

ШКОЛЬНИЙ ВЕСТНИК

6+

1/2026



Учредители журнала:	СОДЕРЖАНИЕ	
АО «Молодая гвардия» и коллектив редакции	Важная информация о подписке	1
Главный редактор Ю.И. Кочетков	ДЛЯ ВАС РОДИТЕЛИ И УЧИТЕЛЯ Гюзель Мурзагильдина. Современные технологии в образовательном процессе незрячих детей	3
Редакционная коллегия:	ГОД ЕДИНСТВА НАРОДОВ РОССИИ Как живут, учатся и отдыхают люди с проблемами зрения в республике Татарстан	10
С.В. Винокурова	Анна Крылова. Об учёбе в вузе начистоту	21
В.З. Денискина	ОФТАЛЬМОЛОГ СОВЕТУЕТ Екатерина Шевичева. Коррекция зрения с помощью контактных линз	27
И.Н. Зарубина	Екатерина Шевичева. Терапия на четырёх лапах	40
О.В. Клековкина	ПРОБА ПЕРА Конкурс юных авторов	54
Ю.И. Котов	НА ПОЭТИЧЕСКОЙ ВОЛНЕ Рифкат Гардиев. Стихи	56
Т.М. Морева	Муса Джалиль. Стихи	58
А.П. Торопцев	АЗ, БУКИ, ВЕДИ Наталья Волкова. Стихи	72
	Людмила Уланова. Рассказы	75
	Александр Дорофеев. Дюжина из джунглей	86

ВАЖНАЯ ИНФОРМАЦИЯ О ПОДПИСКЕ

Уважаемые руководители коррекционно-образовательных учреждений, где учатся незрячие и слабовидящие школьники, и директора специальных библиотек для слепых!

Журнал «Школьный вестник» на протяжении долгих лет многим своим читателям помог найти место в жизни, выбрать свою профессию, был большим другом и помощником детей и взрослых. Сегодня ему очень нужна ваша поддержка!

Подпишитесь, пожалуйста, на наш журнал, если вы этого ещё не сделали.

На страницах «Школьного вестника» каждый читатель может найти для себя что-то интересное и нужное: младшие школьники в рубрике «Аз, Буки, Веди» в каждом номере познакомятся со стихами и рассказами молодых профессиональных авторов; учащиеся любого возраста могут принять участие в литературном конкурсе «Проба пера» и по итогам получить достойный приз; старшеклассники узнают о профессиях, в которых успешно работают незрячие и слабовидящие люди; педагоги могут опубликовать свои методические работы, наблюдения, поделиться своим опытом обучения и воспитания незрячих и слабовидящих детей.

Оформить подписку на «Школьный вестник» можно с любого месяца в любом отделении «Почта России», а также в агентстве «Урал-Пресс».

Индексы в каталоге АО «Почта России» журнал
«Школьный вестник» шрифтом Брайля

ПП671 — подписка на 1 месяц

ПП672 — годовая подписка

Индексы в каталоге АО «Почта России» журнал
«Школьный вестник» укрупнённым шрифтом, кегль 18

ПП663 — подписка на 1 месяц

ПП670 — годовая подписка

Индексы в каталоге ООО «УРАЛ-ПРЕСС» журнал
«Школьный вестник» шрифтом Брайля

70864 — подписка на 1 месяц

71546 — годовая подписка

Индексы в каталоге ООО «УРАЛ-ПРЕСС» журнал
«Школьный вестник» укрупнённым шрифтом, кегль 18

81661 — подписка на 1 месяц

81683 — годовая подписка

Подписаться можно как на брайлевский вариант жур-
нала, так и на журнал, отпечатанный укрупнённым шриф-
том. Внимательно смотрите на каталожные индексы.

ОЧЕНЬ ЖДЁМ ВАШЕЙ ПОДДЕРЖКИ!

Редакция журнала «Школьный вестник»

ДЛЯ ВАС, РОДИТЕЛИ И УЧИТЕЛЯ

Гюзель Мурзагильдина

*заместитель директора по научно-методической
работе ГБОУ «Уфимская коррекционная школа-
интернат № 28 для слепых и слабовидящих
обучающихся», Республика Башкортостан, г. Уфа.*

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ НЕЗРЯЧИХ ДЕТЕЙ



Незрячие обучающиеся вследствие нарушенного зрения или его полного отсутствия не могут в полной мере без специальных условий познать окружающий мир. Им недоступно всё, что находится за пределами зоны вытянутой руки. Именно поэтому педагогу, обучающему незрячего ребёнка, необходимо находить альтернативные способы восполнения усечённой зрительной информации, которые помогли бы хоть частично заменить зрительное восприятие. Образы памяти таких детей бедны и нереалистичны, что приводит к искажению представлений об окружающем мире, негативно влияет на процессы воображения, памяти, внимания.

Если ребёнка с хорошим зрением к познанию окружающего мира подталкивают действия окружающих его людей, внешний вид объектов, обстановка, то ребёнка с нарушенным зрением необходимо иными, доступными для него способами мотивировать к познанию мира, освоению различных видов деятельности.

Образы памяти незрячих детей требуют постоянного подкрепления, так как со временем они могут искажаться или полностью стираться из памяти.

В процессе обучения незрячих особенно уместен концентрический способ построения учебного материала (спиральный). Концентрический способ построения учебных программ позволяет один и тот же материал (вопрос) излагать несколько раз, но с элементами усложнения, с расширением, обогащением содержания образования новыми компонентами, с углублением рассмотрения имеющихся между ними связей и зависимостей.

Концентрический учебный план позволяет, например, в начальной школе познакомить незрячих детей с объектами окружающего мира. В среднем звене вернуться к данным объектам, но уже изучить их детально. В старших же классах попросить детей рассказать о данных объектах и в диалоге с педагогом уточнить представления детей.

Однако многие объекты недоступны для познания незрячим людям. У тотально слепых детей нет целостного представления об устройстве зданий, форме окон, крыш, разнообразии архитектурных стилей. Они знают, что существуют различные виды мостов, но не представляют, как они выглядят. Им сложно отличить слона от жирафа, так как при описании этих животных в памяти ребенка ключевым словом остается слово «высо-

кий». Совсем недавно я столкнулась с таким случаем: незрячая девочка в 15 лет не представляла, как выглядят и работают рулонные шторы, до тех пор, пока ей в руки не попался шнурок, с помощью которого эти шторы опускались и поднимались, и это несмотря на то, что девочка многие годы посещала кабинет, оборудованный такими шторами.

Современные технологии сегодня позволяют значительно повысить качество образовательного процесса незрячих детей. За последние 10-15 лет наука сделала такой скачок, что практически нет ничего невозможного, чтобы удовлетворить образовательные потребности незрячих.

В Уфимской школе-интернате № 28 для слепых и слабовидящих обучающихся, помимо пособий, изготавливаемых специализированными предприятиями России по заказу Минобрнауки, в учебном процессе мы с успехом используем пособия придуманные и изготовленные в нашей школе.

На уроках ознакомления с окружающим миром и ИЗО используются трафареты и шаблоны из 3-миллиметровой фанеры, изготовленные на станке лазерной резки. Для этого достаточно создать векторный рисунок и в течении нескольких секунд станок вырежет пособия в любом количестве и любого размера. Пригодна именно фанера, так как пособия из неё получаются легкими, скользкими на бумаге, приятными на ощупь. При изготовлении шаблонов и трафаретов главное помнить, что предпочтительно, чтобы у миниатюры присутствовали все ее составляющие части, например, у коровы необходимо показать все четыре ноги, два уха, хвост и оба рога.

На уроках географии, истории, пространственной ориентировки мы используем рельефные карты, макеты мостов, египетской пирамиды, Эйфелевой башни, мавзолеев Турахана и Хусейнбека, Уфимского кремля, Гостиного двора в Уфе, жилых зданий. Все они изготовлены с использованием различных технологий и материалов. Некоторые макеты изготовлены на 3D-принтере из АБС-пластика, другие изготовлены из прессованного дерева, сэндвич-панелей, пенопласта, поролона, МДФ, фанеры. Часть макетов изготовлены в рамках грантовых программ, другие выполнены студентами художественно-графического факультета Башкирского государственного педагогического университета, с которым мы многие годы сотрудничаем. Также учащиеся с удовольствием собирают различные здания и сооружения из деревянных конструкторов и миниатюрных кирпичей.

В настоящее время мы продолжаем начатую работу, средства на которую были привлечены в рамках Гранта Президента Российской Федерации. Конечным результатом такой работы должен стать музей макетов памятников мировой архитектуры.

При знакомстве детей с животным миром, помимо шаблонов и трафаретов (о которых рассказывалось выше), мы используем миниатюры животных и 3D-пазлы животных, выпускаемые такими фирмами как Schleich, Bullyland, 4D Master и др. Если незрячий ребёнок сумел разобрать и собрать пазл животного, то этот образ он сохранит в своей памяти на долгие годы. Работа с такими пазлами дополнительно способствует формированию пространственных представлений и развитию мелкой моторики, что бесценно для наших детей.

Познакомить незрячих детей с видами транспорта, в том числе военными машинами, позволяют игрушки из категории «Технопарк», выпускаемые в различных форматах и в разном ценовом диапазоне в том числе российскими производителями, например, санкт-петербургским предприятием «Нордпласт». Учащиеся с удовольствием изучают ракетные установки, двухэтажные лондонские автобусы и обычные троллейбусы с «рогами» на крыше.

В рамках регионального гранта мы изготовили для детей карты-пазлы России и Республики Башкортостан. Каково же было их удивление, когда они в своих руках обнаружили огромное количество элементов карт разного размера. Несмотря на то, что дети прекрасно знают о 54-х административных единицах Башкортостана, 85-и субъектах Российской Федерации, до взаимодействия с подобной картой их представления оставались неполными и неточными.

На коррекционных занятиях и во внеурочное время мы знакомим детей с тифлоприборами различных производителей. Особенно им пришлись по вкусу пластиковый прибор для письма по Брайлю формата А4, который значительно легче отечественного, что позволяет носить его в сумке, использовать для письма стандартные листы повышенной плотности. Ребята с удовольствием собирают оригинальный кубик Рубика и удивляют своими умениями зрячих сверстников.

Совсем недавно у нас появился прибор прямого чтения производства Испании, который является инверсионной копией отечественных приборов для брайлевских блокнотов. Вместо углублений для точек он имеет выпуклости, на конце грифеля не иголка, а трубочка с уг-

лубливанием, что позволяет писать буквы слева направо и читать текст не переворачивая лист. Абсолютно простое приспособление, но столь необходимое для тех, кто с трудом осваивает Брайль.

Улучшить качество жизни и условия обучения незрячих детей нам помогают специальная оптика фирмы Eschenbach и очки для дальтоников. Лупы Eschenbach настолько качественно изготовлены, что не теряют своих характеристик даже после 5 лет эксплуатации, данная фирма предлагает большой диапазон кратности увеличения, разнообразие вариантов форм (накладные, с подсветкой, на штативе, монокуляры, цветофильтры), что столь необходимо слабовидящим. Очки для дальтоников имеют неширокий круг потребителей, но незаменимы для полных ахроматов, так как работают по принципу повышения контрастности между цветами и оттенками, что серьёзным образом повышает зрительные возможности детей с поражениями центральной части сетчатки (абиотрофия, макулодистрофия и др.).

Каждый день педагоги, обучающие незрячих детей, находятся в поиске. Всё чаще производители выпускают универсальные пособия, применимые в том числе для детей с нарушениями зрения. Совсем недавно мы испытали общедоступные наборы для рисования пластилином, наборы для творчества из серии «Открытка своими руками», в виде рельефного контурного рисунка, который нужно заполнить цветным бисером. Всё доступно и удобно в использовании, результат радует и детей, и педагогов.

На уроках рисования и математики для создания рельефных изображений мы используем листовую резину для лазерной резки, твёрдость по Шору 55. Резина кре-

пится на канцелярский планшет, а рисунок наносится на любую плотную бумагу. Такая комбинация значительно расширяет возможности рельефного рисования, так как используемые материалы значительно дешевле специальных приспособлений и их всегда можно приобрести в обычных магазинах.

На сегодняшний день у нас имеется пока ещё не осуществленный замысел, основанный на просьбах детей и наших наблюдениях — это рельефные пазлы для незрячих и комплект рельефных картин известных художников.

Литература

1. Литвак А.Г. Психология слепых и слабовидящих. — СПб.: РГПУ им. А.И.Герцена, 1998.

2. Способы построения учебной программы [Электронный ресурс]. — Режим доступа: URL.: https://studopedia.ru/6_3230_sposobi-postroeniya-uchebnoy-programmi.html (дата обращения: 26.11.17.).

3. Сверлов В. С. Пространственная ориентировка слепых. — М.: Учпедгиз, 1951.

ГОД ЕДИНСТВА НАРОДОВ РОССИИ

КАК ЖИВУТ, УЧАТСЯ И ОТДЫХАЮТ ЛЮДИ С ПРОБЛЕМАМИ ЗРЕНИЯ В РЕСПУБЛИКЕ ТАТАРСТАН

ТАТАРСКОЙ РЕГИОНАЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ВОС — 100 ЛЕТ!

Татарская региональная организация ВОС является одной из старейших организаций Всероссийского общества слепых. Самый ранний архивный документ, в котором упоминается организация слепых в Татарии, датирован 1 января 1921 года. Стремление незрячих к объединению было обусловлено трудными условиями их жизни, необходимостью прибегать к взаимопомощи. В конце XIX — начале XX века во многих городах Российской империи открывались школы для незрячих детей, организовывались мастерские и производственные артели слепых. Так было и в Казанской губернии, которая в то время по степени распространения слепоты занимала второе место по России, уступая «первенство» лишь Сибири.

С 1925 года Татарская региональная организация является структурным подразделением Всероссийского общества слепых. Сегодня она объединяет около 6000 членов ВОС, в её структуру входят 16 местных организаций и одно некоммерческое учреждение — «Культурно-спортивный реабилитационный комплекс».

Первоочередные цели Татарской региональной организации определены Уставом ВОС: это защита прав и интересов инвалидов по зрению; участие в определении и реализации государственной политики в отношении инвалидов; содействие в реализации государственных полномочий в медицинской, профессиональной, социальной реабилитации и интеграции в общество членов ВОС; приобщение незрячих и слабовидящих к труду, образованию, культуре и спорту; улучшение материально-бытовых условий членов организации. И Татарская региональная организация прилагает немало труда и упорства для успешной реализации поставленных целей.

В 2011 году Республика Татарстан стал первым в России пилотным регионом для проведения масштабных работ по созданию доступной среды для людей с ограниченными возможностями здоровья и отработки соответствующих инновационных методик. Разработка программы проводилась непосредственно с участием общественных организаций инвалидов, и Татарская региональная организация активно включилась в работу по обеспечению доступности приоритетных объектов и услуг для инвалидов по зрению.

Конечно, жизни без проблем и трудностей не бывает, есть они и в Татарской региональной организации, но её правление и активисты убеждены, что о них надо не

переживать — их надо решать и преодолевать. Такому важному вопросу, как обеспечение трудовой занятости незрячих и сохранение предприятий ВОС, всегда уделяется особое внимание. Так, в 2020 году на Альметьевском предприятии «Юго-восток» был открыт современный цех по изготовлению изделий из полипропиленового материала и освоен выпуск новой продукции — начали изготавливать вагонные вкладыши для перевозки сыпучих материалов. На Елабужском предприятии «Укупрпласт» модернизировали участок для раскроя жести, приобретены пресс-формы для литья новых видов массажных щёток, ведётся строительство нового цеха по изготовлению резинового уплотнительного кольца для металлических крышек, используемых для консервирования продуктов, закуплено новое оборудование. Это позволит сохранить около 200 рабочих мест для инвалидов по зрению и снизить себестоимость выпускаемой продукции.

С вопросами занятости незрячих тесно связаны вопросы их образования и профессиональной подготовки. В среднем ежегодно в высших и средне-специальных учебных заведениях Республики Татарстан обучаются 70 — 90 инвалидов по зрению, в том числе в вузах от 20 до 30 человек. При современной высокой конкуренции на рынке труда это пока довольно скромные цифры, поэтому вопросы образования и профессиональной подготовки незрячих инвалидов, особенно молодёжи, также находятся под особым контролем правления Татарской региональной организации. Нижнекамская местная организация ВОС ведёт работу по трудоустройству выпускников городского медицинского колледжа из числа незрячих, которые выбрали профессию массажиста. Сей-

час в этом учебном заведении обучаются слепые молодые люди из Татарстана и соседнего Ижевска.

Молодёжное движение тоже не остаётся без внимания правления региональной организации. Ежегодные межрегиональные молодежные форумы пользуются огромной популярностью у незрячей молодёжи не только Татарстана, но и у членов ВОС других региональных организаций. В 2018 году в республике прошёл первый молодёжный форум Приволжского федерального округа, в нём приняли участие активисты 12 региональных организаций.

Ещё одно интересное направление работы региональной организации — работа клуба владельцев собак-проводников «Дорадо». Совместно с Казанским Приволжским федеральным университетом был организован Межрегиональный открытый реабилитационный фестиваль инвалидов по зрению и их собак-проводников «Шаг за шагом — два сердца рядом». В работе фестиваля участвовали руководители и инструкторы трёх российских школ по подготовке специальных собак. Традиционными становятся встречи членов клуба и тех, кто хочет завести собаку-проводника.

Татарстанские незрячие активисты давно известны во всей республике и даже за её пределами своими интересными наработками и неформальным подходом к делу. Вот только некоторые мероприятия, которые они организовали и провели в 2025 году.

В Альметьевске 5 декабря 2025 года прошёл Республиканский реабилитационный молодёжный форум «Подари улыбку миру». На него съехались гости не только из Татарстана, но и со всей России. Участники

форума — молодые члены ВОС. Не секрет, что на сегодняшний день молодые люди неохотно вступают в ряды Всероссийского общества слепых, хотя участие в его жизни помогает им социально адаптироваться и чувствовать себя значимой частью общества. Участники форума приняли участие в различных мастер-классах, поделились опытом проведения молодёжных мероприятий в своих регионах.

В Международный день слепых 13 ноября в Национальной художественной галерее «Хазинэ» Казанского Кремля состоялась уникальная персональная выставка члена Казанской МО Татарской региональной организации ВОС, единственного в России тотально незрячего гончара — Ильгизара Хамидуллина.

Эта не просто выставка — это результат ежедневного, многолетнего труда, это результат бесконечных поездок и мастер-классов в разных регионах, это знакомство с различными школами гончарного мастерства, это самостоятельная переработка и адаптация без остатка зрения различных классических и индивидуальных приёмов работы с глиной.

В июле 2025 года в Казани прошёл первый российский чемпионат профмастерства среди участников СВО с инвалидностью «Абилимпикс». В течение трёх дней более 250 участников приняли участие в соревнованиях по 15 компетенциям, показав своё мастерство в слесарном, столярном, токарном, поварском деле и других видах профессиональной деятельности. Самой популярной из них ожидаемо стала «оператор БПЛА», ведь навыки управления беспилотниками многие бойцы по-

лучили на фронте, при этом дроны могут широко использоваться и в мирной жизни. В состязаниях операторов БПЛА приняли участие 50 человек, то есть каждый пятый участник чемпионата.

Главным экспертом в жюри музыкального состязания стала народная артистка России Диана Гурцкая. Выступление потерявшего зрение Александра Антонова её, как и зрителей, очень тронуло. Она не удержалась и поднялась со своего места:

— Спасибо вам, Александр! У вас фантастически красивый, невероятный голос. В нём — сердце, душа и сила.

В завершение своего выступления Антонов вынес на сцену лампаду с горящим огнем.

— Это частица Вечного огня, который горит у монумента Неизвестному солдату в Александровском саду в Москве. Это теперь и память всем погибшим на специальной военной операции, — пояснил ветеран СВО, поклонившись залу.

26 апреля в Культурно-спортивном реабилитационном комплексе Татарской региональной организации ВОС в Казани состоялся Открытый Поволжский реабилитационный фестиваль национальных культур «Этномания». Фестиваль ознакомил участников и зрителей с традициями разных народов. Это знакомство проходило через фольклорные номера, демонстрацию национальных костюмов, народные игры и забавы, выставку декоративно-прикладного искусства.

БИБЛИОТЕКА — ЭТО НЕ ТОЛЬКО КНИГИ

Что такое библиотека в современном мире? Те, кто уверен, что это место хранения книг, это ворчание биб-

лиотекаря «Тихо, это же библиотека!», это тишина, нарушаемая только шелестом перелистываемых книжных страниц, глубоко заблуждаются. Современная библиотека отличается от своей предшественницы и становится не только местом для чтения, но и для всеобщего развития. Библиотека меняется, подстраивается под новое время, новые запросы и интересы. Сейчас это царство информации и знаний, это место встречи друзей, место, где можно не только пополнить свой багаж знаний, но и интересно провести досуг. И это в полной мере относится к Республиканской специальной библиотеки для слепых и слабовидящих в Казани, одной из крупнейших и старейших библиотек для слепых в Российской Федерации.

Официально годом открытия библиотеки считается 1936-й, но история её создания, уходит корнями гораздо глубже, когда в 1885 году в Казани, благодаря усилиям первых известных незрячих интеллигентов А.В. Бирилева и И.А. Козлова, открылось училище для слепых, где были собраны учебные пособия и рукописные книги в основном религиозного характера.

В первый же год библиотека добилась значительных успехов и доказала целесообразность своего существования. К концу 1939 года в библиотеке насчитывалось 3 700 книг по Брайлю и 111 читателей. Уже в то время она была второй по величине библиотекой для слепых в России после Московской.

В 1961 году библиотека начала выпускать «говорящую» книгу на татарском языке, что позволило довести книгу до незрячего в отдалённые районы Татарстана.

В 1970-1980-е годы происходит коренная перестройка деятельности библиотеки. В 1975 году она получает статус Республиканской, и ранее функционировавшие

небольшие библиотеки для слепых становятся её филиалами. Республиканская специальная библиотека для слепых становится методическим центром по обслуживанию незрячих в Республике Татарстан.

В 1990-е годы под руководством директора Наиля Ибрагимовича Сафаргалеева библиотека взяла курс на внедрение современных информационных технологий. Он сумел увлечь коллектив перспективой развития библиотеки. Разрабатывались и осуществлялись планы и проекты, направленные на создание беспрепятственного доступа инвалидов по зрению к информации. На средства грантов в библиотеке были созданы мини типография для издания книг рельефно-точечным шрифтом на татарском языке, тифлокомпьютерный класс для обучения незрячих компьютерной грамотности, центр архивации «говорящих» книг на татарском языке и цифровая студия звукозаписи.

В этот период особое внимание уделялось комплектованию книжного фонда изданиями на языках народов, населяющих Республику Татарстан, укреплялись связи с библиотеками соседних республик с целью обслуживания читателей других национальностей, проживающих в Татарстане, книгами на их родном языке.

В настоящее время книжный фонд специальной библиотеки на русском и татарском языках составляет более 350000 экземпляров книг на различных видах носителей информации, информационно-библиотечным обслуживанием охвачено более 3500 пользователей всех возрастных групп.

Если раньше в библиотеку шли для подготовки к экзаменам в школе или в вузе, почитать свежую прессу или только вышедшую книгу, то сегодня в ней можно послу-

шать интересную лекцию или побывать на виртуальной экскурсии, повысить компьютерную грамотность, пройти различные курсы и мастер-классы, познакомиться с культурой родного края и многое другое. Современная Республиканская специальная библиотека для слепых и слабовидящих — больше, чем просто книгохранилище. Она уже давно стала центром притяжения для людей с проблемами зрения.

За последние годы библиотекой реализовано множество социально значимых проектов. Одним из ярких и успешных издательских проектов последних лет стал проект «Татарстан на кончиках пальцев», дважды получивший грантовую поддержку Русского географического общества. В рамках проекта были изданы книги на русском и татарском языках о географических, историко-культурных объектах Республики Татарстан. Они дали возможность незрячим и слабовидящим людям прикоснуться к уникальным памятникам архитектуры, истории и природы. Помимо издания книг проект предполагал организацию экскурсий по историко-культурным и природным достопримечательностям республики. Маршруты будущих экскурсий тщательно продумывались. Так незрячие посетили Раифский участок Волжско-Камского заповедника и Раифский дендрарий, Национальный парк «Нижняя Кама», музей-заповедник «Остров-град Свияжск». В Год водоохранных зон, с которым совпала реализация проекта, выбор пал на водные памятники природы, через которые не пролегают популярные туристические маршруты — правый берег Волги и Голубые озёра. Участники экскурсий знакомились с экологическими и географическими особенностями, флорой и фауной особо охраняемых территорий. Помимо интерес-

ного рассказа экскурсовода с тифлокомментированием, прогулки включали элементы дендротерапии и тактильного знакомства с живой природой.

Не менее востребованным оказался социально-просветительский проект «Мой дом Россия. Книжный навигатор для слепых», призванный привлечь слепых и слабовидящих к изучению истории России, этнографических особенностей её регионов, культурных ценностей и традиций разных народов, проживающих в нашей стране. Этот проект также дважды был поддержан грантами Русского географического общества. Результатом проекта стал многоформатный путеводитель по нашей стране для людей с нарушениями зрения.

Для обеспечения доступа к электронной информации на родном языке и татароязычному сегменту интернета по инициативе Республиканской библиотеки был разработан татарский синтезатор речи. С его появлением незрячие татары обрели возможность самостоятельно работать с электронной документацией на татарском языке, читать татарские новостные и информационные порталы. Уникальный программный продукт является плодом коллективного труда нескольких организаций и лиц, в числе которых ТРООИ «Торос», Республиканская специальная библиотека для слепых и слабовидящих, незрячие программисты и эксперты, филологи. Реализовать проект удалось при грантовой поддержке Кабинета министров Республики Татарстан.

В 2018 году Казань оказалась в числе 14 городов страны, где появились профессиональные тифлокомментаторы. После обучения на курсах тифлокомментирования в Институте профессиональной реабилитации и подготовки персонала ВОС «Реакомп» сотрудники библиотеки

инициировали проект «Увидеть театр», и в мае этого года в Казанском Татарском государственном театре юного зрителя имени Г. Кариева ему был дан старт. Татарстан стал первым регионом (после Москвы), где в театре появилось тифлокомментирование. Это был первый опыт тифлокомментирования на национальном языке. За два последующих года были адаптированы ещё шесть спектаклей этого театра и два спектакля театра кукол.

Это далеко не все проекты Республиканской специальной библиотеки для слепых и слабовидящих, над которыми работали и сегодня продолжают работать её сотрудники. Они не останавливаются на достигнутом, ищут новые идеи и пути развития. Поэтому их друзей и читателей ждёт много нового и интересного.

ОБ УЧЁБЕ В ВУЗЕ НАЧИСТОТУ

«Мы очень заметные люди. На нас сложно не обратить внимания. Так старайтесь запомниться как самостоятельный, коммуникабельный человек, которому иногда нужна помощь», — советует выпускница факультета социальных наук Нижегородского государственного университета Анна Ходюк. Как реагировать на «проверки зрения» от одногруппников, почему иногда лучше искать места прохождения практики самостоятельно и нужно ли отчаиваться, если тебе не идут навстречу, узнаете из её истории.

В 2015 году Аня окончила Нижегородскую школу-интернат для слепых и слабовидящих детей и поступила в Государственный университет имени Лобачевского в Нижнем Новгороде. Самой интересной ей показалась специальность управление персоналом на факультете социальных наук.

«На тот момент в Нижнем Новгороде было три значимых для меня вуза: Нижегородский государственный университет, педагогический институт и филиал Высшей школы экономики. Я знала, что в Вышке будет тяжело, а педагогика меня никогда не привлекала, поэтому выбор пал на Университет имени Лобачевского. Переезд в другой город я тогда не рассматривала», — вспоминает Аня.

Сложнее оказалось с выбором специальности. Несмотря на то, что в первый же день она отдала оригинал аттестата на факультет социальных наук, до последнего выбирала между университетом и Институтом экономики и предпринимательства. Как потом оказалось, решение

пойти в университет на факультет социальных наук было верным: интересующее Анну направление в Институте экономики и предпринимательства скоро закрылось.

«Я поступала по особой квоте, документы подавала очно, но, поскольку я рассматривала только один вуз, много ездить не пришлось. Конечно, без очередей и кучи бумаг для заполнения не обошлось, с этим мне помогла мама», — рассказывает Аня.

После подачи документов она просто ждала результатов конкурса, ведь дополнительных вступительных экзаменов не сдавала, поступала по результатам ЕГЭ.

«Я сдавала ЕГЭ по математике, русскому языку и обществознанию, баллы были довольно хорошими, поэтому я не стала пользоваться возможностью их поднять», — объясняет Анна.

Перед учёбой Аня почти не думала об университете, не скачивала программу курса и не искала центров поддержки студентов с инвалидностью. Она знала, что за несколько лет до этого на факультете социальных наук учился кто-то с плохим зрением, но на управлении персоналом, которое появилось только пару лет назад, точно нет. Будущая студентка была готова подстраиваться под программу и надеялась, что преподаватели пойдут навстречу. Так и получилось.

Первый день в университете был для Ани волнительным. Сначала прошло мероприятие в одном корпусе, затем поехали в другой на вводную встречу с преподавателем и куратором группы. Вручения студенческих билетов не было. Их позже раздала староста.

«Я привыкла к маленькой школе для слепых, а тут много народу, большое пространство, и моё знание о том, как выглядит корпус, вообще не спасало, потому

что 1 сентября все мероприятия у нас проходили не только там», — делится воспоминаниями она.

Найти нужную аудиторию Ане помогла мама, а после всё показывали одноклассники, с которыми сразу получилось наладить контакт. «До этого я видела всех только в пофамильных списках зачисленных. В группе нас было 15 человек, познакомились и создали общий чат мы только 1 сентября. И уже после всех мероприятий гуляли небольшой компанией.

Мне повезло с группой: очень коммуникабельные ребята. Были мелкие странные моменты, когда некоторые проверяли, насколько я вижу, пытаюсь взять у меня со стола телефон или ручку, и очень удивлялись, что телефон я замечаю сразу, а ручку нет. Кому-то было просто любопытно, а кто-то хотел выяснить, чтобы мне помочь. Я всегда относилась к этому спокойно, как к шалостям детей, на которых мы не обижаемся, потому что они маленькие», — рассказывает Анна.

Первое время всем ориентироваться по сложному зданию университета помогала куратор группы — старшекурсница, прошедшая специальное обучение. Отдельного тьютора у Ани не было. Аудитории помогали искать одноклассники, а, если она по каким-то причинам шла на пару одна, спасал «Envision», программы «Be My Eyes» тогда ещё не было.

«Вообще на протяжении всего обучения мне помогали. В совместных проектах брали на себя визуальную часть, например, презентации, провожали до аудиторий, даже встречали на остановке по дороге к корпусу физкультуры, и никогда это не было проблемой».

По словам Ани, по началу было страшно, как тебя воспринимают, как смотрят, как общаются, но с каж-

дым годом отношения с одноклассниками становились всё проще.

«Сложно не было никогда. Я со всеми поддерживала одинаковый контакт. Из-за спорта я в своё время не влилась в студенческую тусовку, поэтому близких друзей не завела, но всегда знала, к кому обратиться, и ко мне обратиться тоже могли. Меня не игнорировали, подходили здороваться, иногда мы проводили время вместе вне учёбы, но сейчас ни с кем из них не общаемся», — рассказывает Аня.

С преподавателями ей тоже удалось выстроить хорошие отношения. Программу специально не адаптировали. Все возникающие трудности решались с каждым педагогом отдельно.

«Большинство преподавателей шли навстречу. Мне заранее присылали на электронную почту презентации и иногда даже экзаменационные задания, разбирали отдельно непонятные задачи по сложным предметам, например, преподавательница по экономике предприятий даже переписала все необходимые формулы крупно маркером в чистую тетрадь, за что ей огромное спасибо», — вспоминает Аня.

Конфликт был только однажды, когда презентацию отправлять отказались, а о возможности сфотографировать никто не подумал. Экзамен по этому предмету пришлось пересдавать на 4 курсе, чтобы получить красный диплом, с чем она успешно справилась.

Самыми сложными были предметы, связанные с математикой, которых на этой специальности было достаточно. Все задачи разбирались на доске, воспринимать на слух и вести конспекты в электронном формате было трудно, поэтому приходилось много

взаимодействовать с преподавателями, объяснять свои возможности и придумывать выходы из ситуаций. Остальные предметы Аня вела на ноутбуке, используя программы экранного доступа, а экзамены сдавала устно, предпочитая этот вариант бумажным тестам. Ей рассказать всегда казалось проще.

«От курса к курсу менялась уверенность в том, что так можно. С каждым годом становилось легче подходить к преподавателям и предлагать варианты решения проблем», — рассказывает Аня.

Всё это получалось, по её словам, благодаря умению договариваться. Именно оно помогло сделать всю университетскую практику по-настоящему полезной.

«Меня не допустили до первой практики с одногруппниками по требованиям службы безопасности Сбербанка, поэтому я проходила её сама, и это оказалось гораздо продуктивнее. Я получила реальный опыт работы с документацией», — вспоминает Аня. Она сама нашла большинство мест, где получила действительно полезные знания и опыт в профессии.

«От университета нас отправляли на разные форумы и в компании, но мы тогда не пользовались этими возможностями правильно. Понятнее было в местах, куда устраивались сами. Иногда было сложно, но команда быстро адаптировалась к моему зрению, и мы вместе решали, где я буду максимально полезной. Здесь важно уметь правильно объяснить свои возможности и потребности», — рассказывает Анна.

Из-за большой загруженности (учёба без пропусков и конный спорт) внеучебная жизнь заключалась только в посещении секции по йоге. «Я пришла к своей преподавательнице уже расстроенная отказами в других

местах и не верила, что здесь меня возьмут, но она не видела никакой проблемы и сразу записала к себе, за что я ей безмерно благодарна. Секция по йоге заменяла мне физкультуру, кроме того, помогала восстанавливать спину, которую травмировал конный спорт», — рассказывает Анна.

Вспоминая свою учёбу, она пришла к выводу, что ожидания не совпали с реальностью: «Я не знаю ни одного бакалавриата, где бы они совпадали. Где-то нам дали меньше, чем ожидали, где-то — больше. Я ждала, что будет серьёзно, а серьёзно в некоторых моментах не было, а от практики наоборот не ожидала суперпользы, тем не менее, её получила».

Бакалавриат Анна закончила в 2019 году и вынесла из этого периода жизни опыт, который впоследствии помог ей при поступлении в магистратуру и в дальнейшем взаимодействии с новыми коллективами: «Я считаю: важно не бояться разговаривать. Лишний раз объяснить, улыбнуться, поздороваться. Это всегда будет плюсом. Не стоит стараться непременно подружиться с конкретными людьми, лучше поддерживать хорошие отношения со всеми, чтобы всегда было к кому обратиться. И самое главное, не нужно ждать, что тебе предложат помощь. Её нужно просить самому, иначе никак».

С таким пониманием проблем незрячего студента становится действительно проще жить, принимать себя таким, какой ты есть, и не расстраиваться по пустякам. Несмотря на то, что близких друзей в университете у Ани не было, благодаря грамотно выстроенным отношениям с группой, к ней относились хорошо и всех такое общение устраивало.

ОФТАЛЬМОЛОГ СОВЕТУЕТ

Екатерина Шевичева

КОРРЕКЦИЯ ЗРЕНИЯ С ПОМОЩЬЮ КОНТАКТНЫХ ЛИНЗ

О возможности коррекции зрения с помощью контактных линз учёные задумывались много веков назад. Например, в записях гениального художника и изобретателя Леонардо да Винчи были обнаружены эскизы линз для глаз, сделанные им ещё в 1508 году. Средневековая линза да Винчи представляла собой громоздкую шарообразную конструкцию, корректирующую плохое зрение. Но это изобретение так и осталось на бумаге. Спустя несколько веков, замысел да Винчи был воплощён в жизнь уже другими учёными.

В 1888 году немецкий физиолог Адольф Фик и французский врач оптометрист Эжен Каль независимо друг от друга изготовили первые стеклянные контактные линзы, самостоятельно удерживающиеся на глазу. Из донышек стеклянных пробирок Кальт сконструировал линзы для коррекции кератоконуса, хронического заболевания глаз, при котором роговица постепенно деформируется и принимает форму конуса, при этом зрение становится размытым и искажённым.

В 1889 году немецкий офтальмолог Август Мюллер, не зная об успехах А. Фика и Э. Каля, защитил доктор-

скую диссертацию на тему «Очки и роговичные линзы». Эти линзы он применил для коррекции зрения при близорукости.

Первая мировая война надолго остановила дальнейшие исследования в этой области. Лишь в 1936 году американский врач оптометрист Уильям Фейнблум предложил использовать для изготовления контактных линз синтетический термопластичный прозрачный полимер, известный также как органическое стекло или акрил. Так появились лёгкие контактные линзы, но они были жёсткие, раздражали глаза, вызывая ощущение инородного тела в глазу, и не пропускали к роговице глаза необходимый для её нормального функционирования кислород.

Настоящий переворот в изготовлении контактных линз произошёл в 1960 году. Чешский химик и изобретатель Отто Вихтерле и его помощник Драгослав Лим синтезировали новый материал, который был способен поглощать жидкость (до 37%), после чего становился мягким и эластичным. Новый полимер, названный гидрогелем, стал революцией в оптометрии. Проблема дискомфорта и сухости глаз при использовании контактных линз была решена. Так появились уже привычные нам мягкие контактные линзы.

Для справки

Оптометрия — это раздел офтальмологии, разрабатывающий методы определения оптических дефектов глаза и их коррекции с помощью оптических средств.

Для отливки первых образцов своих линз изобретатели придумали специальный необычный аппарат, используя что было под руками: детали велосипеда, детского

конструктора и моторчик от граммофона. Это чудо техники до сих пор хранится в одном из чешских музеев.

Первые испытания контактных линз прошли уже на следующий день в одной из глазных клиник Праги. Почти сразу было подано и заявление на патентную охрану изобретения. Однако в 1965 году, не проинформировав авторов изобретения и без их согласия, чешские чиновники продали патент за ничтожную часть его настоящей стоимости американской компании Bausch & Lomb. Когда в 1971 году было получено разрешение на вывод линз на американский рынок, её акции за одну ночь выросли на 250 млн. долларов. Ей и сейчас принадлежат права на это изобретение.

В дальнейшем технология производства мягких линз была усовершенствована, появились дышащие силикон-гидрогелевые контактные линзы.

Современные контактные линзы — это тончайшая мягкая плёнка, помещающаяся на роговицу. Инновационные технологии позволяют линзам дышать и сохранять необходимую влажность, комфортную для глаз. С их помощью можно не только скорректировать зрение, скрыть визуальный дефект, но и поменять природный цвет глаз на любой другой.

Что такое контактные линзы, как их выбирать и носить, журналу «Школьный вестник» рассказала врач-офтальмолог клиники микрохирургии глаза «Я ВИЖУ» Валерия Смирнова.

ВИДЫ И НАЗНАЧЕНИЕ КОНТАКТНЫХ ЛИНЗ

Контактные линзы — это один из эффективных способов коррекции зрения при нарушениях рефракции и других заболеваниях глаз. Они гораздо удобнее привычных

очков, позволяют вести активный образ жизни, поэтому пользуются безграничной популярностью во всём мире.

Как рассказала Валерия Смирнова, контактные линзы, представленные сегодня на оптическом рынке, можно разделить на категории в зависимости от их назначения, материала, из которого они изготовлены, режима ношения и дизайна.

Жесткие и мягкие контактные линзы

Мягкие линзы — самый распространённый вид контактных линз. Их назначают для коррекции близорукости и дальнозоркости, пресбиопии (возрастные изменения зрения) и астигматизма; при невозможности и/или непереносимости полной коррекции зрения с помощью очков.

Жёсткие линзы хорошо пропускают кислород и удерживают естественную влагу роговицы глаз, но требуют более сложного ухода. Их обычно назначают при высокой степени близорукости и дальнозоркости, сложных формах астигматизма. Таким пациентам трудно подобрать удобные очки, тем более при некоторых нарушениях зрения очковая коррекция мало эффективна. Жёсткие линзы также назначают после кераторефракционных операций, при кератоконусе (истончение роговицы с изменениями ее поверхности) и образовании рубцов, помутнение роговицы).

Различаются контактные линзы и по занимаемому положению на глазу.

Корнеальные (роговичные) линзы — располагаются на роговице глаза, не доходя до лимба. Например, жёсткие газопроницаемые роговичные и ортокератологические линзы.

Корнеосклеральные — линзы опираются на роговицу и лимб. Этот вид представляют мягкие контактные линзы.

Мини-склеральные и склеральные линзы — их опорная зона приходится на бульбарную конъюнктиву. К ним относятся жёсткие газопроницаемые линзы большого диаметра (15 мм и более).

Для справки

Лимб роговицы — край роговицы, место её соединения со склерой глаза в виде полупрозрачного кольца шириной 1–1,5 мм.

Бульбарная конъюнктива — часть конъюнктивы, которая покрывает склеру глаза (переднюю поверхность глазного яблока). Конъюнктива — тонкая прозрачная оболочка, которая покрывает структуры глаза, выполняет защитную функцию и вырабатывает слезную жидкость.

Каждый вид контактных линз предназначен для решения определённой задачи.

Корректирующие линзы — для коррекции близорукости, дальнозоркости, астигматизма, пресбиопии (бифокальные).

Контактные линзы для контроля прогрессирования близорукости помимо корректирующей функции тормозят развитие близорукости. Такими свойствами обладают мягкие бифокальные линзы, ортокератологические (ночные) и мягкие контактные линзы с периферическим дефокусом.

Для справки

Периферический дефокус (миопический дефокус) — термин в офтальмологии, который означает смещение

фокуса световых лучей перед сетчаткой на периферии сетчатки. Это создаёт сигнал для глаза, что дальнейшее удлинение не требуется, и замедляет прогрессирование миопии (близорукости).

Декоративные линзы — это косметически окрашенные линзы, которые применяются для коррекции цвета глаз или для маскировки дефектов переднего отрезка глазного яблока.

Терапевтические линзы — мягкие или жёсткие газопроницаемые линзы, которые используются с лечебной целью: для устранения болевых ощущений или ускорения эпителизации роговицы, а также как «депо» лекарственных препаратов.

Контактные линзы различаются по длительности использования.

Однодневные предназначены для одноразового использования.

Линзы частой плановой замены имеют конкретный срок использования, указанный на упаковке. Например, двухнедельные, месячные или квартальные (трёхмесячные) линзы.

Традиционные линзы рассчитаны на длительное использование (от 6 месяцев до года).

Ортокератологические (ночные) линзы — жёсткие газопроницаемые линзы, которые надевают исключительно на ночь, а утром снимают.

Валерия Смирнова: «Такие линзы позволяют в течение дня обходиться без средств коррекции. Это хороший вариант для тех, кто испытывает неудобство при ношении очков и мягких контактных линз в течение дня.

Они отлично подходят для стабилизации прогрессирующей близорукости у детей и подростков».

Как пояснила эксперт, ортокератологические линзы имеют специальную «обратную геометрию» и работают за счёт изменения формы роговой оболочки глаза. В течение ночи они создают давление на центральную часть роговицы. Уплотняясь в центре, роговица становится значительно толще по краям. Благодаря такому эффекту поток света падает на сетчатку под нужным углом, изображение предметов на ней фокусируется более четко, а острота зрения улучшается и остается таковой в течение всего дня. То есть роговица сама выполняет функцию очков или контактных линз.

Важно отметить, что эффект этот накопительный. Он формируется в течение нескольких дней или недель ношения линз. После прекращения использования ортокератологических линз, роговица приобретает исходную форму и зрение снова ухудшается. Поэтому для поддержания хорошей остроты зрения ночные линзы нужно применять постоянно.

Валерия Смирнова: «За более чем 20 лет использования ортокератологических линз в России, офтальмологи отмечают, что они вполне безопасны и отлично себя зарекомендовали при коррекции прогрессирующей близорукости. А регулярные профилактические осмотры пациентов показали, что иногда при коррекции зрения с помощью ночных линз можно достичь большего эффекта, чем при использовании мягких контактных линз».

Однако некоторые специалисты предупреждают, что ортокератологические линзы ещё недостаточно изучены. Их использование требует высокой самодисциплины: соблюдение режима ношения, внимательного ухода

и регулярного наблюдения у врача. Нарушение правил гигиены может привести к серьёзным осложнениям: конъюнктивиты, рубцевание тканей глазного яблока, микробный кератит и даже язва роговицы. В 2021 году специалистами 2-го офтальмологического отделения ГБУ РО «Областная клиническая больница имени Н.А. Семашко» был зафиксирован и описан клинический случай развития быстропрогрессирующей язвы роговицы глаза у подростка на фоне нарушения сроков ношения ортокератологических линз, постоянного микротравмирования и гипоксии роговицы глаз, а также несоблюдения правил ухода за линзами и надлежащей гигиены.

ПОКАЗАНИЯ И ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ ДЛЯ НОШЕНИЯ КОНТАКТНЫХ ЛИНЗ

Ношение контактных линз имеет ряд показаний и противопоказаний. Насколько такой способ коррекции зрения будет безопасен для конкретного пациента решает только врач-офтальмолог.

По словам эксперта, к основным противопоказаниям можно отнести:

- воспалительные заболевания переднего отрезка глаза (конъюнктивы, роговицы, радужки, век) в активной или острой стадии;
- острые респираторные заболевания верхних дыхательных путей;
- различные новообразования в области глаза;
- некомпенсированный сахарный диабет;
- покафобию — страх перед ношением контактных линз или боязнь дотронуться до глаз (в норме этот страх присутствует у людей, не имеющих опыта ношения контактных линз);.

— некоторые психические заболевания или физические недуги, затрудняющие выполнение рекомендаций по использованию и уходу за линзами.

Показания для коррекции зрения контактными линзами:

— индивидуальная непереносимость очков;

— различные нарушения рефракции (близорукость, дальнозоркость, астигматизм, пресбиопия).

— наличие большой разницы (более 2,5 диоптрий) между остротой зрения обоих глаз;

— афакия (отсутствие хрусталика в глазном яблоке в результате врождённой аномалии, травмы или оперативного вмешательства);

— амблиопия или синдром «ленивого глаза», расстройство зрительного анализатора, из-за чего падает острота зрения.

— некоторые виды профессиональной деятельности, когда ношение очков неудобно или невозможно (медработники, спортсмены, строители).

ЧТО ЛУЧШЕ — ОЧКИ ИЛИ ЛИНЗЫ

Валерия Смирнова поясняет, что выбор контактных линз или очков зависит от многих факторов. Иногда очки просто незаменимы, поэтому важно, чтобы у людей с ослабленным зрением они всегда были под рукой. Контактные линзы дневного ношения обязательно нужно снимать вечером! Кроме того, во время простудных заболеваний использовать контактные линзы не рекомендуется. Если условия жизни и работы не позволяют соблюдать должный уход за линзами, отсутствует чистое оборудованное место, где линзу можно безопасно

снять или надеть, рекомендуется носить очки, подобранные по актуальному рецепту.

И напротив, есть ситуации, когда ношение контактных линз предпочтительнее. Они необходимы, если рецепт на очки часто и быстро меняется, когда ребёнок постоянно забывает, теряет или ломает очки.

Также линзы необходимы в случае высоких аметропий, когда изображение в обычных очках очень сильно искажается, а сами очки становятся тяжёлыми и неудобными из-за больших диоптрий. При анизометропии, когда разница в диоптриях между глазами около трёх и более диоптрий, контактные линзы позволяют получить полную коррекцию на каждом глазу без долгого периода адаптации к сложному рецепту.

Для справки

Аметропия — это нарушение преломляющей способности глаза, из-за которого изображение формируется не на сетчатке, а перед ней или за ней.

Анизометропия — состояние, при котором зрение в одном глазу отличается от зрения в другом. Это может проявляться как разная степень близорукости, дальнозоркости или даже астигматизма в каждом глазу. Например, один глаз может быть близоруким, а второй — дальнозорким. В результате мозг получает два разных изображения, которые сложно совместить в одно чёткое.

Валерия Смирнова: «В случае подбора контактных линз ребёнку, нужно, чтобы его родители обладали определёнными навыками обращения с линзами и могли помочь при необходимости, следили за правильной обработкой линз и соблюдением правил их ношения. При

синдроме сухого глаза у взрослых предпочтение следует отдать ортокератологическим линзам, если состояние глазной поверхности позволяет их подобрать».

ПОДБОР ЛИНЗ

Возрастных ограничений для ношения контактных линз практически нет. Но важно знать, что рецепт на очки категорически не подходит при выборе контактных линз. При подборе линз обращают внимание на многие параметры. Одним из важнейших является показатель влагосодержания.

Он зачастую зависит от особенностей помещения. В накуренной или сухой комнате линзы быстро сохнут, что вызывает неприятное ощущение сухости в глазах. В таких случаях подойдут средства контактной коррекции с высоким уровнем влагосодержания — это линзы двухнедельного или месячного ношения, поскольку они толще и лучше задерживают влагу.

Ещё один важный показатель — соотношение между влагосодержанием, толщиной и материалом изготовления линзы (Dk/t). Он определяет, насколько линза пропускает кислород к роговице глаза. У контактных линз дневного ношения Dk/t должен быть более 80 единиц. Линзы с меньшим показателем Dk/t нельзя носить более 6–8 часов.

Режим ношения контактных линз — это время, в течение которого человек может носить линзы, не снимая. По словам эксперта, такой режим подбирается индивидуально специалистом-офтальмологом и самим производителем. Время использования линзы считается с момента открытия упаковки. Существует несколько режимов ношения линз.

Дневной режим — линзы носят в течение дня от 8 до 12 часов. После этого глазам требуется увлажнение и отдых. «Диоптрийный ряд может отличаться у разных производителей. Контактные линзы высоких диоптрий и линзы для коррекции астигматизма, как правило, заказные», — уточнила эксперт.

Гибкий режим ношения — линзы можно носить, не снимая, до 16 часов, а иногда до трёх дней.

Пролонгированный режим — линзы можно носить до 6 дней (иногда до 30 суток), не снимая даже на ночь. Такие средства контактной коррекции изготавливают из силикон-гидрогеля, хорошо пропускающего кислород.

Переходить на ношение пролонгированных линз можно только под контролем врача.

ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КОНТАКТНЫХ ЛИНЗ

Контактные линзы удобнее носить чем очки, но за ними нужен регулярный уход.

Линзы нужно аккуратно надевать и снимать только чистыми руками, так как всегда существует риск травмы глаза и занесения инфекции. Валерия Смирнова: «Если после надевания линзы появились неприятные ощущения инородного тела в глазу, туман, общий дискомфорт, ее нужно немедленно снять».

Ни в коем случае нельзя надевать линзы при покраснении глаз, при появлении зуда, выделений или отёка слизистой оболочки глазного яблока. Также нельзя носить линзы во время простудных заболеваний, насморка и сезонных аллергий.

Многоразовые контактные линзы требуют ежедневного ухода. Валерия Смирнова: «Контактные линзы плано-

вой замены нужно регулярно дезинфицировать и увлажнять в многофункциональном растворе. Сам раствор и контейнер, в котором он содержится, необходимо менять. Ортокератологические линзы также дезинфицируются с помощью специального раствора. Возможно использование пероксидных (содержащих трёхпроцентный раствор перекиси водорода) систем очистки линз по показаниям и графику, который определит лечащий врач. Дополнительные средства очистки жёстких линз, ультразвуковая чистка жёстких линз назначаются по показаниям».

Нельзя использовать просроченные линзы, даже если блистер, где они содержатся, не был вскрыт.

Линзы необходимо снимать во время купания в бассейне или естественных водоёмах. Исключение возможно при использовании поверх линз защитных очков. Но если сквозь защитные очки всё же попала вода, линзы тут же нужно снять и воспользоваться новыми. В случае попадания влаги на линзу на ней кристаллизуется осадок, что приводит к развитию воспалительных заболеваний и инфекций.

Валерия Смирнова: «Соблюдайте режим ношения линз. Не перенашивайте линзы, исключите сон в линзах дневного ношения. Используйте увлажняющие капли при использовании контактных линз. Это улучшает состояние глазной поверхности и повышает защитные функции слёзной пленки».

Внимание! Никогда не подбирайте контактные линзы самостоятельно. Подбор линз осуществляет только врач после необходимого офтальмологического обследования.

ТЕРАПИЯ НА ЧЕТЫРЁХ ЛАПАХ

КАК ПОМОГАЕТ ДЕТЯМ НЕЗРЯЧИЙ КАНИСТЕРАПЕВТ И ЕГО СОБАКА

Приручив собаку, человек научился использовать не только её звериное чутьё, способности прирожденного охотника, физическую силу охранника и защитника очага, но и её удивительный терапевтический эффект. Собака терпелива, отзывчива, дружелюбна и всегда готова к общению. Она способна поднять настроение, снять психическое напряжение и вывести из депрессии, готова скрасить одиночество и не позволит никому скучать.

Терапия с помощью обученных собак — канистерапия (от лат. *canis* — собака) используется как один из методов медицинской и социальной реабилитации детей и взрослых. Её успешно применяют в психотерапевтических целях для нормализации эмоционального состояния, развития умственных способностей и тонкой моторики, восстановления двигательных функций, при коррекции личности, социальной адаптации и реабилитации детей с психическими, физическими и ментальными особенностями развития.

Как проводятся занятия с обученной собакой, «Школьному вестнику» рассказала Александра Легченкова — лучший канистерапевт страны по версии проекта «Лучшие собаки России».

http://vk.com/glazami_ovcharki?w=club215612031&ysclid=mdrpkm2pj8449795705

Александра окончила факультет психологии Российского государственного гуманитарного университета (Институт психологии имени Л. С. Выготского). На старших курсах она решила посвятить свою профессиональную жизнь канистерапии и уже несколько лет вместе со своей белой швейцарской овчаркой Бель оказывает помощь детям в Центре канистерапии «На Крылатских холмах».

— *Александра, почему вы не стали заниматься традиционными направлениями психологической помощи, а выбрали именно канистерапию?*

— Я с детства любила собак и даже мечтала стать кинологом. Раньше у меня был лабрадор, просто домашний пес, которому я уделяла всё своё свободное время, занималась с ним, сама дрессировала. К четвёртому курсу университета зрение моё стало стремительно ухудшаться, и я задумалась, что же мне делать дальше. Ведь в том направлении психологии, где мне хотелось работать, зрение было необходимо.

— *А чем вы хотели заниматься как психолог?*

— Я очень хотела заниматься нейропсихологией, то есть изучать работу мозга, его влияние на познавательные способности и поведение человека, или психофизиологией, которая изучает физиологические механизмы психических процессов, разных состояний и индивидуальных особенностей психики. Именно эти дисциплины мне нравились и были по-настоящему интересны.

— *И вы остановили свой выбор на канистерапии?*

— Да. Мне пришлось выбирать более реалистичные направления работы, и я обратила внимание на терапию с помощью обученной собаки. Тогда у меня ещё не было Бель, моей помощницы и моего верного напарника. Но я нашла нужных специалистов и пришла в Центр

канистерапии «На Крылатских холмах» просто, чтобы познакомиться с этим направлением реабилитации.

Как волонтеру мне разрешили наблюдать за работой канистерапевтов, помогать им проводить занятия. Тогда я приняла решение, что буду заниматься именно канистерапией и взяла щенка. Пока он подрастал, я окончила сертифицированные курсы. На занятия я ходила одна, набиралась опыта, работала с детьми разных возрастов, с разными проблемами здоровья.

— *А когда вы познакомили свою Бель с канистерапией?*

— Когда собаке исполнилось полгода, я стала брать её на занятия. Сначала она просто привыкала к людям, смотрела на детей, училась с ними контактировать. Через некоторое время я стала вводить Бель непосредственно в работу и готовить к аттестации. Мы принимали участие в различных проектах, посвящённых канистерапии. Например, в рамках «Mental Health Day», проводимого в Высшей школе экономики, мы участвовали в мероприятии, посвящённом канистерапии. Помимо собак-терапевтов там были и другие домашние питомцы.

Специалисты рассказывали о канистерапии, о влиянии общения с собаками на снятие стресса и напряжённости, а студенты и сотрудники университета просто получали удовольствие от общения с животными. Также нас с Бель пригласили поучаствовать в проекте Центра социальной реабилитации для детей-инвалидов «Южное Бутово». В центре работали мои коллеги, а для меня и Бель это была своего рода стажировка.

— *Что же такое канистерапия и в чём заключается её эффективность?*

— Канистерапия — это один из методов реабилитации детей и взрослых с помощью специально обученной собаки. Терапию планирует и проводит канистерапевт, а собака ему ассистирует. Канистерапия снимает стресс, тревогу и напряжённость, помогает при депрессивных и посттравматических расстройствах. С её помощью можно успешно развивать коммуникативные, двигательные и социальные навыки. Её используют при нарушениях психомоторного развития, ДЦП, при восстановлении после черепно-мозговых травм и инсультов.

Собака помогает адаптироваться к социальной жизни детям с аутизмом, с синдромом Дауна и другими ментальными расстройствами. Работают канистерапевты и с обычными (нормотипичными) детьми, без психических и психосоматических расстройств. В этом случае канистерапия используется в развивающих целях. Важно понимать, что канистерапия — это не лекарство от всех болезней, но она очень эффективна как сопровождающая реабилитация.

— Область применения канистерапии довольно широка. Что должен знать и уметь канистерапевт, чтобы помогать своим подопечным?

— Канистерапия успешно сочетает элементы кинологии (основы собаководства), этологии (знания поведения животных в естественных условиях), психологии, педагогики, реабилитологии и даже адаптивной физической культуры. Поэтому специалист должен иметь соответствующую подготовку. Зачастую в канистерапию приходят люди с базовым психологическим, дефектологическим, медицинским, логопедическим и даже кинологическим образованием.

Дополнительные знания по дрессировке и взаимодействию с собакой специалисты получают на курсах по

канистерапии. Их учат как выстраивать отношения с собакой-терапевтом, когда её можно хвалить, как с ней работать. Конечно, этому можно учиться очень долго, но в канистерапию приходят опытные люди, у которых уже есть питомцы и которые хотят применить на практике свои знания и возможности четырёхлапых партнёров. У каждого канистерапевта своя специализация, поэтому он совершенствует знания в определённой области для работы с определённой категорией людей. Лично я предпочитаю работать с детьми, потому что я с ними более комфортно себя чувствую и быстрее нахожу общий язык.

— *Кто может работать канистерапевтом? Нужны для этого какие-то определённые личностные качества, способности?*

— Если говорить о канистерапии с детьми, то здесь важно любить собак, любить детей и уметь с ними работать. А в целом, у канистерапевта должно быть хорошее воображение. Нужно уметь быстро ориентироваться в ситуации. Занятия никогда не проходят по заранее запланированной программе. Это живой и подвижный процесс, в котором участвуют собака и ребёнок. Предугадать, как всё пойдёт, практически нереально. Вчера ребенок с удовольствием играл с собакой в любимый футбол, а сегодня он пришёл с другим настроением. А значит, надо перестроиться и поставить перед ним другую задачу. Собака — тоже живое существо со своими потребностями и переживаниями.

— *Собаки каких пород подходят для канистерапии?*

— Кто-то считает, что для канистерапии подходят только лабрадоры и голден-ретриверы. По мнению моих учителей, с которыми я полностью согласна, в канистерапии важна не порода собаки, а её контакт с человеком. На

аттестации прежде всего смотрят, как собака взаимодействует с канистерапевтом, насколько она управляема и ориентирована на хозяина, готова работать с детьми или взрослыми. Это должен быть верный и надёжный напарник в работе. Да, я люблю лабрадоров. У меня был лабрадор, и я знаю, что это за собака. Они безумные добряки. Но опять же, вспоминая своего лабрадора, как он на радостях нёсся к детям и головой сбивал их с ног, я бы такую собаку в ассистенты не взяла. Чтобы работать с таким псом, нужно было бы постоянно держать руку на пульсе, вовремя его контролировать. Поэтому в канистерапии порода собаки имеет второстепенное значение.

— *Бытует мнение, что для канистерапии отбирают собак светлого окраса, это так?*

— Это миф. (Улыбается.) У меня белая овчарка, но она выбрана не из-за цвета шерсти. Просто это белая собака. А вот на практике дети с аутизмом, например, лучше всего реагируют на чёрных собак. Так что здесь не угадаешь. В нашем центре есть собаки разных пород и с шерстью разного цвета. Каждый ребёнок сам выбирает, с какой собакой ему комфортнее общаться.

— *Как готовят собак-терапевтов, что они должны уметь, какими навыками владеть?*

— Универсальных собак-терапевтов не существует, поэтому жёстких требований к их дрессировке тоже нет. Такая собака должна освоить определённый набор навыков. Это прежде всего навыки бытового послушания. Она должна легко находить контакт с человеком, понимать его без слов по жестам, мимике и поведению, мотивировать к игре и активности в целом, ходить на поводке с хозяином и другими людьми, не проявлять агрессии, не бояться шумов, не реагировать на

посторонние раздражители во время работы. Ну и во всём слушаться канистерапевта, конечно.

Помимо обязательных навыков, каждая собака обучена каким-нибудь уникальным вещам, и это самое интересное. Допустим я люблю всякие трюки и занимаюсь трюковой дрессировкой. Поэтому моя собака знает много трюков. Питомцы моих коллег, например, могут уметь играть с детьми, искать предметы и прочее. Таким образом центр может предложить своим подопечным разных собак с разными возможностями.

— *А где вы обучали свою собаку?*

— Бель я обучала самостоятельно. Определённые знания у меня уже были, к тому же мы ходили на дрессировочную площадку центра, где я проходила обучение и проводила занятия. Каждая собака-терапевт должна пройти практический курс, около 30—50 часов, чтобы отточить необходимые навыки, показать свою готовность к работе. Затем собака проходит аттестацию, которую нужно раз в два года подтверждать. К аттестации допускаются питомцы не моложе десяти месяцев, хотя бывают и исключения.

Бель я планировала аттестовать сразу же после окончания университета, но вмешались обстоятельства. После получения диплома я полностью потеряла зрение, и мне, если честно, было не до этого. В канистерапию я смогла вернуться только через год. Нам разрешили приехать сразу на аттестацию. Сдали мы её с первого раза с хорошими результатами, и меня пригласили волонтером вести занятия. Надо сказать, что я не очень представляла, как я смогу заниматься канистерапией в сложившейся ситуации. Но мы провели первое занятие с ребёнком и у нас всё получилось.

— *Какова роль собаки в терапевтическом процессе?*

— Собака выступает посредником между ребёнком и специалистом. Она привлекает внимание, вызывает доверие и мотивирует его на какие-либо действия. Канистерапевт разрабатывает индивидуальные занятия для каждого ребёнка в зависимости от нарушений его здоровья или запроса его родителей. А собака просто помогает ему достичь поставленной цели.

Когда в терапевтическом процессе участвует собака, дети быстрее раскрываются. Перед ними живое дружелюбное существо, которое здорово оживляет общение и вызывает искренний интерес. Детям проще взаимодействовать с собакой. Подчас они быстрее запоминают их клички, чем имена канистеропевтов. Специалист в этом случае просто подсказывает ребёнку, как нужно взаимодействовать с собакой, рассказывает, что собака умеет и вообще, что с ней делать можно. Отсюда и начинается работа.

Если это нормотипичные дети, то мы учимся с ними воспринимать пространство, ориентироваться в нём, проводим познавательные и развивающие игры с участием собаки. Если на занятие приходит ребенок с ДЦП, мы работаем с тактильной чувствительностью и тонкой моторикой, учимся снимать напряжение и расслабляться. Поглаживая собаку, дети получают совершенно новые для них ощущения. Ведь её шерсть может быть мягкой или жёсткой, длинной или короткой в разных частях тела. У собаки мокрый нос, мягкие бархатные уши, жесткие лапы, она может лизнуть руку или взять корм с ладошки, а это совершенно разный тактильный опыт. Такое общение с собакой очень хорошо работает с детьми, которые вообще мало на что реагируют.

— *Были в вашей практике случаи, когда собаке не удавалось установить доверительные отношения с ребёнком?*

— В моей практике таких случаев не было. Но я знаю, что мои коллеги работают со страхами детей и даже фобиями. Ведь некоторые действительно боятся собак, да и вообще животных. В этом случае ребёнка знакомят с собакой постепенно. Сначала ему издалека показывают домик, где она живет. Потом он может со стороны посмотреть, как другие дети играют с собаками и так далее. Постепенно у ребёнка появляется интерес, и он идёт на контакт. Помню, у нас был мальчик, которому собаки вообще не были интересны. Он приходил на занятия, садился и играл. Вскоре игры других детей с собаками стали привлекать его внимание. Он подходил и смотрел на всех со стороны, а потом и самому захотелось принять участие. Но мы никого не заставляем общаться с собакой. Желание у ребёнка должно возникнуть естественным образом.

— *Как проходят занятия по канистерапии?*

— Обычно я провожу канистерапию следующим образом. На первом занятии мы знакомимся. Причём собаку я включаю в процесс сразу. Если я замечаю, что ребёнок пока не готов общаться с собакой или боится её, я отвожу Бель в угол, где она лежит и ждёт своего часа. Мы общаемся с ребёнком. Я спрашиваю, как его зовут, сколько ему лет, есть ли у него дома собака, знакомлю его с собакой.

Бель довольно внушительных размеров, поэтому я её укладываю, чтобы она визуально казалась меньше и ребёнок не испугался. Я предлагаю ему попросить у собаки лапу и поздороваться. Чтобы ребёнку не было

страшно, я кладу его ладонь на мою, и мы здороваемся с собакой вместе.

Если есть у ребёнка желание погладить Бель, я показываю, как это нужно сделать. Многие дети сразу боятся гладить чужую собаку, поэтому поглаживание мы начинаем с хвоста, потом гладим спину. Затем я предлагаю ребёнку посмотреть, а что же эта собака умеет. Бель показывает несколько трюков. Я объясняю, как можно управлять собакой с помощью «волшебного» мяча, есть у меня такой мячик. А потом я спрашиваю, что ребёнку больше всего понравилось.

У каждого предпочтения свои. Одни просят повторить трюки. Другим интересно, что ещё умеет Бель. Кроме этого, на первом занятии я рассказываю детям о собаках, какие бывают породы, показываю на примере других собак, занимающихся в это время в помещении центра. Мы ищем отличия, сравниваем их. Если ребёнок совсем маленький, то мы просто гладим собаку, учимся её расчёсывать. Потом ребёнок прощается с Бель. Кто-то снова просит её лапу, кидает мячик ей на прощание, наливает воду в миску, кто-то ничего не делает и уходит.

Ну а дальше занятия строятся, исходя из интересов ребёнка. Понравились ему трюки, учимся делать с собакой трюки. Тут и моя фантазия включается. Например, я могу попросить ребёнка запомнить трюки, которые выполняет Бель, а потом их повторить в той же последовательности. При этом ребёнку нужно одновременно следить за тем, что она делает, какие жесты и голосовые команды я ей даю, как я управляю собакой. Так мы развиваем память и внимание. Такие занятия хорошо подходят для дошкольников и детей младшего школьного возраста.

Часть занятия мы оставляем на игру. Например, играем в прятки: прячем мячик от собаки, она его ищет. Потом прячем мяч от ребёнка. Так можно тренировать внимание. Ведь многие дети рассеяны, поэтому мы с собакой учим их внимательно осматривать все ящики, коробки и прочее в поисках спрятанного мяча.

— *Сколько длится одно занятие и сколько их нужно пройти, чтобы получить желаемый результат?*

— Обычно занятие длится 20-30 минут. Но с маленькими детьми мы работаем меньше, чем со школьниками, так как любое занятие — это высокая эмоциональная нагрузка. Малыши легко перевозбуждаются. Заниматься можно до бесконечности, пока у ребёнка есть желание и интерес. Один мальчик ходил в наш центр лет пять, пока школу не закончил. Так что всё индивидуально.

— *Александра, насколько целесообразно готовить собак-терапевтов для личного использования, например, как готовят собак-проводников для незрячих?*

— Особого смысла я в этом не вижу. Канистерапию может проводить собака только в паре со специалистом. То есть некорректно называть собаку канистерапевтом. Да, есть собаки-диагносты и собаки, оказывающие психологическую поддержку человеку. Таких собак стали готовить и в нашей стране. Но они обучены определённым навыкам и подготовлены для выполнения определённых задач. Например, для людей, страдающих депрессивными расстройствами, паническими атаками, тревожными или эмоциональными расстройствами, готовят собак эмоциональной поддержки. Такая собака чувствует состояние хозяина и старается переключить его внимание на себя, пытается с ним играть, ласкается к нему,

вытаскивая таким образом человека из состояния паники, тревоги и нервоза.

— *Как влияет работа в области канистерапии на саму собаку? Они ведь устают также, как люди.*

— Для этого и существует аттестация, где проверяется готовность собаки переносить различные нагрузки. Мы с Бель работаем раз в неделю полный рабочий день. Бывали моменты, когда к нам на занятия приходило по 10-12 детей, и собака выдерживала. Но я всегда отслеживаю состояние Бель. Это моя задача — вовремя обнаружить, что собака устала, дать ей отдохнуть и полежать в стороне, переключив ребёнка на что-нибудь другое. После канистерапии собака отдыхает, и мы занимаемся какими-нибудь простыми вещами, которые ей нравятся. Но в целом, собака легко привыкает к нагрузке.

— *Саша, пока вы работаете как волонтер. А в перспективе вы планируете сделать канистерапию своей основной профессией?*

— Планирую. (Смеётся.) Я этим вопросом активно занимаюсь, но у меня это не очень получается. Я всегда честно говорю, что я не вижу. Поэтому, когда я обращаюсь в разные организации, собеседование заканчивается после того, как об этом узнают. Стереотипов в нашем обществе ещё хватает.

— *На ваш взгляд, канистерапия может стать профессией для незрячего специалиста?*

— Тут всё зависит от человека. Если ему это будет нравится, значит у него это будет получаться. А если ему ещё и возможность работать дадут, то он прекрасно будет работать и справляться со своими обязанностями. Ну вот если у меня была бы такая возможность, я бы с удовольствием работала официально. Почему бы и нет.

— *А вы пробовали работать с незрячими детьми?*

— Да, у меня был такой опыт, правда непродолжительный. Ко мне однажды привели незрячего мальчика трёх лет. Я провела с ним одно занятие и поняла, что канистерапия с незрячим ребёнком существенно отличается от работы с другими детьми. Начинать такую терапию нужно не со знакомства с собакой, а с изучения помещения. С незрячими всё должно выстраиваться по-другому. Больше времени нужно потратить именно на ориентировку в новом пространстве, чтобы ребёнок не терял собаку. Собственно, это и приключилось с моим незрячим подопечным. Я уверена, что для незрячих канистерапия будет очень полезна. Если честно, мне бы хотелось продолжить работу с такими детьми.

— *Опишите плюсы и минусы работы канистерапевта.*

— К плюсам можно отнести самую возможность незрячего работать в этой области. Индивидуальная работа для нас вполне доступна. А если собака хорошо подготовлена, то работать ещё легче. Мне, например, не нужно контролировать Бель, поэтому все свои знания и силы я трачу непосредственно на ребёнка.

При желании можно сделать удобный график работы в организации или работать на себя частным образом.

Из минусов — это неизбежные ограничения в работе. Мне сложно заниматься с группой. Особенно, если это дети с различными нарушениями здоровья. В этом случае мне нужен помощник.

Кроме того, незрячему сложно трудоустроиться, так как общество не готово адекватно принимать незрячего канистерапевта.

Еще один минус — работа канистерапевта зависит от готовности его собаки. С собакой нужно заниматься постоянно. Правильно воспитать и выдрессировать собаку не так просто, как кажется. Подчас это сложно даже зрячим специалистам.

Помимо работы, собака должна заниматься ещё чем-нибудь. Собаки-терапевты нашего центра дополнительно принимают участие в спортивных занятиях, проходят регулярные тренировки с хозяевами. Собаке так проще, ведь у неё помимо работы есть ещё какая-то деятельность. Это как у людей — профилактика выгорания и способ переключения.

— *А чем вы занимаетесь в свободное от работы время?*

— Мы с Бель занимаемся кинологомическим фристайлом, это танцы с собаками, и довольно успешно выступаем на общих основаниях в различных соревнованиях. Это наиболее перспективное для нас направление. Танец я придумываю сама, включая в него свои любимые трюки.

Также мы с Бель занимаемся спортивным послушанием. Есть такая международная спортивная дисциплина — обидиенс для собак (от англ. obedience — «послушание»). Собака под руководством проводника должна выполнять упражнения с максимальной точностью, скоростью без дополнительного поощрения со стороны владельца. Это более высокий уровень бытового послушания собаки.

Лично у меня тоже есть хобби — я на барабанах играю! *(Улыбается.)*

А ещё я веду занятия по бытовому послушанию и трюковой дрессировке для тех, кто хочет лучше понимать свою собаку и действительно заниматься с ней.

ПРОБА ПЕРА

КОНКУРС ЮНЫХ АВТОРОВ

Соня Антюхова

Ученица 5 класса «Школы-интерната № 1 для обучения и реабилитации слепых», Москва

КОЛЯ И ВОЛШЕБНИК

В одном городе жил мальчик по имени Коля. Он учился в третьем классе. Но учился он из рук вон плохо. Каждый день мальчик получал двойки. Родители очень расстраивались, учительница его ругала, а одноклассники упрекали мальчика: «Скоро тебе в четвёртый класс, а ты получаешь двойки!» А Коля вообще не хотел учиться, он думал: «Да ну их, эти уроки! Надо школу отменить».

Так шли дни. Однажды в воскресенье Коля пошёл гулять. Вдруг он увидел необычный дом, который блестел на солнце, стены его были выкрашены серебром. «Интересно, кто здесь живёт?» — подумал мальчик. Ужасно ему хотелось это узнать, и мальчик постучал в дверь. Тут из дома вышел высокий человек с бородой, в чёрно-белой мантии. В руках он держал волшебную палочку. Это был Волшебник.

— Здравствуй, Коля, — сказал он.

— Здравствуйте, — сказал удивлённый Коля. — А откуда вы меня знаете?

— Я в этом городе всех людей знаю, — сказал Волшебник. — А что тебе здесь нужно?

Коля немного подумал:

— Я хочу, чтобы у меня был учебник, с которым можно не учить уроки, и ручка, которая сама выполняет домашние задания. А ещё я хочу, чтобы мои тетради и дневник всегда были в порядке.

Волшебник пристально посмотрел на мальчика и, помолчав, сказал:

— Хорошо. Я сделаю то, о чём ты мечтаешь. Но смотри не пожалей!

И Волшебник исчез. А Коля скорее побежал домой.

Обычно у него дома был беспорядок. Но сейчас, когда Коля вошёл в свою комнату, все вещи были на своих местах. На верхней полке лежали учебник и ручка.

— Ура! — обрадовался Коля. — Всё сбылось! Теперь мне всё можно! — И Коля, довольный, пошёл гулять, он был очень рад.

Теперь каждый день он мог заниматься, чем хотел. Так продолжалось довольно долгое время. Сначала Коля радовался, что ему всё можно, но потом... Потом мальчик начал уставать от безделья. Он вспомнил, что давно не видел своих друзей, ведь они учились в школе, да и после школы были заняты. И только он один не знал, к чему приложить руки.

«Нет, я больше так не могу, надо учиться, а то я умру от безделья», — однажды подумал он. И наутро мальчик пошёл в школу. Сначала у него ничего не получалось, ведь он отстал от класса. Но Коля старался каждый день, и вскоре стал учиться всё лучше и лучше. С тех самых пор двоек он больше не получал.

НА ПОЭТИЧЕСКОЙ ВОЛНЕ

Рифкат Гардиев

ДРУЗЬЯМ

Пока вселенские часы
Нам не сказали: «Нет!» —
Кладите на судьбы весы
Дела, что дарят свет.

Нам не пристало спину гнуть
Под бременем забот.
Пусть разделяет с нами путь
Лишь тот, кто вдаль зовёт.

Пусть ураганы и дожди,
И ветер бьёт в лицо,
Поверьте, ждёт нас впереди
Заветное крыльцо.

Дай Бог подольше нам идти
Вот так — к плечу плечо
И находить друзей в пути
Ещё, ещё, ещё!

В ОЖИДАНИИ БАБЬЕГО ЛЕТА

Увядания всюду приметы,
Лета знойного нам не вернуть.
Пусть дыхание бабьего лета
Напоследок согреет нас чуть.

Бродят в небе свинцовые тучи.
Видно, скоро зарядят дожди.
Словно нежный и ласковый лучик,
Бабье лето, скорее приди!

Осень мчится упрямо и смело,
И с дороги её не свернёшь.
Бабье лето, хотя б на неделю
Окрыли нас опять, обнадёжь.

Ты о лете минувшем напомни
И куда-то опять помани
И теплом наши души наполни,
Обогрей нас в ненастные дни.

Взять не дано ни дня нам на прокат,
ведь каждый миг уходит без возврата.
Никчемный день нельзя вернуть назад,
Чтоб отнести и сдать в бюро проката.

К вчерашнему возврата больше нет —
Нам каждый день отпущен лишь однажды.
Хотелось бы оставить светлый след,
Днём предстоящим дорожить бы каждым.

Один лишь раз и набело нам жить —
Черновиком вас не снабдил Всевышний.
И каждым мигом нужно дорожить,
Покамест годы, что даны, не вышли.

ДОРОГА

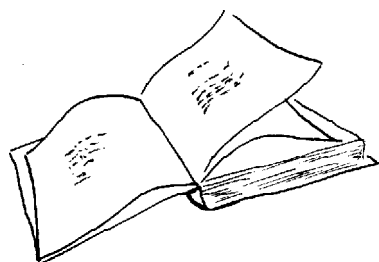
Дорога, по сути, всего лишь черта
От даты рожденья до тризны.
От нас лишь зависит её прямота,
Хоть ангел ведёт нас по жизни.

Порой говорим мы себе: «Ерунда!»
Смеёмся проступкам вдогонку.
Когда по ошибке свернём не туда,
Наш ангел заплачет тихонько.

Дай разума всем нам с пути не свернуть
В метели, пургу и ненастье.
Прямым и правдивым пусть будет наш путь,
Чтоб ангел наш плакал от счастья.

МУСА ДЖАЛИЛЬ

1906 — 1944



Национальные литературы не так хорошо известны читателям, не владеющим тем или иным конкретным языком, но если речь заходит о татарской поэзии, то имя Мусы Джалиля все вспоминают сразу.

Муса Залилов (это настоящая фамилия поэта) родился 15 февраля 1906 года в небольшой деревне Мустафино в нынешней Оренбургской области в семье Мустафы и Рахимы Залиловых. В шесть лет смыслённый и шустрый мальчик пришёл в деревенскую школу и за один год усвоил программу четырёх классов.

Отец Мусы взял в долг деньги на открытие лавки, но ожидаемых доходов она не принесла. Разорившись, он перевёз семью в Оренбург и нашёл место приказчика, но с таким скудным жалованием, что удалось снять только подвальную комнату, но зато во дворе медресе*, куда Муса поступил в 1914 году.

В библиотеке медресе мальчик прочёл свои первые книги: стихи Габдуллы Тукая, одного из основоположников новой татарской литературы и современного татарского литературного языка, и сказки Пушкина. Он стал часто посещать городскую библиотеку, и тогда же написал и свои первые стихи. О юном стихотворце узнал молодой оренбургский поэт Тухфат Ченекай. Он разыскал Мусу Залилова и взял над ним шефство: давал читать татарскую, арабскую и персидскую классику, водил на спектакли и литературные вечера.

Детство Джалиля не было беззаботным — многодетной семье, постоянно находившейся на грани нищеты, выживать было непросто, тем более, что наступали трудные времена. В октябре 1917 года власть в городе и губернии захватил казачий атаман Дутов. В конце янва-

**Медресе* — мусульманское религиозно-просветительское и учебное заведение второй ступени (после начальной). Выполняет функцию средней общеобразовательной школы и мусульманской духовной семинарии.

ря 1918-го Красная Армия установила в Оренбурге советскую власть. А в апреле казаки вернулись и устроили резню. Все эти события не могли не отозваться болью в сердце Мусы, тогда совсем ещё мальчика. Он написал посвящённое им стихотворение и датированное октябрём 1918 года. Оно считается первым из дошедших до нас стихотворений и подписано «Маленький Джалиль».

Медресе было преобразовано в Татарский институт народного образования, и Муса продолжил свою учёбу. В 1919 году в газете «Красная звезда» появляется его первая официальная публикация — стихи о героической смерти за советскую власть, справедливую к беднякам.

После смерти отца Муса вместе со своим старшим братом вернулся в родную деревню. Там он развернул активную деятельность: организовал «Детский пролетарский клуб-театр», детскую организацию «Красный цветок», в 1920 вступил в комсомол.

В 1921 году Джалиль возвращается в Оренбург и становится курсантом Оренбургской военно-политической школы, но быстро понимает, что профессиональным военным быть не хочет. К тому же он продолжал писать стихи и пьесы. Его манила татарская столица — Казань. Он приехал туда в 1922 году и почти сразу начал публиковаться в местных татарских газетах и журналах. Вскоре Джалиль поступает на рабфак при Казанском восточном педагогическом институте и в июне 1925 года получает свидетельство о его окончании, дающее право поступить без экзаменов в любой вуз страны.

Но прежде чем продолжить учёбу, Муса решает провести какое-то время в родном Оренбуржье, набраться жизненного опыта. В 1926 году он вступает в коммунистическую партию. И все это время он очень много пи-

шет: стихи, поэмы, баллады, статьи, фельетоны на злобу дня. Он становится очень популярным, его стихи ходят по рукам, молодёжь переписывает его поэмы.

В 1927 году Муса — студент первого курса литературного отделения этнологического факультета Первого МГУ. В 1934 году в жизни Джалиля начинается новый этап: он становится заведующим литературной частью Татарской оперной студии при Московской консерватории. Работает и в то же время снова учится — читает книги по искусству, слушает лекции профессоров консерватории. Джалиля настолько захватила работа в оперной студии, что в 1939 году, когда студийцы закончили учёбу и переехали в Казань, он поехал с ними. С 1939 по 1941 год он занимал также пост ответственного секретаря Союза писателей Татарской АССР.

С самого начала Великой Отечественной войны Муса Джалиль рвался на фронт. 13 июля он был направлен на курсы политрабработников. В конце февраля 1942 года. Муса Джалиль становится корреспондентом газеты «Отвага» 2-ой ударной армии — вместо погибшего молодого талантливого поэта Всеволода Багрицкого, который когда-то переводил его стихи.

Летом 1942 года ситуация на Волховском фронте была очень тяжёлая. Немцы окружили 2-ю ударную армию. 22 июня 800 солдат пошли на прорыв, чтобы соединиться с Волховским фронтом. В живых остались десятки, но кольцо окружения, хоть и ненадолго, было разорвано. Часть 2-й ударной армии успела выйти, но уже к вечеру и этот узкий проход был закрыт. Муса Джалиль «пропал без вести».

С этого момента начинается вторая часть жизни Джалиля, принёсшая ему много горя, обрёмшая его сначала

на позор и бесчестие, а потом — когда миру открылась правда — на громкую посмертную славу.

26 июня 1942 года во время наступательной операции Джалиль был тяжело ранен и оказался в плену. Доподлинно неизвестны обстоятельства его пленения и то, как Мусе удалось скрыть звание политрука. Он назвался другой фамилией и избежал расстрела как офицер и коммунист. Несколько месяцев он провёл в лагерях для военнопленных.

В последних числах октября 1942 года Джалиля привезли в польскую крепость Демблин. Тамошний лагерь был особенным — в нём гитлеровцы собирали в основном военнопленных национальностей Поволжья и Приуралья — татар, башкир, чувашей, марийцев, мордвин, удмуртов. У немецкого командования возникла идея создать так называемые «Восточные легионы», полагая, что представители этих национальностей считают себя угнетёнными советской властью, и собираясь сыграть на антисоветских настроениях.

В какой-то момент немцам стало известно, что пленный татарин Гумеров — известный на родине поэт, пользующийся большим авторитетом. Они решили использовать влияние Джалиля на соотечественников. Джалиль же увидел в этом возможность для создания подпольной организации и продолжения борьбы — идеологической, а затем, когда обстоятельства изменятся, и физической. Он согласился вести «культурно-просветительскую работу». Конечно, он понимал, что на Родине его сочтут предателем. Но, видимо, нисколько не сомневался, что рано или поздно правда восторжествует.

Мусу Джалиля распределили в Берлин, где он числился служащим Татарского комитета министерства восточ-

ных территорий. Работа у поэта была разъездная — в лагерях военнопленных он был должен агитировать земляков вступать в легион «Идель-Урал». Однако поэт выполнял свои обязанности только для видимости. На самом деле ещё в польском Демблине Джалиль вступил в подпольную группу, которая вела антифашистскую работу. Руководил ею 25-летний советский разведчик Гайнан Курмашев. В 1942 году его забросили в тыл врага, но в результате предательства он попал в плен и позже очутился в Демблине.

Члены группы Курмашева (курмашевцы, как их позже стали называть в советской историографии) вели антифашистскую работу в лагере до марта 1943 года. И вели результативно. Первый батальон легиона «Идель-Урал», который направили в Витебск, поднял восстание. Сотни человек с оружием в руках присоединились к белорусским партизанам. И в дальнейшем при попытках немецкого командования использовать национальные батальоны в военных действиях значительная часть легионеров переходила на советскую сторону.

Весной 1943 года курмашевцев перевели в Берлин, где многие из них оказались в Татарском отделе Имперского министерства оккупированных восточных территорий. Там деятельность подпольной группы продолжилась.

События с батальоном легиона, ушедшим к партизанам, вызвали серьёзное разбирательство, и в августе 1943 года не без участия предателя гестаповцы вышли на подпольную группу курмашевцев. А они как раз готовили восстание в лагере под польским Едлином. Именно туда отправился в свою последнюю командировку Муса Джалиль. Его арестовали самым последним, когда он вернулся в Берлин.

Несколько месяцев велось расследование, были допросы и пытки. А 25 августа 1944 года в Берлине, в тюрьме Плетцензее, были казнены Джалиль и ещё десять татар-антифашистов: Гайнан Курмаш, Фуат Сайфельмулюков, Абдулла Алиш, Фуат Булатов, Гариф Шабаев, Ахмет Симаев, Абдулла Батталов, Зиннат Хасанов, Ахат Атнашев, Салим Бухаров. Немцы казнили их как особо опасных государственных преступников — на гильотине.

Война закончилась. На родине Джалиль продолжал числиться «пропавшим без вести». В 1946 году Министерство госбезопасности СССР завело розыскное дело на Мусу Залилова. Его подозревали в измене и пособничестве врагу. В апреле 1947 года он попал в список особо опасных преступников.

Но Муса Джалиль был поэтом. Именно стихи стали первым свидетельством его невиновности. Написанным на клочках бумаги и собранным в маленькие блокноты, этим стихам было суждено выжить. Блокноты со стихами получили название «Моабитские тетради», поскольку были в основном написаны в берлинской тюрьме Моабит, где Джалиль провел последние, страшные месяцы своей жизни. До нас дошли два таких сборника. Первый вынес из Моабита бывший узник Габбас Шарипов. Во Франции ему удалось передать тетрадь другому военнопленному — Нигмату Терегулову, который привёз стихи с собою в Казань. Вторую тетрадь незадолго до казни сам Джалиль отдал сокамернику — бельгийскому антифашисту Андре Тиммермансу. После войны, в 1947 году Тиммерманс передал её в советское консульство в Брюсселе.

Несмотря на то, что уже было ясно — Джалиль не предатель, реабилитировали его далеко не сразу.

Следующая посмертная глава жизни Мусы Джалиля началась лишь в 1950-е годы. Его стихи попали к Константину Симонову и были опубликованы в 1956 году в «Литературной газете».

В 1956 году Муса Джалиль посмертно был удостоен звания Героя Советского Союза, а в 1957 году за стихи из «Моабитских тетрадей» стал лауреатом Ленинской премии. Возвращение Джалиля оказалось по-настоящему триумфальным. О нём писали книги и статьи, ставили пьесы и снимали фильмы, его стихи читали и переводили на множество языков.

Каждый год 15 февраля, в день рождения поэта и героя, в Казани, в Национальном музее Республики Татарстан проходит День подлинника. Из фондов музея выносят подлинники двух хранящихся там «Моабитских тетрадей», и лишь в этот день каждый желающий может увидеть этот документ — живое свидетельство героической судьбы поэта Мусы Джалиля.

ЗИМНИЕ СТИХИ

Снег похож на белую бумагу.
Песню или стих писать начнём?
Солнце, наш поэт, познав отвагу,
Чертит по снегу пером-лучом.

Вот и зимний ветерок несётся.
Вьётся снег... Теки, строфа, теки!
Я смотрю на снег в сиянье солнца:
Это настоящие стихи!

Их читает лес, не уставая,
И кудрявые снега полей.
Ель поёт их — девушка лесная:
Видно, строчки полюбились ей.

Бархатное платье зеленеет,
И земли касается подол.
Солнце к ней любовью пламенеет:
Это я в его стихах прочёл.

Вот на лыжах, в свитере зелёном,
Ели молодой под стать вполне,
Наполняя лес весёлым звоном,
Девушка моя спешит ко мне.

Вот мелькнула, поднимаясь в гору,
Вот остановилась у ольхи,
Я смотрю на снег, дивлюсь узору...
Это настоящие стихи!

Солнце!
Мы горим одною страстью,
Мы с тобою счастливы сейчас.
Песня юной жизни, песня счастья
В сердце зарождается у нас.

РАССТАВАНЬЕ

Как трудно, трудно расставаться, зная,
Что никогда не встретишь друга вновь.
А у тебя всего-то и богатства —

Одна лишь эта дружба да любовь!
Когда душа с душой настолько слиты,
Что раздели их — и они умрут,
Когда существование земное
В разлуке с другом — непосильный труд,
Вдруг от тебя навек уносит друга
Судьбы неумолимая гроза.
В последний раз к губам прижались губы,
И жжет лицо последняя слеза...

Как много было у меня когда-то
Товарищей любимых и друзей!
Теперь я одинок... Но все их слёзы
Не высыхают на щеке моей.
Какие бури ждут меня, — не знаю,
Пускай мне кожу высушат года,
Но едкий след слезы последней друга
На ней я буду чувствовать всегда.
Немало горя я узнал на свете,
Уже давно я выплакал глаза,
Но у меня б нашлась слеза для друга,
Свидания счастливая слеза.
Не дни, не месяцы, а годы горя
Лежат горою на моей груди...
Судьба, так мало у тебя прошу я:
Меня ты счастьем встречи награди!

МОЛОДОСТЬ

Молодость со мной и не простилась,
Даже и руки не подала.

До чего горда, скажи на милость, —
Просто повернулась и ушла.

Только я, чудак, дивясь чему-то,
Помахал рукою ей вослед —
То ль просил вернуться на минуту,
То ль послал признательный привет.

Бросила меня в пути, не глядя,
Упорхнула лёгким ветерком,
Проведя, как на озёрной глади,
Борозды морщин на лбу моём.

И стоял я долго на поляне,
Чувствуя стеснение в груди:
Молодость, как этот лес в тумане,
Далеко осталась позади.

Молодость, резвунья, чаровница,
Чем же ты была мне так близка?
Отчего же в сердце длится, длится
Эта беспокойная тоска?

Может быть, бывает так со всеми,
Злая память жалит, как пчела?
Или просто наступило время
Погрустить, что молодость прошла.

ОДИНОКИЙ КОСТЁР

Ночной простор. Я жгу костёр.
Вокруг туман, как море...

Я одинок — простой челнок,
Затерянный в просторе.

Горит бурьян. В густой туман
Он мечет сноп огнистый,
И смутный свет, минутный след,
Дрожит в пустыне мгlistой...

То красный блеск, то яркий всплеск
Прорежет вдруг потёмки.
То погрузу, то посвищу,
То запою негромко...

Огонь, светящийся во мгле,
Заметят ли, найдут ли?
На звук, летящий по земле,
Ответят ли, придут ли?

Я ПОМНЮ

Как нежно при первом свиданье
Ты мне улыбнулась, я помню.
И как ты в ответ на признание,
Смутясь, отвернулась, я помню.

Меня ты покинула вскоре.
Отчаянье сердце прожгло мне.
Как часто я плакал от горя
В бессонные ночи — я помню.

Как сон, пронеслись те печали,
По давним приметам я помню:

Любовь — холодна, горяча ли —
Не гаснет. Об этом я помню.

СЧАСТЬЕ

Былые невзгоды,
И беды, и горе
Промчатся, как воды,
Забудутся вскоре.

Настала минута,
Лучи засияли,
И кажется, будто
Не знал ты печали.

Но ввек не остудишь
Под ветром ненастья,
Но ввек не забудешь
Прошедшего счастья.

Живёте вы снова,
И нет вам забвенья,
О, счастья людского
Часы и мгновенья!

СЛУЧАЕТСЯ ПОРОЙ

Порой душа бывает так тверда,
Что поразить её ничто не может.
Пусть ветер смерти холоднее льда,
Он лепестков души не потревожит.

Улыбкой гордою опять сияет взгляд.
И, суету мирскую забывая,
Я вновь хочу, не ведая преград,
Писать, писать, писать, не уставая.

Пускай мои минуты сочтены,
Пусть ждет меня палач и вырыта могила,
Я ко всему готов. Но мне ещё нужны
Бумага белая и черные чернила!

АЗ, БУКИ, ВЕДИ

Наталия Волкова

ПРО ЗЕМЛЯН

Много тысяч лет назад
Первые земляне
Любовались на закат,
Сидя на поляне.

В ручейке текла вода,
Щебетали птицы.
Между странами тогда
Не было границы.

Места было всем сполна,
Всем его хватало.
Ведь землян в те времена
Было очень мало.

А потом они толпой
Разошлись по свету
Поделили меж собой
Целую планету

Вот бы люди всей Земли
Были земляками

И спокойно жить могли
Рядышком веками.

ЗЕМЛЯ И ЛУНА

Тяжёлые тучи
Прогнав с небосклона,
Земля позвонила Луне
Со смартфона:

— Привет, дорогая,
Как нынче дела:
Опять округлилась?
Светла, весела?

— Да что ты, подружка!
Худею, диета.
То взрывы на солнце,
То мчится комета.
Слыхала, один астроном говорит,
Ко мне приближается метеорит!
А в целом скучаю, — сказала Луна, —
Гостей не бывает. Я вечно одна.

— Завидую, — тихо Земля отвечала, —
Мне было одной так спокойно сначала!
Для каждого зверя и птицы был дом.
Но люди меня заселили потом.

То взрыв, то пожар. Никакого нет сладу.
С тех пор я кручусь и верчусь до упаду.

Ну, что ж, до свиданья, Луна, не скучай.
Когда-нибудь, может, заскочишь на чай?

А чтоб не грустила, подруга, весь год,
В подарок отправлю тебе луноход.

ИЗ ЧЕГО СОСТОИТ СОЛНЦЕ?

Маленькая дочка папе говорит:
«Из чего, скажи мне, солнце состоит?»
Папа удивился: «Вот так поворот!
В Солнце есть железо, магний, водород,
И, конечно, гелий, натрий и азот».

Дочка помолчала и сказала вдруг:
«Нарисую лучше я лучи и круг.
Только, пап, не надо зря переживать...
Не могу же гелий я нарисовать».

СОННЫЙ СНЕГ

Сонный снег, усталый снег
Отыскал себе ночлег.
Заглянул на огонек,
На крыльце у нас прилёг,
На деревьях, на заборе,
Развалился на просторе.
Тише, зайчики, ходите.
Снег до марта не будите.

МОЙ ПРЕДОК — ГУСЬ



Вчера мы проходили имена собственные. Зашла речь о фамилиях.

— Это очень интересная штука — фамилии, — сказала наша учительница Нина Игоревна. — Они помогают узнать, кем были наши предки. Вот у тебя, Юля, — обратилась она к Юльке Мельниковой, — предок, скорее всего, был мельником, а у тебя, Фёдор, — учительница повернулась к Фёдке Кузнецову, — кузнецом. У Поли Самарцевой кто-то из прапрапрадедов приехал из Самары. У Алёши Рыжова родоначальник был рыжим.

— Вот так-то! — ухмыльнулся рыжий Ромка Васильев. — Не будешь теперь дразниться, Лёха! Нина Игоревна! А кто был мой предок?

— Ну, о нём мы можем с уверенностью сказать только одно: его звали Василием.

Тут все завопили:

— А мой? А мой?

Разве можно упустить такой повод пошуметь! Да ещё и увести разговор куда-нибудь в сторону. Глядишь, к доске никого не вызовут.

Но Нина Игоревна не дала сбить себя с толку:

— Все любознательные могут потом провести самостоятельное расследование — заглянуть в словари, расспросить родителей. Продолжим урок.

А я даже спрашивать ничего не стала. Мне моя фамилия всегда казалась вполне симпатичной. Обычная такая фамилия — Гусева. А теперь я представила, что

Нина Игоревна мне скажет: «Твой предок был гусь». И тут все как заржут надо мной, как будто у них предки были лошади!

Я шла из школы и пыталась представить, как люди могли произойти от гуся. Ну, от обезьяны — ладно. Но от гуся?! С другой стороны, вышли же когда-то рыбы на берег. Нина Игоревна об этом на природоведении рассказывала. Вышли и превратились в сухопутных животных. Постепенно так, постепенно... А гусь, наверное, так же постепенно превратился в моего прапрадедушку.

Ещё Нина Игоревна говорила, что от предков нам достаются по наследству разные особенности — ну, там, таланты или, наоборот, недостатки. И тут я поняла! Вот почему я так часто покрываюсь гусиной кожей! Только ветерок подует — и пожалуйста! И вот почему я три дня назад ущипнула Ленку за то, что она меня обозвала кикиморой. Гуси-то щипаются! Это мне прапрадедушка о себе напомнил.

А Ленка меня в ответ укусила. Точно, у неё и фамилия Волкова, всё сходится! Поосторожнее с ней надо. А я её уже на день рождения пригласила... Так, ладно, а что во мне ещё гусяного? Вспомнила! Когда я злюсь и возмущаюсь, бабушка ворчит: «Расшипелась, как гусыня!». А мама мне часто говорит: «Ну что ты так гогочешь? Ты же девочка, ты должна смеяться мелодично».

Зато я плаваю хорошо. И в обиду себя не дам. Да чего я вообще расстроилась? Отличная птица — гусь. Большая. Красивая. Смелая. Боевая. Вкусная. Ой, что-то меня не туда занесло... В общем, вполне приличный предок. Гордиться можно.

А когда я вечером всё это изложила папе, он долго гоготал. То есть хохотал. И сказал, что я выдумщица, а

предком нашим был обычный человек. Просто его за что-то прозвали Гусём. А может быть, у него даже имя такое было — оказывается, когда-то людям давали такие имена. Ну, Гусь там или Заяц. Или Волк. Так что Ленку на день рождения приглашать можно, никого она не съест.

И тут я вдруг снова расстроилась. Потому что я уже как-то привыкла к мысли о предке-гусе. Я даже по дороге из школы пробовала взлететь. И у меня почти получилось.

ПРАВИЛЬНАЯ ПОКУПКА

— Давайте купим новую стиральную машину, — предложила бабушка. — А то старая так трясётся и скачет, как будто бельё кусает её изнутри.

— Нет, если уж покупать машину, то посудомоечную, — не согласилась мама. — Её у нас вообще нет. А посуда есть. И много. Особенно грязной.

— Лучше купить дрель с перфоратором, — возразил папа. — И ещё с десятков всяких нужных инструментов. Тогда я наконец повешу полки, и вы перестанете мне каждый день про них говорить.

— Новый музыкальный центр давно пора купить, — заявил брат. — С мощными колонками. А то когда Лёха за стеной музон врубает, мне всё слышно, а когда я включаю, он не слышит ничего. Несправедливо!

— Телевизор бы новый... Большой... — размечтался дедушка. — А то в старом моя любимая оперная певица не помещается.

— Нам нужен универсальный домашний робот, — подвела итог я.

И все согласились. Потому что я у нас в семье самая умная.

За последние несколько месяцев наша жизнь совершенно изменилась.

По утрам в половине шестого всех будит громкий звонок. Робот поднимает нас и строит на зарядку, а после завтрака раздаёт задания: кому посуду мыть, кому стирать, кому гладить. Ну и так далее. До школы и работы мы столько всего успеваем! А по вечерам и в выходные — ещё больше. За это время мы сделали дома полный ремонт, навели идеальный порядок во всех шкафах, освоили 57 кулинарных рецептов, развели в квартире зимний сад и даже зимний огород. Пока мы занимаемся домашними делами, робот ставит классическую музыку или читает нам лекции об искусстве.

Вчера бабушка собрала первый урожай ананасов и кабачков. Присела ненадолго и со вздохом сказала:

— Эх, сейчас бы сериал посмотреть хоть одним глазком... Как там она, моя Карлиточка? Небось уж замуж вышла за Диего. Или за Родриго. А то, не дай бог, за этого злодея Хосе Рамона!

Робот нажал кнопку у себя на животе, и оттуда выдвинулась огромная плазменная панель.

— Вот, посмотрите.

Мы обступили экран, но вместо любимой бабушкиной Мексики увидели заснеженный парк. Поверх изображения бежала надпись: «Температура воздуха -4°C , ветер 2 м/сек, небольшой снег».

— Вот, посмотрите, — повторил робот, — какая погода! Просто преступление сидеть дома. Быстро все на вечернюю прогулку!

И мы послушались робота и пошли гулять.
Потому что теперь он у нас в семье самый умный.

МАЛЕНЬКАЯ ЧАШКА И БОЛЬШИЕ ЧУДЕСА

В одном маленьком городе жил большой мастер. Звали его Матеус. Матеус Колобантус Он создавал удивительные вещи — от иголки, которая сама в себя вдевала нитку, до повозки с механической лошадкой.

Но особенно мастеру Матеусу нравилось делать чашки. Они получались звонкими, как певчие птицы, тонкими, как лепестки нарцисса, и прочными, как стены древней башни. Этой башне было много веков, и люди говорили, что построил её предок мастера. А некоторые шёпотом добавляли, что, может, и не предок, а сам Матеус. Никто не знал, сколько ему лет, — кажется, он жил здесь всегда. Дом его стоял рядом с башней.

Свои чашки мастер расписывал волшебной кисточкой. Больше всего он любил рисовать растения. Нарисованные цветы поутру распускались, а к вечеру закрывались и засыпали. Ветки деревьев раскачивались, а листья к осени меняли цвет.

Матеус постоянно придумывал что-то новое.

— Я изобрёл чашки, в которых чай никогда не остывает, — как-то раз сообщил он соседу, заглянувшему в мастерскую.

Скоро жители города узнали об этом чуде и очень обрадовались. Все, кроме Эллы — маленькой девочки с большими капризами.

— А мне не нравится горячий чай! — заявила она и топнула ножкой.

Вот так: топ! И ещё, чтобы уж все поняли, как она рассержена: топ! топ! топ!

Что ж, изобретатель сотворил для Эллы особую чашку. В ней, наоборот, сразу остывал даже самый горячий чай. Довольная мама принесла её дочке. Элла сморщилась и заныла:

— Я вообще-е-е не люблю ча-а-ай. Я люблю со-о-ок. Виноградный! Нет, апельсиновый! Нет, клюквенный! Вишнёвый! Ежевичный!

Мама постеснялась снова идти к Матеусу, поэтому в дом-около-башни отправился папа. Вернулся он оттуда с совершенно невероятной чашкой. На ней было что-то вроде циферблата, только вместо чисел мастер написал названия двенадцати разных соков. Стоило подвести стрелку к названию, и любая жидкость, налитая в чашку, превращалась именно в такой сок.

Ты думаешь, теперь родители девочки чувствовали себя спокойно? Нет, они со страхом ожидали, что вместо клюквенного сока она потребует брюквенный, вместо ежевичного — чечевичный, а вместо апельсинового — вообще какой-нибудь керосиновый. И боялись они не зря, хотя, как обычно, не угадали. Большие капризы маленькой Эллы предсказать было трудно.

— Эти ваши соки — холодные! У меня горлышко заболело! Хочу, чтобы в чашке было тёплое молочко!

— У нас есть молоко, доченька. Сейчас я его нагреею и тебе налью, — предложила мама.

— Нет, пусть само появится! В чашке!

Мама и папа не хотели больше обращаться к Матеусу, им было стыдно. Но бабушка распереживалась: вдруг горло и впрямь болит? Она взяла чашку и пошла к мастеру. Ты думаешь, он отказал? Нет, терпеливый Матеус сделал кнопку на другой стороне чашки. Стоило нажать на неё, и чай, вода или сок превращались в тёплое молоко.

Прошло совсем немного времени, и Элла сказала самым унылым голосом, какой только можно представить:

— До чего скучная чашка! Только для питья и годится. А я не хочу пить! Неужели она не может превратиться во что-нибудь интересное?

Элла стала одновременно жать на кнопку и крутить стрелку то в одну, то в другую сторону. И так — много-много раз. Вдруг чашка завертелась, задрожала, её заволокло туманом... и в руках у девочки оказалась... книга!

«Как научиться вести себя по-человечески» — прочитала Элла на обложке.

— Я не хочу книжку! Я не люблю читать! — возмутилась она. — Я... я пить хочу!

Папа взял с полки старую зелёную кружку и налил в неё воды.

— Пей.

— Я не хочу воду!

— Не пей.

— Хочу свою красивую чашку с часиками! И сок!

— Мне кажется, — задумчиво сказала мама, — надо прочесть книгу. Всю, до конца. Может быть, тогда она снова превратится в чашку.

А ты как думаешь? Превратится?

БЕЗ ТЕЛЕФОНА

У Кеши Ситникова пропал телефон. Как это случилось, Кеша не понял. Вот только что держал в руках, а тут вдруг решил посмотреть, куда это Лариса Андреевна тычет указкой на географической карте. В общем, положил Кеша телефон на парту. А минуты через три

решил, что всё, хватит географии, пора дальше играть, протянул руку и телефона своего не обнаружил.

Заглянул под парту — и там пусто. Мобильник как корова языком слизнула. Или Коровкина, соседка Кешина. Но Ксюха нормальная девчонка, не вредная. Не стала бы она телефон прятать, чтобы посмотреть, как Кешка глазами хлопает и по парте шарит.

Еле дождался Ситников перемены. Вскочил, как только звонок прозвенел, и начал везде свою пропажу искать: на полу, в парте, в карманах, в рюкзаке, на стуле. Ищет и понимает, что глупо это: как телефон мог там оказаться? Понимает, а сам продолжает ещё глупее действовать: полез в шкафы, на подоконники, учительский стол осмотрел, в цветочных горшках покопался.

Пока Кеша занимался поисковыми работами, одноклассники поглядывали на него с интересом. И даже с некоторой тревогой. После того как он заорал, уколовшись здоровенной кактусовой иголкой, Кешин друг Максим Бурлаков не выдержал и спросил, что вообще происходит. Когда Кеша сказал, в чём дело, в классе повисло напряжение. Кажется, все подумали об одном и том же. Все подумали — а Ксюша вслух произнесла:

— Значит, получается, его кто-то взял?

А вот Кеше это как раз даже в голову не приходило.

— Что значит «взял»? Он просто пропал, и всё. Исчез. Испарился. А взять никто не мог. Ты же со мной рядом и сидишь. Но я знаю точно, что ты бы чужую вещь никогда не взяла.

Ксюша покраснела и пробормотала:

— Я могу рюкзак открыть и показать...

— И мы можем! — сказал Дима Плетнёв. — Чтобы понятно было, что мы не брали.

Раздались и другие голоса: ребята предлагали продемонстрировать, что ни в карманах, ни в рюкзаках у них чужого мобильного нет.

— Ещё чего не хватало! — возмутился Кеша. — Как вы не понимаете? Я вам доверяю! Всем! И хватит свои дурацкие карманы выворачивать. Я потерял — я и найду.

Он взялся за следующий кактус и снова завопил. Лариса Андреевна обожала кактусы, ими был уставлен весь подоконник. Причём не какой-то мелкотой, а настоящими хорошо вооружёнными монстрами.

От третьей кактусовой травмы Ситникова спас звонок. В класс вошла учительница, и все расселись по партам. А когда урок закончился и Кеша начал складывать рюкзак, он обнаружил телефон на прежнем месте, автоматически взял его и только после Ксюшкиного «ой!» ошалело посмотрел на свою руку.

— Это не я, это не я! — зачастила Ксюха. — Не я взяла и не я подбросила!

— Да я и не думал на тебя, — отмахнулся Кеша.

Конечно, всё это было странно. Но телефон же нашёлся? Нашёлся. Это главное. А что никто из ребят его стащить не мог, Кеша ни минуты не сомневался.

Рэлт Нирноу писал отчёт. Его правая лобная антенна слегка постукивала по воздуху, из неё вылетали светящиеся буквы и отправлялись в путь, на лету складываясь в слова. Этим словам предстояло достичь корабля с планеты Трюнт, который под маскировочным коконом вращался сейчас вокруг Земли.

Рэлт настолько красочно, насколько это позволял формат отчёта, расписывал свои успехи. Как ему удалось незамеченным проникнуть в класс, изящно и бес-

шумно стянуть телефон, а через час ещё более изящно подкинуть его обратно.

Наверху знали, что трюнтские средства маскировки и звукоизоляции часто дают сбой в земной атмосфере и потому все действия Нирноу и вправду требовали большого мастерства и невероятной сосредоточенности. Но, к сожалению, это не отменяло главного — эксперимент был провален. Рэлту поручили выяснить, может ли обычный земной школьник провести час без телефона. С этим устройством, по наблюдениям трюнтских учёных, юные земляне расставались только во время сна. И вот выяснить-то как раз ничего и не удалось.

Предполагалось, что в течение часа, который школьник пробудет без телефона, Рэлт осуществит сканирование его организма в условиях бестелефонности и проверит реакцию на это противоестественное состояние. Началось всё в соответствии с прогнозом: человек проявил признаки волнения и попытался во что бы то ни стало воссоединиться со своим устройством. Однако дальше всё пошло не так: сев на место, школьник достал из стоявшего у его ног заплечного контейнера телефон и оставшиеся сорок пять минут провёл с ним, лишь изредка поглядывая на учительницу. Словом, действовал как обычно.

Что из этого следует? Выяснить, как влияет на школьника отсутствие телефона, невозможно. Школьников без телефонов не бывает. Именно этим выводом завершался отчёт. Рэлт Нирноу сделал всё, что мог, остальное от него не зависело.

Надо было переходить к другим исследованиям. Но зуд в области левой затылочной антенны говорил о том, что оставался ещё какой-то повод для беспокойства. Рэлт

задумался: в чём же дело? И вдруг до него дошло: игра! Конечно! Пока телефон землянина был у него, Рэлт механически вертел инопланетный аппарат, тыкал в экран плечевыми антеннами. И обнаружил там игру. Ну... и немного поиграл, забыв про сканирование. Ведь надо же было понять, что такого привлекательного в этих телефонах, почему люди так привязаны к ним. Рэлт быстро разобрался в правилах, но пройти уровень не успел — настало время возвращать устройство. И теперь он никак не мог избавиться от мыслей об игре.

Что ж, на Трюнте давно обсуждали возможность общения с жителями Земли. Так почему бы Рэлту Нирноу не выйти на контакт с Иннокентием Ситниковым? Две могучие цивилизации наконец встретятся лицом к лицу. А потом Рэлт попросит у Кеши телефон. И пройдёт игру.

ДЮЖИНА ИЗ ДЖУНГЛЕЙ

Джунгли, если перевести с языка хинди, — это просто заросли.

Но заросли не простые, а тропические — густые и сумеречные, сквозь которые мудрено продрасться. Круглый год там жарко и душно, потому что ещё и влажно, — особенно когда наступает сезон дождей, и льёт изо дня в день с короткими передышками.

Исполинские деревья смыкаются кронами в вышине, заслоняя свет. Редко пробьётся солнечный луч. Тесня друг друга, оплетённые крепкими лианами, тянутся к небу пальмы и акации, гигантский бамбук и сахарный тростник, мимоза и колючие кустарники...

Эти непроходимые дебри напоминают огромный потрёпанный ураганом корабль, где тросы, цепи, паруса и мачты — все снасти — кое-как, вперемежку.

В джунглях можно очутиться на юге Азии или на западе Африки, на северо-востоке Австралии или в Центральной и Южной Америке, на островах Новой Гвинеи и Новой Зеландии или на Мадагаскаре. Словом, поблизости от экватора.

На первый взгляд эта чащоба кажется уж слишком дремучей — сонной. Однако здесь, от самой земли до макушек деревьев и днём, и ночью — идёт житьё-бытьё.

Джунгли — и дом, и стол для множества животных.

Честно говоря, обитателям джунглей можно позавидовать. Они не заглядывают далеко в будущее, не строят планов, а просто живут и радуются каждому дню — хоть бы и пасмурному...

Очень мудро поступают.

ГОРИЛЛА

Вот, например, африканский житель Горилла. Владения его — от Гвинейского залива до озёр Виктория и Танганьика. А в этих местах дожди восемь месяцев к ряду. Реки выходят из берегов, затопляя окрестности. Одолевают тучи москитов, более густые, чем низкие облака.

И что же Горилла? Обламывает пушистую ветку и обмахивается, как веером. Ему даже по душе это занятие — не унывает и прекрасно себя чувствует.

Семья у Гориллы невелика. Целыми днями кочуют они с места на место, добывая пропитание. Едят бананы, сахарный тростник и молодые початки кукурузы. Но любимое блюдо — красные продолговатые стручки редкого растения амома. Других охотников до этих стручков маловато — то ли не хотят Гориллу обделять, то ли вкус у стручков так себе, странный.

К вечеру Горилла, наломав ветвей, устраивает гнездо на крепком дереве. Жена с детьми проводят ночь на пятиметровой высоте. А сам папаша, прислонившись спиной к стволу, дремлет пониже — оберегает семью от нападения неразумного хищника.

Облик Гориллы богатырский — широченные плечи, могучая грудь. Руки в размахе три метра. А сам он ростом более двух. Хоть и весит двести пятьдесят кило, но никаких жировых отложений — сплошные мускулы!

Словом, крепкий малый. Что называется — дюжий! Такой и кочергу дугой согнёт. Но ему и в голову не приходит подстеречь кого-нибудь да накостылять ради молодчества — ни за что, ни про что.

Вообще Горилла добрый, мирный парень. Надо очень постараться, чтобы разозлить его. Тогда поднимается

во весь рост, рыча и коротко всхрюкивая. Колотит себя кулаками в грудь, лязгает зубами. И особенно страшно шевелит волосами на голове. Впрочем, заметно, что всё это не всерьёз, а так — поугагать немножко.

Из относительных недостатков можно упомянуть короткие пальцы на широкой ладони. Ну, может, излишне волосат Горилла, да голова почти без шеи, да ноздри вывернуты и смотрят в поднебесье. Хотя в нынешние-то времена эти мелочи легко исправимы. Они ничто в сравнении с чудесным характером Гориллы.

Ко всему прочему у него серьёзный волевой взгляд. И на губах едва заметная строгая усмешка! Мужественный вид — то ли разведчик, то ли боксёр, то ли просто, как говорится, Шварценеггер.

Было бы у Гориллы желание, он, конечно, нашёл бы своё место в высшем свете.

Увы, к новой обстановке он привыкает с трудом. Лет сто назад жил, рассказывают, один в городе Тифлисе. Изо всех сил старался поступать также странно, как окружавшие его люди.

Просыпался около восьми утра и сидел на постели, зевая и почёсываясь, пока ему не подносили стакан мацони. Взбодрившись, бродил он по комнате, размышляя, как бы позабавиться, — то поглядывал в окно, то хлопал в ладоши и пританцовывал лезгинку, то садился играть со сторожем в шашки.

С тоской дожидался он часа дня, и поспешно открывал двери жене сторожа, когда та входила с большим подносом. О, как хотелось проглотить всё подряд, без разбору!

Но правила есть правила — сначала полагалось чинно выпить чашку бульона из потрохов. Затем опрятно,

обязательно ложкой вкушать тушёные с рисом овощи. Конечно, стоило жене сторожа отлучиться, как Горилла, припрятав ложку, совал морду прямо в блюдо. Но частенько за ним нарочно подглядывали и потом стыдили. Тогда даже кусок любимого шашлыка застревал в глотке, а бокал саперави выскользывал из толстых пальцев, так что приходилось поддерживать его ногой.

Отобедав, Горилла долго развлекался с вишнями, ловко выплёвывая косточки в форточку. Так бывало и задрёмывал с вишней во рту. А проспав часа два, опять маялся, не зная, чем бы заняться.

Наконец, ему приносили фрукты, включая арбуз. С ними, без участия ложки, он быстро справлялся, и начал томиться, поджидая ужин.

Уже в девять вечера Горилла уходил ко сну, укрывшись зачем-то шерстяным верблюжьим одеялом.

Конечно, ему снились берега Гвинейского залива, где не только стручки растения амома так любимы, но и проливные дожди нежны, и даже москиты желанны.

Вскоре Горилле наскучила такая бестолковая жизнь по правилам и расписанию — завтрак, обед, ужин. Будто бы нет других дел в этом мире!

Проглотив на прощание ненавистную ложку, он без сожалений покинул славный город Тифлис.

Да, Горилла достоин подражания! Может, это один из последних героев нашего времени. Или, проще сказать, — первый из дюжины.

РУКОНОЖКА, ИЛИ АЙ-АЙ

Обитает Руконожка к востоку от владений Гориллы, на острове Мадагаскар. Живёт парой или в одиночестве. Никогда не сбивается в стаю.

У Руконожки большая голова, проникновенные глаза, как у бедной сиротки, и привлекательные уши. Так и хочется потрепать!

Если увидишь её днём, то покажется, что Руконожка не спала уже пару недель, и поэтому плохо соображает. Каждый шаг медлителен. Наверное, Руконожка раздумывает, рукой или ногой сначала ступать? Они почти одинаковые, поэтому смущают.

Зато ночью Руконожка, — ай-ай! — какая проворная. Ловко лазает по деревьям, прыгает с ветки на ветку, исследуя все щёлочки, все отверстия, чтобы найти, чего слопать.

Ночью она не обращает внимания на свои руки-ноги, и они шустро двигаются сами по себе. Ей, Руконожке, теперь всё равно, что рука, что нога, — что левая, что правая. Любой орудует так, что диву даёшься!

Кормится сердцевинной бамбука или сахарного тростника, жуками да личинками. Можно подумать, что изготавливает на заказ бамбуковую флейту или тростниковую дудочку.

Нежно прикладывается губами, прогрызая отверстие в стволе. Затем запускает в дырочку средний палец, извлекая мягкую сердцевину или зазевавшегося жука. Этот средний — просто загляденье! — то ли хирургический, то ли столярный инструмент.

Вообще все пальцы на её руках и ногах длинные, чуткие, музыкальные. Можно представить, как бы здорово играла Руконожка на арфе, сразу двадцатью, так и хочется сказать, — перстами.

После её обеда остаётся столько дудочек, флейт и прочих сопелок, что хватило бы целому духовому оркестру.

Спать она ложится на восходе солнца. До начала утренней зари Руконожка прячется в дупло. Голову обнимает то ли ногами, то ли руками — сама не поймёт, чем именно.

Другое дело — хвост. К хвосту Руконожка очень почтительна, — такой он одинокий и пушистый. Руконожке неприятно, что хвост остаётся на ночь где-то там, вдалеке. Она непременно укладывает его на голову, чтобы был на виду.

А когда идёт по земле, держит зад повыше и хвост вытягивает, чтобы ни в коем случае не запачкался. Да, впрочем, и выглядит этак Руконожка вдвое длиннее, достигая целого метра.

Часто в ночи слышится её крик, похожий на громкое хрюканье, и возгласы — ай-ай!

Это когда ей кажется, что хвост отстал.

ЛЕНИВЕЦ

С Ленивцем можно повстречаться в Южной Америке — в Перу, Боливии или Бразилии. Почти всю жизнь он проводит на деревьях, как белка или обезьяна. Хотя в отличие от них, Ленивец не склонен прыгать да скакать. Такое ребячество ему не по душе.

Он зеваает и таращит глаза, вонзая свои острые серповидные когти в дерево эмбауба. Уцепившись за ветку, висит животом кверху, будто гимнаст на турнике, — без всякого напряжения. Эта поза для Ленивца настолько привычна, что волосы на его шкуре давно смирились и улеглись задом-наперёд — от брюха к спине.

В висячем положении Ленивец может и вздремнуть часок-другой. Но чтобы выспаться, как следует, он всё же устраивается в развилке ветвей. Если ему удобно,

может проспать больше недели. Вообще после сытного обеда главное его занятие — сон.

Каким-то чудом весной или в начале лета у пары Ленивцев рождается малютка. Тотчас он вцепляется когтями в густую шерсть матери, обвивая передними лапами шею, — так и проводит всё детство.

А в шкуре Ленивца живут зелёные водоросли. Может, кто бы другой и огорчился, но Ленивец не возражает. Эти водоросли для него, как маскировочный халат. Ленивец напоминает охапку свежескошенной травы, занесённую на дерево порывом ветра. Разве что зоркий глаз индейца разглядит его среди листвы.

Да что водоросли?! Даже моль гнездится в шкуре Ленивца. Он никому не отказывает, очень радушен.

Мирно ползает по ветвям, поедая плоды и почки, молодые побеги и сочные листья. Пока передвинет одну ногу за другую, пройдёт минут пять. «Ох!» — скажет, и отдохнёт от усилий.

Его лапы выкручиваются самым невероятным образом, как на шарнирах. И голову он легко поворачивает лицом за спину, чтобы поглядеть — как там сзади? всё ли правильно сделал?

Никогда не видели его пьющим из реки или озера. Ему достаточно обильной росы, покрывающей крону деревьев.

Дерево — целый огромный мир для Ленивца. Он наперечёт знает все побеги и веточки, каждый лист, каждую трещинку в коре.

«Вах! Вах!» — скажет Ленивец, заметив вдруг, что уже дочиста объел листву, и пора искать другое пристанище.

Тут он не теряет времени даром. Зачем долгий путь вниз по голому, изученному вдоль и поперёк стволу? Как

настоящий звездолётчик, покидающий родную планету, Ленивец сворачивается в клубок, разжимает ухватистые лапы и, — без всякого парашюта, — стремительно, будто кокос, падает вниз.

А приземлившись, не двигается с места. За миг свободного падения он испытал столько нового! Теперь надо всё спокойно осмыслить. Хотя со стороны кажется, что снова дрыхнет.

На земле Ленивец до того неуклюж, словно нарочно придуряется. Пока одолеет, ковыляя, метров пятьдесят до другого дерева, заметно похудеет.

Вообще-то есть у Ленивца мечта — провести всю жизнь на одном дереве-кормильце. И некоторым счастливым чикам это удаётся!

Впрочем, Ленивец далеко не так уж и ленив. Если он медлителен, неспешен, это совсем не означает, что он — отъявленный лентяй. Может быть, попросту — мудрец, любомудр.

Кстати, кто бы ещё смог провисеть целый день кверху пузом на ветке? А Ленивец не только висит да закусывает, но к тому же и размышляет обо всём на свете — соображает, что к чему. Недаром его круглое совиное лицо подмигивает и ухмыляется. Он многое понял о жизни.

Поздним вечером или ранним утром Ленивец затягивает негромкую плачевную песенку — «и-и-и-и», — будто грустит о давным-давно прошедшем и хочет связать его с нынешним.

Говорят, Ленивец жил ещё в ту пору, когда само время двигалось потихоньку, еле-еле, — не разогналось, как в наши дни.

Известны подобные ему люди-столпники. Забравшись на особые столбы, они не слезали до тех пор, пока не постигали смысл бытия.

Вот так и Ленивец. Узнать бы, до чего он додумался! Глядишь, и весь мир наш изменился бы к лучшему, избавился от напрасной суеты. Поглядел бы мир себе за спину, да и рассудил неспешно, — куда шагать, в какую именно сторону...

МУРАВЬЕД

Тоже житель Америки. Похож на индейского шамана в особом наряде для заклинания духов.

Всю ночь и полдня он спит, лёжа на боку, укрывшись, как опахалом, пышным хвостом.

Мех у Муравьеда густой — пепельно-серый с чёрным. В общем-то красиво, но не очень опрятно. Так и хочется отвести его в парикмахерскую. Хотя, конечно, причесать Муравьеда мудрено, настолько он от рождения взъерошенный.

Более того, совсем, бедняга — беззубый. То есть, представьте, — ну, ни единого зуба!

Однако стоматолог ему не нужен, потому что и зубы-то — ни к чему. Честно говоря, Муравьеда и жевать-то не умеет.

Он большой силач. Метра два в длину, если с хвостом. Весит килограммов сорок. Уши и глазки очень малы.

Такой дикий с виду носатый шаман из племени апачей. Можно представить, как пляшет вокруг костра перед охотой на бизонов, как призывает духов-покровителей удачи, выхватив могучей передней лапой бубен из-под лохматого хвоста.

А вот укусить ни за что не сможет! Да у него и мыслей таких нет, чтобы кого-нибудь цапнуть.

Вместо челюстей у Муравьеда — этакая длинная трубка, на конце которой маленький-маленький ротик, словно для пускания мыльных пузырей.

Ну, когда ни челюстей, ни зубов, должно быть хоть что-то взамен! Иначе как-то обидно.

И у Муравьеда, будьте здоровы, какой замен, — длинный язык! Выдающийся!

Вся голова Муравьеда вроде футляра для этого великолепного языка, покрытого липкой слюной и роговыми сосочками. Лучшего инструмента для ловли муравьёв ещё никто не придумал.

Когда Муравьед не спит, то, понятно, — охотится на муравьёв. Дело это не такое уж сложное. Главное, отыскать муравьиное стойбище.

Мощными когтистыми лапами Муравьед раскапывает муравейник и суёт туда разом всю голову. Глаза щурит, уши прижимает, чтобы муравьи не покусали. А язык то высунет, то втянет, облепленный муравьями. Языку-то не больно! Это зубы могут болеть, а языку — хоть бы что.

Несмотря на шаманский вид, Муравьед очень общителен. Если попадает к людям, то ладит со всеми домашними животными. Ни на кого не обижается. Приветлив и дружелюбен.

Однако заметно, что не хватает Муравьеду бесед с человеком. Очень бы ему хотелось поговорить по душам.

Муравьеду и муравьёв не надо, а только дай взобраться кому-нибудь на колени и долго-долго, подробно рассказывать о своей жизни.

Эх, какие бы истории он поведал, орудуя своим языком! Увы, ротик подкачал... Только и доносится оттуда тихое мирное ворчание, — то ли кошачье мурлыканье, то ли бормотанье шамана.

Так или иначе, а надо признаться, что в джунглях обитают крайне умные существа. Те же обезьяны или ленивцы, не говоря уж о слонах.

Окончание читайте в следующем номере журнала.