

### Владислав Сопочин: «В чем смысл жизни?»

Я - Владислав. Мне 13 лет, учусь в 8 б классе Рускинской средней общеобразовательной школы. Мою маму зовут Сопочина (Комтина) Татьяна Борисовна. Она учится в Высшем университете на юриста. У меня есть двоюродная сестра, ее зовут Тэвлина Нина Еремеевна, а брата двоюродного – Вылла Алексей.



Я хожу в разные кружки: на футбол, в секцию по национальным видам спорта, косторезную мастерскую, ЦНК. В центре национальной культуры директор **Зоя Павловна Николенко** научила меня играть на инструменте нар-касыох. Я начал ходить в ЦНК с четвертого класса. Мне нравится ездить выступать с коллективом центра в разные города. 11-12 ноября 2016 года ездили в Ханты-Мансийск на форум, где нас наградили за первое место в окружном смотре. Там мы организовали свою выставку. Выставили работы наших мастеров, которым с 18 до 70 лет.

Этой зимой я начал заниматься в центре досуга и творчества, в лю-

бительском объединении «Пресс-центр». 10 декабря приезжал в Рускинскую Герой России, с которым в музее Природы и Человека имени А.П. Ядрошникова состоялась встреча. Для меня было гордостью и радостью встретиться с Героем. **Сергей Николаевич Воронин** рассказал о своем героическом поступке, когда они штурмовали горное село в Дагестане, за что ему дали Звезду Героя. В музее ему рассказали о животных, о старинных предметах ханты и еще как появилась Земля.

Мне иногда приходят вопросы: «Кто я? Зачем я живу? В чем смысл моей жизни?» Я себя еще изнутри не знаю, пока знаю только внешне. И чтобы понять себя больше, я много читаю. Мои любимые цитаты: «Не играй в чужие игры, играй в свою игру», «Если ты сам не возьмешься за себя, тебе никто подарков не сделает», «Качество нашей жизни зависит от нашего общения», «Лучше голодать, чем есть, что попало; и лучше быть одному, чем быть с кем попало».

И еще я интересуюсь народным фольклором – записываю сказки, песни. Хочу рассказать вам сказку, которую моя бабушка, **Римма Максимовна Комтина**, рассказала.

...Жили-были две утки. У них были детеныши, и вот уже скоро зима. Осенью птицы улетают на юг, а две утки говорят: «Мы здесь остаемся. Протерпим всю зиму или нет?». Их детеныши улетели с остальной стаей на юг перезимовать.

Первая утка сидела у озера, ей все холодней. Мороз все крепчал и озеро затягивало льдом, оставалось мало воды – утка сидела на середине. Лисица пришла и съела утку.

Вторая утка залезла в гнилушку.

Жили-были в лесу дедушка и бабушка. Бабушка сказала дедушке: «Сходи-ка в лес, принеси дрова». Дедушка пошел в лес, увидел гнилушку, забрал ее домой. Поставил гнилушку возле печки, чтобы иссушить. Когда дедушка ходил за дровами, тем временем бабушка сварила для него суп-рак, поели, попили чай и легли спать. Вышла ночью утка из гнилушки, и сильно захотелось ей кушать. Увидела суп-рак, поела и все расплескала, сама обратно залезла в гнилушку.

Настало утро. Увидели бабушка и дедушка, что кто-то поел супа. Бабушка говорит дедушке: «Зачем ты поел ночью?». Суп-рак еще оставался, они поели его вечером и легли спать. Утка вылезла из гнилушки, снова поела и залезла в гнилушку. Утром старики увидели, что опять кто-то ел суп.

Так продолжалось всю зиму. Настала весна. Бабушка с дедушкой уехали в другую избушку. Осталась утка одна, вылезла из избушки. Полетела она искать своих детенышей и нашла их на речке.



Александр Владимирович в свою очередь поблагодарил строителей, которые, несмотря на низкие температуры, трудились без отдыха и выходных, чтобы уложиться в назначенные сроки сдачи объекта, и выразил уверенность, что «Забивака» станет излюбленным местом досуга всех жителей деревни, от молодежи до пенсионеров.

После торжественного открытия глава поселения провел небольшую экскурсию по территории спортивного объекта. Было радостно видеть пахнущие свежей краской комнаты: здоровья, гигиены, мужскую и женскую раздевалки, тренажерный зал. Чтобы в помещении было тепло, стены обшили специальным изоляционным материалом изоспаном и снаружи – металло сайдингом,

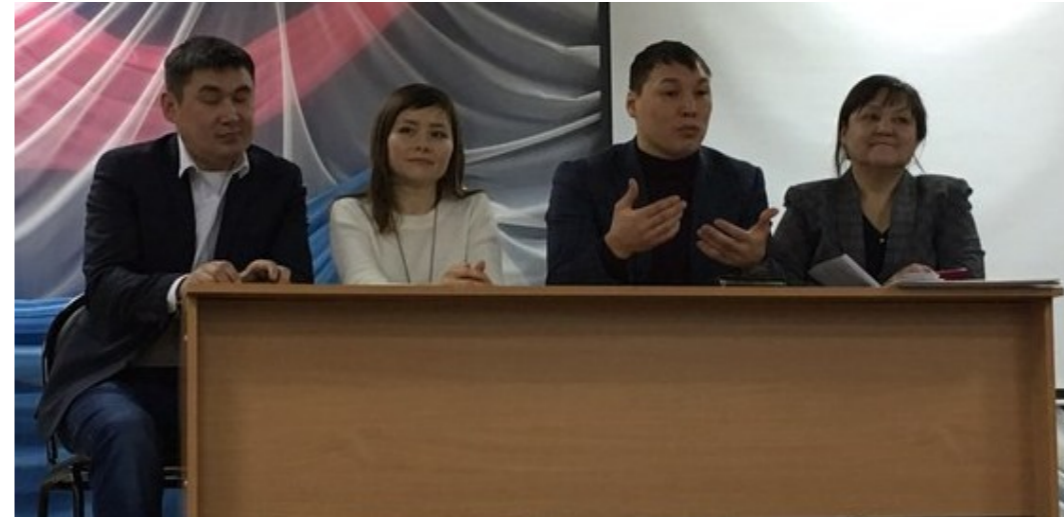
установили трехслойные пластиковые окна. Оборудовали автономную систему отопления, которая позволит регулировать температурный режим. К слову, заниматься в спортзале смогут и люди с ограниченными возможностями здоровья, строители создали для них все условия.

- Объект в эксплуатацию успешно сдали, осталось отрегулировать рабочий режим и функционирование объекта на полную мощность. Ставку спортиструктора нам обещала районная администрация, - отметил Александр Сытов.

Затем праздник переместился в Рускинскую СОШ. Нарядившись в национальную одежду ханты, привезенную семьей Рускиных специально для него, Руслан Проводников (сам по национальности манси) вволю накатался на оленьей упряжке, после чего дал пресс-конференцию в школе, где присутствовали Вера Кондратьева, Клим Кантеров и Надежда Алексева. Он ответил на многочисленные вопросы своих новых друзей, увлекательно рассказал о том, как пришел в большой спорт.



- Я родом из поселка Березово Березовского района. В детстве был трудным ребенком. Когда отец привел в секцию бокса, мне там сразу понравилось. А когда получил свою первую награду, был сильно удивлен и обрадован: за то, что занимаюсь любимым делом, мне и подарки дарят! Вот после этого случая я начал усиленно заниматься боксом, - рассказал он воспитанникам школы.



Чемпион мира, который много ездит, тренируется в США,

призвал местную молодежь заниматься активно спортом, изучать языки, особенно английский, больше читать книги и не проводить все свое время за интернетом и телевизором, где много негатива. Говорил о том, что надо стараться вырваться из привычного круга вперед, к новым свершениям, стать материально обеспеченной и уважающей себя личностью, думать не только о себе, а более масштабно - о своем народе. А чтобы достигать успеха, надо заниматься спортом и быть здоровыми.

Золотые слова! Одним словом, правила ЗОЖ и есть секрет успеха, которому так своевременно дан старт в Рускинской.

Русскинская благодаря национальному колориту и транспортной доступности как магнит притягивает к себе туристов и журналистов, в том числе иностранных. Список иностранных посетителей в год Огненного Петуха открыл журналист из Поднебесной Дин Цзяньвэнь.



С китайским журналистом встретилась случайно: январским вечером в продуктовом магазине мужчина с нетипичным для жителей нашего поселения акцентом спрашивал у продавца местоположение местной гостиницы. Я вызвалась его проводить, так как было по пути. Он интересовался, как попасть на стойбище с целью сфотографировать оленей и ознакомиться с бытовыми условиями и укладом жизни коренных жителей. Вот так два представителя прессы оказались полезны друг

другу – меня давно интересовал трудолюбивый китайский народ и особенно народная медицина, поэтому сразу же условились, что после посещения стойбища гость позвонит мне.

Дин (фамилия) Цзяньвэнь (имя, означает «культурный») оказался открытым, дружелюбным человеком и охотно поделился информацией о себе. Ему 33 года, его семья относится к среднему классу: отец работает юристом, мама – инженером. Он рос единственным ребенком в семье, так как в Китае было запрещено иметь больше одного ребенка. Этот закон отменили два года назад и разрешили населению иметь второго ребенка. «Это был большой праздник для народа! Много семейных пар уже пожилого возраста, вырастившие по одному чаду, которым на тот момент было 30 и более лет, рискнули родить еще одного младенца», - рассказывает журналист.

Цзяньвэнь – житель трехмиллионного города Лань чжоу, что в провинции Гань су. Он поступил в Китае в технический университет и по программе обмена студентами попал в Южно-Российский государственный политехнический университет в Новочеркасске, где отучился в течение пяти лет на программиста, поэтому хорошо владеет русским языком. Там же училась его будущая жена, которая более углубленно изучала русский язык и приобрела профессию переводчика. По словам Цзяньвэнь, грамотность супруги в работе с письменным текстом очень помогает в его журналистской деятельности.

Два года отработав программистом, Цзяньвэнь решил профессионально заняться журналистикой. Он работает в частной компании «DX mix», где насчитывается 300 специалистов, 180 из которых – журналисты, а их офисное здание - в целых шесть этажей. Вот это размах! К тому же рассказывает, что работать приходится порой сутками, так как конкуренция очень большая, и таких частных компаний, где журналисты работают по найму бизнесменов и чиновников, не одна, а множество...

Цзяньвэнь специализируется по международным поездкам в соседние с Китаем страны, изучая и освещая национально-культурные особенности народов, экономическое положение и возможности взаимовыгодного сотрудничества. Журналист до нас побывал в Японии, Корее, Вьетнаме, Монголии, Таджикистане. Чтобы добраться до Русскинской, ему пришлось преодолеть нелегкий путь: из Пекина прилетел в Тюмень, затем на автобусе доехал до Ханты-Мансийска, оттуда до Сургута. Работодатели не предоставили Цзяньвэню конкретного маршрута, предложили поехать на выбор: Урал или Север. Выбрав последнее, он интересовался у попутчиков-россиян, где можно увидеть северную экзотику, оленей, коренных жителей. В Тюмени ему предложили поехать в Сургут, а в Сургуте – в Русскинскую.

## Сибирская народная медицина

Из-за отдаленности края и обширности территории становление медицинского обслуживания в Сибири происходило крайне медленно.

В 1886 году по инициативе интеллигенции было создано Общество врачей Енисейской губернии. На следующий год в Красноярске открылась первая в Сибири фельдшерская школа. В уездах были организованы медицинские участки, однако часто на участок приходилось по 4-5 волостей с разездом врача на сотни верст.

Не только вследствие нехватки врачей, но и по причине недоверия к «инородному», не принадлежащему к миру старожилов, сибиряки редко обращались к медицинской помощи. Вместе с тем добросовестные и искусные врачи, сумевшие заслужить доверие, были весьма авторитетны у сельских жителей.

Народная медицина — вот единственное средство профилактики заболеваний и их лечения. Традиционно сибиряки делили все болезни по их «происхождению» на три группы.

- 1.Болезни, вызванные естественными причинами: надсады, ушибы, ознобление, переломы, ранения и др. Именно при лечении данных болезней крестьяне по возможности обращались к врачу.
- 2.Болезни — «наказанье божье». Это нервные, инфекционные, многие внутренние болезни. Здесь официальная медицина, считалось, помочь не могла. «Божье-то вздумал лечить», — говорили в таких случаях, уповали на молитвы, заговоры, секреты народной медицины и «заветы предков».
- 3.Третья группа болезней происходила от «порчи» колдунов, ворожей. При этом четко отделяли колдуна от знахаря: по сибирским понятиям колдун — повелитель чертей. Здесь говорили: «Колдун продал душу дьяволу с условием, чтобы дьявол через определенный срок доставил ему богатства». Известны случаи, когда людей, признанных по решению схода колдунами или колдуньями, выселяли из селения.

В каждой деревне были свои знахари, травники, бабки-повитухи. Большинство из них действительно были специалистами своего дела, использовавшими и свои уникальные способности, и мудрые знания предков. Практичные сибиряки, не испытывая суеверного страха перед знахарем, судили о нем по результатам лечения и выздоровления больного.

При лечении многих болезней сибиряки перво-наперво лечились баней. «Сибиряки не знают ни простуды, ни угара. Каждую неделю и чаще парятся в бане. Парятся так жарко, что вышел из бани или падают в снег, или идут в прорубь, или в наледь, невзирая на трескучий мороз. Моются до того, что волосы их обмерзают, а тело делается багровым», — отмечали современники.

Парились вениками из лапника хвойных деревьев, из крапивы, из трав, но традиционно лечебным считался березовый веник. Широко применялись также обливания холодной водой, массажи прижигания, прогревания в горячем песке, в печи, в «которой пеклись ржаные хлебы».

Всем этим процедурам сопутствовали таинственные заговоры и молитвы. Например, знахарка могла «пухтать» — шептать на воду и обрызгивать ею больного на пороге дома. Весьма целебным при воспалении горла считался свежий «воздух на заре». Лечебными свойствами, по мнению сибиряков, обладала утренняя роса в день Ивана-Купалы, «святая» вода в проруби - «Ярдани» в день Богоявления.

Превратившееся в поговорку сибирское здоровье обуславливалось, прежде всего, закаливанием с самого раннего детства. Выжившие и окрепшие в детском возрасте юноши и девушки могли успешно противостоять болезням в зрелом возрасте.

### Народные рецепты с «царицей» сибирских дикоросов - клюквой

#### Клюква с мёдом

Взять 1 стакан клюквы, 1 стакан мёда и перемешать. Употреблять ежедневно при воспалении печени и в комплексе лечения гипертонической болезни.

Смешать в равных частях мёд и клюквенный сок. Принимать при простуде, кашле, бронхите, ангине, ревматизме.

Отжать сок, добавить мёд по вкусу. Принимать курсами один-два раза в год по 3 недели по схеме: первую неделю 3 раза в день по 1/2 стакана сока, вторую неделю — два раза в день по 1/2 стакана, третью неделю — один раз в день по 1/2 стакана. Сок принимают как общеукрепляющее и тонизирующее средство при воспалительных заболеваниях и при лучевой болезни.

Смешать 200 мл сока клюквы с 3 столовыми ложками мёда. Полоскать полученной смесью горло 2–3 раза в день при ангине. После каждого полоскания медленно выпить 1–2 столовые ложки смеси.

