящие от головного мозга тормозящие нервные волокна, как правило, подавляют активность нейрона ШДД. Но если боль приобретает хронический характер, эти «блокаторы» перестают действовать.

5 Лишь в головном мозге электрические сигналы и информация, которую переносят особые молекулы «нейротрансмиттеры», преобразуются в комплексное ощущение боли. Нейрофизиологам уже известно, какие отделы мозга составляют ядро системы обработки болевых сигналов.

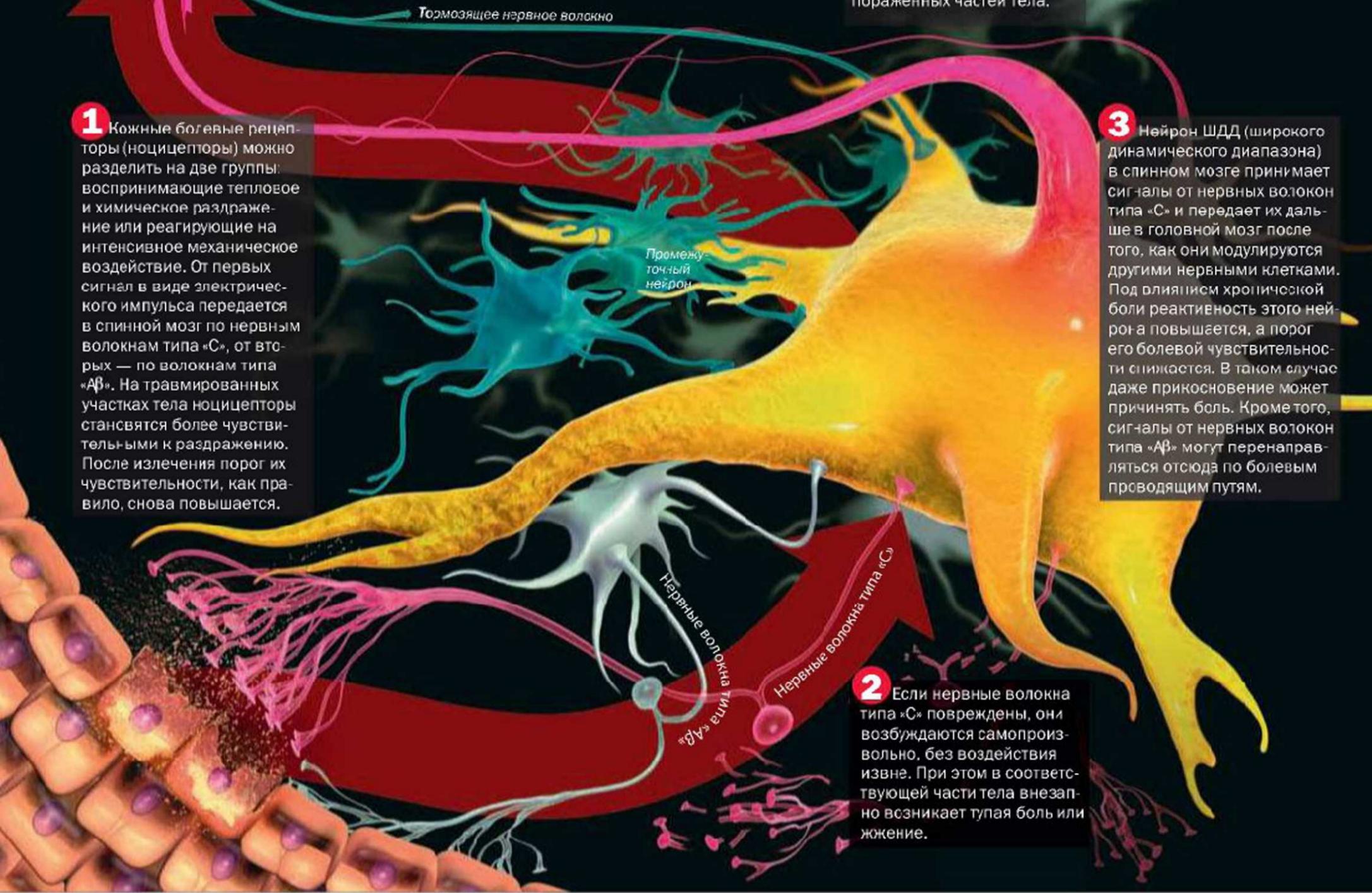


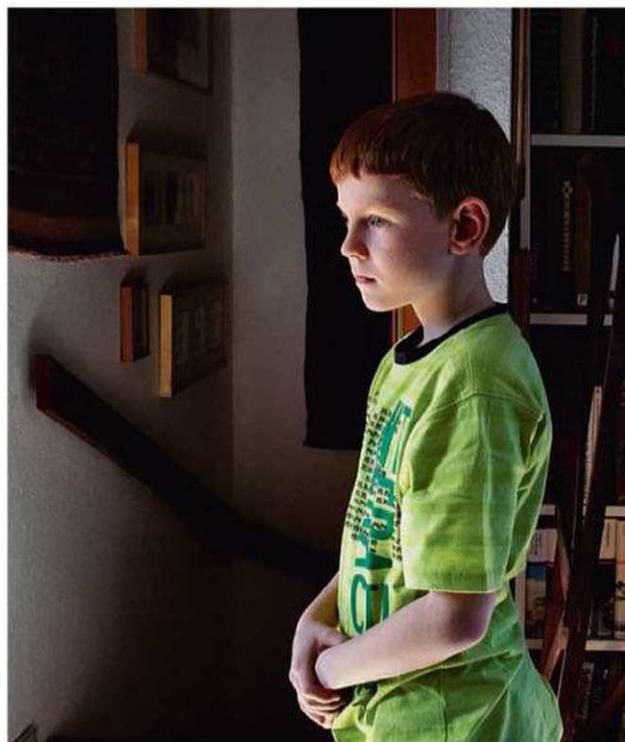
6 В полной мере оценить влияние хронической боли на головной мозг пока невозможно. Судя по некоторым данным, реактивность нервных клеток повышается, плотность серого вещества в определенных отделах мозга снижается, а в соматосенсорной коре происходит смещение зон, отвечающих за восприятие пораженных частей тела.

1 Кожные болевые рецепторы (ноцицепторы) можно разделить на две группы: воспринимающие тепловое и химическое раздражение или реагирующие на интенсивное механическое воздействие. От первых сигнал в виде электрического импульса передается в спинной мозг по нервным волокнам типа «С», от вторых — по волокнам типа «АВ». На травмированных участках тела ноцицепторы становятся более чувствительными к раздражению. После излечения порог их чувствительности, как правило, снова повышается.

3 Нейрон ШДД (широкого динамического диапазона) в спинном мозге принимает сигналы от нервных волокон типа «С» и передает их дальше в головной мозг после того, как они модулируются другими нервными клетками. Под влиянием хронической боли реактивность этого нейрона повышается, а порог его болевой чувствительности снижается. В таком случае даже прикосновение может причинять боль. Кроме того, сигналы от нервных волокон типа «АВ» могут перенаправиться отсюда по болевым проводящим путям.

2 Если нервные волокна типа «С» повреждены, они возбуждаются самопроизвольно, без воздействия извне. При этом в соответствующей части тела внезапно возникает тупая боль или жжение.





ЖИЗНЬ С БОЛЬЮ. Родители десятилетних Сэнди и Кэрол (слева) стараются как можно чаще гулять с близняшками, больными ревматизмом. Детям нужно разрабатывать суставы и укреплять мышцы. Благодаря отлично подобранной медикаментозной терапии девочки почти не чувствуют боли. Девятилетний Макс (в центре) страдает от хронической головной боли. В клинике научился подавлять головную боль с помощью аутотренинга. 68-летний Готфрид (справа) страдает от мигрени, обезболивающие ему не помогают. Резиновая повязка сжимает виски, снимая спазмы сосудов головного мозга

Настроение человека и его окружение также влияют на интенсивность восприятия боли. Чем хуже настроение, тем сильнее боль. И наоборот. Больше того: субъективные ожидания также влияют на выраженность боли. Мысль о том, что недомогание может затянуться, усугубляет страдания. А надежда на скорое выздоровление (даже обманчивая) облегчает боль.

Женщины переносят боль тяжелее, чем мужчины. Кроме этого, реакция на боль зависит и от особенностей культуры. Жители Северной Америки и Западной Европы, выросшие в индивидуалистическом обществе, реагируют на боль спокойнее, полагаясь на самих себя и на врачей. Жители азиатских и средиземноморских стран, где сильны семейные традиции, во время болезни рассчитывают на поддержку семьи и поэтому более открыто выражают свои страдания.

Все эти уровни восприятия скрываются и за загадочным эффектом плацебо, суть которого в том, что боль проходит после приема мнимого лекарства — таблетки-пустышки, которая содержит только сахар.

Как это работает? Ученые из университетской клиники Эппендорф в Гамбурге доказали, что благодаря плацебо в головной мозг поступает меньше болевых импульсов. Немецкие ученые уверены, что они нашли замкнутый механизм реакции на плацебо: высшие инстанции мозга в ожидании болеутоляющего эффекта посылают сигналы другим отделам; те, в свою очередь, действительно тормозят импульсы на уровне спинного мозга. В результате в высшие центры переработки информации в коре головного мозга поступает меньше болевых сигналов. И боль постепенно идет на убыль. То есть головной мозг сам регулирует интенсивность входящих болевых ощущений.



Что все это значит для врачей? А вот что: нельзя считать симулянтами людей, которым становится легче после приема плацебо. Потому что даже «настоящие» лекарства действуют частично благодаря «самообману». И его влияние можно усилить. Достаточно лишь объяснить пациенту его причину, обсудить с ним лечение и описать ожидаемый эффект от приема лекарств. Все гениальное просто.

III. ЛУЧШАЯ ТЕРАПИЯ – НАСТУПЛЕНИЕ

Если боль становится привычной, человек может попасть в заколдованный круг. Его поступками начинает руководить страх. Например, многие люди, страдающие болями в пояснице, подсознательно избегают некоторых движений. Хуже того: иногда одна мысль об определенных движениях вызывает у них дискомфорт. Из-за этого они уходят от активной жизни. В результате их физическая форма ухудшается, болезнь прогрессирует и люди теряют всякую надежду на выздоровление.

Когда ситуация развивается по спирали, одной таблеткой уже не помочь. В таких случаях сторонники классической медицины ограничиваются назначением болеутоляющих. И тем самым, с точки зрения современных экспертов по боли, допускают ошибку. Потому что уже давно известно, что победить боль можно толь-

ко благодаря комбинированному подходу – наступлению по всем фронтам.

Первый этап в этом комбинированном подходе – медикаментозная терапия, которая позволяет пациенту совершать движения, прежде причинявшие боль. Второй шаг – лечебная гимнастика, восстанавливающая физическую форму и подвижность. И, наконец, разные методы релаксации, снимающие мышечное напряжение и чрезмерную нагрузку с болевых рецепторов. Одновременно с этим важна психологическая помощь: к пациенту должна вернуться уверенность в том, что он может справиться с проблемами. По оценкам экспертов, такая комбинированная стратегия помогает каждому двум из трех пациентов, страдающих от хронических болей. Это эффективнее любых таблеток.

IV. ПОМОГИ СЕБЕ САМ

Постельный режим, уколы, таблетки – все это допотопные методы лечения. Современные врачи советуют пациентам: больше движения! Постельный режим – яд.

Только вот незадача: людям, страдающим от хронических болей, не так-то просто начать подвижный образ жизни. Когда болит спина, двигаться приходится через силу. И чем дольше страдает пациент от болей, тем прочнее закрепля-



НА СЕАНСЕ «Десенсибилизации и переработки за счет движений глаз» пациент следит за движениями пальцев психотерапевта. Этот метод позволяет запустить психические процессы самоисцеления (слева). Зеркало помогает убедить мозг в том, что ампутированная нога находится на своем месте. В результате зона мозга, отвечающая за восприятие этой ноги, снова активизируется, снимая нагрузку с соседних зон, и «фантомная боль» проходит (в центре). Самостоятельность — первый шаг к исцелению: пациенту нужно меньше анальгетиков, когда он может сам контролировать их подачу (справа)

ется в его сознании мысль о том, что от физических нагрузок станет еще хуже. Но в том-то и дело, что активный образ жизни предполагает не просто занятия спортом, но и решимость стать хозяином своей жизни, без страха браться за проблемы и справляться с трудностями. Все эти качества, по утверждению ученых, положительно влияют на «болевою матрицу».

V. ОТ БОЛИ МОЖНО ОТВЫКНУТЬ

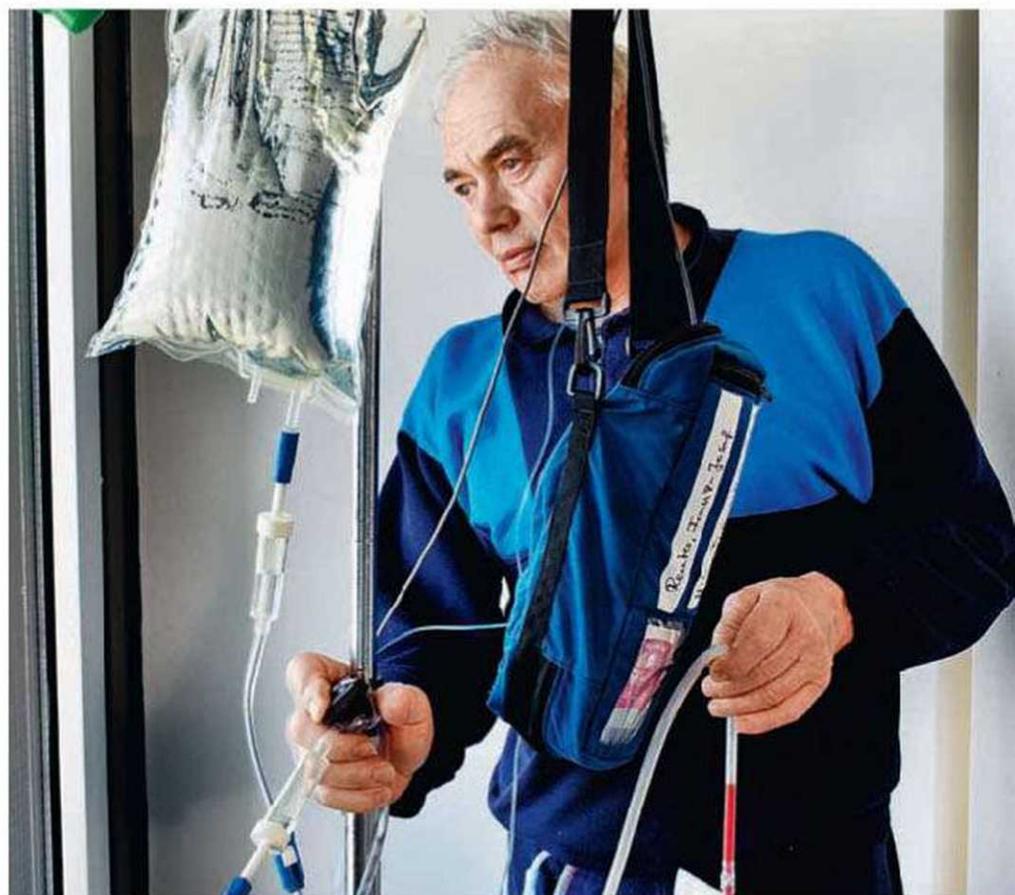
Человеческий мозг обладает удивительной способностью меняться — даже в пожилом возрасте. В этой «нейропластичности» кроется надежда для тех, кто страдает от болевого синдрома. Потому что изменения, вызываемые в нервной системе хроническими болезнями, не вечны. И «болевою память» можно стереть.

Ученые доказали это на примере людей, страдающих от так называемых «фантомных болей» — ощущения ломоты и рези

в ампутированной конечности. На такие боли жалуются почти 80 процентов людей, потерявших руку или ногу.

Как выяснилось, после ампутации конечности у человека происходит реорганизация так называемой соматосенсорной коры головного мозга — своеобразной «географической карты» организма, каждая зона которой отображает определенную часть тела. Сюда стекаются сигналы от кожных рецепторов и суставов, здесь собираются импульсы от прикосновений, давления, теплового воздействия. Вместе все это дает «ощущение» руки или ноги.

После ампутации конечности (например, руки) головной мозг перестает получать сигналы оттуда. Отдел соматосенсорной коры, отвечающий за восприятие ампутированной руки, остается без дела и перестраивается на прием сигналов из соседней зоны чувствительности (например, от лица). В этом случае при прикос-



новении к щеке нервный сигнал поступает заодно и в отдел, отвечающий за руку. Поэтому человеку кажется, что он ощущает ампутированную конечность.

Как остановить поступление сигналов в «безработные» отделы соматосенсорной коры? Как известно, зоны головного мозга, испытывающие сильную нагрузку, увеличиваются. Это свойство мозга и решили использовать ученые из Гейдельбергского университета. Они прикрепили электроды к культe ампутированной руки испытуемых — в месте обрыва нерва, отвечавшего за эту конечность. Две недели испытуемые учились различать частоту и место электрических импульсов. Когда в их головной мозг вновь начали поступать импульсы от несуществующей руки, «карту тела» в сенсомоторной коре удалось откорректировать. И фантомные боли исчезли.

То, что изменения, происходящие в нервной системе под влиянием боли, обратимы, подтверждают и результаты исследований, проведенных в Гамбургском университете. Там установили, что у пациентов с хроническим болевым синдромом наблюдается снижение плотности серого вещества в коре передней поясной извилины, островковой доле и лобноглазничной коре. Все эти зоны участвуют в процессе торможения болевого сигнала.

Причем изменения всегда происходят по одной схеме, вне зависимости от локализации боли (в голове, спине, животе или тазобедренной области) и ее причины.

При магнитно-резонансной томографии мозга пациентов, которые страдали от боли из-за повреждения тазобедренного сустава и избавились от мучений после имплантации протеза, выяснилось, что у них восстановилась плотность серого вещества в трех этих отделах мозга. То есть мозг способен стереть болевую память. Осталось выяснить, как это происходит и каким образом это свойство можно использовать в лечебных целях.

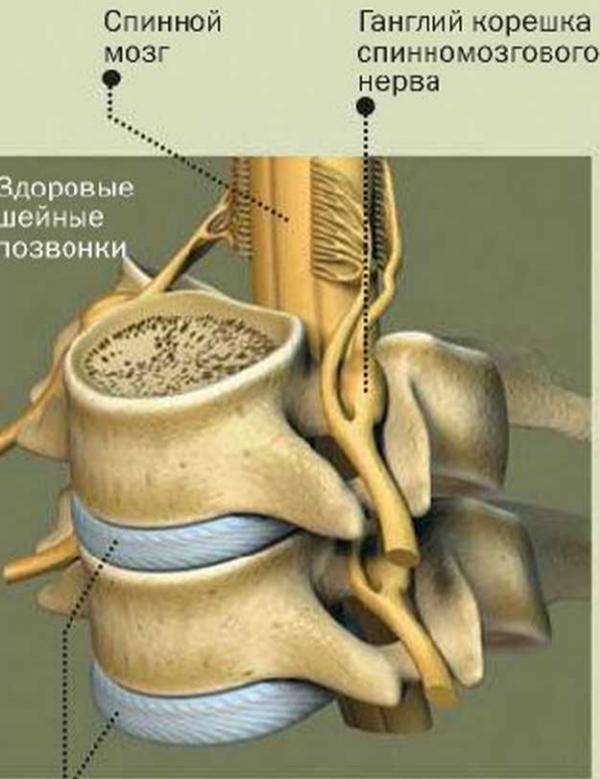
VI. ПОЛНОЕ ИСЦЕЛЕНИЕ — РЕДКОСТЬ

Следы от пережитой боли чаще всего сохраняются в памяти. Поэтому современные методы лечения боли делают ставку не на полное устранение симптомов, а на повышение качества жизни пациента. Иначе говоря, лишь немногим счастливицам удастся полностью изгнать боль из своей жизни.

Остальным остается следовать совету Фридриха Ницше: «Я дал своей боли имя и зову ее «собакой» — она такая же верная, такая же назойливая и бесцеремонная, такая же занятная и умная, как любая другая собака. И я могу прикрикнуть на нее и выместить свое дурное настроение». ■

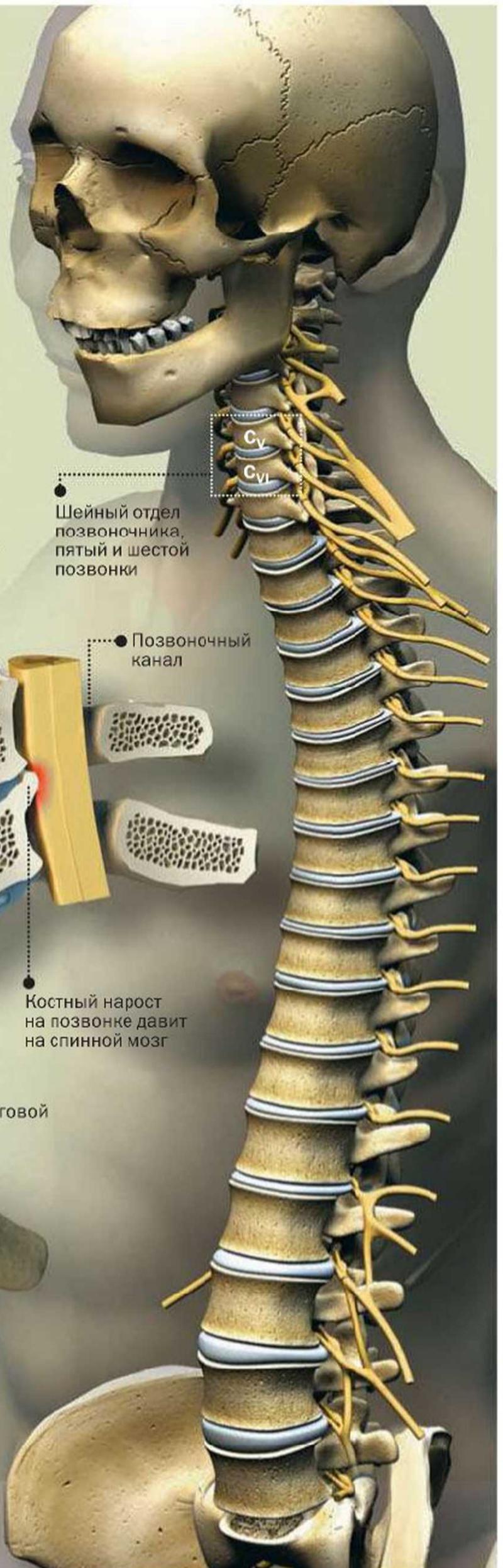
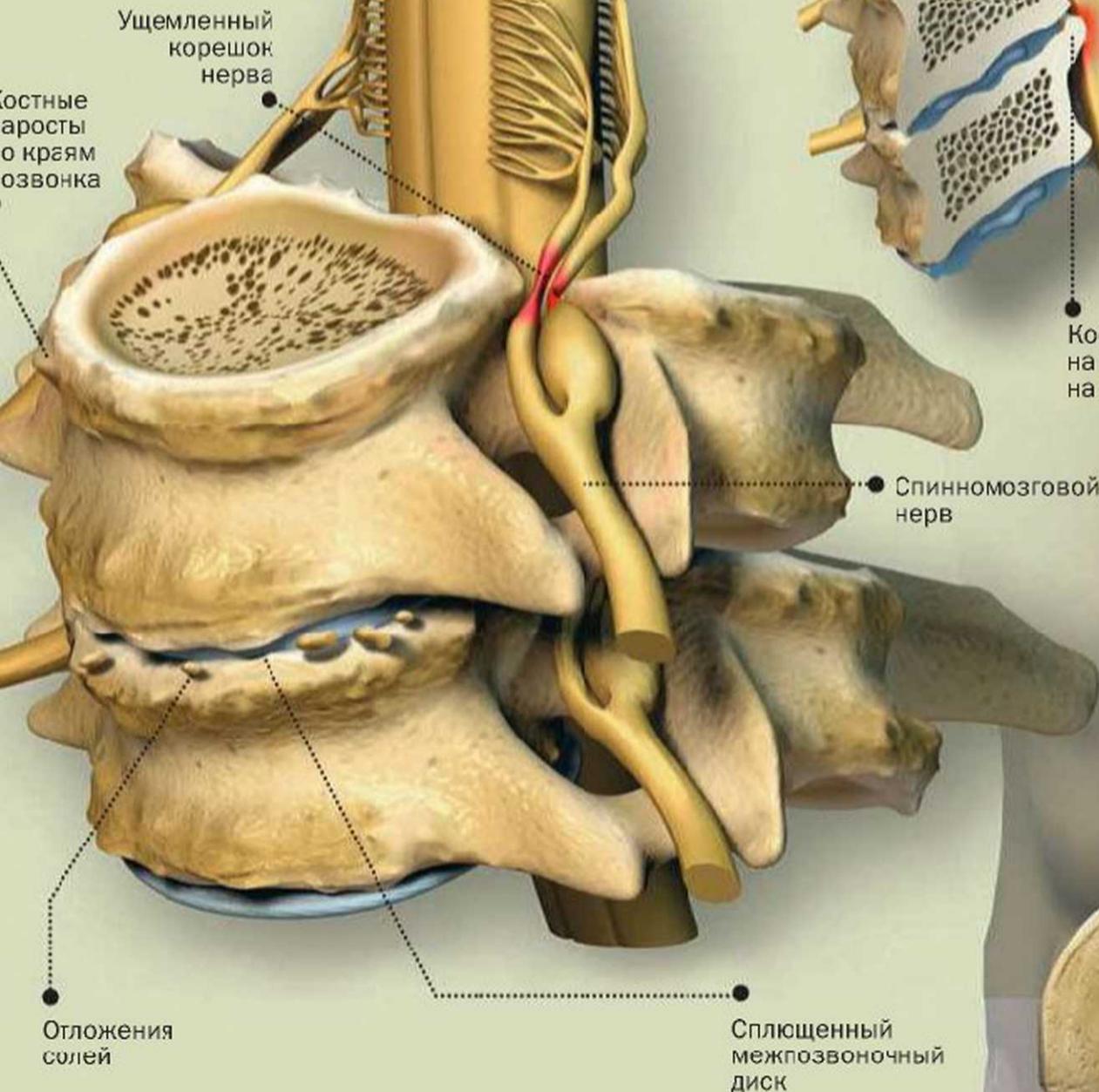
ШЕЙНЫЙ ОТДЕЛ ПОЗВОНОЧНИКА

При шейно-плечевом синдроме боль преследует человека даже во сне, распространяясь от затылка вниз по плечам и достигая кистей рук. Зачастую это вызвано тем, что межпозвоночные диски сплющиваются и перестают выполнять функцию амортизаторов. Из-за этого позвонки подвергаются чрезмерной нагрузке, и, как следствие, на них нарастает дополнительная костная ткань. В результате по краям позвонков образуются костные наросты в виде шишек и шипов, которые ограничивают подвижность шеи и оказывают давление на спинномозговые нервы и спинной мозг. Рекомендуемые профилактические меры: расслабление и тренировка мышц.



Межпозвоночные диски

Дегенеративные изменения шейных позвонков:



Костный нарост на позвонке давит на спинной мозг

КОГДА БОЛИТ ПОЗВОНОЧНИК

Четыре главные зоны риска: шея, поясница, таз, колени

ШЕЯ В ТИСКАХ БЛОКАДЫ

С жалобами на боль в шейном отделе позвоночника хотя бы раз в жизни к врачам обращается чуть ли не каждый второй житель развитых стран Запада. У каждого десятого боли настолько сильны, что мешают двигаться. За болезненными ощущениями скрываются процессы, которые грозят нарушить координацию всего тела. Потому что именно тут проходят нервы, связывающие головной мозг с сотнями мышц, которые приводят наше тело в движение.

Сам спинной мозг надежно спрятан внутри позвоночника. А вот нервные волокна, которые из него выходят в шейном отделе, практически беззащитны, несмотря на ответственную миссию — управлять всей верхней частью тела. Совсем рядом — артерии, питающие кровью мозг. Анатомические дефекты и даже резкие движения шеи могут мгновенно вызвать ущемление нервов и артерий. И боль в шее запросто может указывать на близкий паралич.

«В России заболевания шейного отдела позвоночника обусловлены прежде всего малоподвижным образом жизни, — говорит Алексей Карлов, невролог, доктор медицинских наук, профессор кафедры нервных болезней педиатрического факультета Российского государственного медицинского университета. — У нас нет доступных спортивных секций, стадионов и бассейнов. И это очень плохо».

МЫШЕЧНЫЕ СПАЗМЫ

У женщин боли в шее возникают чаще, чем у мужчин, и начинаются в более раннем возрасте. Дело в том, что многие «женские» профессии требуют длительного пребывания в неестественной позе — за столом, компьютером, швейной машинкой. Результат — спазм трапециевидных мышц, связывающих затылок, позвонки, ключицы и лопатки. Из-за спазма возникают боли в шее, отдающие в руки, голову и грудь.

Если боли в шее вызвало защемление корешков спинномозговых нервов, то речь идет уже о «шейно-плечевом синдроме». Он может развиваться из-за выпячивания фиброзного кольца межпозвоночного диска (см. иллюстрацию и объяснение на странице слева) или из-за образования костных шипов на краях крючковидных отростков шейных позвонков.

При сдавливании позвоночных артерий или спинномозгового канала возможны приступы сильной головной боли, похожей на мигрень. Кружится голова, шумит в ушах — вот далеко не полный список симптомов. Однако все они могут сойти на нет от удачно-

го поворота головы, а при настоящей мигрени от них так просто не избавиться.

НИКАКОГО НАСИЛИЯ

Лечить боль в шее начинают с прогревания и таблеток. Это позволяет на время успокоить раздраженные нервы, снять мышечное напряжение и разгрузить пострадавшие позвонки. Чтобы снизить нагрузку, позвоночник растягивают при помощи специального тренажера — «петли Глиссона». Если боль острая, массаж только навредит. Даже когда она отпустит, стоит обойтись мягким массажем мышц. И никаких грубых манипуляций в стиле «костоправов»! А вот иглоукалывание — хорошее средство от боли.

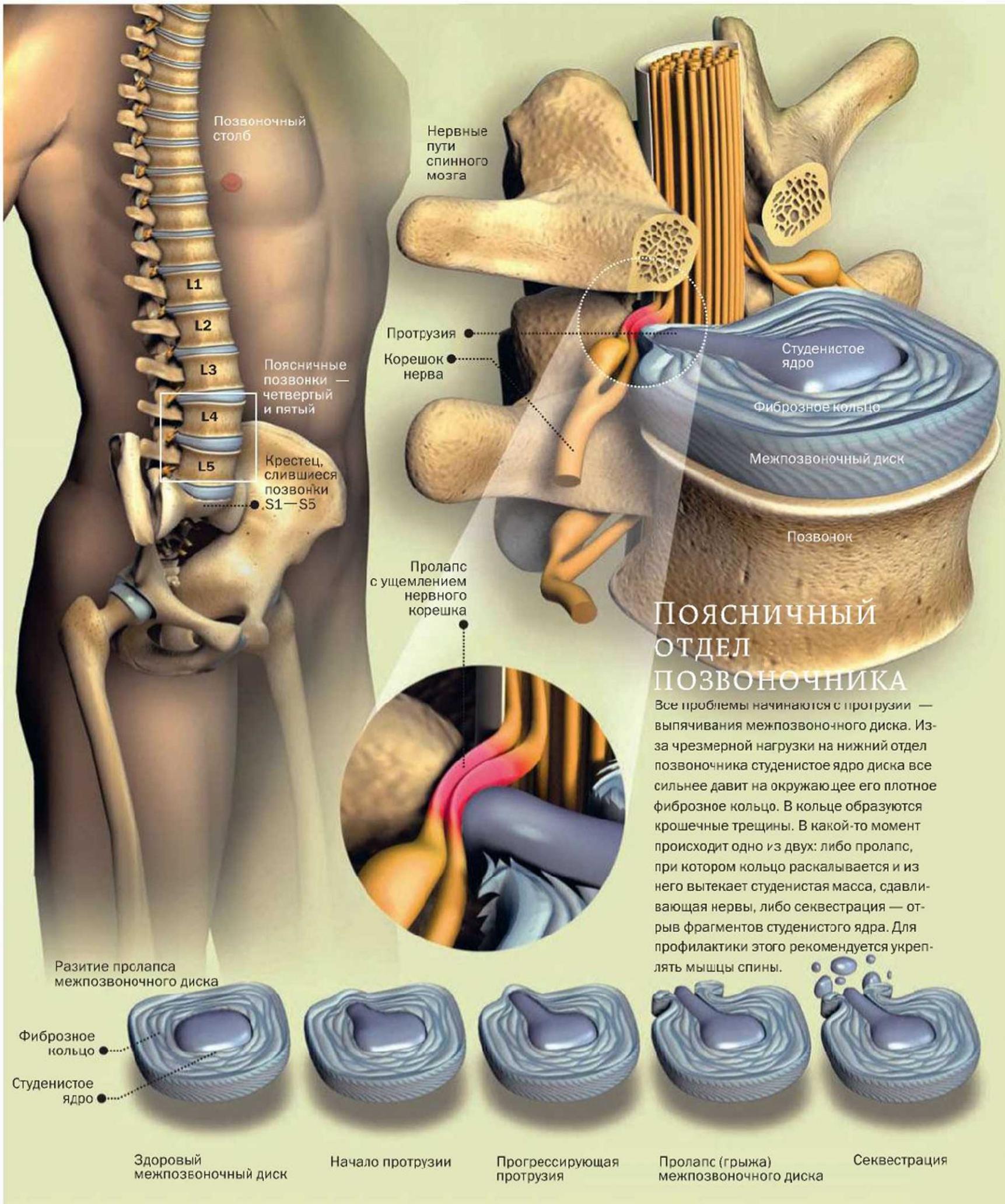
ОПЕРАЦИЯ КАК КРАЙНЯЯ МЕРА

При острых болях в шейно-плечевой зоне обычно помогают местные инъекции анестетиков и физраствора со стероидами. Анестетики успокаивают раздраженные нервные корешки, а стероиды снимают воспаление.

Медики неохотно назначают операции на шейных позвонках — риск, что пациента с операционного стола увезут в морг, достаточно велик. Но иногда при травмах шеи в результате несчастного случая без операции не обойтись. Типичный пример — так называемое «хлыстовое» повреждение шеи из-за резкого откидывания головы в момент столкновения при автомобильных авариях. Операции также безусловно показаны при неустраняемых болях, симптомах паралича на фоне грыжи межпозвоночного диска и угрозе поражения спинного мозга. В этих случаях велик риск повредить жизненно важные нервные каналы. Чтобы уменьшить давление на спинной канал, в ходе операции с позвонков удаляют артрозные костные наросты или скрепляют позвонки между собой для их стабилизации. В качестве крепежных штифтов используются костные трансплантаты, заменяющие поврежденные межпозвоночные диски. Но к хирургу стоит отправляться не раньше, чем все остальные врачи окажутся бессильны.

ПЛАВАНИЕ И ОТДЫХ

Сохранить шею здоровой просто: нужно укреплять шейные мышцы, регулярно плавать на спине, делать перерывы во время работы за письменным столом, спать на спине, отказавшись от высокой подушки, носить зимой шарф. И, конечно, держать правильную осанку. ■



Позвоночный столб

L1

L2

L3

L4

L5

Поясничные позвонки — четвертый и пятый

Крестец, слившиеся позвонки S1—S5

Нервные пути спинного мозга

Протрузия

Корешок нерва

Пролапс с ущемлением нервного корешка

Студенистое ядро

Фиброзное кольцо

Межпозвоночный диск

Позвонок

ПОЯСНИЧНЫЙ ОТДЕЛ ПОЗВОНОЧНИКА

Все проблемы начинаются с протрузии — выпячивания межпозвоночного диска. Из-за чрезмерной нагрузки на нижний отдел позвоночника студенистое ядро диска все сильнее давит на окружающее его плотное фиброзное кольцо. В кольце образуются крошечные трещины. В какой-то момент происходит одно из двух: либо пролапс, при котором кольцо раскалывается и из него вытекает студенистая масса, сдавливающая нервы, либо секвестрация — отрыв фрагментов студенистого ядра. Для профилактики этого рекомендуется укреплять мышцы спины.

Развитие пролапса межпозвоночного диска

Фиброзное кольцо

Студенистое ядро

Здоровый межпозвоночный диск

Начало протрузии

Прогрессирующая протрузия

Пролапс (грыжа) межпозвоночного диска

Секвестрация

РАСПЛАТА ЗА ПРЯМОХОЖДЕНИЕ

От болей в пояснице страдают 30–40 процентов взрослых. Большинству медики ставят один и тот же диагноз — остеохондроз поясничного отдела позвоночника. Результаты исследований, проведенных в Великобритании, свидетельствуют: чаще всего на боли в спине и пояснице, которые сковывают движения, жалуются люди активного возраста. Из-за этого каждый год англичане проводят на больничном 100 миллионов дней.

В России статистики этого заболевания нет. Но, как признает доктор медицинских наук невролог Алексей Карлов, «если взять сто россиян наугад и сделать им магнитно-резонансную томографию, то протрузия межпозвоночных дисков обнаружится у всех».

Поясничные позвонки лежат в самом основании позвоночного столба и поэтому подвергаются сильному давлению сверху. «Амортизаторами» служат межпозвоночные диски: они обеспечивают позвоночнику гибкость, прочность и устойчивость. Однако из-за того, что человек — животное прямоходящее, нижний отдел позвоночника испытывает экстремальные нагрузки: вся масса туловища давит на площадь в считанные квадратные сантиметры.

Во время сна межпозвоночные диски отдыхают от дневной нагрузки и «раздвигают» позвонки. Поэтому в юности рост человека к утру увеличивается на один-два сантиметра. Но в более солидном возрасте эти эластичные прокладки не успевают восстановиться полностью.

ПРЕЖДЕВРЕМЕННЫЙ ИЗНОС

Межпозвоночные диски быстро изнашиваются. У маленьких детей их снабжают питательными веществами кровеносные сосуды. Но вот ребенок встает на ноги — и эти сосуды атрофируются под давлением позвонков. Теперь подпитка идет только за счет осмоса — всасывания питательных веществ через пластинки близлежащих позвонков (продукты переработки этих веществ будут выброшены в окружающие ткани). Из-за такой «перестройки» питание и состояние тканей межпозвоночных дисков заметно ухудшаются. Кроме этого, они теряют влагу. Если у младенца межпозвоночные диски состоят из воды на 90 процентов, то у восьмилетнего ребенка — только на 75.

Уже к 30 годам межпозвоночные диски постепенно сморщиваются и усыхают. Страдают обе их главные «детали» (см. иллюстрацию): и студенистое ядро, центр позвоночного диска, и фиброзное кольцо, которое не дает ядру вытечь. В зрелости это кольцо становится хрупким и может растрескаться. А через трещины наружу выпячиваются части студенистого ядра, которые давят на окружающие нервы.

ОПАСНАЯ ТЕСНОТА

Самое неприятное, что может произойти, — это выдавливание студенистого ядра за пределы фиброзного кольца. При грыже «выпячивание» сохраняет хоть какую-то связь с основной массой ядра, а при секвестрации отрывается от него и остается лежать сбоку от позвонков или в позвоночном канале.

Боль возникает оттого, что поверхности межпозвоночных фасеточных суставов трутся друг о друга и задевают нервы (либо ткани, где спрятаны нервные окончания). Это называют «фасеточным синдромом», и часто он спутывает все карты диагностам. Болит вовсе не там, где случился сбой в организме. Нервы, пережатые на крохотном участке, ведут к самым разным частям тела, и боль может распространиться в мышцы, кожные покровы, поясницу, ноги, тазобедренную область и колени. Поэтому и рентген мало проясняет картину. Во-первых, непонятно, что именно снимать рентгенологу. Во-вторых, пораженный участок слишком мал, чтобы его можно было разглядеть на снимке. Наконец, многие люди вообще не испытывают никаких ощущений при грыже межпозвоночного диска.

Поэтому такие симптомы часто лечат методом проб и ошибок. Укол новокаина или кортизона снимет острую боль. А устранить ее причину помогут стабилизирующий корсет и лечебная гимнастика.

Полвека назад хирурги удаляли пораженный межпозвоночный диск, чтобы на его месте образовался рубец. Сейчас предпочитают лапароскопические операции: внутрь тела через небольшой разрез вводится узкая телескопическая трубка с источником света и крошечной видеокамерой. Через нее к пораженному диску подводят микроскопические хирургические инструменты, чтобы удалить одно только грыжевое выпячивание, не изымая диск целиком.

РЕГУЛЯРНАЯ ТРЕНИРОВКА МЫШЦ

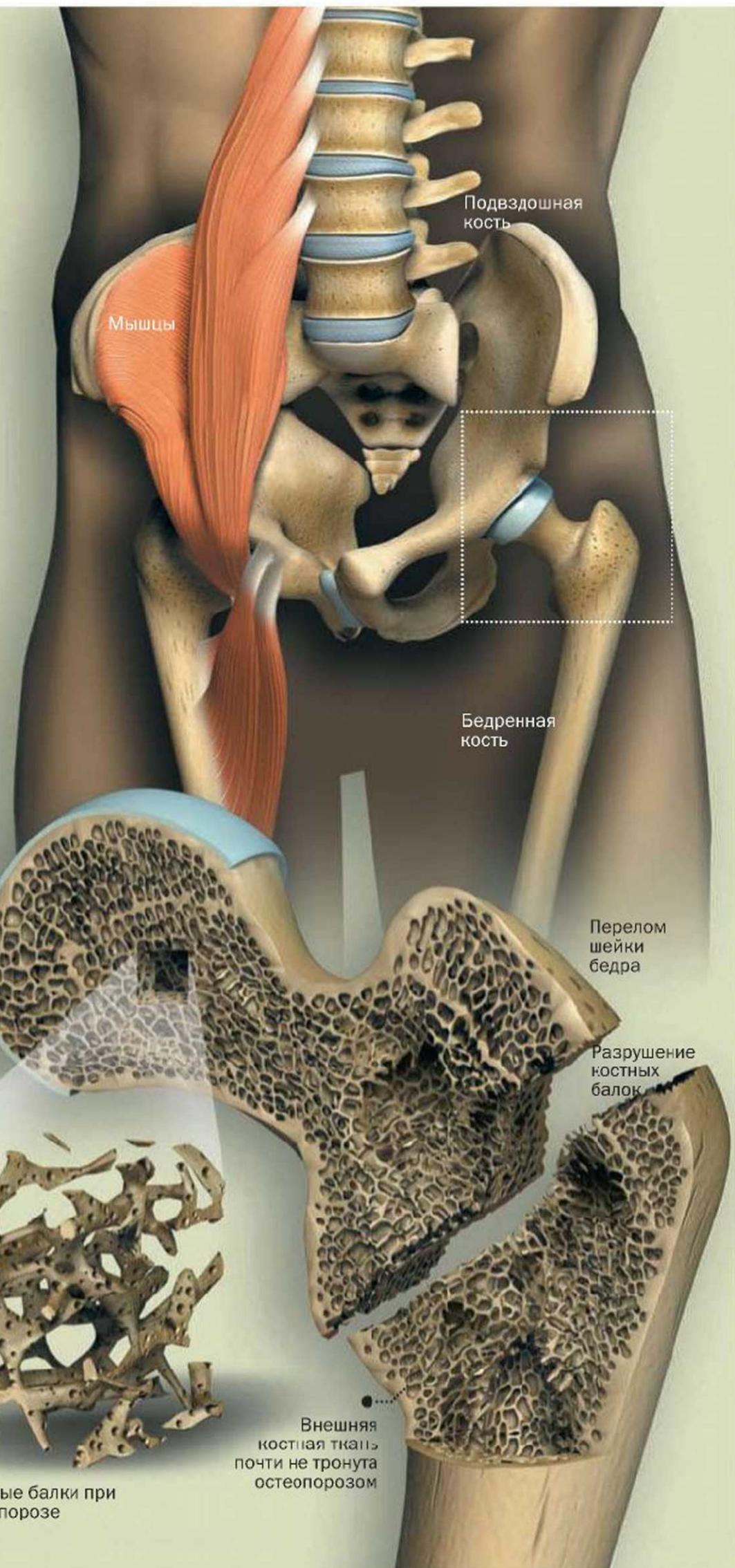
При лечении болей в спине врачи склоняются к безоперационным методам. Как показывает практика, острую боль нужно пресекать сразу, а не терпеть. Только так можно максимально быстро вернуть больному свободу движений. Чтобы питание межпозвоночных дисков улучшилось, врачи рекомендуют заниматься лечебной гимнастикой, а также укреплять мышцы.

РАБОТА БЕЗ ВРЕДА

Бассейн, занятия спортом и правильное питание предотвращают деформацию межпозвоночных дисков. Также полезно больше пить. Но самое главное — правильная осанка на рабочем месте, где мы проводим большую часть времени. ■

ТАЗОБЕДРЕННЫЙ СУСТАВ

Остеопороз, или истончение костей в пожилом возрасте, влечет за собой ослабление всего опорно-двигательного аппарата. Конкретная причина снижения концентрации минеральных солей в костях и разрыхления костной структуры пока не совсем ясна. Особенно активно процесс истончения костной ткани может протекать у женщин в первые пять лет после наступления менопаузы. Для предотвращения болезненного искривления позвоночника (развития так называемого «вдовьего горба») и переломов тазобедренных костей специалисты рекомендуют заниматься спортом и побольше двигаться



Внутренняя костная ткань

Подвздошная кость

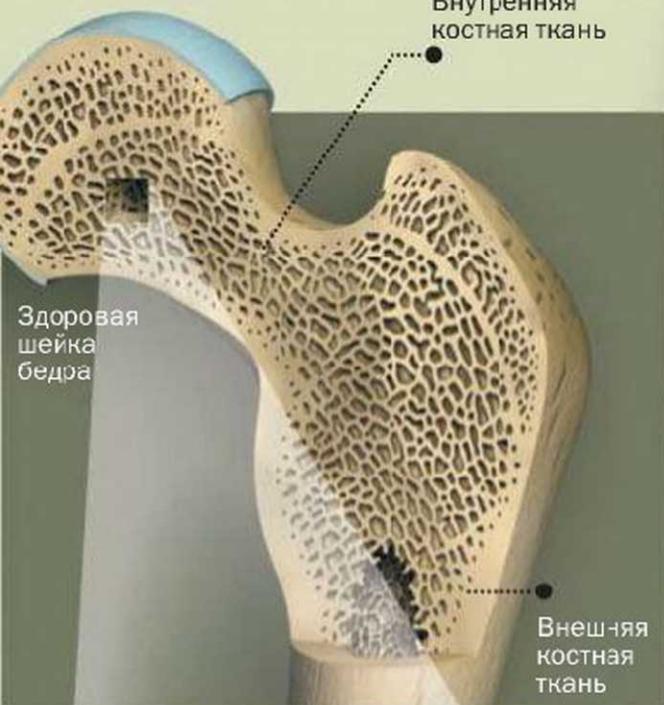
Мышцы

Бедренная кость

Перелом шейки бедра

Разрушение костных балок

Внешняя костная ткань почти не тронута остеопорозом



Неповрежденные костные балки



Костные балки при остеопорозе

ОСТЕОПОРОЗ

При остеопорозе костная ткань рассасывается быстрее, чем образуются новые костные клетки. Но поскольку процесс истончения костей протекает без симптомов, человек замечает эти изменения только тогда, когда даже при самых незначительных ударах или нагрузках у него начинают ломаться кости (чаще всего — шейка бедра). По статистике, из-за переломов женщины старше 45 лет проводят в больницах больше времени, чем из-за инфарктов или рака. Впрочем, остеопорозу подвержен и каждый восьмой мужчина.

В России, по данным НИИ ревматологии РАМН, остеопорозом страдают около 14 миллионов человек: болезнь поражает каждую третью женщину и каждого пятого мужчину старше 50 лет. Для 52 процентов из них последствия остеопороза смертельны.

Самые крепкие кости и самые мощные мышцы сосредоточены в тазовом поясе — там, где позвоночник сочленяется с нижними конечностями. Это прочная опора всего скелета. Но именно здесь первыми заявляют о себе возрастные изменения костной ткани. Поясничные позвонки, шейка бедра и гребни подвздошных костей (это те выступы, которые прощупываются по бокам нижней части туловища) страдают от ее разрушения раньше прочих.

У каждой нашей кости есть внешний каркас из плотного костного вещества, снаружи покрытый твердой и гладкой надкостницей. Под ним расположена «губка», заполненная костным мозгом — красным или желтым. Основу «губки» составляют, в свою очередь, костные клетки, соли кальция и коллагеновые волокна. По этой «арматуре» и бьет остеопороз.

СКЕЛЕТНЫЙ ДОЛГОСТРОЙ

Костная ткань обновляется в течение всей жизни. В ней постоянно идет процесс отмирания старых и образования новых клеток. Строительством костей занимаются клетки остеобласты. Выделяя межклеточное вещество, они как бы «замуровываются» в нем и превращаются в остециты — клетки костной ткани. Пока одни клетки строят костную ткань, другие — остеокласты — ее разрушают.

В молодости новая костная ткань образуется быстрее, чем разрушается старая, поэтому вес наших костей неуклонно растет. А после 35 лет начинает сокращаться — примерно на полтора процента в год. Этот процесс регулируют гормоны. Стоит упасть уровню кальция в крови — и парашитовидные железы начинают вырабатывать особый гормон — паратирин. Под его воздействием остеокласты начинают выводить кальций из костей в кровь, в результате чего происходит распад костной ткани. Параллельно паратирин стимулирует усиленное всасывание кальция в кишечнике.

Активность остеокластов подавляет другой гормон — кальцитонин, который вырабатывает щитовидная железа. По-своему влияют на кости и половые гормоны — эстрогены у женщин и тестостерон у мужчин. По мере старения гормонов становится все меньше и как результат костная ткань становится все более хрупкой и ломкой. Ее «арматура» разрушается. Кости буквально крошатся изнутри.

ГОРМОНЫ ВНЕ ИГРЫ

Поставить диагноз «остеопороз» врач может и на ранних стадиях, когда до первого перелома еще далеко. Денситометрия (особая разновидность рентгена — чуть более длительная и дорогая) позволяет «взвесить» разные детали скелета. В первую очередь — бедренные кости и поясничные позвонки. Если те окажутся слишком легкими, можно сделать вывод о дефиците кальция. Когда кальция в ваших костях на 20 процентов меньше, чем у здорового 30-летнего, то, по критериям Всемирной организации здравоохранения, вы больны. ВОЗ подсчитала: остеопорозом с болевым синдромом страдает около 200 миллионов человек во всем мире.

От остеопороза медики предпочитают лечить таблетками: это кальций и витамин D, а также кальцитонин и фторид натрия. Раньше для профилактики остеопороза женщинам в климактерический период зачастую назначали гормональные препараты, чтобы восполнить дефицит эстрогенов. Однако теперь есть основания подозревать, что из-за приема эстрогенов повышается риск развития рака груди. Поэтому в качестве заменителя эстрогена многие врачи прописывают своим пациентам бифосфонаты. Стволовые клетки, на которые возлагает большие надежды современная медицина, еще не стали лекарством от остеопороза, но эксперименты с ними уже ставят.

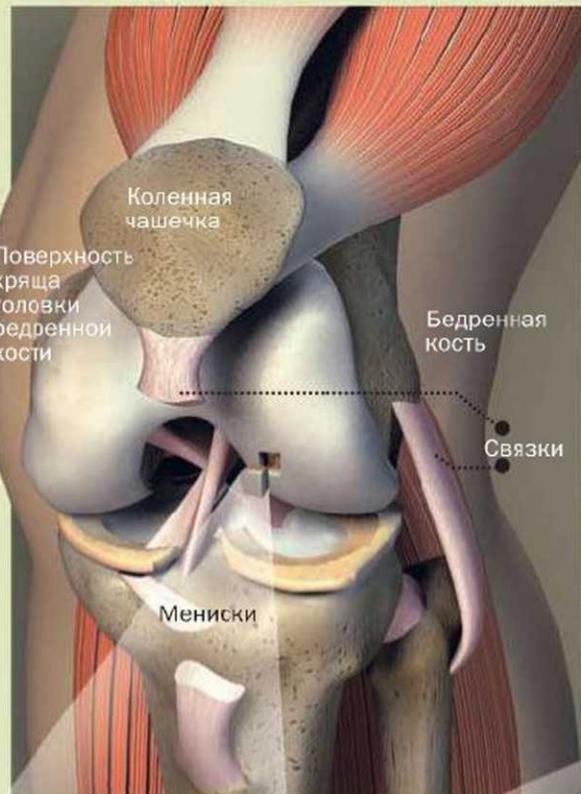
ПОДЪЕМ ПО ЛЕСТНИЦЕ И ТАНЦЫ

Предотвратить остеопороз помогают старые проверенные методы: солнечные ванны и прогулки на свежем воздухе стимулируют выработку витамина D в организме. Для укрепления костей необходимы силовые тренировки и богатые кальцием продукты — творог, сыр, апельсины, орехи, минеральная вода. Врачи рекомендуют отказаться от лифта и ходить по лестнице, а также танцевать.

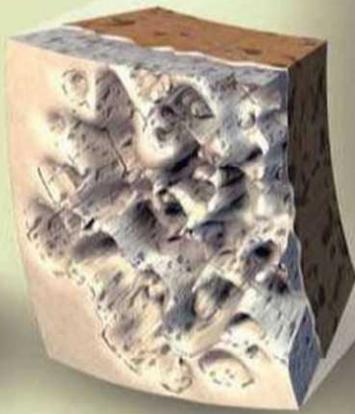
«На распространенность заболеваемости влияет и курение, — говорит Михаил Мельцтер, врач-ревматолог из 52-й государственной клинической больницы в Москве. — Никотин, содержащийся в сигаретном дыме, способствует вымыванию кальция из костей и выведению его с мочой». ■

КОЛЕННЫЙ СУСТАВ

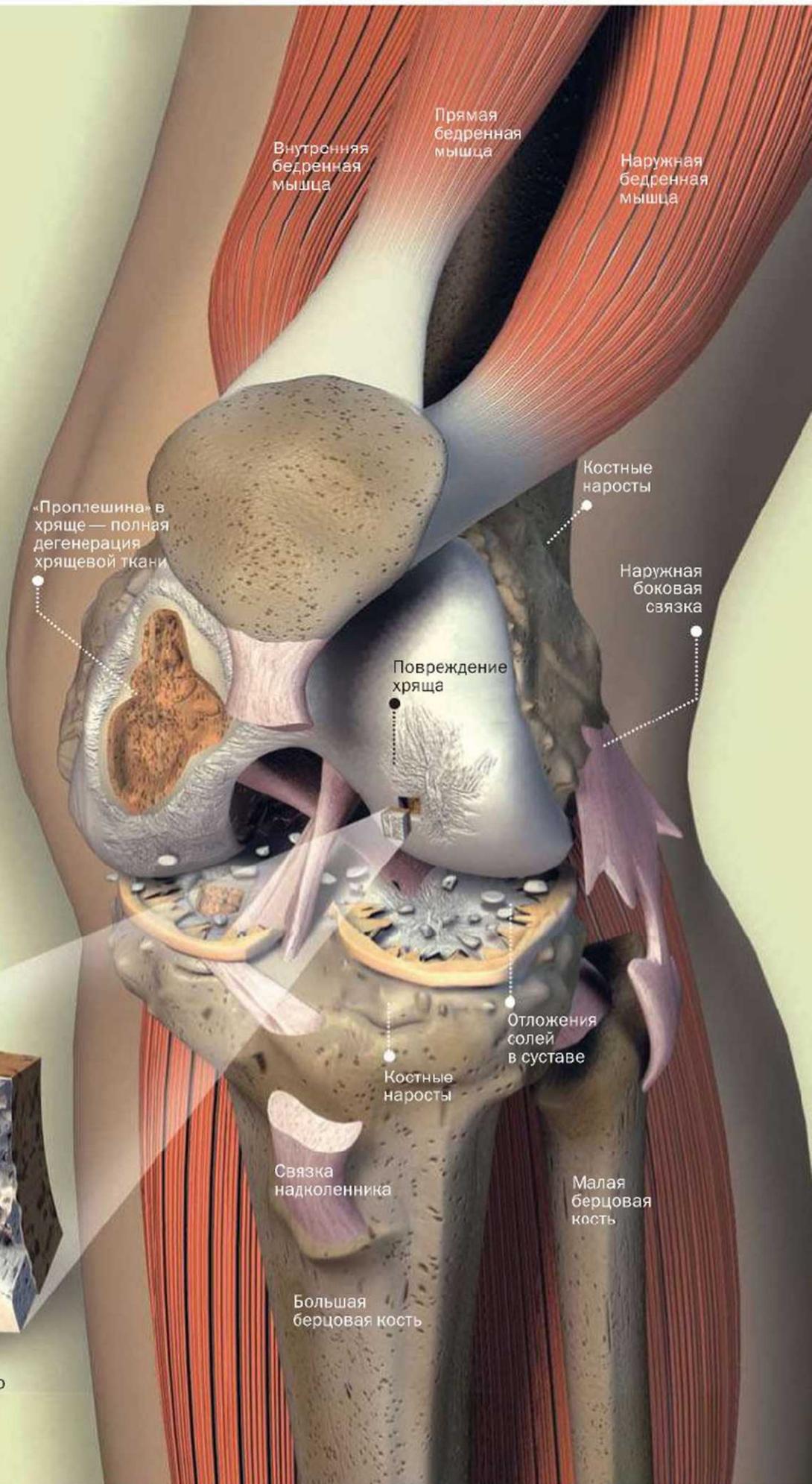
Деформирующий артроз чаще всего поражает коленный сустав. Из-за многолетних экстремальных нагрузок суставной хрящ истончается, твердеет, теряет эластичность и амортизирующие свойства. Он уже не может обеспечить скольжение сочленяющихся поверхностей суставных костей, поэтому они подвергаются сильной деформации. В результате сустав может вообще потерять подвижность. Серьезным фактором риска считается ожирение. Поэтому медики советуют избавляться от избыточного веса.



Поверхность здорового хряща



Поверхность деформированного хряща



«Проплешина» в хряще — полная дегенерация хрящевой ткани

ГЛАВНЫЙ ШАРНИР

Коленный сустав — самый крупный в человеческом организме. Ему достались сложная конструкция и нештучные нагрузки: как-никак он принимает на себя большую часть веса тела. Вот почему суставу необходима двойная, а то и тройная защита. Надколенник, связки, сухожилия и мениски (см. иллюстрацию) — все они мешают суставным костям сместиться вбок и обеспечивают устойчивость при ходьбе. Когда вы карабкаетесь вверх или бежите, трение между костями коленного сустава смягчают жировые подушки, внутрисуставная жидкость и хрящ. Благодаря этому колено работает как хорошо смазанный шарнир. И все равно такая многоуровневая защита не идеальна. В 15 из 100 случаев, когда к врачу приходят с жалобой на боль в костях, мышцах или суставах, болит именно колено.

ИСТОНЧЕНИЕ ХРЯЩЕВОЙ ТКАНИ

Если вы не футболист и никто не стрелял вам в ногу, то сдавать позиции ваш коленный сустав начнет лишь после 40 лет. Хрящ — это, грубо говоря, плотное «желе» из эластичных волокон с добавкой воды. У 40-летних он больше не может вбирать в себя достаточно влаги и потому теряет эластичность. Слой хряща на концах суставных костей становится тоньше, твердеет и с ролью подушки-амортизатора справляется все хуже. Со временем такой жесткой «подушке» становится все сложнее всасывать питательные вещества и выбрасывать шлаки. Хрящ как губка впитывает то, что его окружает. А окружает его синовиальная жидкость, «смазка» сустава, — и выцеживать питательные вещества приходится из нее. При синовите (воспалении синовиальной оболочки), который дает о себе знать сильной болью, «смазка» портится. Колено опухает и перестает гнуться. А артрит, то есть воспаление сустава, ведет к артрозу — деформации поверхностей самих костей.

ЗАГАДОЧНЫЙ АРТРОЗ

На вопрос, откуда берется артроз, готового ответа у врачей нет. Где он зарождается: в костной или хрящевой ткани? Что служит пусковым механизмом заболевания: перепроизводство ферментов или гиперактивность иммунной системы? Что именно является катализатором процесса возрастной деформации суставов? Какую роль при этом играет неравномерное распределение нагрузки и сверхнагрузки на сустав вследствие смещения таза, профессиональной деятельности, занятий спортом или ослабления мышц ног? Большинство специалистов считают причиной хронической перегрузки и преждевременного износа коленных суставов избыточный вес и тяжелый фи-

зический труд. Другие говорят про наследственность. Конечно, без генов тут не обходится. Но это не означает, что человек с генетической предрасположенностью к артрозу непременно заболеет этим недугом. Ясно одно: в процессе развития артроза больше всего страдает хрящевая ткань. Хотя в этот процесс вовлечены и другие структуры — мышцы, кости, мениски, связки, сухожилия, жировые подушки и синовиальная сумка.

Как ни странно, толщина хряща в суставе ничего не говорит про тяжесть заболевания. Долгое время при оценке артроза врачи рассуждали так: чем меньше зазор между суставными костями, тем серьезней проблема. Дело в том, что на рентгеновских снимках кости видны, а хрящи — нет. Если верить рентгенограммам, то артрозом страдают 70 процентов американцев в возрасте старше 70 лет. Но лишь каждый второй из них жалуется на характерные боли.

Теперь благодаря магнитно-резонансным томографам можно получать более четкое изображение поврежденных связок, сухожилий и менисков коленного сустава. Помимо рентгена и МРТ врачи рекомендуют артроскопию — зондирование коленного сустава путем введения под кожу трубки с крошечными хирургическими инструментами и миниатюрными видеокамерами.

УКОЛЫ

Уколы гиалуроновой кислоты снимают боль в колене, хотя и не устраняют причины болезни. А противовоспалительные таблетки без стероидов при артрозе ненамного эффективнее аспирина. К тому же они сильно раздражают стенки желудка. Если боль в колене не отпускает неделями, помогут инъекции кортизона. Но злоупотреблять этим препаратом не стоит. Снять боль можно с помощью иглоукалывания, а лечение медицинскими пиявками даст фору любому традиционному терапевтическому методу. Пиявки, конечно, не останавливают разрушение хряща, зато впрыскивают в кровь смесь веществ, которые значительно ослабляют боль у 80 процентов пациентов, причем лечебный эффект длится примерно три месяца.

ЙОГА И ГИМНАСТИКА

Раз сами медики понимают природу артроза не до конца, они вынуждены рекомендовать щадящие методы профилактики: умеренные пешие прогулки, катание на велосипеде и плавание. Не помешает сбросить вес и завести ортопедическую обувь с супинаторами. А еще для коленного сустава полезны йога и китайская оздоровительная гимнастика тайцзи. ■

МАГИЧЕСКОЕ ИСЦЕЛЕНИЕ



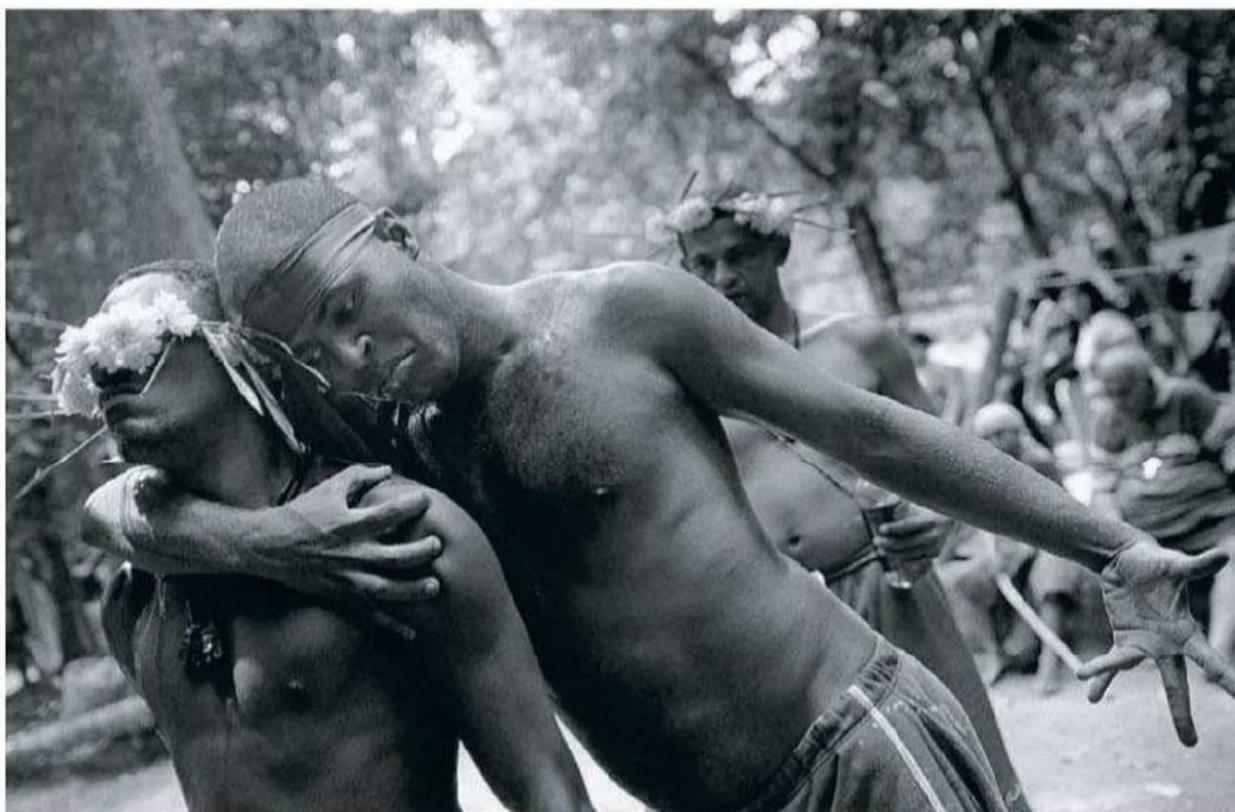
В ночи разносится барабанный бой. Его ритм вводит в транс тысячи людей, собравшихся в отдаленном уголке на северо-западе Венесуэлы. Некоторые приехали сюда из Северной Америки и Европы. Все они — паломники к алтарю Марии Лионсы, возглавляющей пантеон божеств низшего порядка



ОГНЕННАЯ ЦЕРЕМОНИЯ. Приверженцы культа Марии Лионсы каждый год собираются на церемонию изгнания демонов. Согласно венесуэльским народным верованиям, ритуал со свечами в сочетании с глубоким трансом позволяет очистить душу и оздоровить тело



ОБЩЕНИЕ С ДУХАМИ. Молодая женщина проходит обряд духовного очищения в магическом круге из муки (справа). Тысячи людей съезжаются каждый год к горе Серро-де-Сорте для участия в ритуальных «плясках на раскаленных углях». Большинство паломников — католики, что не мешает им, как и миллионам других венесуэльцев, исповедовать древний культ полумифической индейской принцессы Марии Лионсы. Никаких строгих канонов поклонения этой богине нет. Даже экцентричную гостью в бандане здесь принимают как свою (вверху). Важный элемент ритуалов — погружение в транс с помощью шаманов (внизу). У многих народов экстатические состояния считаются путем к духовному исцелению





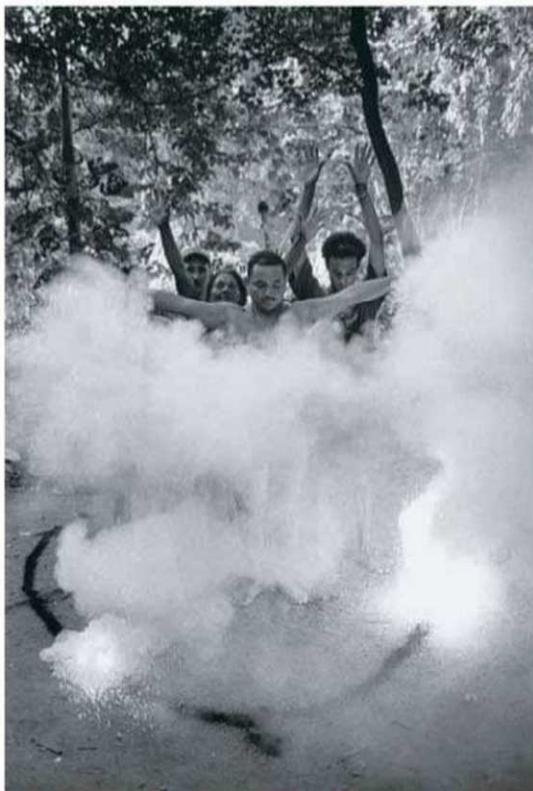
Кибалло — это несколько убогих хижин да пара незатейливых таверн посреди тропического леса у подножия горы Серро-де-Сорте. Каждую осень здесь проходит «Байле де лас брасас» — пляски на раскаленных углях; обычай, стоящий в центре многочисленных ритуалов и культов. В полночь самопровозглашенные жрецы разводят большой костер, и самые смелые паломники, одурманенные медитативными танцами и водкой из листьев агавы, бегают босиком по глеющим головешкам. Самые отчаянные из них кладут угли себе в рот.

В Венесуэле живет около 27 миллионов человек. И почти треть из них поклоняется полумифической индейской принцессе Марии Лионсе, почитая ее богиней, дающей духовное очищение и избавление от физических страданий. В ее культе сплетаются традиции индейского шаманизма и элементы магии вуду, занесенной сюда когда-то чернокожими рабами из Западной Африки. Однако широкое распространение этот культ получил лишь в начале двадцатого века, когда французский маркиз Леон Денизар Ипполит Ривайль гастролировал со спиритическими сеансами по городам Латинской Америки и возродил здесь интерес к этому старинному эзотерическому культу. За короткий срок Мария Лионса («Мария из Страны ягуаров»), стала идолом. Венесуэльская католическая церковь быстро сориентировалась и почитает ее как христианскую святую, чтобы держать под контролем популярный культ. Среди приверженцев Марии Лионсы — не только простолюдины, но и художники, и интеллектуалы.

В центре магических обрядов культа — исцеление души и тела. Считается, что ритуалы позволяют вступить в контакт с космосом, набраться энергии, восстановить внутреннее равновесие и изгнать злых духов. А кроме этого — избавиться от боли. Вот почему многие участники этого действия спокойно отплясывают на раскаленных углях, ничего не чувствуя. Даже после такой церемонии они надолго забывают о своих недомоганиях — болях в пояснице,



УСТРАШАЮЩИЕ РИТУАЛЫ. Голова под струями водопада, нож во рту: пугающие процедуры изгнания бесов только кажутся опасными (справа). На самом же деле их участники всегда остаются невредимыми. Украшая голову венками из цветов, приверженцы культа Марии Лионсы демонстрируют свою эмоциональную близость к богине, которая почитается и как повелительница природы (вверху). Адепты культа верят, что она до сих пор живет на горе Серро-де-Сорте. Поэтому вся территория горы объявлена национальным парком. Группа верующих (внизу) выбрала более комфортный способ защиты от демонов: эти люди решили окутать себя «дымовой завесой» из пудры









КОНТАКТ МИРОВ. Высвобождение духовной энергии и энергообменные телесные контакты часто происходят в воде, которую верующие считают исцеляющей стихией (слева). Верит в это и девушка под водопадом, которую шаман вводит в транс (вверху). Алтарь с пластиковыми стаканчиками посвящен Черной Франсиске из «черной свиты» Марии Лионсы, в которую входят души чернокожих рабов (внизу). В «индейской свите» собраны души индейских вождей, а к «свите освободителей» принадлежит, например, Симон Боливар, возглавивший в XIX веке борьбу за независимость от испанской короны



мигрени. Похоже, Мария Лионса поистине обладает целительной силой.

Примеры влияния духовной практики на физическое состояние можно найти во многих религиях. Например, индийские факиры могут лежать на утыканных гвоздями досках, поскольку они научились с помощью медитации «стделять» боль от своего организма. То есть они чувствуют боль, но в то же время внушают себе, что эта боль не связана с ними. Однако это работает только в состоянии медитации — если тот же факир случайно наступит босой ногой на канцелярскую кнопку, то от невосприимчивости к боли не останется и следа.

Способность контролировать болевые ощущения закреплена в предлобной коре головного мозга. Она, помимо прочего, связана с лимбической системой мозга, отвечающей за регулирование эмоций. Некоторые нервные пути предлобной коры предназначены специально для концентрации внимания на болевом раздражении. Прежде всего к ним относятся нервы, ведущие к передней сингулярной извилине — одному из отделов среднего мозга. Именно они распознают болевые импульсы, вычлняя их из массы всех остальных сенсорных сигналов. Транс и медитация могут изменить это восприятие и тем самым «вытеснить» боль из сознания.

Вплоть до эпохи Нового времени у человечества не было столь эффективных болеутоляющих, как сегодня. Все, на что мог рассчитывать страдалец, — это крепкий алкоголь или опиум. Эфирный наркоз был впервые применен при хирургической операции лишь в 1846 году. Поэтому внушение было одним из древнейших средств подавления боли — внушение, на котором основан эффект не только шаманских заклинаний и заговоров, но и исцеляющих молитв. Первым этот метод целенаправленно начал применять немецкий врач Франц Антон Месмер (1734–1815), считавшийся могущественным целителем своего времени. В те времена ученые как раз открыли феномен магнетизма. Вот Месмер и «магнетизировал» своих пациентов, рассаживая их вокруг себя и дирижируя металлическим стержнем. Как ни странно, у многих участников тех сеансов действительно проходила боль.

Сегодня это приписывается сильным гипнотическим способностям Месмера; он сам считается пионером гипноза. В арсенал врачей и психоаналитиков гипноз вошел

Язык символов. По дороге к вершине горы Серро-де-Сорте, где установлен алтарь Марии Лионсы, встречается множество таких каменных или деревянных оберегов. На них пудрой или мукой нанесены магические символы, которые призваны изгонять злых духов и защищать паломников от опасности. Паломники останавливаются возле оберегов, чтобы с помощью наставников-шаманов подготовиться к следующей стадии своего духовного путешествия. Пока верующий, лежа в магическом круге, вверяет себя в руки богов, шаманы окуривают его сигарным дымом, который должен очистить душу и тело страждущего. Не все паломники получают дозволение продолжить восхождение. Считается, что духи мстят тем, кто идет дальше без разрешения. В здешних тропических лесах полно ядовитых змей, готовых подтвердить реальную силу этого проклятия



→ в прошлом веке благодаря американскому психиатру Мильтону Г. Эриксону (1902–1980), разработавшему различные техники внушения. С помощью самовнушения он избавился от хронических болей, мучивших его после перенесенного в детстве полиомиелита.

Лучше всего гипноз помогает переносить боли в конечностях. Силой воображения пациенты словно «выносят» боль за пределы своего тела. В некоторых случаях больным удается даже целиком отделить сознание от тела и тем самым воспринимать себя «со стороны». Считается, что от 60 до 90 процентов людей в той или иной степени поддаются гипнозу. И лишь десять процентов человечества устойчивы к любым видам внушения. Причины этого до сих пор неизвестны.

Научить организм переносить боль можно и без помощи медитации, гипноза и самовнушения. Важную роль при этом играет культурная среда. Исследователи выяснили это при изучении обычаев народности эйпо, обитающей на западе Новой Гвинеи. В этом племени даже маленькие дети стойко терпят боль и не плачут, когда им, например, прокалывают мочки ушей или носовую перегородку заостренными деревянными колышками.

Специалисты по эволюции поведения человека считают эти жестокие процедуры чем-то вроде тренировок, которые помогают взрослым членам племени стойчески выдерживать тяжелые нагрузки, холод, переломы и ранения. Впрочем, против внутренних болей при воспалениях они бессильны. Контролировать такие ощущения эйпо не умеют, а потому им приходится просто терпеть.

Цель венесуэльских шаманских ритуалов — изгнать злую силу даже из глубин человеческого тела. Одурманив себя алкоголем и наркотиками, участники церемонии впадают в транс и «вступают в контакт с духами». Если духи овладевают человеком целиком, жрецы приводят его в чувство, «отпаивая» водкой или скуривая сигарами. Иногда во время шаманских ритуалов у паломников течет кровь из маленьких ранок, которые специально наносятся на тело. С медицинской точки зрения такая стимуляция действительно может изменить физическое самоощущение и оказать целительный эффект.

Однако же сами приверженцы культа Марии Лионсы твердо уверены: им помогает богиня. ■

Крепкое здоровье – залог успешной экспедиции.

Об этом писали такие путешественники, как Николай Пржевальский, Руаль Амундсен, Тур Хейердал.

«Наконец-то добился успеха. Полюс мой. Здоров. Привет», – вот телеграмма, которую первым делом послал домой жене американский полярник Роберт Пири, добравшись до узла связи на Аляске после покорения Северного полюса в 1909 году.



Крепкое здоровье и сегодня необходимо не только профессиональным исследователям, но и любому, кто отправляется в дорогу на поиски нового. В путешествии нашу иммунную систему ослабляют такие нагрузки, как резкая смена климата (например, перелет из «зимы» в «лето»), психологический стресс от непривычной обстановки, нарушения сна, связанные со сменой часовых поясов. Чтобы избежать неприятностей в пути, важно вовремя помочь иммунной системе, отвечающей за защиту нашего организма от болезней.

Современное средство поддержания иммунитета – препарат Амиксин®. Амиксин® активизирует в нашем организме выработку интерферонов – защитных белков, которые способствуют формированию «барьера» препятствующего инфицированию организма вирусами. Под воздействием Амиксина организм синтезирует важнейшие типы собственных интерферонов (α, β, γ) причем именно в том количестве, которое необходимо для защиты от инфекции в данный момент.

Амиксин® удобно взять с собой в путь. Одной упаковки из шести таблеток достаточно для профилактического курса ОРВИ и гриппа.

Таблетки Амиксина можно просто запить водой, что важно в дороге. Амиксин® совместим с антибиотиками и другими традиционными средствами лечения вирусных и бактериальных заболеваний.

ОАО «Фармастандарт-Томскийфарм»
РУ №ЛСР-000175/08
от 24.01.2008

phs Фармастандарт

Помогите своему здоровью, и оно поможет вам даже на самых трудных маршрутах

ПОЛУЧИТЕ КОНСУЛЬТАЦИЮ СПЕЦИАЛИСТА
ПО ОКАЗЫВАЕМЫМ УСЛУГАМ И
РЕЗУЛЬТАТАМ ЛЕЧЕНИЯ

КРАСОТА КИПЯЩЕГО МЕТАЛЛА

Гламур добрался до Магнитогорска. По количеству салонов красоты на душу населения столица черной металлургии не уступает Москве, конкурсов красоты не счесть. Жительницы Магнитогорска увлекаются танцами, открытием парикмахерских и гламурных журналов. Что значит для них Международный женский день?



«Миссис Медиа» Валентина Ульянова почти половину своей жизни проработала машинистом крана на Магнитогорском металлургическом комбинате







ММК – крупнейшее предприятие черной металлургии в России. На комбинате и в его дочерних структурах работают более 60 000 человек





Изо дня в день Валя Ульянова в кабинке скользит под потолком цеха высотой с трехэтажный дом. Изо дня в день кран, которым она управляет, перевозит 20-тонные стальные рулоны. Изо дня в день грохочут прокатные станы. Шум в цеху такой, что иногда не разобрать, что тебе кричат снизу: «майна» — вниз или «вира» — вверх. Бывает, что кричат и чего похлеще, но Валя не обижается. Ей 37 лет, и почти половину из них она работает на Магнитогорском металлургическом комбинате (ММК). И у нее всегда была мечта: оказаться на первой странице газеты.

Год назад эта мечта сбылась. На конкурсе красоты «Жемчужина года», который проводит движение «Я — женщина» совместно с комбинатом, Валентина Ульянова победила в номинации «Миссис Медиа». С тех пор не осталось в Магнитогорске газеты, которая бы не написала о ней; с ней сфотографировался известный городской шоумен, местный телеканал посвятил ей целую передачу.

Высокая, стройная, с длинными каштановыми волосами, собранными в хвостик, Валентина выглядит лет на двадцать пять,

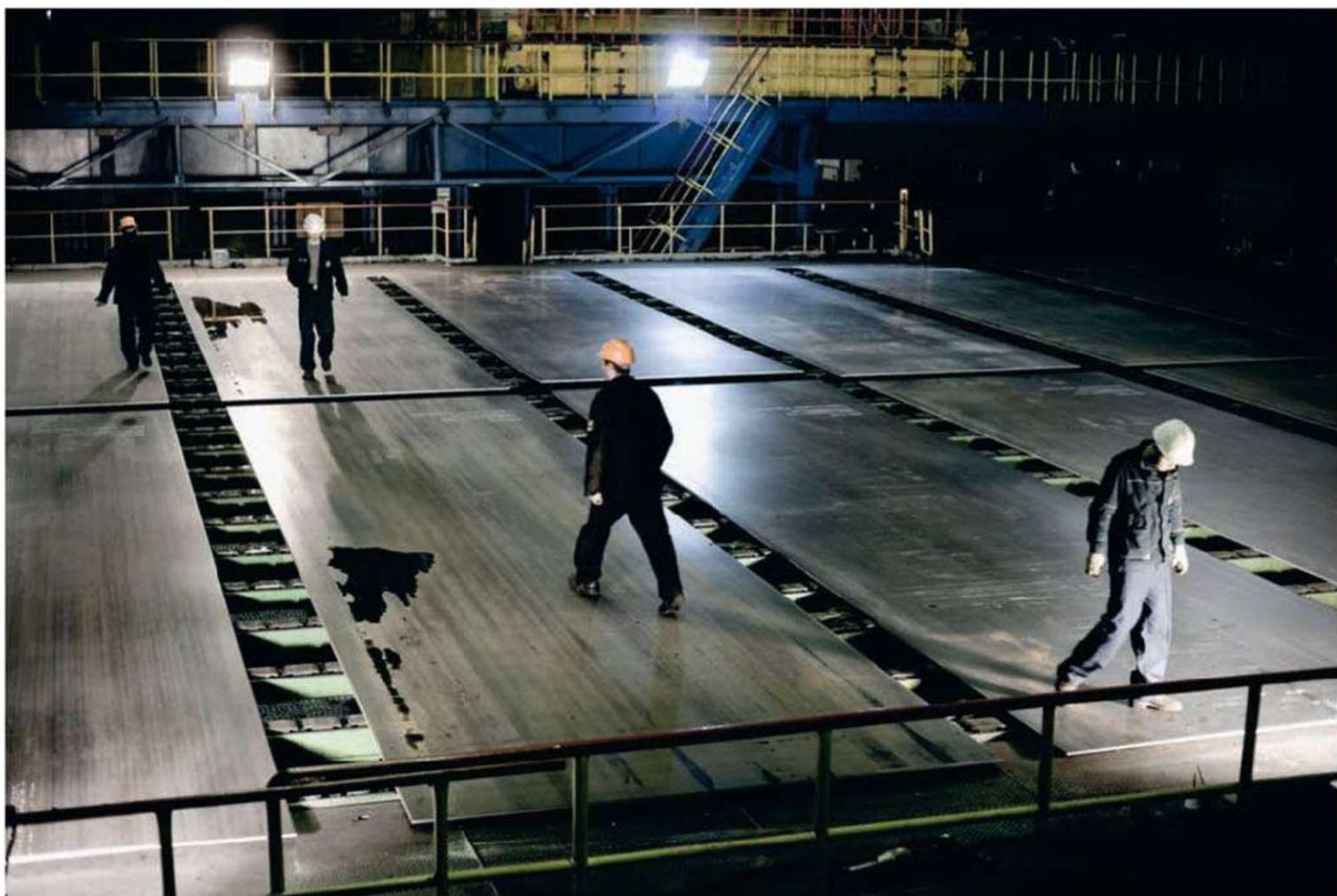
не больше. Сегодня днем она дома: после 12-часовой ночной смены уже успела прибраться в квартире и приготовить обед. У нее двое детей: четырехлетний Максим ходит в детский сад, 17-летний Сережа после института мечтает работать в том же цеху, что и его мама.

В двухкомнатную квартиру на окраине Магнитогорска Валентина с мужем и детьми въехала три года назад: она такая просторная, что кажется чуть пустой. На стене фотобои: озеро, деревья и кустарники залиты солнечным светом. Шикарный пейзаж, не то что за окном: многоэтажки в степи. Квартиру Валентина с мужем купила по ипотеке: такие кредиты взяли многие жители Магнитогорска. И теперь они зависят от работы на комбинате еще больше, чем раньше.

Валентина приносит диск, включает компьютер. На мониторе появляется название: «Лица Магнитки». Среди рабочих в оранжевых касках и синих робах появляется молодая женщина в свадебном платье. Следующий кадр — Валентина дефилирует в розовом платье с открытой спиной. Внизу выреза — трогательная бабочка. Или

«Миссис Очарование»

*Маргарита Намятова
работает старшим
лаборантом*



Благополучие

города полностью зависит от металлургического комбината. Средняя зарплата здесь составляет 28 416 рублей

вот еще — конкурсантки в цветастых халатах и бигуди, на высоченных шпильках исполняют танец с тазами и швабрами. А вот старший сын и муж говорят о Вале хорошие слова, совсем как о звездах в телепрограмме «Женский взгляд»... Мужа Валентина встретила на работе, он работает электриком. Полюбили друг друга, родили сына, взяли ипотечный кредит.

Трудно ли быть машинистом крана? «Да уж не сложнее, чем на каблуках прыгать!» — улыбается Валентина. Ни танец, ни дефиле сначала не давались ей: она не попадала в такт, каблочки подворачивались. По выходным и по вечерам, взяв с собой маленького Максима, Валя шла на уроки стиля. Месяцы репетиций помогли.

Маникюр ей сделала подруга — длинные бледно-розовые ногти с серебристым рисунком. Валя утверждает, что ходит так на работу всегда. «Кругом ведь мужчины — электрики, механики, слесари. Они все замечают», — говорит она.

Недостатка в мужском внимании Валя не испытывала никогда. Вот только Международный женский день не кажется ей особенным праздником. Она уклончиво

говорит, что поздравляют коллеги — лично. Некоторых сотрудниц приглашают в Дом культуры, но здание, конечно, не может вместить всех. Говорят, там накрывают столы, проводят концерт. Но главным праздником в Магнитогорске был и останется День металлурга.

На экране последний выход участницы с мужем и детьми. Вся семья светится от счастья: Валя в вечернем платье и ее мужчины в костюмах и при галстуках. Все заметно волнуются.

Что изменилось в ее жизни после конкурса красоты? Валя задумывается, рассматривает ногти и произносит: «Стиль стал строже. Раньше ведь как? Вещь понравилась — идешь и покупаешь. А сейчас смотришь, чтоб блузка с юбкой сочетались. Иначе нельзя».

Конкурс «Жемчужина года» изначально был задуман как конкурс семей, рассказывает Мария Москвина, руководитель общественного движения «Я — женщина». Но несколько лет назад организаторы решили сделать из него конкурс красоты для женщин с детьми.



Участницы соревнуются в несколько этапов: здесь дефиле и в шубах, и в купальниках, и в вечерних и свадебных платьях. «Конкурс возвращает девочкам уверенность в себе, — говорит Мария Москвина. — Ведь у некоторых из них никогда не было свадебного платья. Кто-то из них был занят только мужем и детьми и махнул на себя рукой». Похудеть, перекрасить волосы, держать спину прямо, ходить на каблуках, танцевать, выступать перед публикой — всему этому девушек учат в течение нескольких месяцев. Главный приз — легковой автомобиль неизменного красного цвета.

Но общественное движение «Я — женщина» устраивает не только ежегодный конкурс красоты. Сотрудники ММК раз в неделю встречаются с юристами, психологами или врачами. На комбинате и его дочерних предприятиях работает более 18 000 женщин. Женское движение организовало множество кружков: гончарное дело, роспись фарфора, батик, изготовление русских народных кукол и даже мыловарение, которым сейчас увлекся чуть ли не весь Магнитогорск.

Для Марии Москвиной, которая руководит женским движением уже 11 лет, конкурс «Жемчужина года» и есть главный женский день в году.

Сколько сегодня в Магнитогорске проводится конкурсов красоты, сказать не возьмется, наверное, никто. Здесь и «Краса Магнитки», и «Жемчужина года», и «Женщина года», и «Красивая планета». И все это, не считая локальных конкурсов красоты: в фитнес-центрах, ресторанах и клубах.

Может показаться, что промышленный город на Урале накрыла эпидемия гламура: по информации местного союза предпринимателей индустрии красоты «Красивая планета», в Магнитогорске насчитывается более 200 парикмахерских и салонов красоты. Сайт «Карта Магнитогорска» сообщает, что парикмахерское искусство в Магнитогорске развито хорошо и «на выполнение стрижки типа «бюкс/полубюкс» среднестатистический парикмахер Магнитогорска тратит 18 минут».

«Красота спасет мир, — уверена президент объединения «Красивая планета» Вера Лихобаба. — Потому что красивый человек не может быть злым».

На уроки стиля и дефиле ради победы в конкурсе красоты Валя Ульянова ходила вместе с сыном Максимом



**Конкурс
«Жемчужина года»**
*изменил ее жизнь и
сделал увереннее в себе,
говорит Маргарита
Намятова*

МАГНИТОГОРСК — молодой город. До 1930-х годов здесь были только степь, гора Магнитная с гигантскими запасами руды и река Урал, разделяющая город на две части — Европу и Азию. Первые строители прибыли сюда в 1929 году. Живя в палатках у подножия горы, они строили здесь металлургический комбинат. Сегодня о тех временах напоминает памятник первой палатке — аскетичная конструкция из двух бетонных плит, похожая на остановку автобуса. Комбинат строился рекордными темпами, и уже в феврале 1932-го здесь был получен первый чугу́н.

Город рос вокруг комбината, им он живет и по сей день: благополучие более чем 400 000 жителей целиком и полностью зависит от того, сколько тонн стали произведет и продаст комбинат. Работа на ММК не останавливается ни днем, ни ночью: в темноте огни Магнитки мерцают с другого берега реки Урал. И может показаться, что комбинат живет своей, отдельной от города и людей жизнью. На комбинате и в его дочерних структурах работают больше шестидесяти тысяч человек.

Председатель Совета директоров ММК

Виктор Рашников занял в прошлом году девяную строчку в рейтинге самых богатых людей России журнала «Форбс», который оценил его состояние в 9,8 миллиарда долларов. В мировом рейтинге миллионеров Рашников на 71-м месте. Свою карьеру он начал в 19 лет простым слесарем ремонтного цеха. В 1997 году Рашников стал генеральным директором комбината. ММК проделал путь от советского предприятия до вполне современного акционерного общества. Цены на сталь росли, комбинат богател, его топ-менеджеры хорошо зарабатывали. Благодаря им в городе появились бутики и рестораны. Их жены, дочери и подруги привезли в город суши-бары и салоны красоты.

«У нас много богатых людей», — говорит Светлана Синявская, миниатюрная блондинка в дизайнерском синем платье, с крупными стильными украшениями. Вот уже три года Светлана с подругами издает гляцевый журнал «Стиль успешных». Раз в месяц на 100 страницах магнитогорский глянец рассказывает о местных событиях и звездах.

«Светская жизнь у нас бьет ключом! — говорит Синявская. — Вчера была дегустация божоле, на прошлой неделе — «Русский бал», по примеру венского». В оперном театре собрались бизнесмены, топ-менеджеры, администрация. На дамах были платья в пол. Танцевали мазурку и вальсы, до этого, конечно, брали уроки, чтобы не ударить в грязь лицом. Билет стоил от 5000 рублей, собранные средства пошли на благотворительность.

Редакция только что переехала в новый офис: комната в бизнес-центре не обставлена до конца, на белых стенах развешаны лучшие фотографии из журнала. В каждом номере «Стиля успешных» обязательно есть фотосессия — вот владелица модного бутика, мать троих детей, на роскошном диване. А вот хозяйка турфирмы на яхте, где-то далеко от Магнитогорска. Или фотосессия гламурных собачек в честь открытия магазина «Собачья жизнь». Или отчет о проекте «Танцуют все»: юристконсульт, предприниматель, акушер-гинеколог, инженер и домохозяйка в затейливых костюмах танцуют с профессионалами.

Сама Светлана недавно вернулась из Европы: с мужем и друзьями они были в Риме и на Лигурийском побережье, в Испании и много где еще. После такого путешествия пейзажи Магнитогорска, кажется, не особо радуют Светлану, она и ее подруги — будто бы из другой жизни. Но она старается говорить о хорошем: «В Магнитогорске очень много ярких людей. Мы возвращаемся среди звезд, и жизнь здесь бурлит». И действительно — в городе несчетное множество салонов красоты, открываются фитнес- и велнес-центры. Есть аквапарки. Появилась и своя улица бутиков — улица Горького. Местные жители прозвали ее «мажор-стрит».

Открываются кофейни, развивается культура бизнес-ланчей. Но те, кто может себе это позволить, стараются жить за городом: состоятельные люди построили себе дома за городом, на Банном озере. 45 километров от города, дороги плохие, но зато воздух хороший. И учить детей состоятельные люди предпочитают подальше от Магнитогорска.

По сравнению с 1989 годом объемы вредных выбросов сократились в три с половиной раза, сообщает сайт ММК. Но несмотря на это, из года в год Магнитогорск попадает в списки российских городов с самых загрязненным воздухом. Болезни органов дыхания занимают первое место в структуре заболеваний в городе. По данным Роспотребнадзора по Челябинской области, дети Магнитогорска вдвое чаще среднего заболевают астмой, болезнями сердца и аллергическими ринитами. Но на вопрос о состоянии окружающей среды жители города неизменно отвечают: «Это у нас раньше была плохая экология. Сейчас она улучшилась».

ЗА КАДРОМ

«Посмотреть на магнитогорских мужчин я пошла на первый в городе мужской стриптиз, — рассказывает корреспондент ГЕС ОКСАНА ОРЛОВА. — «Вертеп разврата» среди панельных домов на окраине города с виду вполне мог бы быть аптекой или домом быта.

На месте оказалось, что стриптиз показывают совсем не магнитогорские парни. «Магнитогорцы были не очень, — сказала кассир. — Пришлось приглашать стриптизеров из Челябинска».

В зале ресторана столы были сдвинуты полукругом, но вместо стриптиза там была концертная программа — девушка пола высоким джазовым голосом. Зал начал заполняться лишь через несколько часов: парни и девушки рассаживались по местам и заказывали водку в графинах. Прошло три часа, пока ведущий наконец не объявил, что «стриптиз скоро начнется».

Через какое-то время шоу действительно начинается: один за другим на сцену выходят парни из Челябинска с порочными заграничными именами: Зейджи, Дэймон и Томас. Они срывают с себя одежды морячков, делают пару движений бедрами и мгновенно исчезают. На сцену снова выходит певица: «Вы не верьте, что живу я, как в раю. Что обходит стороной меня беда...» — поет она. Девушки вскакивают со своих мест и выбегают на танцпол. Через некоторое время, оставив борсетки, к ним присоединяются несколько молодых людей. Девушек явно больше: примерно двадцать на одного. Говорят, что через какое-то время «стриптиз продолжится». Не в силах больше слышать эту фразу, я не выдерживаю и ухожу».

МАГНИТОГОРСК

ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ ГОРОДА 30 июня 1929 года — на станцию «Магнитогорская» прибыл первый поезд.

НАСЕЛЕНИЕ
409 397 человек

ГРАДОУСТРОЯЮЩЕЕ ПРЕДПРИЯТИЕ:
Магнитогорский металлургический комбинат (ММК)

Объем выбросов ММК: 229 000 тонн в 2009 году
(248 300 тонн в 2007 году).

САЛОНОВ КРАСОТЫ



225

Вещества, определяющие уровень загрязнения (2009 год):

БЕНЗОПИРЕН — от 2,2 до 5,6 ПДК (1 класс опасности)

ФОРМАЛЬДЕГИД — от 1,7 до 4,3 ПДК (2 класс опасности)

ВЗВЕШЕННЫЕ ВЕЩЕСТВА — от 1 до 1,7 ПДК

ДИОКСИД АЗСТА — от 0,8 до 1,5 ПДК (2 класс опасности)



186 335
человек



223 062
человека

Источники: Администрация Магнитогорска, Министерств природных ресурсов и экологии РФ, Союз предпринимателей индустрии красоты «Красивая планета», челябинский гидрометеоцентр, экологический сайт Магнитогорска «Экомагнитка».



Памятник

«Тыл — фронту»

в Магнитогорске.
Во время Великой
Отечественной войны
каждый третий сна-
ряд и броня каждого
второго танка были
отсюда

Об экологии как о покойнике: или хорошо, или ничего. Раздел «Экология» на сайте городской администрации «находится в разработке». Критиковать что-либо в городе не принято. Без комбината нет города, и потерять работу — значит лишиться всего.

Сорок минут на маршрутке добирается Маргарита Намятова из дома на комбинат, проезд стоит 20 рублей. Дороговато, конечно, при зарплате в двадцать тысяч, но другого транспорта в городе почти нет, только трамваи, а они не ходят к ее дому. Маргарита работает старшим лаборантом в листопрокатном цехе. На комбинате работают почти все ее родственники: отец, двое его братьев, брат Риты и его жена. Семейству даже присвоили звание «Трудовая династия» — их общий стаж работы на комбинате составил 144 года.

Рита испытывает жесть и разные образцы металла. Оборудование в лаборатории новое, работать на нем приятно. В лаборатории тихо: 11 девушек и один мужчина — женатый, конечно. С тремя детьми.

Рите 37 лет, она одна воспитывает двоих сыновей — 16-летнего Богдана и трехлет-

него Кирилла. С мужем она развелась, семью он не поддерживает. Почти половина зарплаты уходит на коммунальные услуги, школу для старшего и детский сад для младшего. Старший обожает хоккей, знает наизусть состав магнитогорского «Металлурга», но мать не может отдать его в хоккейную секцию — слишком дорого.

Год назад Рита тоже участвовала в конкурсе «Жемчужина года». «Оказывается, я раньше все время смотрела в пол, — рассказывает она. — Не опускать глаза было сложнее всего, но я научилась».

Рита не вошла в число призеров. «Зато стала увереннее себя чувствовать», — говорит она. Сегодня Рита смотрит спокойно и прямо. «У меня раньше никогда не было портфолио», — говорит она и показывает фотографии: у джипа, на фоне гор в снегу, в школьной форме. На фотосессию пришлось выезжать за пределы Магнитогорска, к базе отдыха «Абзаково».

В ее гардеробе появились новые платья и даже шуба, она научилась водить машину и краситься. Вот только с мужчинами все равно сложно: «Их хоть и много, но качество оставляет желать лучшего. Они все →



Репетиция

перед очередным конкурсом красоты

какие-то безответственные, слабые и инфантильные. Им бы только пиво пить да кроссворды разгадывать. А семья на женщинах держится», — жалуется она.

Восьмого марта, в Международный женский день, Риту и ее коллег поздравит единственный работающий в лаборатории мужчина. Может быть, зайдут рабочие из цеха и подарят конфеты. «Не люблю я этот праздник, — говорит она. — Потому что многие мужчины считают, что достаточно один раз в год подарить что-нибудь. А потом забыть, что рядом — женщины».

В этом году Рита снова собирается участвовать в конкурсе «Женщина года», который комбинат проводит среди своих сотрудниц. Она уже сшила для конкурса новое платье: бирюзового цвета, расшитое золотыми блестками и стразами, оно струится и переливается у нее в руках. Не зря же она училась ходить походкой модели. «Я иногда возьму да и пройду по цеху, как будто это подиум», — говорит Рита.

Финал конкурса «Женщина года» проходит во Дворце культуры мегаллургов. Здание построено в 1979 году на берегу реки Урал

с поистине советским размахом. От белых мраморных лестниц веет холодом, рядом оборудован зимний сад из комнатных растений. На фоне окрашенных золотой краской перил и зелени любят фотографироваться молодожены. Раньше это было бесплатно, теперь для свадебных церемоний вход во дворец стоит 300 рублей.

На улице холодно, ветер пробирает до костей, кутающиеся в пальто люди спешат поскорее зайти в ярко освещенное фойе. Здесь тепло и многолюдно: длинноногие модели раздают рекламные проспекты, на стендах висят фотографии финалисток конкурса.

Рита выглядит на фотографии романтической, задумчивой и немного грустной. Совсем не то что Татьяна Лаптева из ООО «Огнеупор»: она сфотографировалась в образе купчихи у самовара. Или другая участница, любительница испанских танцев и роковая женщина с сигаретой в длинном мундштуке. Оказывается, каждая участница что-нибудь умеет: одна вышила крестиком спящего на дереве кота, другая связала крючком пейзаж Магнитогорска — трубы, река и небо в радостных тонах.



Гламурный город: больше 200 салонов красоты и парикмахерских насчитывает местный Союз предпринимателей индустрии красоты

У входа в зал уже толпятся люди с плакатами и флажками, которые пришли поддержать своих коллег по работе. Больше всего поклонников у бухгалтера комбината; группа поддержки растягивает огромный плакат с надписью: «Оксана — женщина мечты». В руках многие держат пластмассовые дудки.

Наконец начинается шоу. Финалистки дефилируют в вязанных крючком костюмах, танцуют, выводят на сцену своих детей и мужей. Все они успешны в работе и личной жизни, у большинства из них по двое детей. Они успевают посещать кружок бисероплетения и профессионально вяжут крючком.

Друзья бухгалтера комбината дудят в дудки. За Риту в зале никто не болеет. Она выходит на сцену в лазурном платье с двумя сыновьями. Старший оделся в костюм тигра, младший крепко держит маму за руку и серьезно смотрит в зал. Рита так волнуется, что сначала не может ничего выговорить. Потом с вдохновением читает стихи собственного сочинения.

Ей достается утешительный приз и звание «Миссис Очарование». Бухгалтер по-

беждает в номинации «Азарт». Главный приз получает девушка, исполнившая танец живота.

ТЕМ ВРЕМЕНЕМ в детско-юношеском центре «Эго» полным ходом идет подготовка к следующему конкурсу «Жемчужина года»: участницы репетируют дефиле. В туфлях на огромных каблуках девушки доходят до середины зала, ставят руки на бедра и внимательно смотрят на свое отражение в зеркале. У каждой из них по одному или двое маленьких детей; почти каждая говорит, что подготовка к конкурсу помогла приобрести уверенность в себе, вырваться из будней.

«Женщины должны гораздо больше следить за собой, чем мужчины, — говорит длинноногая, светловолосая Ирина. — Потому что конкуренция высока. Красивых женщин очень много, а участие в таком конкурсе сохраняет интригу в семейной жизни».

Для большинства участниц конкурс красоты и станет главным женским днем в году. А чтобы сохранить интригу, проведут и подготовят они его, конечно же, сами. ■

Страна без РОДИТЕЛЕЙ

ТЕКСТ: ЕЛЕНА СОБОЛЕВА
ФОТО: АНДРЕА ДИФЕНБАХ



Они сами пекут хлеб, ловят рыбу и даже присматривают за младшими братьями и сестрами. Десятки тысяч молдавских детей живут без родителей. Их матери и отцы отправились на заработки за границу. Некоторые из них не возвращаются никогда



ПЕРЕД ТЕМ КАК УЕХАТЬ В ИТАЛИЮ, МАМА НАУЧИЛА СТАРШУЮ ДОЧЬ Ольгу (на фото) делать брынзу, печь хлеб, мариновать овощи на зиму. Время от времени мама присылает из Италии посылки: клубничное варенье, настоящие итальянские спагетти и свои новые фотографии. «Мама выглядит все лучше и лучше, она модно одевается и даже начала краситься», — говорят дочери...





...сестры надеются,
*что рано или поздно
 мама заберет их в
 Италию. Больше всего
 им хочется попасть
 в Венецию: «Говорят,
 что там каналы вмес-
 то улиц»*

Глаза 15-летней Анжелы как будто принадлежат не ей. Они старше ее самой по меньшей мере в два раза. Они взяты у взрослой, хлебнувшей горестей женщины. Тоненькая, невысокого роста, в белом свитере, с темными волосами и открытым добрым лицом Анжела обнимает сестру и брата и рассказывает — спокойно, без эмоций, почти с апатией. В детском доме «Город детей», что в селе Пырыта в 21 километре от Кишинева, их живет шестеро из одной семьи. Родители уехали на заработки в Москву, когда Анжеле было девять лет, ее младшей сестре — один год. Остальным — от трех до семи.

С тех пор о родителях они ничего не слышали.

«Наверное, с ними что-то случилось, — предполагает Анжела, — не могли же они нас бросить совсем».

В детский дом они попали после того, как полгода прожили одни. Помогали жители их деревни — кто чем может. Заботиться в девять лет о пятерых младших «было трудно», признается Анжела, но без подробностей, замолкая в середине фразы. В приюте «Город детей», построенном австрийским социальным фондом «Конкордия», живет почти 300 детей, и среди них есть еще несколько с подобной историей. Этот детский дом — необычный, он семейного типа. Ребята в нем не похожи на интернатских сирот — они много улыбаются, носят модную одежду, которую им присылают из Австрии вместе с игрушками. Стены внутри их домиков расписаны оранжевым и голубым, в столовой новая мебель. Вот только «мама» у них одна на двадцать человек. И за заботу о детях она получает зарплату.





33 000 молдавских детей живут без обоих родителей, таковы данные министерства образования страны, и примерно в два раза больше тех, у кого на заработках находится мать или отец. В стране около 100 000 брошенных детей – при населении в 3,5 миллиона человек. Их родители не умерли и не лишены родительских прав, их просто нет в Молдавии. Они уехали на работу за границу, чтобы их семьи в Молдавии могли выжить. Мужчины чаще всего находят работу в России и на Украине – там, где идет строительство и нужны рабочие руки. Женщинам легче устроиться в Италии, Испании или Турции – нянечками по уходу за престарелыми или детьми. Пока собственные дети растут одни.

«Новые сироты» – социальный феномен страны, треть населения которой работает за рубежом. Отсутствие взрослых бросается в глаза. На улицах Кишинева – одна молодежь, люди не старше 25 лет. В деревнях остались младшие дети и старики.

«Моя мама очень сильный человек», – говорит 18-летняя студентка Юлия Брад. Юлия учится в Кишиневе, хочет стать телеведущей. Словно готовясь к роли будущей кинодивы, она приветливо улыбается, сверкая жемчужными зубами, и кокетливым жестом поправляет розовую ленту в элегантном пучке пышных волос. На ней много дешевых, но со вкусом подобранных украшений, в руке блестящий мобильный телефон. «Люблю красивые вещи», – признается Юлия. Как и Анжела, она выглядит взрослее и серьезнее своих лет. В ней чувствуется твердый стержень человека, который точно знает, чего хочет.

Первый раз мама уехала работать маляром в Москву, когда Юле было 11 лет. Она осталась за старшую женщину в доме – стирала, готовила, убирала для отца, сестры и брата. О младшей сестре теперь говорит «моя»,

Мама 14-летнего Славы уехала в Италию семь лет назад. С тех пор он ее не видел. Сейчас он живет у бабушки с дедушкой в деревне недалеко от границы с Румынией





МАМА СЛАВЫ ТЕМ ВРЕМЕНЕМ работает уборщицей в Италии и вечером боится выйти на улицу, потому что знает, что ее арестует полиция и вышлет обратно на родину



«После каждого звонка мамы мы ужасно расстраиваемся, — рассказывает одна из сестер. — Ложимся в кровать и смотрим на мамины фотографии»



Ольга, Сабрина и Каролина живут одни с 2007 года (вверху). Отец-алкоголик ушел из семьи, мама работает сиделкой в Италии (внизу) и спит на раскладушке в коридоре, рассказывают ее дочери

как о дочери. Успевала делать уроки, петь в хоре и заниматься французским языком. Весной чистила виноградник и полола огород. Поступила на бюджетное отделение в институт, как отличница получает повышенную стипендию. «Я всегда хорошо училась, потому что решила: не прощу себе, если маме придется еще и за мое образование платить!» Своей стипендией в 500 леев (примерно 1200 рублей) она очень гордится: «Это, конечно, немного, но я научилась экономить — маленькую часть трачу на украшения, остальное — на жилье». Те 100 евро, которые раз в месяц присылает мама из Москвы, Юле хватает на еду и на книги. «Мама звонит и спрашивает: что, опять книги купила? А как же сапоги и пальто? Зима ведь уже!»

В ее родном селе Вережень, что в 80 километрах от Кишинева, почти все одноклассники выросли, как она, — без одного или обоих родителей. Только не все проявляют такую ответственность.

«По моим ученикам я часто могу определить, у кого родители работают за границей. Как правило, эти дети хуже учатся, а некоторые начинают интересоваться алкоголем и наркотиками. Зато у таких ребят самая модная одежда и самые дорогие мобильные телефоны», — рассказывает американский преподаватель, просивший не называть его имени. Он второй год преподает английский язык в сельской школе неподалеку от Кишинева. «Дети тратят деньги по своему усмотрению. У многих нет дома горячей воды и дров, но зато они покупают себе айфоны», — продолжает учитель.



НЕКОГДА ПРОЦВЕТАВШАЯ СОВЕТСКАЯ РЕСПУБЛИКА СЕГОДНЯ СЧИТАЕТСЯ САМОЙ БЕДНОЙ СТРАНОЙ ЕВРОПЫ. Примерно 93 процента молдавских пенсионеров живут за чертой бедности. Это хуже, чем в соседней Румынии, которую



из-за стагнирующей экономики много лет не хотели принимать в Европейский союз.

И хотя вопрос принятия Молдавии в ЕС всерьез еще даже не обсуждается, страна буквально встает на цыпочки, чтобы дотянуться до Европы. Об этом говорят и чистые кишиневские улицы, и дорогие столичные рестораны, и банкоматы в университетах, и бесплатный беспроводной интернет в городских парках. В то же время по ухабистым деревенским дорогам скрипят телеги, груженные хворостом, а в избах с ветхими черепичными крышами целые семьи переживают зимние холода вместе с курами, собаками и свиньями в единственной отапливаемой комнате.

40 процентов населения страны живет натуральным хозяйством. Землю в селах пахут на лошади, белье стирают в тазу, а деревянный сарай с дыркой в полу считается полноценным туалетом. Вне крупных городов — Кишинева и Бельца — работы почти нет. А если бы работа и была, то на среднюю зарплату в 150 евро не выжить семье даже с самыми минимальными запросами. 23 процента ВВП страны в 2010 году составили денежные переводы из-за рубежа, две трети этой суммы пришли из России. Молдавия входит в пятерку стран с наибольшей долей в ВВП страны переводов из-за границы. Поэтому для нового поколения молдаван слова «Европа» и «Россия» — не просто географические понятия, а надежда на лучшую жизнь.

Будущим летом Юлия хочет поехать в США по программе Work&Travel. Рекламными слоганами «Осуществи свою американскую мечту» завешан весь Кишинев.

48-летняя Лидия тоже беспокоится за будущее своих дочерей. Ее старшая — 20-летняя Даниэла — мечтает уехать работать за границу, но мама против:

Пока ее дочь и зять работают на итальянской ферме за пять евро в час, бабушка заботится о внуке Архипе и внучке Дане...

ЗА КАДРОМ



«У нас бык нарисован на гербе. Тянет и молчит! Как и мы!» — сказал мне таксист по дороге из кишиневского аэропорта, вспоминает корреспондент GEO ЕЛЕНА СОБОЛЕВА. В Молдавии по-прежнему любят гостей. Любят выпить и потанцевать. Накрыть столы, чтобы тарелки в три ряда, если финансы позволяют. И одарить оптимистичными улыбками: все будет хорошо! Несмотря на отсутствие работы и денег, правительственный кризис и коррупцию. А в самых бедных домах — у одинокой бабушки Агафьи в селе Дубоссары, меня пробрало до слез. В свои 83 года она поражает доб-



...дедушка разводит кроликов и делает с внуками домашние задания

рым отношением к миру и лучистыми глазами. Она накрыла стол для гостей — яблоки из своего сада и самодельное вино. Ее ежедневный рацион — перловка с колбасой, которую на телеге по сельскому бездорожью доставляют ей и еще сотням стариков добровольцы из австрийского благотворительного фонда. Потому что на пенсию не купить даже достаточно хлеба. В Кишиневе же — на контрасте: полупустые торговые центры с элегантными европейскими вещами... В Молдавии живут одни из самых ухоженных женщин на свете. Сложный маникюр у любой молдаванки — от учителя до продавца — служит чем-то вроде визитной карточки: нет, мы не сдались».

«Слишком много соблазнов». Сама Лидия — приветливая черноволосая женщина со множеством морщинок вокруг глаз — летом работает в Италии сиделкой при 90-летней синьоре. «Каторга», — вздыхает Лидия. Но всего три месяца в Италии обеспечивают семью деньгами на год вперед. В месяц она получает 800 евро, не тратясь на жилье и еду.

В ее двухэтажном доме на улице Подгоренилор в тихом районе Кишинева чувствуется хозяйская рука — ремонт «под Италию» сделан с большой любовью: на полу плитка, в кухне — арка, стол украшает корзина с фруктами. Все как в богатых итальянских домах, где она летом живет со своими подопечными. Во дворе стоит грузовичок, на котором работает муж, и «дом на колесах» — чтобы ездить летом на море в Одессу. Вот только Лидия последние три года никуда вместе с семьей не выезжала. Летние месяцы — ее рабочее время.

Первый раз Лидия — учитель румынского языка по образованию — поехала на заработки три года назад. «С моей зарплатой в 1000 леев (2400 рублей) я чувствовала себя убыточной для семьи», — говорит она. Итальянский она выучила быстро благодаря общим латинским корням с румынским. «Сначала я всего боялась, приехала со своей наволочкой, полотенцем, зубной щеткой. А мне отдельную комнату дали, и даже отдельную ванную, а там все — и полотенце, и щетка!»

Ей очень импонирует итальянское почитание родителей. «На праздники всей семьей собираются, стариков навещают». И мрачнеет: «Неправильно это. Я там за старушками ухаживаю, а сама думаю — а за моими родителями кто будет ухаживать?» Лидия подумывает о переезде в Италию насовсем, всей семьей. Ради детей. «Я не хочу, чтобы у них была такая жизнь, как у меня сейчас», — говорит она.

В будущее Молдавии она не верит.

15-ЛЕТНЯЯ МАРИНА (СЛЕВА) в одиночку заботится о 12-летнем брате и восьмилетней сестре. Мама работает уборщицей в Болонье и Падуе, папа — на стройке в Москве...





...дети живут одни последние пять лет. Лишь недавно родители начали присылать деньги, на которые они сперва должны оплатить мамини долги в деревне

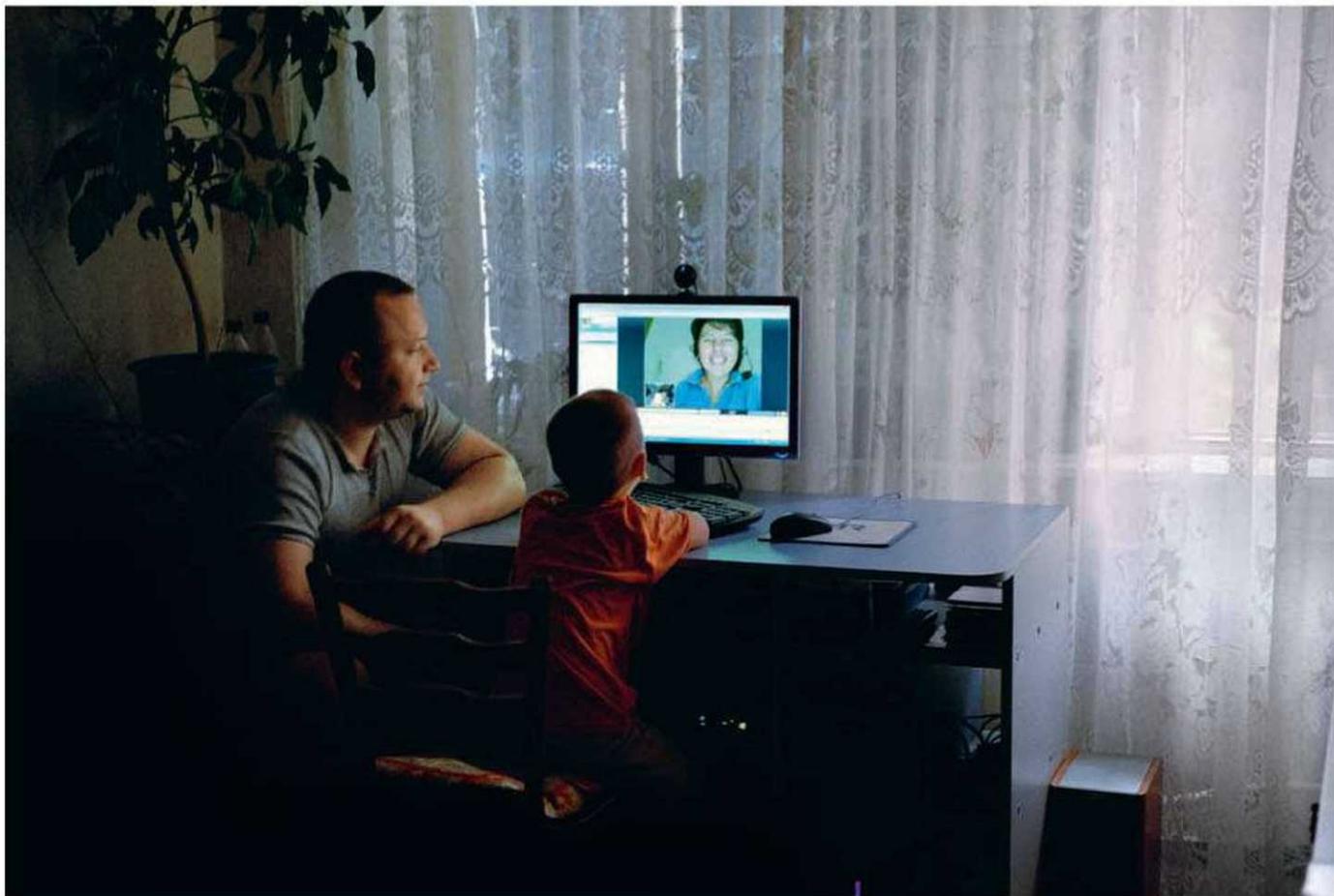
- Массовый отъезд из страны трудоспособного населения вызывает серьезное беспокойство у правительства. «Огромной проблемой» называет нынешнюю ситуацию премьер-министр Молдавии Влад Филат. Его партия либеральных демократов получила 30 процентов голосов на парламентских выборах в ноябре 2010 года. Однако этого недостаточно, чтобы избрать президента, не вступая в коалицию с коммунистами, которые получили 40 процентов голосов.

Раздираемая парламентскими противоречиями, Молдавия живет без президента с сентября 2009 года, когда четыре парламентские партии впервые не смогли договориться об общем курсе. Куда идти маленькой, но гордой Молдавии, которая не может выжить в одиночку? В сторону России и СНГ, как призывают коммунисты? Или соединиться с «Матерью-Румынией», как предлагают либералы во главе с прорумынски настроенным спикером парламента Михаем Гимпу? Можно ли вывести страну из кризиса с помощью вступления в Европейский союз, как предлагают либеральные демократы во главе с Филатом?

41-летний Филат занимает должность премьер-министра Молдавии с 2009 года. У него усталое лицо человека, у которого много забот. Комната для встреч с прессой в здании правительства Молдавии напоминает чиновничьи кабинеты времен СССР: на окнах зеленые бархатные портьеры, на пустом столе — растения в горшках. Он здоровается по-русски, но говорит с журналистами на румынском. «Модернизация — это и есть европеизация», — заявляет он. У его партии есть конкретный план решения проблемы безработицы: создание рабочих мест, привлечение инвестиций из-за рубежа, модернизация экономики.

Пока же «конкретный план» по созданию рабочих мест в стране существ-





твует только в качестве предвыборного обещания. Реальной же помощью гражданам Молдавии стало облегчение визового режима с Румынией — молдаванам теперь проще ездить туда на заработки. К тому же большая часть молдаван имеет право на получение российского, украинского или румынского гражданства, в зависимости от места и времени рождения родителей.

Большинство граждан этим правом уже воспользовалось. Страна пустеет.

Назад возвращаются единицы. Например, Раду Татару, 28-летний видеодизайнер на телеканале «Публика-ТВ». Проработав девять лет в Италии официантом и разнорабочим и купив в кредит квартиру под Падуей, Раду в одночасье собрался на родину, забрав с собой жену и детей. «Я понял, что в Италии я всегда буду человеком второго сорта. И вернулся в Молдавию ради своего роста, возможностей, которые у меня есть только в Молдавии».

В Италии Раду работал на двух работах: в ресторане до двух ночи, а потом с семи утра на фирме, которая ставила строительные леса. Спал по пять часов. «Я сказал хозяину строительной фирмы — отправь меня учиться, я хочу стать инженером. Тот ответил — ты молдаванин, твое место здесь». Раду обиделся, бросил стройку и перешел на полный рабочий день в ресторан. Но когда он захотел повышения квалификации там, получил тот же ответ. «В тот день я вернулся с работы и сказал жене: дорогая, мы едем домой!»

Теперь он зарабатывает в шесть раз меньше, чем в Италии. Зато ему интересно работать, говорит он. На нем вельветовый пиджак, джинсы и рубашка, очки в изящной оправе. На руке — золотой браслет. «Хоть чело-

Светлана уехала в Италию четыре года назад и видит теперь сына только через «Скайп». Журналистка по образованию, она работает уборщицей. И говорит, что не может представить себе жизни в Молдавии...



*...ее муж **Ион** работает на мебельной фабрике в Кишиневе. Он в одиночку воспитывает четырехлетнего Артемия*

веком себя чувствую, одеваться нормально могу, не в фартук и не в строительную робу», — объясняет он.

И все же его случай — единичный. «Я из Кишинева, только поэтому я и вернулся. Если бы был из деревни, наверное, не поехал бы назад. Здесь асфальт и горячая вода, а в селе — непролазная грязь». Радую уверен, что рано или поздно молдаване вернуться в свою страну.

РАБОТЫ НЕТ И НЕ БУДЕТ, считает соседка Лидии 55-летняя Людмила. Грузная женщина в синем спортивном костюме, с выкрашенной кной «химией» и золотыми зубами, она развешивает во дворе пододеяльники для просушки. «Да вы заходите», — кивает она в сторону крошечной кухни.

На столе лежит липкая клеенка, на ней — разнокалиберные чашки. Муж у Лидии инвалид, две дочери и сын уехали на заработки в Португалию. Семилетняя внучка Патриция — бледная, коротко стриженная девочка — застенчиво смотрит на гостей. Она живет с бабушкой уже третий год, маму последний раз видела год назад. Мама звонит, но не так часто, как хотелось бы. И присылает деньги — но не так много, как нужно. «Иногда оглянусь вокруг, и так грустно становится — где мои дети? — говорит Людмила. — Хорошо, хоть внучка со мной». Но внучка уже забывает маму, называет мамой бабушку.

В будущее Молдавии Людмила не верит. На выборах она голосовала за коммунистов, но при этом хочет, чтобы ее страна вступила в Евросоюз. Людмила олицетворяет парадоксальное мышление большей части молдавского населения. 40 процентов молдаван голосуют за коммунистов, при этом две трети населения страны выступают за евроинтеграцию. Людмила объясняет это так: «Если Молдавию примут в ЕС, мы сможем без виз ездить навещать детей. Ведь домой они уже точно не вернуться». ■

Молдавия и басня Крылова



ТЕКСТ: ОКАВИАН ЦЫКУ

Когда мы все жили в Советском Союзе, наша республика ассоциировалась с вином «Букет Молдавии» и словосочетанием «цветущий сад». В советском мифе о Молдавии присутствовали виноградные гроздья, черноокие красавицы с лентами в волосах и беззаботные крестьяне — любители принять гостей и станцевать возле ломящихся от яств столов. Похожие на советский кинофильм, эти времена канули в Лету одновременно с распадом СССР. Проснувшись в своей маленькой стране на следующий день после обретения независимости, молдаване обнаружили огромное количество проблем. И хотя два десятилетия спустя они по-прежнему пьют «Букет Молдавии» и танцуют «молдовеняску», сегодня мало что здесь напоминает о цветущем саде.

По самым пессимистичным, но вполне реальным статистическим данным, Молдавия считается самой бедной страной Европы. Здесь новая элита, наспех набран-

ная из бывших советских номенклатурщиков, руководит делами в стране, оставив «простым смертным» совсем немного альтернатив для устройства своего будущего. Как и в других «сестрах по несчастью» — бывших республиках СССР, в Молдавии появились социальные и экономические контрасты, при которых одним хватает на новые автомобили и дорогие рестораны, а другим не хватает на гвозди для телег и на хлеб.

Будучи аграрной страной, Молдавия оставила своим жителям три возможности для выживания: вернуться «лицом к земле» и, как предки, пахать землю на лошади; уехать в разные стороны света в поисках лучшей жизни или как-то попытаться приспособиться в джунглях рынка. В стране, разорванной войной на две части, процветают преступность и коррупция. Стоит ли удивляться, что «цветущая» картина из «счастливой советской эпохи» нет-нет да и всплывает в снах некоторых молдаван.

GEO АВТОР

ОКАВИАН ЦЫКУ — доктор исторических наук, директор Института истории и политологии Международного независимого университета Молдавии. Это эссе он написал специально для GEO Россия.

Одни предпочли от этих воспоминаний отмахнуться и, оставив семью и дом, отправиться на Запад или Восток в надежде на «авось», который исторически уже не раз помогал нам выживать. Другие попытались возродить «советский сон», проголосовав на выборах за коммунистов, обещавших вернуть «светлое прошлое», в котором колбаса стоила два рубля двадцать копеек. Но молдавские неокommунисты, хотя восемь лет носили венки к памятнику Ленину, в освоении рыночных механизмов оказались даже талантливей своих классовых врагов, оставив народу «разбитые корыта» и вечный вопрос «что делать?»

Понять произошедшее в Молдавии невозможно, не зная истории. «Кто мы?» и «откуда пришли?» — не те вопросы, которые сегодня могут возникнуть у немцев, американцев или японцев. Тем не менее это — повседневные мучительные размышления для самих молдаван. Последовательно звавшиеся то «бессарабцами», то «румынами», до 1991 года молдаване никогда не жили в собственной, независимой стране. Будучи частью Молдавского княжества, территория современной Молдавии была аннексирована Российской империей в 1812 году, вернулась к Румынии в 1918-м и перешла к Советскому Союзу в 1940 году по пакту Молотова-Риббентропа. В советское время население республики увеличилось на 600 000 украинцев и почти столько же русских. Ну и кем в результате должен считать себя человек, у которого, как в анекдоте: «Папа — русский, мама — украинка. А Иван? Молдаван!»

Обсуждая проблему национальной идентичности, молдаване делятся на два лагеря. Одни считают себя румынами и хотят вернуться к Румынии-маме, а сама Румыния желает иногда больше на словах, чем на деле, принять своих блудных сынов и дочерей. Другие считают себя отдельным, хотя и родственным румынам, народом.

«Лебедь тянет страну в сторону Румынии, рак — в сторону России, а щука — Молдавия — пытается удержаться на месте»

«Мы два разных народа, хоть говорим на одном языке», — настаивают сторонники независимости. Политический казус с языком дошел до того, что наш государственный язык называется в Конституции «молдавским», являясь по сути своей румынским. Однако в школах он изучается как «румынский».

В то же время у Молдавии «русское лицо», как однажды выразился американский историк Чарльз Кинг. Я бы добавил — русское лицо с советскими чертами. Поезжайте по стране — и вы легко обнаружите «русский след».

Старейшие здания в Кишиневе были построены во времена империи Романовых, не говоря уже о соцреализме архитектуры молдавских городов и сел. Главные города страны — Бельцы и Кишинев — основные места проживания русского населения, очень влиятельного в экономическом отношении.

В стране чувствуется сильное присутствие русского языка и культуры, многие наши граждане смотрят российские телеканалы, читают российские газеты.

Занозой сидит в молдавском самосознании проблема Приднестровья — самопровозглашенного государства, до сих пор не признанного ни одной страной мира. Территория на левом берегу Днестра выдвигает лозунг: «Приднестровье — русская земля», хотя Молдавия продолжает считать ее своей частью.

Вот так и живем. Словно ожившая басня Крылова, в которой лебедь тянет страну в сторону Румынии, рак — в сторону России, а щука — Молдавия пытается удержаться на месте. К сожалению, как показали парламентские выборы в ноябре 2010 года, «воз и ныне там». Ведь даже политические партии в Молдавии не политические, а геополитические. Они предлагают кто западный, кто восточный вектор, то объединение с Румынией, то ориентацию на Россию.

Может быть, единственная идея, которая объединяет в Молдавии всех — и бизнес-элиты и коммунистов-пенсионеров, — перспектива европейской интеграции, которая по-разному олицетворяет ожидания молдаван: для некоторых это возможность жить с румынскими братьями в едином европейском пространстве, для других — безвизовый доступ на рабочие рынки Италии, Португалии и Германии, для третьих — получение европейских денег и стимула для внутреннего реформирования страны. Европа пообещала, что готова принять молдаван, хоть и не с распростертыми объятиями... А многих она уже приняла, кого нелегально, кого через румынские паспорта. Казалось бы, осталось сделать один-единственный шаг для того, чтобы войти в Европу. Но увы — лебедь, рак и щука по-прежнему тянут воз нашей хрупкой государственности в разные стороны. Оттого он и «ныне там». ■



БОЙКОЕ МЕСТО

ТЕКСТ: ЮЛИЯ ЗЕМЦОВА
ФОТО: АЛЕКСАНДР ИВАНОВ



Каждый год на озеро Маныч-Гудило на юге России слетаются сотни тысяч перелетных птиц. Здесь, на границе Калмыкии, Ростовской области и Ставропольского края, они делают временную остановку или остаются на все лето, пока их птенцы не научатся летать



ОКРЕСТНОСТИ ОЗЕРА МАНЫЧ – степи и сельскохозяйственные поля. Ни одного деревца на многие километры вокруг



НАРЯДИТЬ НЕВЕСТУ в гуцульском стиле — задача не из легких. Тут требуется помощь специально приглашенной мастерицы. «У нас в селе только три человека могут правильно нарядить невесту», — говорит пани Мария (справа)



КРАЧКА ЧЕГРАВА. Эти птицы занесены в Красную книгу России. Чегравы — самые крупные из крачек, длина их туловища превышает полметра





Несколько тысяч лет назад пролив соединял Черное и Каспийское моря. Но со временем он обмелел, оставив несколько озер в степи, соединенных между собой. Озеро Маныч-Гудило — самое большое из них.

«Маныч» в переводе с тюркского означает «солёный». Вода в этом озере более солёная, чем в море. На его берегах почти не растут кустарники и камыши. Круглый год здесь дуют сильные степные ветры, поднимая на водной глади высокие волны. Из этого завывания ветра и гула беспокойной воды и родилось второе название озера — Гудило.

Красоту Маныча называют суровой, но каждую весну это озеро оживает и превращается в птичий базар. Сотни тысяч птиц, возвращаясь с зимовки, останавливаются здесь: одни на несколько дней, а другие на все лето. С тех пор как в середине двадцатого века здесь было создано водохранилище,

Маныч стал одним из важнейших мест их обитания.

«В степных водоемах, как правило, от года к году сильно колеблется уровень воды, и это мешает птицам выбирать их в качестве постоянных мест гнездования. В озере Маныч этот уровень поддерживается искусственно, поэтому птицы прилетают сюда каждый год», — рассказывает орнитолог Павел Квартальнов, научный сотрудник биологического факультета МГУ.

На озере Маныч у птиц почти нет естественных врагов. Водоплавающие птицы (пеликаны, чайки, крачки), которые прилетают сюда на все лето, гнездятся на удаленных островках, куда не могут добраться волки и лисы с берега. Птицы-хищники — ястребы и луни — охотятся на мелких воробьев, а орлан-белохвост выискивает в чужих стаях больных и ослабленных птиц. Иногда хулиганят чайки — главные любите-

Для розовых пеликанов озеро Маныч — единственное постоянное место гнездования в России



Снимать диких птиц сложно, поэтому фотограф прячется в специально построенном для него домике

ли поживиться оставленными без присмотра яйцами и едва вылупившимся потомством.

Но главный враг пернатых на озере Маныч — человек. Местные жители разоряют птичьи гнезда, собирая яйца даже самых редких птиц, занесенных в Красную книгу, на корм домашнему скоту.



Для розового и кудрявого пеликанов уединенные островки — важнейшее условие гнездования. На одном из таких островков оборудован маленький домик для фотографов, которые приезжают сюда летом на фотоохоту.

Приплывать сюда можно только ночью — пеликаны боятся людей. Когда они видят поблизости человека, сразу же поднимаются в воздух и долго кружат над островом, боясь приземлиться. А это — верная смерть для их птенцов, которые еще не умеют летать или даже вообще не вылупились из яиц. «Сразу же налетят»



чайки или бакланы, разорят гнезда пеликанов и погубят их выводок», — объясняет фотограф Александр Иванов.

По его словам, «в быту» эти птицы — крайне дисциплинированные существа. «Их гнездовье — как своеобразный кемпинг, где никто не сидит без дела. Одни учат птенцов, другие летают за едой, третьи кружат над островом, проверяют, все ли в порядке», — говорит фотограф.

Жарким днем пеликаны спят. А ближе к вечеру, когда жара спадает, начинается самое интересное. Вдоль берега бежит взрослый пеликан и машет крыльями. Следом за ним семенит детеныш, старательно повторяя все движения. Взлететь у него не получается: маленькому пеликанчику еще нет и двух месяцев, его крылья совсем слабы и в первый полет он отправится не скоро. Но малыш не расстраивается, глядя, как его родитель взмывает в небеса. Добежав

до «финиша», он разворачивается и снова торопится к старту.

«Урок летного мастерства» проходит несколько раз в день. Часто обучение сочетается с кормежкой: взрослый пеликан убегает от малыша, держа в клюве пойманную рыбу — награду для ученика.

По команде детеныши сбиваются в одну большую стайку: скоро стемнеет, и пеликанам пора отправляться ночевать на другой остров. Малыши, которые еще не умеют летать, добираются до острова вплавь. Их плотным кольцом окружают несколько взрослых, и так, под защитой, птенцы переправляются на другой берег.

Куда летят птицы, останавливающиеся на берегах Маныча? На зимовку на Черное, Каспийское и Средиземное моря, в дельту Нила. Также здесь пролетают птицы, направляющиеся в Экваториальную Африку и даже в Индию, как, например, некоторые камы-

Колпицы. В полете эти птицы похожи на аистов — они летят, вытянув вперед шею

Почти в каждом гуцульском селе есть церковь: русская православная, киевского патриархата или греко-католическая



Раз в году расцветают дикие тюльпаны, и калмыцкие степи превращаются в пестрый ковер

шовки. Возвращаясь с зимовки, эти птицы летят на гнездование в тундру и тайгу. А кто-то остается вить гнезда здесь. «Маныч — очень удобное место для изучения биологии колониальных видов околоводных птиц, например пеликанов и чаек. Тут обитает самая крупная чайка в мире — черноголовый хохотун, очень редкая крачка чеграва», — поясняет орнитолог Павел Квартальнов.

Еды на Маныче хватает всем птицам — и мимолетным гостям, и тем, кто живет здесь с ранней весны до поздней осени. Неподалеку расположено множество небольших озер, богатых рыбой, до которых птицам всего несколько минут лету. Некоторые пернатые, например черноголовый хохотун, помимо рыбы могут питаться и береговой живностью: мышами и сусликами. Гуси и казарки, которые рыбу не едят вообще, летают кормиться на близлежащие сельскохозяйственные поля.

САМЫЕ ОЖИВЛЕННЫЕ МЕСЯЦЫ ЗДЕСЬ — март-апрель и октябрь-ноябрь. В это время здесь больше всего птиц, летящих с зимовки или на зимовку. Гнездование постоянных обитателей Маныча продолжается с мая по сентябрь.

Из гнездящихся на Маныче птиц пеликаны улетают одними из первых. Их дети выросли, окрепли и в будущем году сами вернутся сюда в качестве родителей. Вот только домик фотографа не выжил: в августе его разграбили местные жители.

Зимой воды Маныча покрываются льдом. Птичий гомон замолкает, все разлетается по разным концам света. Но уже в апреле степные просторы оживут и окрасятся в дурманящие цвета распустившихся тюльпанов. А берега озера снова заполонят птицы-путешественники, чтобы поделиться друг с другом свежими новостями и нырнуть с головой в эту дикую красоту. **■**



КТО ХИИ ГОРНЫХ ДУХОВ

Сможет ли Хакасия развить туризм, защитив свои природные богатства и культурное наследие кочевого народа?

ТЕКСТ: ЕЛЕНА СОБОЛЕВА
ФОТО: АЛЕКСАНДР КУЗНЕЦОВ, ЕЛЕНА СОБОЛЕВА



КУРГАН ТЕГЕЙ ПОЗВАЛ ЕЕ, ГОВОРИТ ЕФРОСИНИЯ САГАЛАКОВА. В шаманском трансе она выяснила, что в кургане похоронена женщина царского рода. Шаман приносит духам кургана хлеб, молочные продукты и вареное мясо. «Стоит духам попробовать сырого мяса, они не отпускают шамана, требуя новой крови», — говорит Ефросиния Ефимовна





Нарядить невесту в гуцульском стиле — задача не из легких. Тут требуется помощь специально приглашенной мастерицы. «У нас в селе только три человека могут правильно нарядить невесту», — говорит пани Мария (справа)



ЦВЕТУЩИЕ ИРИСЫ по дороге от села Казановка на турбазу
«Кюг», что в переводе с хакасского означает «радость»





Над курганом Тегей поднимается солнце, осенняя степь загорается желтым. Из-под куста вспархивает стая куропаток, лиса с мышью в зубах оранжевой молнией пронесется к норе. Семь каменных изваяний — каждое выше человеческого роста, — поставленные в круг неизвестными древними строителями, отбрасывают на траву длинные тени. Ефросиния Сагалакова достает из глиняной миски хлеб, размоченный в молоке. Лапки соболя на ее красном платье треплет степной ветер; на бисерном нагруднике позвякивают «чылан-мас» — ракушки-каури, традиционное хакасское украшение. Она трижды обходит самый высокий камень против часовой стрелки и кидает кусочки хлеба на землю. Это — жертвоприношение духам кургана.

По первой профессии 60-летняя Ефросиния Ефимовна — бухгалтер, но последние 20 лет ее не

занимают квартальные отчеты. Сегодня шаман лечит больных, призывает дожди и дружит с духами. Как это делали ее хакасские предки из века в век.

ХАКАСЫ — древний кочевой народ юга Сибири, корни которого уходят в горно-степные просторы Центральной Азии. Населявшие долину среднего Енисея испокон веков предки современных хакасов — кыргызы и тагарцы — оставили память о себе в виде нескольких тысяч могильных курганов, каменные островерхие остатки которых сейчас так же привычны в степи, как и табуны лошадей, пасущихся рядом.

Самый большой курган — Салбык, в 60 километрах к северо-западу от столицы республики Абакана, после раскопок 1956 года стал музеем. Предполагаемая дата строительства 30-метровой пирамиды кургана, от которой сохранилась каменная ограда из

Салбыкский курган — самый грандиозный мегалитический памятник Сибири, место погребения могущественного вождя. По монументальности курган стоит в одном ряду со Стоунхенджем



Кони были испокон веков и транспортом, и пищей, и объектом поклонения

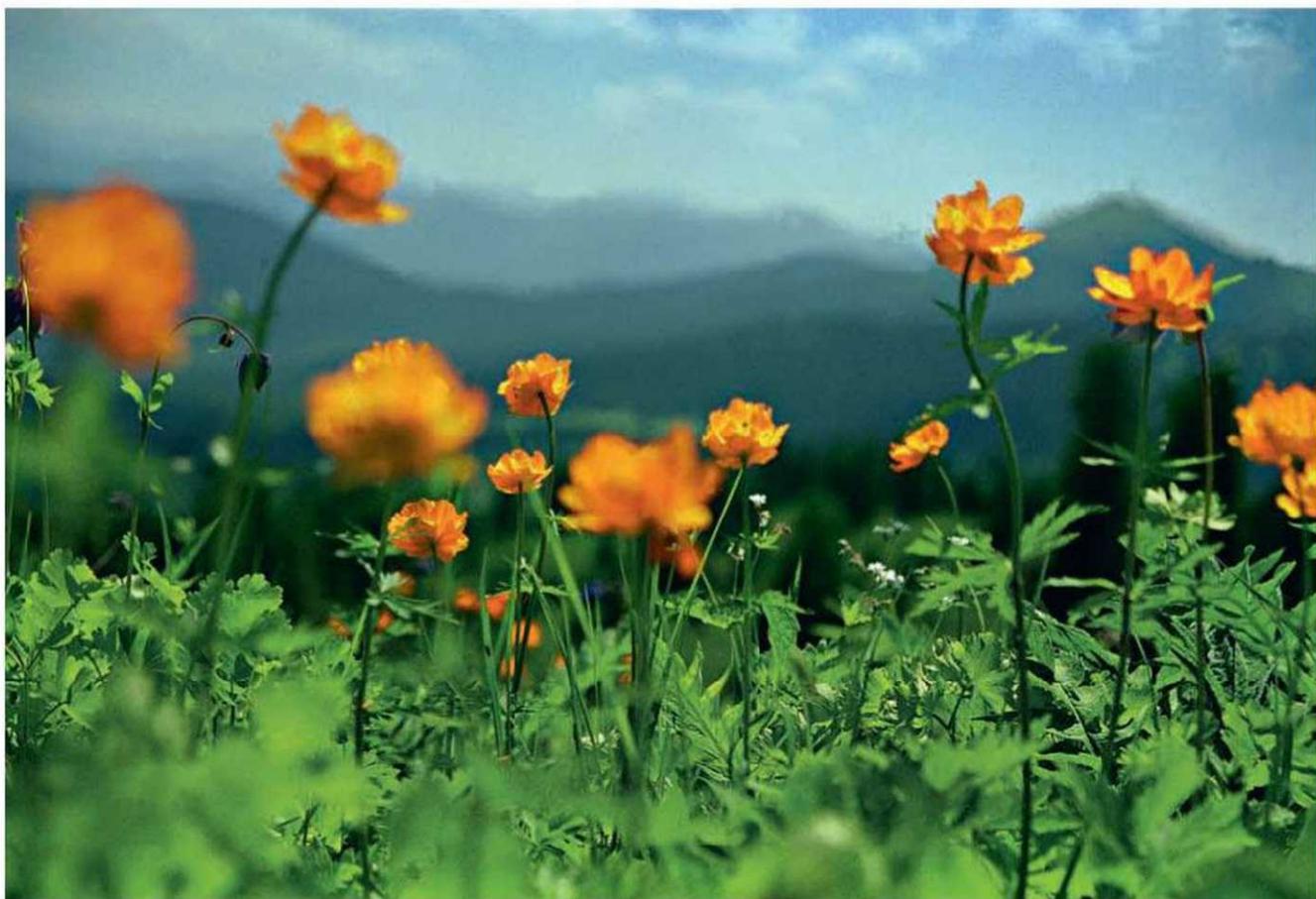
50-тонных камней — пятый век до нашей эры. Точно неизвестно, что за древние строители воздвигли каменные изваяния, некоторые из них не уступают по возрасту Стоунхенджу. Самое известное — трехметровая Каменная старуха — ныне находится в специально построенной для нее стеклянной юрте в Аскизском районе. Высеченная из серого песчаника, с черной косой и грубым лицом, она была жертвенным идолом, с которым делились пищей в течение шести тысячелетий.

«Цивилизации приходят и уходят, а земля остается. Поэтому хакасы всегда преклонялись перед природой, не нарушали ее законов. Дружили с духами и жили в гармонии с силами природы», — говорит Ефросиния Ефимовна.

На стене ее жарко натопленной юрты из лиственницы, что стоит во дворе обычного деревенского дома в селе Аршаново в 55 километрах от Абакана, рядом с туш-

ками сов и глухарей висит семейное древо, прослеженное до XVI века, нарисованное фломастерами на ватмане. Предок Пюрюстей был очень сильным шаманом. Ефросиния Ефимовна говорит, что свой дар она чувствовала всегда: когда училась, готовила только один экзаменационный билет, зная заранее, какой вытянет. Своих детей лечила пением; потом начала предсказывать внешность людей, которые к ней придут, содержание писем, которые получит. Когда ей было сорок лет, она во сне начала входить в транс — ее колотило и тряслась голова. Родовой шаман сказал, что духи требуют, чтобы она с ними «работала», и что ей нужен бубен, с помощью которого она сможет «контролировать духов».

Сегодня у нее два бубна — из шкур косули и медведя. С ними она проводит «обряды очищения», которыми не гнушается даже деловая элита Хакасии.



Весенний пейзаж с «жарками», как здесь называют оранжевые цветы купальницы

Прошлое и настоящее неразрывно переплетаются в сознании хакасов. Да и современным жителям республики, 80 процентов которых составляют русские, древние верования пришлись по душе. Проходящие мимо тотемного столба или березы редко когда не остановятся повязать на них разноцветные ленточки — «чаламу». Синий означает небо, красный — огонь, белый — чистые помыслы. Чаламу повязывают даже на диски автомобилей — от глаза и для предупреждения аварийности. А на горнолыжном курорте «Гладенькая» в начале каждого сезона и вовсе приглашают шамана — ту же Ефросинию Ефимовну — провести ритуал, чтобы снега было побольше, а травм поменьше.

Превращение горы Гладенькая у Саяногорска в курорт международного масштаба — один из проектов министерства туризма. У подножия горы уже построен

отель на манер швейцарского шале, запущен новый кресельный подъемник, планируется открытие горнолыжной школы. Руководство республики разглядело перспективы непромышленного освоения сибирской земли — и выделило на развитие туризма 61 миллион рублей — в 17 раз больше, чем в 2008 году.

Большая часть этой суммы будет потрачена на рекламу. Хакасия потрясает своей неизвестностью в мире, при наличии чуть ли не 30 000 археологических памятников, многие из которых древнее египетских пирамид.

Например, в местности Сундуки, состоящей из восьми возвышенностей, находится единственная в России астрономическая обсерватория, древность которой беспрецедентна для всей Азии — 16 000 лет! Здесь жрецы-астрономы устанавливали закономерности круговоротов небесных светил и рассчитывали время солнечных

ГОРА ЧЕТВЕРТЫЙ СУНДУК – сиена, иллюстрирующая приключение героя в Нижнем мире, куда он попал после смерти. Богатырь принес великим богам жертвенного лося, и они позволяют ему покинуть мир инобытия. Эта картина была выбита жрецом-художником более 2000 лет назад







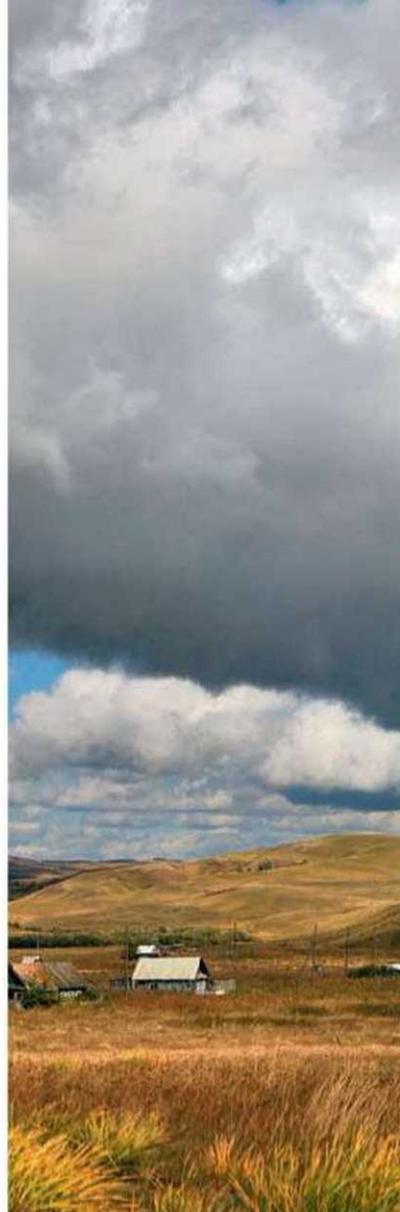
ИВАНОВСКИЕ ОЗЕРА В ОРДЖОНИКИДЗЕВСКОМ РАЙОНЕ ХАКАСИИ.
Снег остается в горах до июля благодаря близости воды. В
конце июля прошлого года здесь проходило летнее первен-
ство по горнолыжному спорту

затмений. С этим памятником связаны скальные храмы двухтысячелетней давности, на каменных «полотнах» которых вырезаны «петроглифы» — рисунки, иллюстрирующие эпизоды жизни древних людей: жреца, вычисляющего положение планет с помощью жезла, воина, погибающего от стрелы врага, встречу человека с духами Нижнего мира, куда он попадает после смерти.

«ХАКАСИЯ — это музей под открытым небом!» — говорит Валерий Денщик, министр спорта, туризма и молодежной политики республики, совершенно седой, но моложавый и энергичный в свои 58 лет. Заслуженный тренер России по велоспорту, он два года занимает министерский пост. «Такая красивая земля должна зарабатывать туризмом! — продолжает Денщик. — И доходы от туризма должны быть не меньше, чем от Саяногорского алюминиевого завода». Сегодня завод и Саяно-Шушенская ГЭС — основные источники дохода республиканской казны.

Планы министерства грандиозны: здесь и открытие грязевых курортов на Ширинских озерах, и строительство трассы для биатлона, и горнолыжный курорт на Ивановских озерах. Пока же туристы осваивают природные красоты республики самостоятельно. На Ширинских озерах, например, за 40 дней короткого северного лета 2009 года отдохнуло 855 000 туристов с палатками. «Дикий туризм существует давно, но он безобразный. Много народу гибнет, особенно зимой. Лезут в кроссовках за красотой, а там тайга. Без жесткого контроля развитие туризма невозможно», — говорит Денщик.

«Здесь будут четырехзвездочные шале, тут — баня и автостоянка, а здесь — кемпинг с мангалами», — показывает 33-летний Александр Пермяков, заместитель директора автономного учреждения «Озера Хакасии». Шведские снегоходы, подъемники на горе... Амби-



В поселке *Верх-Киндира* живут три сотни человек

циозные планы звучат пока фантастически. Вокруг на десятки километров только тайга. Поздней осенью здесь до трех метров снега, и мы чуть не переворачиваемся, штурмуя гору на «Уазике» — единственном транспорте, позволяющем справляться с бездорожьем. Бросив «Уазик», мы два километра поднимаемся в гору пешком, проваливаясь по колено в сугробы. Александр краснеет и сопит от напряжения, но не сдаётся: «Ивановские озера — захватывающая красота, ее нужно увидеть обязательно!»

Четыре озера окружают сравнительно невысокие — около 1300 метров — горы. Но за счет близости озер на горах летом сохраняются ледники, и поэтому даже в июле на вершинах лежит снег, хотя вся долина покрыта травой. Снег в июле делает район Ивановских озер уникальным местом



для летнего катания на горных лыжах.

Сейчас здесь нет ничего, кроме пары деревянных туалетов. Посреди тайги они выглядят смешными и ненужными. На самой горе с библейским названием Арарат стоит примитивная бугельная система, запускаемая двигателем от трактора. Но уже через год, если верить Александру, «здесь будет город-сад».

Ноябрьское солнце расписывает белоснежный наст полосами синих теней берез. На километры вокруг не видно следов человека. Зато на снежном поле плетут узоры зайцы, соболи и россомахи. Вот глубокие ямы. «Лиса мышковала, — поясняет Александр. — Чтобы пробить такой прочный наст, надо подпрыгивать почти на метр». Таежную тишину прерывает только шуршание падающих с деревьев снежных пластов.

Может, лучше все оставить как есть? Сохранить красоту нетронутой? «Нет, — отвечает Александр. — Туристы с палатками все равно приезжают, жгут костры, оставляют после себя тонны мусора. С одних только Ивановских озер мы вывезли три грузовика пластиковых бутылок и пакетов».

С уборки мусора началось и благоустройство территории озера Беле — крупнейшего водоема Хакасии. Его берег на расстоянии 300 метров от кромки воды обкопан рвами — чтобы не подъезжали на машинах. К столбам линии электропередач прибиты доски с надписями краской «Жилье» и номерами телефонов. Руководство «Озер Хакасии» хочет если не бороться с диким отдыхом, то хотя бы перевести его в более цивилизованное русло. Летом здесь яблоку негде упасть. Как и на других озерах — Шира, Итколь или

Черное. Сколько в Хакасии озер, никто точно не знает — одни говорят 300, другие — более тысячи. Некоторые из этих озер пресные, некоторые — соленые и целебные, как озеро Беле. Оно даже пахнет, как море и, как на море, на нем не видно другого берега.

В озера, под лед, если верить хакасским легендам, с наступлением осени уходят водные духи. «Духи гор скрываются в пещеры, духи воздуха улетают в небо», — рассказывает шаман Ефросиния Сагалакова. Они уходят, чтобы вернуться во время праздника весеннего равноденствия. «Когда природа пробуждается, хакасы вспоминают, что человек может выжить только в согласии со своей землей», — продолжает она. Может быть, республика прислушается к древней мудрости и сможет развить туризм, не разрушив своих природных богатств? ■

Saber
на правах рекламы
TIM PIU
ender перисотера

earn
more
aktar
tim
informa
DS MEHR FAZLA
earn aprender
ne perisotera
BILGI
INFORMACIÓN
APRENDEMÁS
aprendi di più



ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЙ
ТЕЛЕКАНАЛ
МОЯ ПЛАНЕТА
www.moya-planeta.ru

PISSOTERA
oghlaim
più apprendi di più
знай
ольше
FAZLA Erfahren
отера
aprender
NDEMÁS
kujifurza más



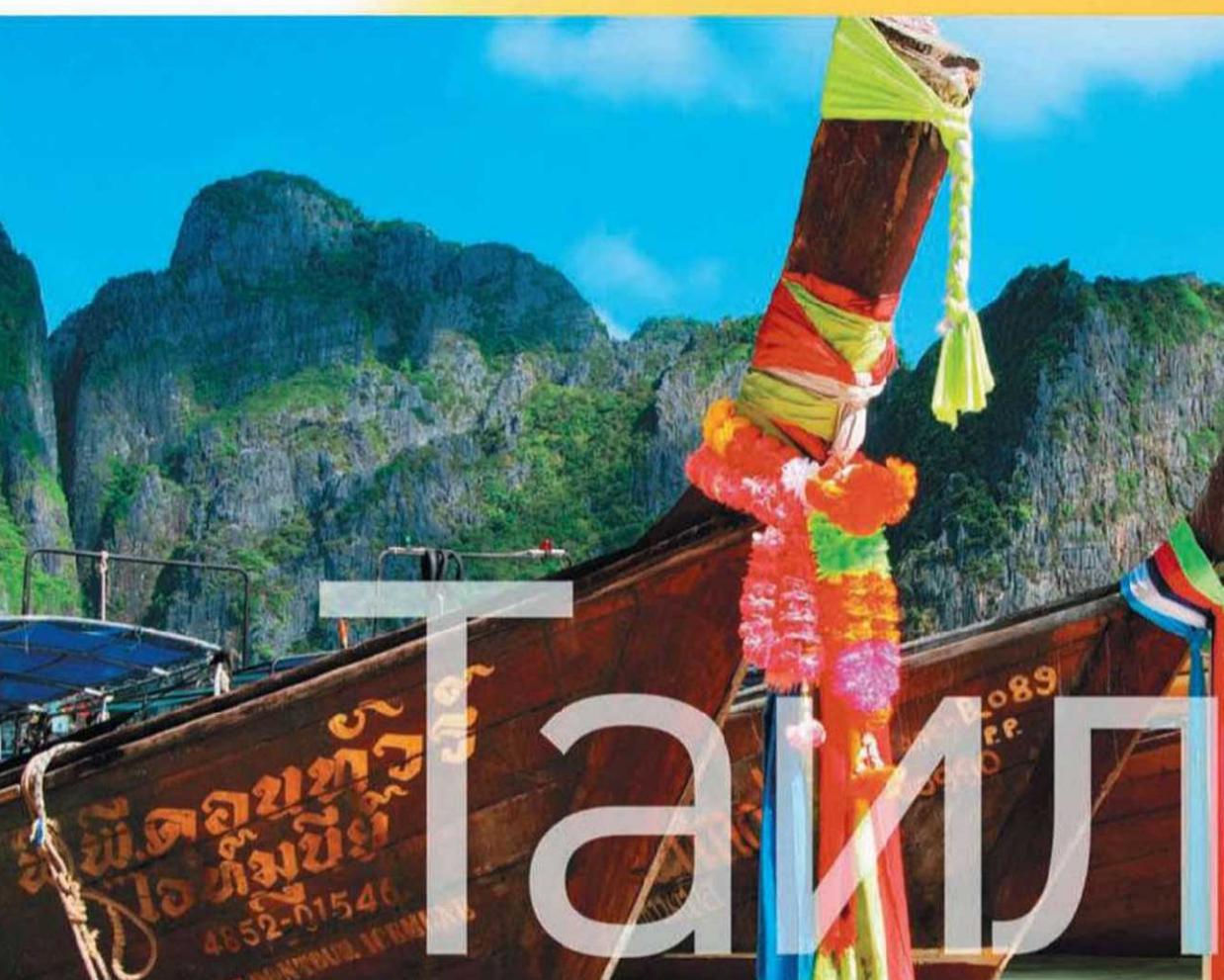
**Автор и ведущий
телеканала
«Моя Планета»
Андрей Понкратов:**

«Мой прожект называется
«Человек мира». Но не по-
тому он так называется, что
я могу ездить без загранич-
ного паспорта и виз по разным
странам, а потому, что много
приходится плавать, летать,

скакать, катиться, бежать, идти, а так же общаться, встречаться, от-
слеживать, наблюдать и слушать, заселяться, заводить знакомства,
удивляться, пробовать и пр. Может, даже больше, чем остальным.
И это всё мне дико нравится. Хочу, чтобы дорога не кончалась. А в
Таиланд, кстати, виза не нужна. И сбор на вылете в 700 бат платить
не надо. Как туда не ехать?»

**Авторскую программу Андрея Понкратова «Человек мира»
смотрите в марте на телеканале «Моя планета».**

zla
dikujifurza
thém BILGI
tar más
M بحث
mais NIOS
lgi
YZHAI
RENDSPLUS
fazla
s أكثر
more
ZLA
S aktar
TO
MADETE
more
fhoghlaim
S O MEHR Daha



Это не храм и не королевский дворец и даже не дом тайского миллионера. Так богато выглядит пункт общепита, ресторан на 4000 человек



Это пляж о. Ко Пхрал Нак, где снимали фильм «Пляж» с Ди Каприо. Носы лодок тайцы украшают потому, что там живёт дух, который оберегает лодку и пассажиров, обеспечивает достойный улов и, вообще, заработок



Смена караула у королевского дворца в Бангкоке. Пишут, что Николай II прислал тогдашнему королю Сиам русских гвардейцев для охраны. И с тех пор, якобы, королевские гвардейцы ходят в форме николаевского образца. Не знаю. Головные уборы совсем не похожи



Эта жизнерадостная женщина из Бангкока довольна тем, что продает туристический хлам: сувениры, открытки, веера. Она будет счастлива, даже если ничего не продаст. Тайцев рели...

ЧИТАТЕЛИ САЙТА GEO.RU ПРОДОЛЖАЮТ
ПРИСЫЛАТЬ СВОИ ФОТОГРАФИИ, ЛУЧШИЕ ИЗ
КОТОРЫХ ПОПАДАЮТ НА СТРАНИЦЫ ЖУРНАЛА.
В ЭТОМ НОМЕРЕ — СНИМОК ИЗ ИТАЛИИ



«Каждый год весной я приезжаю в Бергамо — город, колоритная атмосфера узких средневековых улочек которого переплетается с торжественным настроением величественных шедевров Ренессанса. И в каждый приезд город открывается с новой стороны. В этот раз в нем развернулся небольшой рынок, на котором главными героями стали производимые в провинции Бергамо сыры. Прилавки, где живописно и щедро возвышались горы золотящихся в лучах солнца сыров, представляли чудесную картину. И теперь при взгляде на снимок вспоминаются изысканные ароматы сыров — с нотами миндаля, молока, свежего сена, зелени, фруктов, — буквально окутавшие площадь прекрасного итальянского города». 📷



АЛЕКСАНДРА ШАПИРО

39 лет
Москва,
журналист
и редактор
Снимок: рынок в Бергамо (Италия)

GEO

РЕДАКЦИОННАЯ ПОДПИСКА

Оформив редакционную подписку, вы получаете каждый номер по привлекательной цене – всего **99 рублей**, включая стоимость доставки.

Первые 20 человек, оформившие подписку на 12 номеров, получат **в подарок** импульсивный женский аромат **Covet Pure Bloom** от Sarah Jessica Parker.

Sarah Jessica Parker Covet Pure Bloom

Когда привычные букеты цветов начинают утомлять, и уже хочется чего-то особенного, немного экзотичного, немного дерзкого, немного восточного, и, безусловно, очень женственного, вас окутывает пышное облако бесподобных и опьяняющих ароматов. Covet Pure Bloom – это идеальные цветы желаний!

Обращаем Ваше внимание, что для оплаты подписки и товаров клуба GEO, необходимо воспользоваться новыми платежными реквизитами! Реквизиты из предыдущих номеров недействительны!



* Предложение действительно до 31 марта 2011 года. Призы получат первые 20 человек, оформившие подписку на год. Для получения подарка отправьте письмо с копией оглаченной квитанции на адрес podpiska@axelspringer.ru.

Извещение

GEO

ПОДПИСКА ДЛЯ ЧАСТНЫХ ЛИЦ

Кассир

ЗАО «Аксель Шпрингер Раша» ИНН 7716236112
Расчетный счет 40702810800102100907 в ЗАО «Коммерцбанк (Евразия)»
БИК 044525105 КПП 771601001
Корреспондентский счет 30101810300000000105

Индекс: _____ Адрес: _____

Ф.И.О.: _____

Вид платежа	Дата	Сумма
Подписка на GEO на ___ месяцев		
Товары клуба GEO		

Подпись плательщика _____

60211

Форма № ПД-4

Бланк-заказ подписки на журнал GEO

Ф.И.О. _____
Индекс _____
Область, район _____
Город _____
Улица _____
Дом _____ Корпус _____
Квартира/офис _____
Телефон _____ Дата рождения _____
E-mail _____

- Да, я подписываюсь на 6 номеров GEO с марта 2011 и плачу 594 руб. **GC06 0211**
- Да, я подписываюсь на 12 номеров GEO с марта 2011 и плачу 1188 руб. **GC12 0211**

Я хочу получать журнал:
 в свой почтовый ящик в отделение связи

- Чтобы оформить подписку вам нужно:
- Заполнить прилагаемый бланк-заказ
 - Оплатить стоимость подписки в любом отделении банка или оформить перевод на указанный счёт. Для удобства оплаты используйте квитанцию, опубликованную на данной странице.
 - Отправить заполненный бланк-заказ и квитанцию о переводе денег или их копии по адресу: 150961, г. Ярославль, а/я 55, GEO, или по факсу: 8 800 200 30 10

Наши контакты:
8 800 200 30 10 (звонок бесплатный), e-mail: geo@dzb.ru

Предложение действительно до 31 марта 2011 года
* Цена указана без учета комиссии Сбербанка и почты за перевод денег и авиа тарифа

Квитанция

GEO

ПОДПИСКА ДЛЯ ЧАСТНЫХ ЛИЦ

Кассир

ЗАО «Аксель Шпрингер Раша» ИНН 7716236112
Расчетный счет 40702810800102100907 в ЗАО «Коммерцбанк (Евразия)»
БИК 044525105 КПП 771601001
Корреспондентский счет 30101810300000000105

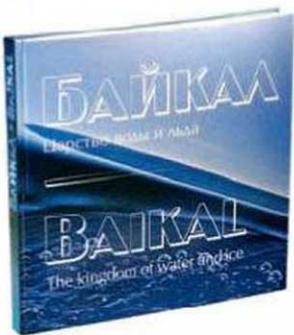
Индекс: _____ Адрес: _____

Ф.И.О.: _____

Вид платежа	Дата	Сумма
Подписка на GEO на ___ месяцев		
Товары клуба GEO		

Подпись плательщика _____

60211



ПРИРОДА

«БАЙКАЛ. ЦАРСТВО ВОДЫ И ЛЬДА». Ольга Каменская «КомпьютерПресс» 2010

Байкал нельзя увидеть, его можно только почувствовать, уверена фотхудожница Ольга Каменская. Здесь, на берегах этого удивительного озера, человек может понять, насколько он силен и слаб одновременно, насколько ничтожны все человеческие проблемы по сравнению с величием и красотой природы, насколько хрупок, незащищен и прекрасен мир.

Как началась работа над этим альбомом?

Идея возникла еще во время моей первой поездки на Байкал в марте 2007 года. Возвращаясь домой, я не нашла ни одного красивого фотоальбома на память. Все, что было в продаже, больше походило на путеводители. И ни одна книжка не вызвала у меня тех чувств, которые захлынули, когда я впервые побывала в этих уникальных местах. Тогда я даже не думала, что вскоре сделаю такой альбом сама. Просто фотографировала то, что нравилось, без всякой цели. А когда в апреле 2009 года нашей экспедиции удалось сделать фотоснимки белька нерпы под водой, все мои коллеги в один голос сказали, что пора

делать свой альбом.

Долго ли длилась подготовка книги? От идеи до выхода альбома прошло полтора года кропотливой работы. Чтобы отобрать материал, надо было просмотреть съемку почти за четыре года, а главное — сложить все в общую тему, потому что духовно вместить Байкал целиком в одну книгу просто невозможно. Нужно было взять его маленькую грань и постараться ее раскрыть.

Насколько сложно было проводить фотосъемку?

Съемку на Байкале всегда проводить сложно, особенно если это не лето. Сильнейшие ветра, холод, качающийся корабль, замерзающая аппаратура. Температура воды

на глубине составляет +3–5 градусов, а под поверхностью льда в марте может быть и ноль. Все это не лучшие условия для осознанного творчества. Но поскольку я никогда не снимала именно «для альбома», то и не строила особо технически сложных кадров. Иногда вообще все делалось на лету. Увидела, понравилось, щелкнула. Интересных моментов было очень много и под водой, и на поверхности. Но самый яркий эпизод был в первую поездку. После погружения на мысе Хобой, самой северной точке Ольхона, мы отдыхали, сидя на льду, наслаждались прекрасной погодой, фотографировали. И вдруг раздался страшный нарастающий грохот. Понять, с какой сто-

роны исходит звук, было невозможно. Лед под ногами начал раскачиваться, а вода стала выплескиваться из майны, в которую мы погрузились. Страшно! Когда все стихло, мы увидели в десяти метрах от нас трещину шириной 1,5–2 метра. Из-за того что солнце село за гору, резко похолодало, и лед треснул. Вечером, просматривая съемку, я увидела кадр, сделанный за пять минут до этого с той точки, где и появилась трещина. Эта фотография есть в книге. Вообще весь альбом — это нестандартный взгляд на Байкал, необычные подводные снимки, общее настроение. Я бы очень хотела, чтобы эта книга попала к тем людям, которые так же, как и я, безумно влюблены в Байкал. ■

ИСТОРИЯ

«ПИРАТЫ БРИТАНСКОЙ КОРОНЫ ФРЭНСИС ДРЕЙК И УИЛЬЯМ ДАМПИР». Ким Малаховский «Ломоносов» 2010



Романтика морских путешествий и опасных пиратских сражений уже много столетий занимает воображение и взрослых, и детей. Но знаменитые пираты Фрэнсис Дрейк и Уильям Дампир вошли в историю не только как кровавые разбойники,

но и как талантливые военачальники, искусные политики и даже путешественники-первооткрыватели. Благодаря их отчаянной смелости мир изменился до неузнаваемости, а Британская империя стала самым крупным государством в мире. ■

ПСИХОЛОГИЯ

«ЧТО ВИДЕЛА СОБАКА». Малькольм Гладуэл «Альпина Паблишерз» 2010



Чтобы сделать открытие, неизбежно плыть в далекие моря или искать древние сокровища. Иногда нужно просто посмотреть на привычные вещи под непривычным углом. Американский журналист и со-

циолог Малькольм Гладуэл предлагает читателю поискать новые нюансы в известных событиях и фактах и порассуждать о том, кто может быть виновен в крупных катастрофах вроде взрыва «Челленджера», чего

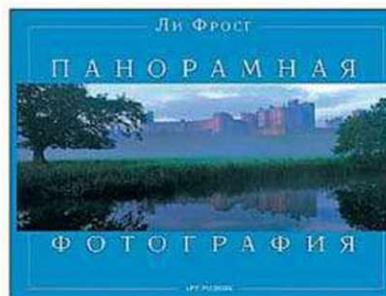
изобретатель противозачаточных таблеток не знал о женском здоровье и как дрессировщикам хищных зверей удается всего лишь одним легким прикосновением успокоить самое злобное животное. ■

ТЕКСТ: ЮЛИЯ ЗЕМЦОВА

Специальное предложение для читателей!

Клуб GEO – это возможность приобрести интереснейшие книги и фильмы об окружающем мире по специальной цене.

Более широкий ассортимент книг, дисков, путеводителей и коллекционных номеров GEO вы сможете найти в разделе «Магазин» на сайте www.geo.ru.



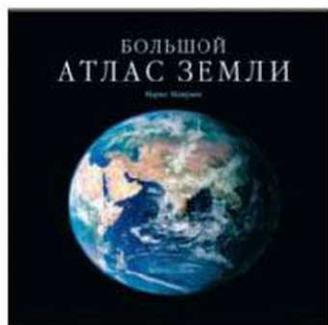
Формат: 280x220 мм.
Объем: 144 с.,
Лот 574
Цена 1050 руб.



Формат: 195x250 мм.
Объем: 160 с.,
Лот 575
Цена 860 руб.



Формат: 215x280 мм.
Объем: 224 с.,
Лот 576
Цена 1050 руб.



Формат: 290x267 мм.
Объем: 184 с.,
Лот 577
Цена 1370 руб.



Формат: 307x242 мм.
Объем: 224 с.,
Лот 578
Цена 820 руб.



Формат: 84x108 мм.
Объем: 191 с.,
Лот 579
Цена 970 руб.



Формат: 166x232 мм.
Объем: 384 с. + DVD
Лот 580
Цена 299 руб.

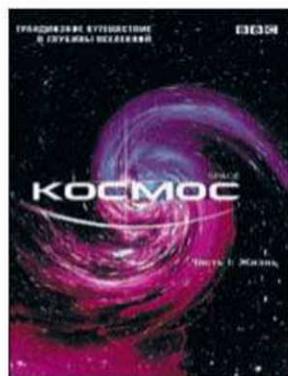
Лучшие документальные фильмы из коллекции BBC Worldwide

2 DVD



Лот 581 Цена 474 руб.

1 DVD



Лот 582 Цена 337 руб.

4 DVD



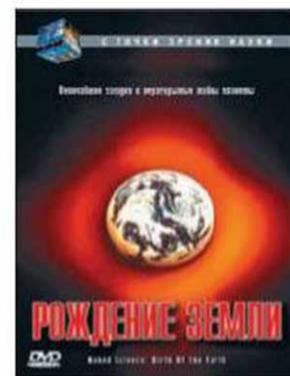
Лот 583 Цена 705 руб.

5 DVD



Лот 584 Цена 910 руб.

5 DVD



Лот 585 Цена 337 руб.

Условия оформления заказа:

- Заполните бланк заказа.
- Выберите способ доставки и оплаты товаров:

1 способ – заказ товаров наложенным платежом: заказанные вами товары оплачиваются в момент их получения на почте (комиссия почты – 8% от стоимости заказа).

2 способ – оплата через банк. Оплатите стоимость заказа в любом банке или оформите почтовый перевод.

Для удобства оплаты используйте квитанцию (форма ПД 4), опубликованную на странице слева.

- Отправьте заполненный бланк-заказ и квитанцию о переводе денег (при способе 2) или их копии по адресу: **150961, Ярославль, а/я 55, GEO** или по факсу 8 800 200 30 10 или по e-mail: geo@dzb.ru
- Выбранные товары будут высланы в течение 14 дней с момента получения заявки (при способе 1) или поступления денег на наш расчетный счет (при способе 2).

Цены на товары Клуба указаны с учетом доставки, но без учета услуг почты по пересылке наложенного платежа (8%), комиссии банков и авиатарифа.

Бланк-заказ клуба GEO

- Да, я заказываю товары Клуба GEO наложенным платежом
 Да, я заказываю товары Клуба GEO с предоплатой

• Наименование товара _____
Номер лота _____ Цена _____ руб.
• Наименование товара _____
Номер лота _____ Цена _____ руб.
• Наименование товара _____
Номер лота _____ Цена _____ руб.
Итого сумма _____

Ф.И.О. _____
Индекс _____
Область, район _____
Город _____
Улица _____
Дом _____
Квартира/офис _____ Корпус _____
Телефон _____
E-mail _____



СЗОВРЕМЕННАЯ ПОМОЩЬ БОЛЬШОМУ БАРЬЕРНОМУ РИФУ

Швейцарская часовая компания Oris объединила свои усилия с Австралийским обществом по сохранению морей (Australian Marine Conservation Society — AMCS), чтобы помочь сохранить Большой Барьерный риф — самую большую рифовую систему мира. (О проблеме Большого Барьерного рифа GEO писал в центральном репортаже февральского номера.) В честь этого выпущена ограниченная серия дайверских часов. 50 франков от продажи каждого экземпляра будут перечислены в пользу общества по сохранению морей.

Oris Great Barrier Reef Limited Edition — необычные дайверские часы Oris с высококачественным автоматическим механизмом и множеством заманчивых дизайнерских особенностей. Окружающее рифы чистое синее море как будто отражается в синем циферблате с рельефной волнистой поверхностью. Темно-оранжевый люминесцирующий состав Superluminova, покрывающий метки и стрелки, — этот цвет глубоко под водой ныряльщики перестают различать последним.

Увлеченным дайверам понравится, что часы водостойки до 100 атм/1000 метров. Заводная головка и головка гелиевого клапана, расположенные с левой стороны корпуса, хотя и придают часам необычный вид, но это практично, и часовая компания рассчитывает, что будет по достоинству оценено профессионалами. Часы предлагаются в виде коллекционного набора, куда входит запасной каучуковый ремешок или браслет.

Oris Great Barrier Reef Limited Edition — это способ, которым компания Oris стремится внести свой вклад в дело сохранения одного из наиболее удивительных природных чудес света.



FINLANDIA VODKA CUP: ФИНАЛ РОССИЙСКОГО ЭТАПА!

В московском клубе CITY CLUB International прошел финал российского этапа 13-го Международного чемпионата Finlandia Vodka Cup. Двенадцать лучших барменов со всей России продемонстрировали свое искусство в трех категориях смешивания напитков: аперитив, лонг-дринк

и quick mix. Победитель будет представлять Россию на финале чемпионата. Им стал Денис Панкратов из Волгограда, вновь подтвердивший свое превосходство, отмеченное победой в российском этапе 12-го Международного чемпионата Finlandia Vodka Cup.



МИНЗДРАВСОЦРАЗВИТИЯ РОССИИ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ О ВРЕДЕ ЧРЕЗМЕРНОГО УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЯ



100-ПРОЦЕНТНЫЙ ЭЛЕКТРОМОБИЛЬ NISSAN LEAF

В исторический момент для компании Nissan Motor Co. Ltd. и всего сообщества, занимающегося автомобилями с нулевыми выбросами, 100-процентный электромобиль Nissan LEAF объявлен «Европейским Автомобилем 2011 года». Первый доступный электромобиль, предназначенный для массового производства и глобальных продаж,

одержал верх над 40 претендентами. Впервые в этом престижном автомобильном конкурсе побеждает электромобиль. Среди конкурентов модели Nissan LEAF были представители таких известных брендов, как Alfa Romeo, Citroen, Dacia, Ford, Opel и Volvo. В состав жюри входили 57 ведущих автомобильных журналистов из 23 стран Европы.



НОВЫЙ ПОРТАТИВНЫЙ НАВИГАТОР PROLOGY

Портативный навигатор с функцией отображения пробок Prology iMap-550AG поступил в продажу. Его главное отличие от других моделей заключается в наличии слота для SIM-карты и встроенного GPRS-модема, обеспечивающего доступ в интернет в любом месте, где предусмотрена сотовая связь. Этот

сервис и отвечает за бесперебойную и незамедлительную передачу информации о загруженности дорог в режиме реального времени на всей территории России. Располагая информацией о заторе, навигатор всегда может предложить несколько наиболее удобных маршрутов его объезда.



IRIVER COVER STORY

Ридер iriver Cover Story подойдет и для правшей, и для левшей: G-сенсор переворачивает изображение на 360 градусов, а потому его удобно держать в любой руке. Сенсорный дисплей имеет диагональ шесть дюймов, и работать с ним можно как стилусом, так и пальцем. Экран защищен от механических

воздействий крышкой, закрепленной на магнитах. Ридер позволяет читать документы почти всех текстовых форматов (в том числе популярный в России FB2), а также работать с документами Microsoft Office. Книгоманы найдут в этом гаджете много приятных и полезных дополнительных функций.



DOVE MEN + CARE

Впервые в России бренд Dove представил новую линию средств для мужчин Dove Men + Care. Инновационная формула антиперспирантов с эффективной защитой от запаха пота и уникальная формула гелей для душа с технологией микроувлажнения MICROMOISTURE разработаны специально для мужчин. Анти-

перспиранты Dove Men + Care обеспечивают защиту от запаха пота в течение 48 часов и при этом не раздражают кожу. А гели для душа превосходно очищают, а также борются с сухостью кожи. Настало время выбирать для себя только лучшее. Особенно когда речь идет о геле для душа или антиперспирантах.



НОВАЯ КОЛЛЕКЦИЯ НАУШНИКОВ AKG

«Музыка — наше вдохновение, музыка — наш дар, музыка — наша страсть и одержимость». Эти слова стали лейтмотивом выставки IFA-2010, на которой концерн Harman International Industries представил именную серию известного композитора, музыканта и продюсера

Куинси Джонса, разработанную вместе с австрийским брендом AKG. Коллекция состоит из трех типов наушников: вкладыши AKG Q350, мини-уши AKG Q460 и студийные наушники AKG Q701, каждый из которых представлен в трех цветовых решениях — черном, белом и зеленом.



КЛАССИЧЕСКИЕ ЧАСЫ НА РОССИЙСКОМ РЫНКЕ

Компания Time & Technologies стала эксклюзивным дистрибьютором часов RODANIA на территории России.

RODANIA — один из старейших независимых швейцарских брендов (основан в 1930 году). Классические часы, выполненные в традициях швейцарского часового искусства, сочетают в себе высокое качество и последние тенденции моды.

Часы RODANIA, представленные более чем в тридцати странах мира, теперь доступны и для российских потребителей.



ДЕНЬ СЛОНА

Для тайской культуры слон — священен, он национальный символ и представитель бога Ганеши, индуистского бога с головой слона. Слон — символ мужества и, как ни удивительно, грации. Эти величественные животные фигурируют в тайских легендах, литературе, истории и архитектуре. С 1998 года 13 марта все тайцы отмечают

национальный праздник — День слона. В честь этого знаменательного события на слоновьих фермах Таиланда организуют роскошный банкет для всех питомцев. Местные жители на протяжении столетий занимались приручением и воспитанием слонов. Для них слон не просто домашний любимец, а настоящий член семьи.

HYDRATING B5 SKINCEUTICALS MASQUE

Интенсивный уход за обезвоженной и подверженной внешним негативным воздействиям кожи. Продукт создан на основе отмеченных наградой технологий и признаний потребителями продукта Hydrating B5 Gel.

Это высококонцентрированная маска, которая восстанавливает обезвоженную кожу за счет оптимальной концентрации гиалуроновой кислоты и витамина B5 для восполнения необходимого уровня влаги.

HYDRATING B5 MASQUE содержит высокоэффективный уникальный комплекс. В него входят компоненты натурального увлажняющего фактора кожи (NMF), позволяющего восстановить оптимальный уровень увлажнения и обеспечить коже здоровый и сияющий вид.



SEIKO

Компания Seiko представляет долгожданную новинку в коллекции Ananta, хронограф SRQ009J1 с автоматическим механизмом калибра 8R28, ручная сборка, 34 камня, 292 части, 28,800 колебаний в час, запас хода рассчитан на 45 часов даже тогда, когда используется функция хронографа. С возможностью измерять до 12 часов, с колон-

ным колесом и вертикальной муфтой, для точной работы кнопок хронографа, с запатентованным 3-ориентированным молоточком, который обеспечивает мгновенный сброс стрелок хронографа, эти часы по праву можно считать одними из лучших хронографов в мире. Довершают облик часов корпус и браслет из титана.

НОВЫЕ BMW 1 СЕРИИ КУПЕ И КАБРИОЛЕТ

Эффективность и удовольствие от вождения в спортивном стиле — все это отличительные черты BMW первой серии Купе и BMW первой серии Кабриолет, компактных моделей премиум-класса. В 2011 модельном году спортивность

и элегантность этих двухдверных моделей BMW первой серии будет подчеркнута за счет тщательно продуманных изменений в дизайне, оптимизированной аэродинамики и привлекательных компонентов оборудования.



FULL HD ПРИХОДИТ В СЕКТОР РЕШЕНИЙ ДЛЯ ВИДЕОСТЕН

NEC Display Solutions первой представит новый стандарт в области решений на базе видеостен, выпустив на рынок этой весной первый ЖК-дисплей для общественных мест с разрешением Full HD. В модели MultiSync® X551UN компания впервые применила для видеостен реше-

ние на основе прямой светодиодной подсветки (LED Direct). Ширина рамки 55-дюймовой модели будет еще меньше, чем любые другие продукты для видеостен из текущего модельного ряда NEC, а интервал между изображениями на соседних экранах составит всего 5,7 миллиметра.

VELUGA ПОДДЕРЖИВАЕТ РОССИЙСКИХ ЯХТСМЕНОВ

В октябре прошлого года во время чемпионата мира по парусному спорту на Канарских островах дебютировала российская команда в классе яхт RC44. Это высокотехнологичные парусные яхты, сконструированные специально для спортивных гонок. Заключительный этап гонок в этом

сезоне прошел в Майами в начале декабря при поддержке водочного бренда Beluga. Поддержка российской команды во всех состязаниях неспроста стала для Beluga традицией: яхтенный спорт во многом олицетворяет свободу и независимость — основные ценности бренда.



ДАРИТЕ И ПОЛУЧАЙТЕ ЖЕЛАННЫЕ ПОДАРКИ С MASTERCARD

Компания MasterCard проводит акцию «Сезон подарков». В праздничный сезон вопрос «Что подарить?» перестал быть мучительным для держателей карт MasterCard® и Maestro®. Запущен интернет-портал www.gift.mastercard.ru, где можно создать список желанных подарков и сделать его доступным для друзей в социальных сетях «Одноклассники»

и Facebook. Сайт содержит информацию о том, где приобрести подарки и получить скидку при оплате их картой MasterCard или Maestro. Скидки до 15 процентов и подарки предоставляют партнеры акции: ИЛЬ ДЕ БОТЭ, Евродом, КАРО Фильм, Intersport, Sportland, NIKE, OZON.ru, HTC-online, MUZ.ru, English First, smile-smile.ru, Партер.ру и Контрамарка.ру.



МИНЗДРАВСОЦРАЗВИТИЯ РОССИИ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ
О ВРЕДЕ ЧРЕЗМЕРНОГО УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЯ



ЗАМОК СЕН-МИШЕЛЬ

Что для Египта пирамиды, то для Франции остров Мон-Сен-Мишель — с церковью и монастырем в Нормандии. Вот только в последнее время он окружен не водой, а полчищами туристов. Одна из самых популярных достопримечательностей Франции с трудом справляется с наплывом такого количества путешественников.

ОТЦЫ И ДЕТИ

Ученые выяснили, что отцы обладают многими качествами, которые ранее приписывали только матерям. Они нежно относятся к детям, они считаются надежными партнерами для разговора, им можно довериться. Вот только сначала мужчина должен разобраться в своих эмоциях, прежде чем стать ответственным отцом.



ЖИЗНЬ В «ЗАПРЕТНОЙ ЗОНЕ»

Полторы сотни стариков добровольно живут в «зоне отчуждения» вокруг Чернобыля. Экспедиция GEO к 25-летней годовщине аварии.



ФЛАНДРИЯ

Сказочный Брюгге, студенческий Гент, деловой Антверпен — эти города объединяет вода, основа процветания Фландрии.

ЭВОЛЮЦИЯ

Африка — колыбель человечества. В том числе и нашего рода — Homo sapiens. Тысячелетиями человек жил только на африканском континенте. Потом, примерно 60 000 лет назад, первые группы современных людей отправились в путь — завоевывать другие континенты. Смелка, способность к мышлению и социальность сделали из человека самого успешного странника эволюции.



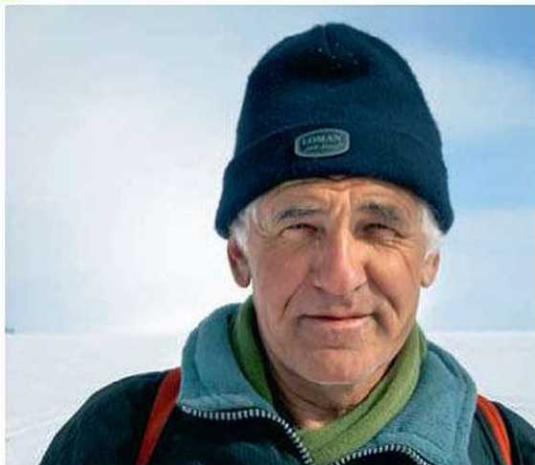
ОТШЕЛЬНИКИ ОТ МЕТЕОРОЛОГИИ

Визит на метеорологическую станцию на границе Баренцева и Карского морей, одну из 66 станций Росгидромета.



ИСЧЕЗАЮЩИЕ АМФИБИИ

Лягушки, жабы, тритоны — речь идет не об одном биологическом виде, а о целом классе животных. Почему вымирают земноводные?



ОДИН ИЗ 7 000 000 000

«НЕ ХОЧУ МЕНЯТЬ СВОЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»

ГЕННАДИЙ ФУРГАЛ, 59 ЛЕТ, ВРАЧ-РЕНТГЕНОЛОГ И ИНСТРУКТОР ПО ТУРИЗМУ ИЗ НИЖНЕУДИНСКА

Что вы думаете о своей жизни?

Я благодарен судьбе за то, что живу в России. Вот уже 40 лет я увлекаюсь туризмом и альпинизмом, побывал во многих уголках нашей страны и увидел, как прекрасна ее природа и какие бескорыстные люди живут здесь.

Кто или что дает вам надежду?

Трудно сказать. Наверное, моя семья, друзья. И любовь к моей работе.

Вы отказались от какой-нибудь мечты?

Да, я уже не надеюсь совершить когда-нибудь кругосветное путешествие на яхте.

Что для вас Родина?

Место, где говорят на родном языке.

Вы когда-нибудь подумывали о переезде в другую страну?

Нет! Я не хочу бросать друзей и менять образ жизни.

Самый счастливый момент из детства?

Когда мне подарили коньки.

Вы бы хотели, чтобы ваши дети что-то сделали по вашему примеру?

Да, я хочу, чтобы они построили себе дом. Это укрепляет чувство сплоченности.

Какой совет вы могли бы дать подростку, только начинающему строить свою жизнь?

Живи честно!

На что вы никогда не пойдете ради денег?

Я никогда не поставлю ложный диагноз.

Как можно распознать искреннюю любовь?

Для этого нужно прожить вместе лет тридцать, не меньше.

Что люди слишком переоценивают?

Деньги. Деньги — всего лишь средство обмена, но в России они, к сожалению, превратились в смысл жизни. И ради денег некоторые люди не гнушаются ничем, поступают моральными принципами, предают интересы нации.

Кто из близких всегда говорит вам правду?

Моя жена. Я врач, и мне иногда приходится обманывать безнадежных больных. В обычной жизни не всегда нужно говорить правду. Так лучше для всех. Но тут следует придерживаться золотой середины.

Вы боитесь смерти?

Нет. Все живое умирает — и цивилизации, и планеты. Смерть — это вообще неотъемлемая часть жизни. По-моему, к смерти надо относиться философски — так же, как к заходу солнца. Когда-нибудь все закончится. Но хотелось бы, чтобы это произошло как можно позже.

А что будет после смерти?

Все религии учат, что есть жизнь после смерти. С каждым годом верю в это все больше. ■



МЕЖДУНАРОДНАЯ
ТУРИСТИЧЕСКАЯ ПРЕМИЯ
**МОЯ
ПЛАНЕТА**
МОСКВА 2011

www.myplanetawards.ru

ВЫБЕРИ ЛУЧШЕЕ НА ПЛАНЕТЕ...



ПРИ ПОДДЕРЖКЕ:



МОЯ ПЛАНЕТА
ТЕЛЕКАНАЛ

РОССИЯ 1

РОССИЯ 2

РОССИЯ 24

РОССИЯ K

ИНФОРМАЦИОННЫЕ
ПАРТНЕРЫ:

TRAVELPLAN

TTG

GEO

LIVEJOURNAL

OK!

ВОЯЖ®

WEDDING

идеальная форма стиля. Nokia C7

store.nokia.ru/C7



NOKIA
Connecting People

ovi NOKIA