

# ДРАБЕЖКИ

12+



Литературно-информационная газета  
Март-апрель 2018 года

№ 2



ИСТОРИИ САДА КАМНЕЙ

**Персиковое  
волшебство**

СТР. 18

К 100-ЛЕТИЮ КЕМЕРОВА

**Наш город –  
Кемерово**

СТР. 12

# МАГИЯ КНИГИ

## Наши авторы

**Валентина ДАНИЛОВА**  
ведущий методист  
методического отдела МАУК «МИБС»

**Вера ТЮМЕРОВА**  
главный библиотекарь  
Детской библиотеки им. А. М. Береснева

**Екатерина ТЮШИНА**  
гл. библиотекарь отдела краеведения  
Детской библиотеки  
им. А. М. Береснева

**Сергей ТЕТЕНОВ**  
психолог, главный библиотекарь отдела  
психологической поддержки чтения  
Детской библиотеки им. А. М. Береснева

**Дмитрий БАРАБАН**  
художник-дизайнер  
отдела инновационных проектов  
и внешних связей МАУК «МИБС»

**Юлия ЖЕГУЛЬСКАЯ**  
декан факультета информационных  
и библиотечных технологий КемГИК

**Виктория КОЛОКОЛЬЦЕВА**  
читатель

**Евгений ЧУЙКО**  
читатель

**Ирина МАКСИМЕНКО**  
читатель

## В номере:

Калейдоскоп событий.....	2
Книжный кешбэк, ящик случайных историй и не только.....	6
Открытие именной аудитории С. А. Сбитнева.....	8
Поэзией приписанный к векам.....	10
Город наш – Кемерово.....	12
Телесная карта страхов.....	15
Персиковое волшебство.....	18

## КАЛЕЙДОСКОП СОБЫТИЙ



**С** наступлением весны время начинает течь быстрее. И пока мы строим планы на долгожданное лето, давайте вспомним основные библиотечные события марта–апреля 2018 года.

19 марта во Дворце культуры шахтеров состоялось открытие литературного фестиваля «Все книжки в гости к нам». Фестиваль традиционно проходит в Неделю детской книги во всех детских библиотеках страны в дни весенних каникул. В 2018

году Неделя детской книги проходила в библиотеках юбилейный, 75-й раз.

В главном зале дворца состоялась церемония награждения читателей 2017 года – ребят, которые по количеству посещений и прочитанных книг, активному участию в библиотечных конкурсах и акциях названы лучшими в 27 муниципальных библиотеках.

21 марта Библиотека им. В. М. Мазаева отметила свой 55-летний юбилей. Сотрудников библиотеки поздравили приглашенные гости, коллеги, представители администрации и верные друзья – чита-



тели, активно участвующие в ее жизни.

23 марта в Библиотеке им. Н. В. Гоголя состоялся финал городского конкурса профессионального мастерства библиотекарей «ПРО-ФИ». Конкурс проводился среди специалистов Муниципальной информационно-библиотечной системы г. Кемерово.

Организаторы конкурса: управление культуры, спорта и молодежной политики администрации г. Кемерово; МАУК «Муниципальная информационно-библиотечная система»; ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный институт культуры».

На итоговом мероприятии победители представили свою профессию в конкурсе «Я – библиотекарь», выполнили ряд заданий, демонстрирующих их профессиональное мастерство, а также представили презентации-фантазии «Городу Кемерово – 200».

В жюри конкурса вош-



ли представители администрации города и профессионального городского сообщества библиотекарей, преподаватели Кемеровского государственного института культуры.

Финалистами конкурса стали Л. Синельникова, А. Ильина, В. Тюмерова, С. Ростовская, И. Заверуха.

**XIII конкурс юных читателей**, посвященный Дню космонавтики и приуроченный к 55-летию со дня полета в космос первой женщины-космонавта В. В. Терешковой и к 15-летию установки бюста

космонавта А. А. Леонова, прошел 11 апреля в Театре для детей и молодежи.

Конкурс организован сотрудниками МАУК «МИБС» при поддержке управления культуры, спорта и молодежной политики администрации г. Кемерово, партнеры – ГУК КО «Кузбасский центр искусств», МАУК «Театр для детей и молодежи».

Участниками конкурса стали 26 юных читателей от 7 до 15 лет, прошедших отборочный тур в городских библиотеках. По условиям конкурса для выступления ребята вы-







брали поэтические произведения о космосе и планетах, об авиации и космонавтике, в том числе собственного сочинения.

Жюри под председательством уполномоченного по правам ребенка в Кемеровской области Д. В. Кислицына прослушало выступления конкурсантов и определило победителей в трех возрастных категориях.

21 апреля в России состоялась VII международная акция в поддержку чтения «Библионочь-2018». В этом году основной темой акции стала «Магия книги». По традиции кемеровские библиотеки стали участниками этого масштабного события. В этот вечер Библиотека им. Н. В. Гоголя вновь открыла свои двери для жителей и гостей города.

Читателей и гостей библиотеки ждало множество сюрпризов. Игра «Мафия» по мотивам известного детектива Агаты Кристи «Десять негритят», площадка «Книжный

спринт» для соревнования в скорочтении, литературный «Book-квест», настольные игры «Таймлайн», «Манчкин», интерактивные выставки-викторины, мастер-классы, краеведческий конкурс «ProКемерово», творческий фотопроjekt «Живая книга» с «ожившими» персонажами романа Тургенева «Отцы и дети», интеллектуальный «Дуэльный клуб» – каждый участник смог найти что-то по душе и получить заряд хорошего настроения.



На лекции-провокации Евгении Рот «Тургеневские девушки VS Vinishko-tyan?» поговорили о том, какими бывают посттургеневские барышни, какие книги читает поколение хайпа и почему «Отцы и дети» – книга о нас и о нашем времени.

В этот вечер гостями библиотеки стали около двухсот горожан.

26 и 27 апреля в Детской библиотеке им. А. М. Береснева прошел городской отборочный тур **Чемпионата России по чтению вслух среди старшеклассников «Страница 18»**.

Отборочный тур в Детской библиотеке им. А. М. Береснева состоял из трех раундов и финала. Участникам – 28 читателей – было нелегко, ведь они выбирали книги вслепую и читали незнакомые для них произведения. Все книги для конкурса были запечатаны в конверты, а нужный отрывок отмечен закладкой.



Технику чтения и артистизм участников оценивало компетентное жюри, в состав которого вошли: председатель жюри – Е. Н. Ситкина, заместитель директора Кузбасского центра искусств, Д. В. Мурзин – поэт, член Союза писателей России; В. О. Быданцева – главный специалист УКСИМП администрации г. Кемерово; Н. В. Хасянова, заведующая Библиотекой им. Н. В. Гоголя; А. А. Бодрых, редактор отдела инновационных проектов и внешних связей МАУК «МИБС».

Финалисты отборочного тура продолжают борьбу в полуфинале, который пройдет 4 и 5 мая в Кемеровской областной библиотеке для детей и юношества. Общероссийский финал состоится в июле в Москве.

26 апреля в рамках X Всероссийской научно-практической конференции молодых ученых «Россия молодая» на лыжной базе ФГБОУ ВО «КузГТУ» прошли **VI областные соревнования мобиль-**



**ных роботов** среди учащихся образовательных организаций Кемеровской области.

Организаторами соревнований выступили ГАУДО «Областной центр детского (юношеского) технического творчества и безопасности дорожного движения» и ФГБОУ ВО «Кузбасский государственный технический университет им. Т. Ф. Горбачева» при поддержке МАУК «Муниципальная информационно-библиотечная система».

Команду МАУК «МИБС» представили тренеры П. К. Коваленко и С. В. По-

ловников; ученики – Мясоедов Андрей, Крючков Лев, Головачёв Михаил и Сорокин Никита.

Ребята приняли участие в состязаниях «Шорт-трек» (младшая возрастная категория), «Биатлон» и «Кегельринг». В ходе упорной и интригующей борьбы Головачёв Михаил завоевал I место, а Крючков Лев II место в дисциплине «Шорт-трек». Остальные ребята хоть и не получили призовые места, но смогли показать достойные результаты!

*Коллектив  
МАУК «МИБС»*





# КНИЖНЫЙ КЕШБЭК, ЯЩИК И НЕ ТОЛЬКО...



**С** начала года на практику в МАУК «МИБС» были направлены студенты факультета информационных и библиотечных технологий ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный институт культуры».

Ни для кого не секрет, что самой малочисленной аудиторией библиотек является молодежь. И мы решили, что нельзя упустить такую возможность и не спросить у представителей этой самой молодежи

в лице наших студентов-практикантов, что нового и интересного, на их взгляд, можно предложить библиотекам для привлечения новых читателей.

И вот, изучив работу библиотек по материалам отчетов, нашего информационного портала и пообщавшись непосредственно с сотрудниками МАУК «МИБС», ребята предложили нам свои варианты интересных форм.

Подготавливая материал для статьи, Ирина и Евгений постарались взять такие

формы работы, которые не требовали бы от библиотекарей больших материальных затрат, специальных умений и навыков. Предлагаем вам ознакомиться с ними и взять на вооружение.

*Валентина  
ДАНИЛОВА*

**З**ачастую масштабные формы работы по привлечению к чтению требуют длительной подготовки, актерского мастерства сотрудников, множества декораций и реквизита. Библиотеки не всегда располагают такими ресурсами, но существуют другие методы приобщения и популяризации чтения с оригинальными подходами при минимальных затратах.

Интересна, на наш взгляд, форма «Книжное озеро». Она основана на организации пространства для сво-

бодного расположения книг на низких горизонтальных поверхностях, символизирующих водную гладь. Подборка книг может быть хаотичной или посвящена определенной тематике: «Озеро сказок», «Озеро поэзии», «Озеро мужества». В качестве дополнения можно предложить каждому пользователю побыть в роли рыбака и с помощью удочки на магните выловить из озера рыбку, на которой закреплено название книги.

По типу инсталляции предлагаем разместить в библиотеках «Ящик слу-

чайных историй». Суть его в том, что внутри находятся шары (или другие предметы) с номерами, за которыми закреплена определенная книга. Пользователь не глядя запускает туда руку и достает шар, затем получает книгу, соответствующую номеру. Ящики такого рода играют на азарте пользователя и притягательности неизвестного. Воздействуя на психологию читателя в предвкушении выбора чего-то таинственного, можно продвигать интересные, но непопулярные издания.

# СЛУЧАЙНЫХ ИСТОРИЙ

Для подростков, проводящих большое количество времени в интернете, очень интересны различные тесты: «Какой у тебя характер», «Кем ты был в прошлой жизни», «Какая ты звезда» и другие. Такие тесты можно разработать в библиотеке как в традиционном бумажном виде, так и в электронном, разместив, например, на странице библиотеки в социальной сети.

Самым простым может стать тест «Твоя книга», где, исходя из ответов на несложные вопросы, читатель может ознакомиться с рекомендациями интересных для него книг. Также тесты могут быть шуточными и неординарными, например тест «Кто ты из монстров Стивена Кинга».

Для того чтобы быть клоуном Пеннивайзом из романа «Оно», тестируемому нужно выбрать из множества вариантов ответов то, что характеризует персонажа: любовь к воздушным шарикам, сон длиной в 27 лет, трапеzia чужими страхами. В итоге пользователю выдается результат: он в литературной вселенной «Короля ужасов» мог бы быть клоуном Пеннивайзом. Такой метод не займет много времени у читателя, однако нужная книга обратит на себя внимание.

Оригинальной идеей будет выставка литературы «Книги, которые ни в коем случае не стоит читать!». Работает она как антиреклама и побуждает читателя взять в руки книгу, чтобы узнать

причину ее запрещенности.

Не сложной, но интересной формой привлечения читателей является «Книжный кешбэк-сервис». Если читатель берет книгу объемом более 500 страниц, ему возвращается несколько процентов от взятой литературы в виде книги, меньшей по объему.

Молодое поколение очень любит бросаться умными высказываниями, не догадываясь о том, кому они принадлежат. Поэтому мы предлагаем организовать стенд «Литературный Twitter» с цитатами из книг без указания автора и произведения. По понравившейся цитате пользователь сможет найти себе книгу по душе, а поможет ему в этом библиотекарь.

Считаем, что вышеперечисленные формы не требуют больших ресурсных затрат, поскольку оформление можно сделать из подручных средств. Данные формы помогут в продвижении изданий, которые пользуются наименьшим спросом у читателя. На наш взгляд, все они отвечают требованиям времени и могут приобщать к книжной культуре людей разного возраста.

*Евгений ЧУЙКО  
Ирина МАКСИМЕНКО*



# Открытие именной



*2018 год – особенный для Кемеровского государственного института культуры. Накануне своего 50-летнего юбилея вуз совместно с библиотечной общественностью страны отмечает 100-летие со дня рождения Стаса Андреевича Сбитнева.*

С. А. Сбитнев – выдающийся педагог, ученый, заслуженный работник культуры РСФСР, основатель факультета информационных и библиотечных технологий КемГИК.

И 20 марта 2018 года в рамках научно-творческого форума «Идеи



С. А. Сбитнева – теории и практике библиотечно-информационной деятельности, подготовке кадров XXI века» во втором корпусе Кемеровского государственного института культуры состоялось торжественное открытие именной аудитории Стаса Андреевича Сбитнева.

Начало мероприятию дала презентация экспозиции «Стас Андреевич

Сбитнев – человек, опередивший время», которую подготовили студенты и преподаватели кафедры музейного дела КемГИК. В экспозиции представлены фотографии, архивные документы, знакомящие с основными этапами жизни и профессиональной деятельности Стаса Андреевича.

Мемориальная аудитория создана силами преподавателей кафедры технологии автоматизированной обработки информации, руководителем которой на протяжении многих лет являлся С. А. Сбитнев. Именная аудитория расположена на 4 этаже учебного корпуса № 2 КемГИК. Создание в вузе такой аудитории способствует сохранению па-



# аудитории С. А. Сбитнева

мяти о выдающемся ученом и популяризации его наследия в студенческой среде.

Почетными гостями мероприятия в этот день стали: директор ГБУК «Кемеровская областная научная библиотека им. В. Д. Фёдорова», президент некоммерческого библиотечного партнерства «Кузбасские библиотеки», заслуженный работник культуры РФ В. А. Никулина; директор МАУК «Муниципальная информационно-библиотечная система» Т. П. Павленко; директор ГКУК «Кемеровская областная специальная библиотека для незрячих и слабовидящих» И. Ю. Тихонова; директор Кемеровского центра научно-технической информации



В. Л. Цыганков; главный библиотекарь библиотеки «Книгоград» заслуженный работник культуры РФ Р. С. Гурышева.

Значимость сохранения традиций, заложенных С. А. Сбитневым, отметил в своем выступлении ректор КемГИК доктор филологических наук, доцент А. В. Шунков. Теплыми воспоминаниями о яркой, незаурядной личности С. А. Сбитнева, о жизненных уроках, усвоенных его учениками, поделился директор НИИ информационных технологий социальной сферы доктор педагогических наук, профессор Н. И. Гендина, директор Кемеровского цен-

тра научно-технической информации В. Л. Цыганков, профессор кафедры ТАОИ Н. И. Колкова и внучка Стаса Андреевича Е. А. Сбитнева.

Символическая передача ректором КемГИК А. В. Шунковым кабинетной таблички декану факультета информационных и библиотечных технологий Ю. В. Жегульской ознаменовала включение аудитории, оснащенной современным техническим оборудованием и обновленной экспозицией о Стасе Андреевиче, в научную, учебную и воспитательную работу факультета и вуза.

**Юлия ЖЕГУЛЬСКАЯ**



# Поэзией приписанный

## Размышления к 100-летию поэта В. Д. Фёдорова

*«По существу, что такое стихи? Это один из способов передачи духовной энергии от одного человека к другому. Сначала она познается поэтом, а через него и другими. Исходный материал – слово...»*

Так говорил о сути поэзии наш земляк, Василий Дмитриевич Фёдоров. Поэт, которого величают не иначе как «кузбасский Пушкин».

Родился поэт на сломе двух исторических эпох, 23 февраля 1918 года. Родился в селе Щеглово на левом берегу реки Томи (район современной улицы Н. Островского). Вырос в деревне Марьевке...

«Мне и года не было, когда семья переехала в деревню», – писал В. Д. Фёдоров. Успел он пройти настоящую школу труда, будущему поэту довелось боронить, пахать, вить веревки, работать колхозным водовозом, младшим счетоводом, кассиром колхоза, помощником бригадира и даже золотоискателем. В 1932 году окончил шесть классов школы колхозной молодежи. В то время он начал писать стихи.

Поэт вспоминал: «Читать я научился до школы, а писать – до того, как прикоснулся к чистой бумаге.



Писал я пальцем по воздуху, чаще всего в темноте или полумраке. Слово, написанное таким способом, долго светилось перед глазами. Тогда же я написал первое стихотворение.

*Плывет моряк по морю,  
И станет он тужить:  
Неужто на той льдине  
Ему придется жить?»*

Первые шаги по земле, первые литературные шаги – судьба определила им Сибирский край. Жизни мальчика из Марьевки коснулись еще два сибирских города – Новосибирск и Иркутск. Учился он в новосибирском авиатехникуме. В 1938 году уехал работать на иркутский авиационный завод.

# К векам

В апреле 1941 года вернулся в Новосибирск, где работал в годы Великой Отечественной войны на авиационном заводе № 153 имени В. П. Чкалова.

Вскоре по совету старших товарищей по творчеству молодой поэт поступает на заочное отделение Литературного института им. А. М. Горького. В 1947 году, почти в тридцатилетнем возрасте, поэт выпустит свою первую небольшую книжечку стихов «Лирическая трилогия». В Москве он встретит любовь своей жизни – свою будущую жену Ларису.

Поэт на протяжении всего своего творчества искал красоту. Искал ее в людских буднях и праздниках, в живой природе, в грозном посвисте ветра, в трепете былинки, в загадочном и холодном дыхании космоса. В 1978 году в стихотворении «Я не старый, Я усталый...» поэт поделился с нами строками откровения:

*Не режешь,  
Перо стальное пело,  
То перо – садись да и тиши! –  
Оказалось легоньким для  
тела,  
Но тяжелым для моей  
души...*



Он ушел из жизни на творческом взлете. На его письменном столе остались незавершенными «Книга терцин» и книга прекрасной прозы «Сны поэта», которую Василий Фёдоров писал на протяжении последних пяти-семи лет своей жизни.

*Пока горит моя заря,  
Пока живы мои желанья,  
Хочу не славы, а признанья  
Того, что прожил я не зря.*

Со стихов о родной Марьевке, о ее людях начнется его первый серьезный творческий взлет. Марьевка станет одной из главных песен его сердца на всю жизнь.

*Промчится время – много,  
много лет,  
Посмотрят люди, спросят  
мимоходом:  
– Откуда он? –  
И скажут им в ответ:*

*– Он – марьевский  
И поступью, и родом.*

Каждый год неизменно возвращался поэт на родину. Построил летом 1970 года домик у подножия Назаркиной горы. Сейчас там открыт литературно-мемориальный музей Василия Дмитриевича Фёдорова. С 1985 года ежегодно здесь проводятся литературные праздники, посвященные поэту, – «Фёдоровские чтения».

Под Назаркиной горой и доселе журчит родник, устроенный им, не умолкает. Едут взрослые и дети в Марьевку, чтобы прикоснуться к живительному роднику творчества, чтобы соразмерить свою жизнь с жизнью поэта Василия Фёдорова, жившего по совести и с любовью к людям.

**Вера  
ТЮМЕРОВА**



# Город наш –

**С**амые яркие и волнующие воспоминания с детства – это воспоминания о родных местах. И знать историю места, где родился и вырос, чем славен именно родной город, важно каждому из нас. А славен он своей историей, традициями, памятниками, лучшими людьми.

В 2018 году Кемерово отмечает свой 100-летний юбилей. В целях воспитания у подрастающего поколения интереса и уважения к истории, культуре родного края и города Кемерово, а также к его жителям, достопримечательностям и событиям современной

жизни, в библиотеках МАУК «МИБС» в рамках цикла мероприятий к 100-летию г. Кемерово «Город мой, люблюсь и горжусь тобой», краеведческой библиопанорамы «Люблю тебя, мой город!» и программы «Здесь родины моей начало» проходят творческие встречи, выставки, литературные вечера и другие мероприятия, позволяющие кемеровчанам вновь открыть для себя родной город, знакомят с его неизвестными страницами. Краеведческие сюрпризы ждут читателей в каждой библиотеке.

К 100-летию Кемерово библиотекари проводят крае-

ведческие экскурсии и информационно-познавательные часы: «Жить, учиться и работать в Кемерово», «Кемерово через столетие», «Кемерово – город перемен», «Кемерово – город трудовой доблести и славы Кузбасса и России»; обзоры литературы: «Мой город – моя биография», «Город, в котором я живу», «Нет прекраснее города родного» и другие. Свою любовь к родному городу дети проявляют, участвуя в викторинах: «Знатоки города Кемерово», «Знаешь ли ты свой город?», «Мой адрес – город Кемерово», «Я в этом городе живу, я этот город знаю».



# Кемерово



Неизменным успехом у читателей пользуются мероприятия из цикла «**Достопримечательности города Кемерово**». В каждой библиотеке системы оформлены юбилейные книжно-иллюстративные выставки и проходят мероприятия, посвященные городу Кемерово: «Портрет родного города», «Путешествие по улицам города», «Город, в котором я живу», «Кемерово – сердце Кузбасса», «Тебе, мой город, посвящаю» и другие.

По-новому взглянуть на достопримечательности родного города своим читателям предложила библиотека «**Родник**». Во время встречи «Зеленые уголки города Кемерово» детям была представлена мультимедийная презентация, рассказывающая о парках,

скверах и аллеях города. Ребята с удовольствием разгадывали загадки, вспоминали стихи о природе родного края, играли в игры: «Это хорошо?» и «Мы за зеленый город в ответе». Это мероприятие приобщило детей к бережному отношению к зеленым зонам города.

Для юных читателей к 100-летию города Кемерово проводятся игровые мероприятия, объединенные в программу «**Знай и гордись!**». Библиотека «**Надежда**» провела игру-напутствие «100 хороших слов». Участники мероприятия смогли проявить свою фантазию, когда писали слова-поздравления городу, делились рассказами о любимых памятниках, отвечали на вопросы краеведческой викторины «100% кемеровчанин».

Не менее интересно прошли мероприятия из цикла «**Кемерово – сердце Кузнецкого края**»: «Любимый сердцу город», «Столица Кузбасса: основные этапы развития».

Проведение уроков города в библиотеках МАУК «МИБС» уже давно стало традицией. Юбилею города были посвящены уроки города «**Кемерово – город трудовой доблести и славы Кузбасса и России**», прошедшие в библиотеках: «Родник», «Берегиня», «Островок доброты», в Библиотеке им. Н. В. Гоголя и Детской библиотеке им. А. М. Берсенева.

Город Кемерово славен не только своими трудовыми успехами, но и творческими людьми. Циклом мероприятий «**Юбилей литераторов Кузбасса**» отмечаются знаменательные даты кузбас-

ских писателей и поэтов. С творчеством юбиляров знакомят книжно-иллюстративные выставки: «В мерцающей дымке родимых берез» (к 70-летию со дня рождения В. В. Иванова); «Куда ни глянь – повсюду обновленье» (к 70-летию Н. И. Колмогорова); «Все было так недавно» (к 85-летию И. М. Киселёва) и другие.

Ровесником Кемерова называют кузбасского поэта Василия Фёдорова. К его 100-летию в библиотеках МАУК «МИБС» проходит поэтический марафон «Он – марьевский и поступью, и родом...». В рамках марафона проходит цикл литературных встреч «Мир Василия Фёдорова».

В библиотеке «Инфосфера» прошел конкурс чтецов «Читаем Василия Фёдорова», а читатели и сотрудники библиотеки «Книгоград» стали участниками межрегиональной литературной акции «Сибиряки читают Василия Фёдорова», итоги которой будут подведены в октябре 2018 года.

Творчеству Василия Фёдорова посвящена была и литературная экскурсия «На Родине моей», состоявшаяся в библиотеке семейного чтения «Встреча». Виртуальное путешествие в Марьевку сопровождалось чтением стихов, посвященных малой родине, а также рассказом о жизни и творчестве поэта.

Библиотека «Берегиня» на час поэзии «Не хватит срока моего...» пригласила барда и композитора Виктора Егорова. Он познакомил читателей с биографией В. Д. Фёдорова, рассказал интересные факты из его жизни, исполнил песни на стихи поэта. Читатели также получили уникальную возможность услышать стихи в исполнении самого Василия Фёдорова, увидеть редкие архивные кадры и личные фотографии поэта.

К 100-летию г. Кемерово в марте в Библиотеке им. И. М. Киселёва прошли VII Киселёвские чтения.

В рамках чтений в стенах библиотеки состоялась VIII научно-практическая конференция «Литературное наследие Кузбасса», на которой были представлены творческие работы учащихся школ, гимназий, средних специальных учебных заведений. Работы посвящены творчеству И. Киселёва, В. Фёдорова, В. Чивилихина, Ю. Михайлова.

Также в рамках чтений прошла презентация сборника стихотворений И. Киселёва «Свет ранней звезды», который был выпущен к юбилею поэта, и сборника стихов кузбасских поэтов «Паровоз – 500 колес».

Особый интерес вызвала встреча с лауреатами литературной премии имени Игоря Киселёва, среди ко-

торых были Б. Бурмистров, С. Донбай, И. Куралов, Д. Мурзин, В. Лаврина, И. Фролова.

С известными кемеровчанами, чья слава шагнула далеко за пределы родного края, читатели библиотек знакомятся с помощью цикла мероприятий «100 великих кузбассовцев». Так, в библиотеке семейного чтения «Калейдоскоп» состоялся краеведческий час «Шаг во вселенную», посвященный нашему земляку, летчику-космонавту А. А. Леонову. В ходе мероприятия ребята узнали о подвиге космонавта, о космических нагрузках и опасностях работы в космосе, требованиях к претендентам. Большой интерес вызвал рассказ о таких деталях, как еда, сон, гигиена в условиях невесомости.

Отличное настроение, интеллектуальные развлечения и ощущение веселого праздника неизменно присутствуют на всех мероприятиях, организованных в кемеровских библиотеках к 100-летию города Кемерово. В результате такой насыщенной краеведческой работы сотрудников МАУК «МИБС» заметно повысился интерес кемеровчан к истории города и активизировался спрос на литературу, рассказывающую о родном городе.

**Екатерина ТЮШИНА**

# ТЕЛЕСНАЯ КАРТА СТРАХОВ

**О**дин из основных законов

телесно-ориентированной психотерапии гласит: «Тело помнит все». Воспоминания обо всем, что с нами произошло, хранятся в нашем теле, в том числе – о наших чувствах.

Тело можно сравнить с чердаком, на который отправляется все то, что не хочется видеть в самом доме. И как хозяйка кричит: «Я не хочу видеть здесь эту рухлядь, отнесите ее на чердак!» – так и в нашем теле поселяются все те чувства, которые наше сознание не хочет в себе видеть, то есть признавать. В психологии этот механизм называется вытеснением: в бессознательное вытесняются болезненные переживания, мысли, воспоминания, страхи.

У всех из нас есть свои страхи. Воспоминания обо всем, что с нами произошло, или, напротив, тревожные ожидания и негативные предчувствия – все хранится в нашем теле. Тело же предупреждает, сигнализирует и общается с нами различными способами: ухудшением работы ор-

ганов и частей тела посредством растяжений, болей и других неприятных проявлений. И как бы мы ни пытались спрятать и закопать свои страхи по различным поводам, проходят года и десятилетия, многое мы уже не помним, но если мы не разобрались со страхами и их причинами, они рано или поздно начинают проявлять себя в различных частях нашего тела.

Телесные недуги – это, как правило, следствие скрытых, вытесняемых психологических проблем и страхов. Чтобы избавиться от того или иного соматического заболевания, нужно понять, какие

именно страхи за ним стоят – этому учит нас психосоматика, направление в медицине и психологии, изучающее влияние психологических факторов на возникновение соматических заболеваний.

Связь наших страхов с телом обнаружена уже довольно давно. Более того, составлена психосоматическая карта страхов, разобравшись с которой, вы сможете понять, что необходимо поменять в своем поведении или отношениях, чтобы справиться с телесными недугами. Итак...

**ГЛАЗА.** Это наши основные каналы восприятия окружающего мира,





поэтому, когда есть бессознательный страх, нежелание видеть и воспринимать действительность такой, какая она есть, — он поселяется именно в глазах. Во многих случаях нарушение зрения — это уход от проблемы и нежелание что-либо видеть. Это попытка уйти от действительности и реальности, создать свою иллюзию мировосприятия, от которой, впрочем, проблемы не исчезают.

**ЛИЦО.** Это наш фасад, то, что мы предъявляем миру. Лицо в первую очередь страдает у тех людей, которые боятся «потерять лицо» и придают большое значение тому, что о них думают. Им нужно, чтобы их возносили, любили, принимали, одобряли. Из-за этого приходится постоянно носить различные социальные маски, за которыми легко потерять себя настоящего.

**ШЕЯ.** Это страх выразить себя миру и проявить в творчестве, эмоциях, понимании. У таких людей часто бывают проблемы с горлом: постоянные ангины, першение, ощущение «комка в горле». Это происходит из-за напряжения в шее, которая работает как клапан — шея сжимается, удерживая все внутри. Внешне такие люди могут



#### ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ПРИЧИНЫ БОЛЕЗНЕЙ



казаться бесчувственными и холодными, но внутри у них бушует буря страстей и возмущений, которым они сами не дают выхода.

**ПЛЕЧИ.** Символизируют силу, а также ответственность и возможность защитить себя и близких. В заболеваниях и зажимах плечевого пояса проявляется страх быть слабым, а также страх не справиться с ответственностью.

**ГРУДНАЯ КЛЕТКА.** Это страх одиночества, страх отвержения; глубоко

ко в груди сидит ощущение своей «неправильности», «недостойности», «неполноценности». Бронхиты, астма, невралгии межреберных мышц — следствие болезненно заниженной самооценки и комплекса неполноценности.

**СПИНА.** Это боязнь быть несовершенным и не оправдать ожидания. Такие люди обычно жестки в своих позициях и взглядах, это проявляется в перфекционизме, а также

они полны страхов допустить ошибку.

**СОЛНЕЧНОЕ СПЛЕТЕНИЕ, ЖЕЛУДОК.** Тут обосновались эмоциональные страхи, связанные с социальной жизнью. Смушение, грубость, жестокость, стеснительность, робость, стыдливость — это все проявления наших социальных страхов, которые вызывают проблемы с желудком.

**РУКИ.** Говорят о страхе контактировать с внешним миром, который воспринимается как враждебный и непонимающий. Поэтому люди с такой установкой предпочитают выбирать профессии, требующие минимум контактов с миром.

**КИСТИ РУК.** Сигнализируют о коммуникативных проблемах. Это страх быть непонятым в различных аспектах.

**ЖИВОТ.** Там находится страх за жизнь. Этот страх возникает в ситуациях угрозы для жизни (реальной или мнимой — неважно).

И хоть

опасность может давно миновать, страх остается актуальным, настоящее расслабление и чувство безопасности становятся недоступны, и, как следствие, проблемы с животом.

**ТАЗ.** Сигнализирует о страхах в сексуальной сфере, проблемах с противоположным полом. Эти страхи могут как приводить к болезням мочеполовой сферы, так и мешать здоровой сексуальной жизни.

**НОГИ.** Этот страх говорит о нехватке опоры в жизни, устойчивости и стабильности, отсутствии уверенности в себе, мире, завтрашнем дне.

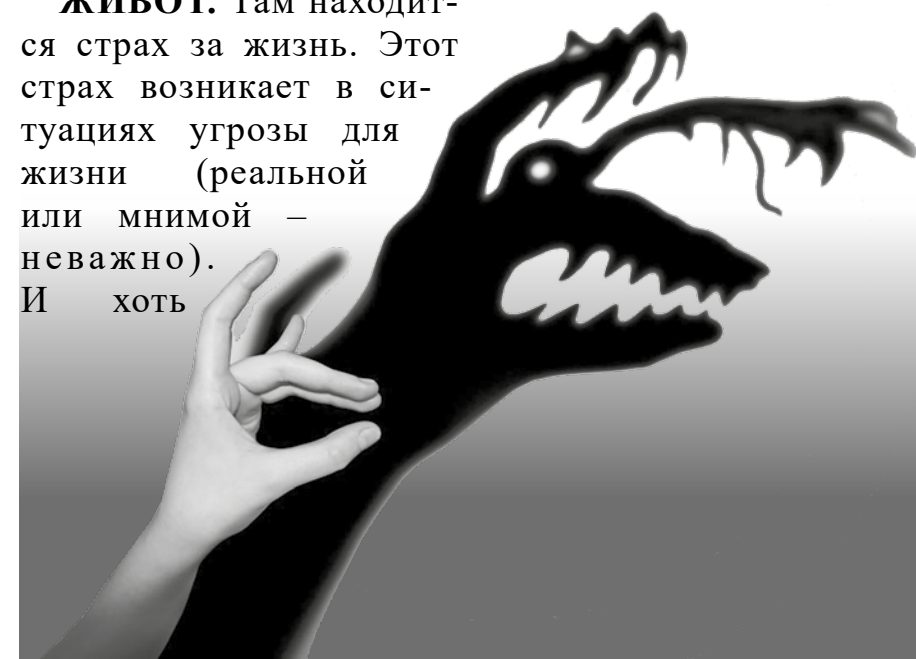
Также стоит разделять тело человека условно на две половины — левую и правую. Левая — это женская сторона, символизирует наше прошлое, правая — это мужская сторона, обозначает наше будущее.



В зависимости от стороны тела можно сориентировать себя на общую причину страха. Так, например, если вас беспокоит левое колено — это может означать, что в прошлом вы переживали недостаток стабильности и уверенности в жизни, и хотя сейчас проблем со стабильностью в жизни нет, но воспоминания о прошлом дают о себе знать. Постарайтесь отбросить негативные воспоминания, позвольте им уйти, и проблема с коленом исчезнет.

Эмоции и страхи нельзя держать в себе, именно тайные страхи и являются причиной большинства заболеваний. Справившись со своими внутренними переживаниями, вы сможете избавиться от многих проблем со здоровьем.

*Сергей ТЕТЕНОВ*





# ПЕРСИКОВОЕ



**Б**ожества, которых мы можем встретить весной, исполнены жизненной силой и энергией. Время, когда становится тепло, и на людей, и на божества действует одинаково.

Цветы сакуры, столь любимые японцами, цветут во имя прекрасной богини.

Японцы, как только наступит весна, с нетерпением ждут цветения восточной вишни, день за днем обсуждая, где она уже распустилась. Нет более любимого японцами цветка, чем сакура.

Есть миф о богине по имени Конохананосакуя химэ. Эта богиня жила на горе Фудзи. Она была чрезвычайно красива, а ее имя



означало: «богиня, прекрасная, словно цветок сакуры». Она была настолько красива, что сошедшие с небес боги влюбились в нее с первого взгляда. И все это о горной сакуре – дереве, которое очаровывает и людей, и богов.

Однако не только известная всему миру японская сакура олицетворяет приход весны в страну, где рождается солнце. В этом номере нашей газеты мы расскажем о другом дереве, почитаемом японцами ничуть не меньше.

**Дмитрий БАРАБАН**

# ВОЛШЕБСТВО



## Плод, который спас бога и стал священным

*Персик, украшающий излюбленный японцами праздник Хина матсури, несет в себе великую силу отводить несчастья и является пристанищем богов. Мошь персика настолько велика, что даже спасла прародителя Японии в трудный час.*

**Я**понцы обожествляют персиковое дерево и верят, что оно обладает великой силой и оберегает людей от напастей. Зовут персиковое божество Оокамудзуми. Смысл его имени неясен, однако известно, что Оокамудзуми стал богом, когда спас основателя Японии по имени Идзанаки от неминуемой смерти.

Жену Идзанаки, богиню-мать, которая произвела на свет Японию, звали Идзанами. При рождении бога огня она получила ожог, после чего скончалась. Не сумев смириться со смертью жены, Идзана-

ки отправляется в царство мертвых. Тем временем появилась Идзанами, сказав: «Я поговорю с богом смерти о возвращении в мир живых, но ты в это время не смотри на меня». Однако, слишком волнуясь за жену, Идзанаки невзначай зажег свет и взглянул на нее. Тогда мертвое тело Идзанами разразилось громом. Ошарашенный Идзанаки, бросившись бежать, увидел, как за ним гонятся обитатели царства мертвых – то были безобразная женщина и ужасные боги грома. Отчаянно спасаясь Идзанаки. Когда до выхода оставалось совсем немного, в том месте оказалось

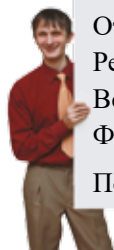
персиковое дерево. Идзанаки, сорвав его плоды, запустил их в преследователей, и все монстры из мира мертвых исчезли в мгновение ока.

Праздник Хина матсури, который по всей Японии празднуют третьего марта, стали называть «сезонным фестивалем персиков» не только благодаря цветам, украшающим персиковое дерево. Могущественное персиковое дерево, спасшее бога от беды, теперь защищает девочек от разных несчастий, которые только могут им повстречаться в жизни.

**Виктория КОЛОКОЛЬЦЕВА**



# Новая библиотека



Ответственный за выпуск: Татьяна Тараненко  
Редактор: Антонина Бодрых  
Верстка: Сергей Половников  
Фото на обложке: Алёна Чумара  
Подписано к печати 3 мая 2018 года

Газета «Арабески» издается с апреля 1994 года  
Адрес редакции: пр. Ленина, 135,  
отдел инновационных проектов  
и внешних связей МАУК «МИБС»  
Тел. для справок: 51-76-65  
E-mail: oipivs.mibs@mail.ru

Тираж: 35 экз.

