

Мастерская скорочтения и памяти



Рабочая тетрадь к 3 занятию

Развитие внимания.

Прочитайте текст и одновременно посчитайте все буквы З.

Почему белку назвали белкой?

Этого любознательного и крайне резвого грызуна, имеющего шкурку рыжего или пепельно-черного цвета, с давних пор называли веверицей или векшей. Современное название перешло от названия разменной монеты «бела», которой как раз и служили шкурки этих животных. «Животные», или, как их еще называли, «шкурные», деньги были введены в торговый оборот еще издревле. Хотя размер шкурки невелик (сам зверек весит примерно 250 грамм), мех белок был в цене всегда.

Прочитайте текст и одновременно посчитайте все буквы Т.

Есть ли бессмертные существа?

Существ, которых нельзя было бы умертвить, нет. Но для некоторых смерть не является естественным и обязательным завершением жизни. Так, жизненный цикл бактерий и многих других одноклеточных завершается делением; в результате образуются два равноценных организма, также способных к неограниченному размножению. Потенциальным бессмертием обладают и растения, в том числе высшие, которые могут восстанавливать целый организм из отдельных частей. В Швеции известна ель, отраставшая от корня несколько раз за 9,5 тысячи лет, а в Калифорнии обнаружена целая дубовая роща, бывшая когда-то единым деревом, многократно отраставшим после пожаров на протяжении 13 тысяч лет.

Прочитайте текст и одновременно посчитайте все буквы Б.

Бри.

Знаменитый французский сыр, родом из Иль-де-Франс, с беловатой благородной плесенью, приготовляемый из коровьего молока. Раньше бри вместо плесени обволакивала слизь, затем технология его приготовления усовершенствовалась. Вызревает бри в течение месяца. К краям он белый, с красноватыми «подпалинами», тесто мягкое, аппетитного бледно-желтого цвета. Вкус — тонкий, с ореховым оттенком. Во Франции производят несколько его разновидностей — бри де Мо, бри де Мелен, бри де Куломье. Каждая со своими вкусовыми особенностями. Бри — один из основных десертных сыров Франции.

Отгеснение проговаривания.

Такие разные рыбы.

Многие рыбы могут ходить по дну: морские петухи на лучах грудных плавников, мелководные удильщики – просто на грудных плавниках, похожих на лапы с пальцами. Некоторые рыбы способны передвигаться и по суше – ползая, как змеи, или опираясь на плавники. Илистый прыгун может прыгать на грудных плавниках и забираться на небольшую высоту на стволы мангровых деревьев. С другой стороны, скаты, камбалы и некоторые удильщики могут подолгу лежать на дне без движения. Однако все перечисленные рыбы сохраняют способность к плаванию и время от времени ею пользуются.

Зачем зайцу длинные уши?

Длинные заячьи уши — это не только мощные органы слуха, но и радиаторы охлаждения. Зайцу, чтобы спастись от хищников, приходится часто и помногу бегать, так что «охлаждающее устройство» ему требуется мощное. Если бы он сбрасывал лишнее тепло только при помощи потоотделения, то расходовал бы много воды. А охлаждение за счет теплообмена позволяет ему выживать в засушливых местах и на скудных кормах вроде древесной коры. На ушах прямо под кожей у этих зверьков проходят мощные сосуды (кто ласкал кроликов, наверняка обращал на это внимание), просвет которых регулируется в широких пределах. Когда зайцу нужно сбросить тепло, ушные артерии работают на полную мощность, когда нужно поберечь — просвет сужается почти до полного их перекрытия. Чем жарче климат, тем больше тепла организму нужно рассеивать, поэтому самые ушастые зайцы — южные. Длина их ушей достигает половины длины тела. Подобный «широтный градиент» характерен не только для зайцев, но и для всех млекопитающих, и не только для ушей. Он называется в биологии правилом Аллена.

Укус шмеля.

Шмели обладают мощными челюстями-жвалами и обычно используют их в сугубо мирных целях — для перегрызания растительных волокон и формирования сот. При самозащите же шмели больше полагаются на жало. Правда, его укол менее болезнен, чем жаление осы или пчелы. Если же сунуть пойманному шмелю «в лицо» палец или заткнуть пальцем выход из узкой норки, шмель пустит в ход жвалы. Но их укус еще менее ощутим, чем укол жала.

Вреден ли гипноз?

Само по себе состояние гипноза не причиняет вреда здоровью. Однако неумелые или злонамеренные действия гипнотизера могут вызвать ряд побочных эффектов. Так, при гипнотическом лечении истерии неудачный вывод из транса способен вызвать у пациента истерический ступор. В других случаях гипнотический сеанс восстанавливает болезненные или постыдные воспоминания, которые могут остаться у пациента и после пробуждения. Наконец, во время сеанса гипнотизер получает доступ к любой личной и интимной информации о пациенте и в какой-то степени власть над его поведением в состоянии транса.

Почему рынок блошинный?

Упоминание о блохах и прочих паразитах навеивает мысли о поношенной одежде, всяких лохмотьях и рухляди. Скорее всего, по этой ассоциации парижане и прозвали Блошинным рынком то место, где можно было купить подержанные вещи. Из французского это словосочетание проникло в другие языки, хотя подобные рынки издавна существовали во многих странах.

Из чего состоит голова?

Череп состоит из 29 костей и представляет собой единое целое, в котором все кости, за исключением нижней челюсти, прочно сочленены между собой швами и хрящевыми соединениями.

Несмотря на общее сходство, строение черепа у разных людей имеет свои индивидуальные особенности, которые, впрочем, не выходят за рамки усредненной нормы. Что касается половых различий, то они весьма условны. У мужчин, как правило, чуть сильнее выражены надбровные дуги и затылочный бугор, а также более глубокие глазницы.

Череп служит для защиты мозга, вес которого при рождении составляет примерно 300 г, а у взрослого человека достигает в среднем 1375 г. И хотя вес мозга составляет всего 2,5% от веса всего тела, к нему поступает 20% циркулирующей в организме крови и, соответственно, такое же количество кислорода.

Почему морские свинки так называются?

Морская свинка — млекопитающее из отряда грызунов. Морскими этих зверьков называют только в России и Германии. В южноамериканских странах их именуют куи, в странах Западной Европы — перуанскими свинками, а в Великобритании — индийскими. Слово «морская» в названии животных было адаптировано от первоначального «заморская». Морские свинки привозились в Европу по морю на кораблях и были диковинными зверьками.

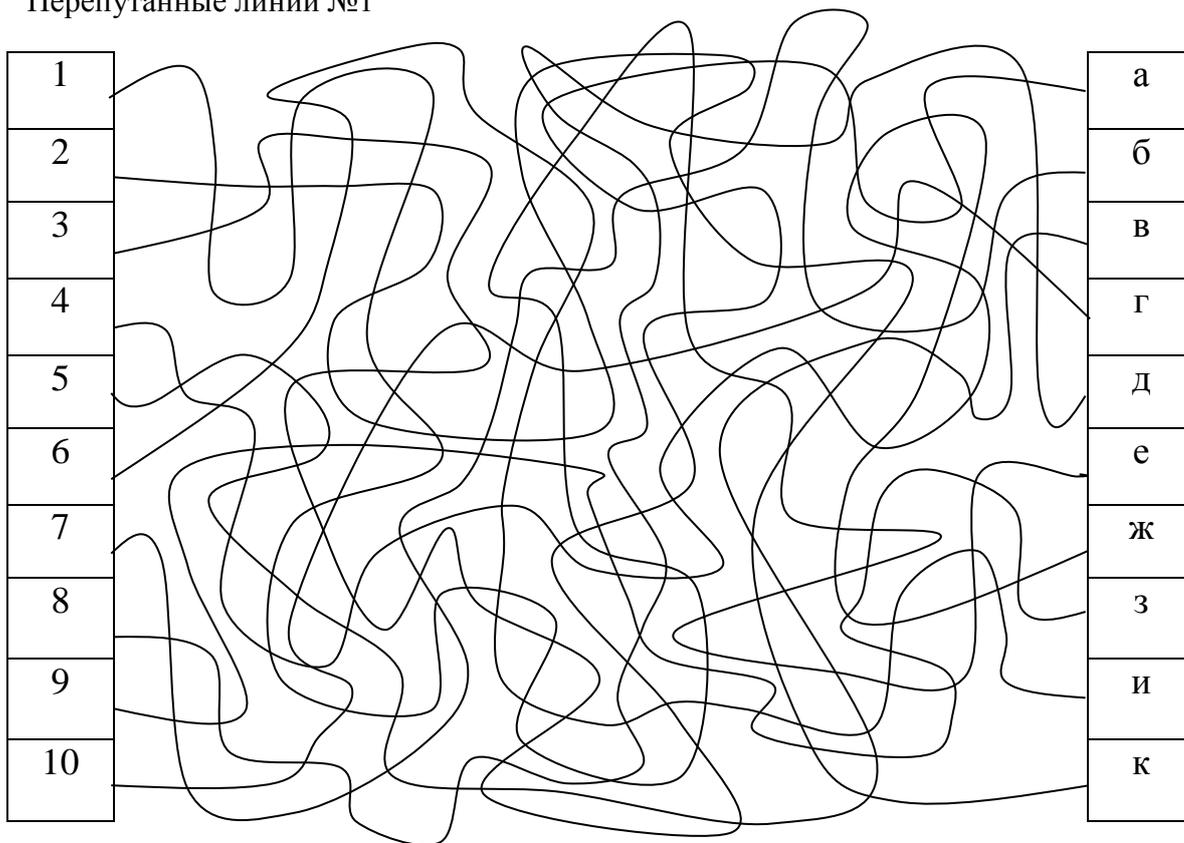
По поводу того, почему животное назвали свинкой существует несколько версий. Во-первых, они издают звук похожий на похрюкивание или повизгивание. По другой версии, свинка обязана своим названием испанским завоевателям, которым вкус мяса зверьков показался похожим на молочных поросят.

Откуда взялось выражение «скатертью дорога»?

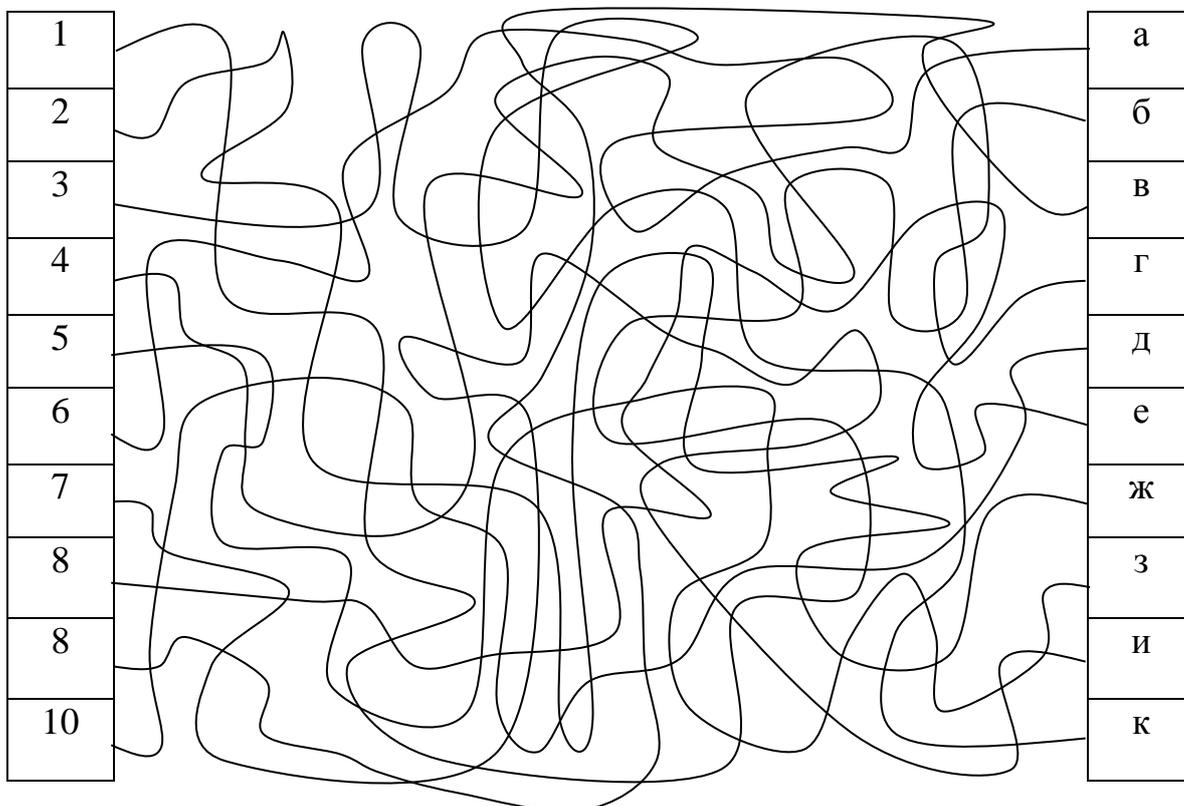
Этими словами на Руси провожали в дальнюю дорогу, и никакого дурного смысла в них не вкладывали. При вечной российской распутице ничего лучше гладкой и чистой, как скатерть, дороги путешественнику нельзя было и пожелать. В одном из стихотворений Ивана Аксакова говорится о дороге, которая «пряма, как стрела, широкою гладью, что скатерть легла». Это первоначальное значение фразеологизма присутствует в Толковом словаре Ожегова. Но там же сказано, что в современном языке его смысл поменялся на обратный: «Выражение безразличия к чьему-нибудь уходу, отъезду, а также пожелание убираться вон, куда угодно». Это неудивительно, этикетные формулы в большой степени подвержены ироническому переосмыслению. Но не только они. Многие другие слова и словосочетания из, условно говоря, положительных превратились в отрицательные. Например, «заговаривать зубы» означало когда-то нормальную медицинскую процедуру, теперь же — синоним коварства. Словарь Морица Михельсона дает такую трактовку этого выражения: «убеждать с заднею мыслию». А «Держи карман шире!» и сегодня в устах какой-нибудь торговли семечками в провинции звучит как руководство к действию, а не как издевка.

Тренируем глаза.

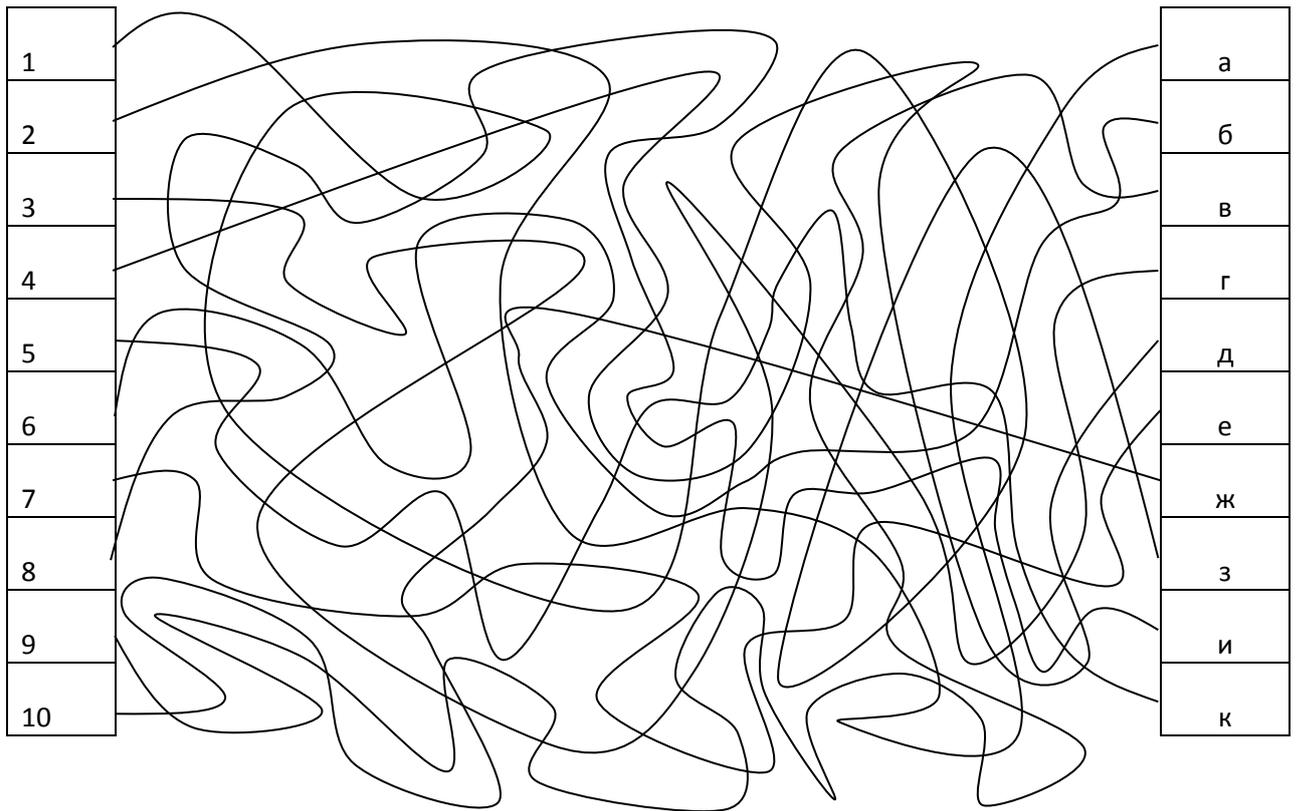
Перепутанные линии №1



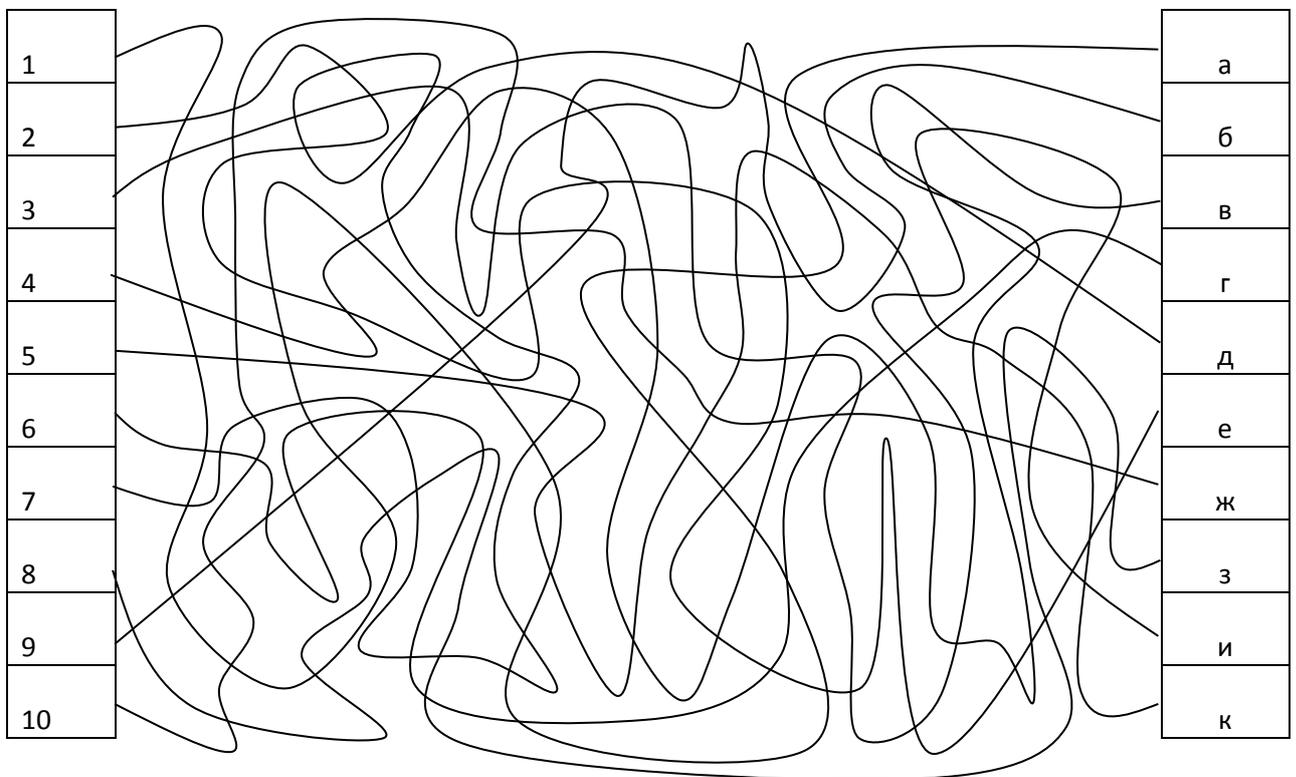
Перепутанные линии №2



Перепутанные линии №3



Перепутанные линии №4



15	4	18	24	7
25	12	2	10	22
8	23	6	19	13
17	9	14	1	16
3	21	11	5	20

Таблицы Шульте №2

12	20	9	1	22
17	5	15	3	14
2	13	10	24	6
23	7	18	21	19
8	25	4	16	11

Таблицы Шульте №3

7	23	16	11	25
24	2	8	21	4
5	14	19	15	12
9	20	10	6	18
22	3	17	13	1

Читайте текст, используя метод ритмичного восприятия. Делайте две фиксации на строке.

Миграция бабочек.

Бабочки всегда привлекали людей своим ярким окрасом. На данный момент известно более 200 тысяч видов этих насекомых. Среди них особой известностью пользуется бабочка Данаида монарх. Это одна из самых известных бабочек Северной Америки.

Данаиду монарха легко узнать по характерному рисунку на крыльях: чёрные полосы на рыжем фоне. По краю крыльев проходит широкая чёрная кайма с белыми пятнами. Размах крыльев около 10 см, вес 0,5 г.

Гусеница монарха поедает листья ваточника, содержащие токсины и являющиеся ее основной пищей. Именно благодаря им, в будущем оказывается, что бабочка Данаида монарх ядовита и ее избегают употреблять в пищу птицы и другие животные, в рацион которых входят насекомые.

По одним источникам название «монарх» впервые использовал в 1874 году американский энтомолог Сэмюэль Скуддер: «эта бабочка - одна из самых крупных, и правит обширными угодьями». Согласно другим источникам, название могло быть дано в честь Вильгельма III Оранского, штатгальтера Нидерландов и короля Англии и Шотландии. Название рода *Danaus*, вероятно, происходит от имён персонажей древнегреческой мифологии: Даная (сына египетского царя) или его праправнучки Данаи.

Каждую осень миллионы этих бабочек мигрируют на зимовку из Канады на юг, в Калифорнию и Мексику, и возвращаются на север, в Канаду, летом. Это единственная бабочка, которая регулярно мигрирует с севера на юг, как это делают птицы.

Миграция монарха начинается обычно в октябре каждого года, но может начаться и раньше, если погода становится холодной. Они путешествуют на расстояние от 1200 до 2800 км, от

Канады до центральных мексиканских лесов, где теплый климат. Если монарх живет в восточных штатах, как правило, к востоку от Скалистых гор, она будет мигрировать в Мексику и зимовать на хвойных деревьях. Если же она живет к западу от Скалистых гор, то она будет зимовать в районе Пасифик-Гроув в Калифорнии, на эвкалиптовых деревьях. Удивительно, что бабочки используют для зимовки одни и те же деревья каждый год, ведь они не представляют собой то же самое поколение бабочек, которое было там в прошлом году. Как бабочки смогли вернуться к тем же местам зимовки, имея разрыв в несколько поколений, все еще остается загадкой для ученых. Предполагают, что схемы перелета передаются по наследству. Некоторые исследования показывают, что бабочки используют для ориентации положение солнца в небе и магнитное поле Земли.

Перескажите текст соседу.

Продолжайте читать текст, делая две фиксации на строке

Считается, что этот вид насекомых появился в экваториальной зоне, расположенной в центре Американского континента. Его основу изначально составляли оседлые популяции бабочек. По завершении ледникового периода и возрастания числа особей ареал вида стал расширяться в сторону северных районов Америки. Но климатические условия в этих краях не подходили для зимовки теплолюбивых бабочек, поэтому проживающие там бабочки были вынуждены совершать длительные перелеты. С этой целью в процессе эволюции сформировался новый жизненный цикл. Существует и другая точка зрения, согласно которой мигрантные особи американских субтропиков осели в тропиках и в районе экватора, а затем расселись по всей планете.

На протяжении многих лет люди были озадачены, куда миллионы монархов, которые проводят лето в Канаде, исчезают в зимний период. Только в 1937 году, канадский зоолог Ф.Уркхарт начал отслеживать передвижения бабочек, пометив крылья тысяч особей. 38 лет спустя, с помощью тысяч добровольцев по всей стране, ученый определил расположение первого убежища зимовки бабочек на вершине горы Мичоакан в Мексике, в нескольких тысячах километров от отправной точки их миграции. Это место в настоящее время внесено в список Всемирного наследия и известно как биосферный заповедник бабочки монарх. Существуют десятки таких мест в Мексике, и они охраняются мексиканским правительством, как экологические заповедники.

Ученые выяснили, что для размножения этих насекомых требуется наличие деревьев особых видов. Именно поэтому в биосферном заповеднике запрещена вырубка леса. Уникальность этой природоохранной зоны была признана ЮНЕСКО, которая включила его в число объектов Природного наследия человечества.

К сожалению, колонии зимовки монархов находятся под угрозой из-за массовой вырубки лесов. Последние несколько лет количество бабочек монарх, которое завершило миграцию в мексиканском лесу, упало до самого низкого уровня за последние два десятилетия. Это произошло в основном из-за экстремальных погодных условий и быстрого расширения сельскохозяйственных угодий. По данным переписи колонии, проведенной в декабре 2012 года, площадь лесов, занимаемых бабочками, сократилась с 50 до 2,94 гектара.

Перескажите текст соседу.

Читайте текст, используя метод ритмичного восприятия. Делайте одну фиксацию на строке.

Как кефир стал кефиром.

Судьба этого
обыденного кисломолочного
продукта на редкость
необычна. Исторической
родиной небольших
желтоватых горошин,
именуемых «пшеном
Пророка» или «зернами
Магомета» (а проще —
кефирных грибков), принято
считать северный склон
Кавказского хребта. Согласно
легенде их принес в своем
посохе в дар горцам сам
Магомет, научив их с
помощью горошин готовить
совершенно особый продукт и
настрога запретив дарить их
иноверцам. Восприняв этот
дар, жители Кавказа стали
готовить божественный
продукт, называемый в
разных местах по-разному —
кэпы, кхагу, чыппэ, — и, как и
было им велено, считали
грехом дарить грибки даже
выходящим замуж дочерям.

Процедура
приготовления оставалась

неизменной на протяжении не
одного столетия: в бурдюк
(а позже — в глиняный сосуд)
заливали молоко и, поместив
туда грибки (закваску),
выносили на дорогу, чтобы
каждый путник мог пнуть его
ногой — постоянное
встряхивание только ускоряло
процесс брожения. О том, как
этот напиток появился в
России, доподлинно
неизвестно. Есть
предположение, что
драгоценная закваска была
подарена русскому врачу его
чеченским другом еще в 1866
году. Но бытует также и
другая история, куда более
захватывающая.

Если верить ей, то
закваска попала в Москву из
окрестностей Кисловодска в
1908 году «по вине» Ирины
Сахаровой, помощницы
известного молокозаводчика
Бландова. Красивая и
бесстрашная девушка была
направлена им в Кисловодск к

поставщику одной из местных
сыроварен Бландова, князю
Бек-Мирзе Байчарову, в
надежде на то, что ей
удастся уговорить князя
продать некоторое количество
грибков. Очарованный
красотой Ирины, князь
поначалу пообещал пойти ей
навстречу, но, памятуя о
запрете Магомета, никак не
мог на это решиться, а потому
визит посланницы
затягивался.

Дальнейшие события
развивались в духе
детективного жанра:
похищение прекрасной Ирины
сыном Бек-Мирзы,
предложение его руки и сердца,
внезапное появление
полицейских, арест молодого
князя, суд и приговор. В
качестве компенсации князь
должен был передать
пострадавшей 10 фунтов
священных горошин. Спустя
некоторое время фирма
Бландова приступила к выпуску

русского кефира, первые
бутылки которого были
направлены пациентам
Боткинской больницы.
Основная микрофлора
кефирного грибка представляет
собой сложный и до конца не
изученный симбиоз нескольких
микроорганизмов
(молочнокислых палочек,
стрептококков, дрожжей,
уксуснокислых бактерий и
ароматообразующих веществ).
Помещенная в молоко закваска
вызывает в нем различные
изменения: молочнокислое и
спиртовое брожение. Однако
при всей своей нынешней
доступности «пшено Пророка»
так и не утратило своей главной
тайны — искусственно вывести
кефирный грибок людям пока
так и не удалось.

Пересказ и обсуждение текста.

Читайте текст с ускорением, используйте «шторку».

Ветренный край

Ветряная мельница — зрительный символ Голландии. Приезжающий в эту страну повсюду обязательно мельницы видит. Фотографы возле них изводят километры пленок. Мельница — и памятник старины, и торговая марка, и пример сочетанья функциональности с красотой, поэтический знак единенья человека с природой.

В отличие от заводских труб мельницы не загрязняют воздух, красота пейзажа от них только выигрывает.

Изобрели мельницы водяные и ветряные в поисках силы, способной помочь человеку в делах житейских. Считают, ветряные мельницы появились сначала в южной части Европы (предположительно в Греции) и быстро распространились повсюду. Поначалу они представляли собой кирпичные, похожие на огромные бочки сооружения с крыльями. С такими мельницами в Испании сражался известный литературный герой. Во Франции такая же древность есть в Провансе близ Ниццы. Писатель Проспер Мериме удалялся для трудов своих в мельницу, ставшую теперь музеем, ее показывают туристам как национальную ценность. Еще две ветряные мельницы-«бочки» есть в центре Франции.

Это и все, что тут осталось от некогда многочисленных мукомольных сооружений. Четыре древнейшие мельницы сохранились в Голландии. Они выглядят неуклюжими рядом с легкими, высокими, изящными ветряками «голландской архитектуры». От кирпичных строений тут отказались почти везде по причине хлюпкости грунта из-за этого тяжелые ветряки кособочились, падали.

Голландцы стали строить на прочных фундаментах мельницы деревянные. А часто бревенчатым был только остов, а бока и подвижная «шапочка» мельницы крылись аккуратно подстриженным тростником, который всюду тут под рукой. Кажется, мастера состязались — чья мельница будет краше. Сооружения для прозаической работы имеют изящные формы, изрядную высоту и походят на сухопутные корабли, которые ветер, не двигая, заставляет работать их легкие крылья, снаряженные полотняными парусами.

Благодаря постоянству ветров на здешних приморских равнинах мельницы, было время, заполнили страну, выполняя множество разных работ. И поныне тут можно увидеть мельницу-мукомольню, мельницу-лесопилку, мельницу-шерстобитню, выжимальщицу масла из семян льна и репейника. Мельницы перетирали древесину для производства бумаги, дробили дубовую кору, потребляемую кожевенным производством, мололи пряности, привозимые кораблями с Востока. Но главным назначением ветряков была откачка воды с низменных территорий. Этой работой было занято девяносто процентов всех мельниц. Вертелись крылья их днем и ночью.

Конструкция мельниц совершенствовалась непрерывно. Считают: первый ветряк в Голландии появился в 1260 году, а пик численности мельниц приходится на XVII век — девять тысяч! На старинной картине в поле зрения художника попало сразу 27 мельниц. Силуэт Амстердама в те годы определяли мельницы. Им Голландия обязана зарождением в разных местах промышленных зон.

С приходом времени пара и электричества спрос на энергию ветра резко понизился, и повсюду мельницы постепенно исчезли. Но не в Голландии! Тут они стали частью истории, культуры, эстетики. Поныне тысяча мельниц не просто сохранилась, но поддерживается в рабочем состоянии. А некоторые и работают — мелют зерно, пилят лес. Все вместе они представляют собой историческую ценность, сохранившуюся только тут, в Голландии.

Некоторые сооружения высотой с трехэтажный дом построены так, чтобы возвышаться над городом — «ловить ветер».

Двухъярусные эти строения имеют по окружности пояс с перилами, на который можно подняться и глянуть на всюду открытый равнинный пейзаж, но, главное, проникнув «с крылечка» во внутренность ветряка, можно увидеть, как работает его мощный, далеко не простой механизм.

При хорошем ветре (а в Голландии он хороший всегда!) «королевский» вертикальный вал мельницы вращается со скоростью 120 оборотов в минуту. Излишек давления ветра можно убрать, уменьшая холщовую парусность крыльев или рычагами включить деревянные колодки тормозов, работающие по такому же принципу, как и тормоз в автомобиле. Но надо следить, чтобы от трения древесина не перегрелась и не случилось бы возгорание. Во избежание этого применяется смазка. Ею служит нутряное свиное сало. Шматки его висят под крышею каждого ветряка.

Для работы крылья мельницы повернуть надо ветру навстречу. В одних конструкциях поворачивается весь корпус постройки, в других — лишь «шапочка» мельницы, несущая вал, на котором крепятся крылья. Система управления мельницей доведена до четкости механизма часов. Тут есть рычаги, педали и нечто вроде штурвала на корабле. Вековой опыт установки крыльев в нужное положение выработал даже своеобразный язык, которым мельники сообщают что-либо друг другу и всем, кто мельницу видит. Устанавливая крылья так или иначе, можно сказать: «Меня нет, но скоро вернусь», «Мельница временно не работает». Особое положение крыльев объявляет о трауре в доме мельника или, напротив, о каком-нибудь торжестве.

Во время войны положением крыльев мельники передавали английским летчикам заранее оговоренным сигналом важные сведения, сообщали антифашистскому Сопротивлению о возможных облавах. А во время национального праздника мельниц, во вторую субботу мая, как пишут, «вертится все, что может вертеться». Глянув на карту, заметишь: значками помеченная тысяча ветряных мельниц рассыпана по пространству небольшого равнинного государства. Но есть места, где значки нарисованы кучно. Вблизи Роттердама сохранилась «ассоциация» из девятнадцати мельниц. Зрелище их, стоящих возле канала, удивительной красоты.

Когда-то они осушали низину, подавая по ступенчатой цепочке воду в магистральный канат. Сейчас воду везде откачивают электрическими насосами, а мельницы стоят без работы. Но все они в полном порядке и продолжают служить Голландии, привлекая массу туристов.

И все-таки содержать тысячу ветряков для государства накладно, и все это уникальное мельничное хозяйство (есть тут на юге и 80 водяных мельниц) передано Голландией в фонд мирового культурного наследия.

Ветры в Голландии сейчас пытаются использовать для получения новой энергии. Повсюду, особенно на севере страны, постоянно видишь шеренги высоких бетонных башен, на которых высоко подняты трехлопастные генераторы электричества. Их называют тут тоже мельницами. В одной шеренге я насчитал полторы сотни уходящих за горизонт «мельниц». Энергия ветра — экологически чистая, но «башни» обходятся дорого, и «ветряное электричество» составляет лишь два процента от всего, что дают разного рода электростанции. Задача: выйти на семь процентов.

С Голландией мы прощались, проезжая к аэропорту на поезде. По обеим сторонам от дороги виднелись поселки то с колокольной, то с мельницами, вращением крыльев говорившими кому «До свиданья!», а кому — «Здравствуйте!».

Пересказ и обсуждение текста.

Проверьте скорость и качество чтения.

Небесные своды московского метро.

(5176 знаков)

Тут всегда суматошно, люди бегут, наступая друг другу на пятки, и не замечают, что над ними простирается небо. Много неба. Да-да, речь о Московском метрополитене, точнее о его станциях «Маяковская» и «Новокузнецкая», на которых, чтобы увидеть небо, достаточно просто поднять голову.

Мало кто из пассажиров останавливается и рассматривает потолки станций «Маяковская» и «Новокузнецкая», а зря: они поистине примечательны. Мозаичные потолки этих станций, созданные по эскизам великого художника Александра Дейнеки, и в 2018 году отмечают юбилеи: 75 и 80 лет соответственно. Эти панно — шедевры монументального искусства с интересной судьбой.

Спроектированная архитекторами С.М. Кравцем и А.Н. Душкиным, «Маяковская» была открыта 11 сентября 1938 года. Архитектурный стиль станции относится к сталинской неоклассике.

Потолок станции оформлен в виде двойных куполов — как раз там расположены мозаики. Так что увидеть каждое мозаичное панно можно, лишь находясь четко под куполом: неудивительно, что люди, бегущие на работу в час пик, не поднимают головы вверх, а видят только окрашенный в белый потолок и даже не подозревают, что станция декорирована.

На разработку и установку мозаик Дейнеке было дано всего пять месяцев. В этот крайне малый срок мастер успел разработать эскизы тридцати пяти панно (одно было впоследствии утеряно) и справиться с методом обратного набора смальты. Этот способ мозаичной кладки, который также называется венецианским, довольно быстр и недорог и реализуется как будто вслепую — по

обратной стороне изображения. К слову, мозаики «Новокузнецкой» были набраны так же. Но о них позднее.

Идейной основой для оформления панно «Маяковской» послужили темы труда, спорта и технологического прогресса. Серия мозаик была названа «Сутки Страны Советов». На семи панно изображено утро, на восьми — день, на шести — ночь и еще на четырнадцать — снова утро, каждая имеет название, свой колорит, сюжет, тему. Одна мозаика была демонтирована после реставрации. На всех панно представлена жизнь молодой страны и ее граждан на фоне неба, меняющего свои оттенки. Здесь можно рассмотреть и бипланы, и бомбардировщики, и гидросамолет, и низкоплан.

Молодые парни и девушки на дейнековских мозаиках прыгают в воду, занимаются парашютным спортом, берут высоту в прыжках с шестом, прыгают на лыжах с трамплина. Каждая фигура, прописанная на фоне огромного неба, стремится ввысь, создавая у зрителя ощущение бесконечного подъема и доводя его до легкого головокружения — этого и добивался художник во всех мозаиках. Большое внимание также уделяется теме труда: люди работают днем и ночью, при этом на мозаиках нет ни малейшего намека на усталость героев.

Развивать сюжеты спорта и труда Дейнека продолжил в мозаиках для «Новокузнецкой», которые изначально предназначались для «Павелецкой». Они были набраны в блокадном Ленинграде в 1941–1942 гг.

«Новокузнецкую» украшают семь мозаик. Общая тема, изначально запланированная автором, — «Железнодорожная магистраль Москва — Донбасс». Весь комплекс художник

задумывал как поэтический рассказ о путешествии из Москвы к южному индустриальному центру страны, во время которого зритель мысленно преодолевал бы сотни километров, накапливая разнообразные впечатления, озаренные светом большой поэтической идеи. Однако в связи с начавшейся Великой Отечественной войной заявленную тему «завернули», а мозаики уже были готовы, поэтому их установили в случайной последовательности, да и то не все. Так что изображения на «Новокузнецкой» нельзя «читать» как на «Маяковской», проследить в них единый сюжет.

На «Новокузнецкой» Дейнека вновь использует прием изображения высокого неба, к которому тянутся люди. При наборе неба воссоздана интересная градация цветов: облака переливаются, меняют оттенок. Над зрителем открывается пространство, которое визуально делает станцию более просторной, «дышащей». Этому способствуют теплые цвета мозаик. Динамика задается жестами героев, непрерывным движением техники и, конечно, переливающимся светом.

Стоит обратить особенное внимание на очень динамичную композицию «Лыжники». Мы видим поезд глазами спортсменов, которые смотрят снизу на стремительно движущийся поезд. Машина будто разрезает пространство панно, деля его на две части: земля и небо. На земле — лыжники, вверху — самолеты, а между ними — поезд, синей стрелой мчащийся вдаль на желтовато-зеленом фоне. Невероятная глубина пространства воссоздана здесь за счет соединения трех планов, постепенно отдаляющихся от зрителя. Действительно, может закружиться голова.

Красивейшее панно — «Парад физкультурников» — находится в вестибюле станции. Не пробегайте мимо! Пожалуй, это самая «многолюдная» мозаика Дейнеки. Молодые парни и девушки со знаменами Советского Союза выходят на марш,

олицетворяя молодость и здоровье страны. Такой важный в искусстве социалистического реализма культ тела в творчестве Александра Дейнеки раскрывается наиболее полно именно в этом сюжете. Мы видим только два ряда молодых людей, движущихся с четырех сторон, но подсознательно понимаем, что их гораздо больше — это же парад. Трое молодых юношей несут на платформе девушку, словно она богиня победы. Она даже стоит так, как Ника Самофракийская, луврская дива. Есть что-то величественное в этой позе и всей демонстрации в целом. Панно выполнено в ярких, жизнеутверждающих тонах. Несмотря на то, что мозаике уже семьдесят пять лет, она не потеряла свой колорит.

Московское метро — это музей под землей с дворцовыми интерьерами: его так задумывали, таким оно и остается. Поэтому, если хотите поднять себе настроение, поезжайте на «Новокузнецкую» или «Маяковскую» — какая ближе или по пути, — улыбнитесь дейнековским героям, которые уже много лет улыбаются вам и внушают радость и веру в завтрашний день. На «Новокузнецкой» встаньте в тихий уголок, где вас не снесет безудержный людской поток, и любуйтесь на шедевры монументального искусства, а на «Маяковской» поднимайте голову повыше, чтобы ничего не пропустить. Заодно сделаете зарядку для шеи — вот и польза для души и тела.

- **Запишите все мысли и факты, которые вы запомнили во время чтения.**
- **Посчитайте скорость чтения**

Тренируем быстрое восприятие текста.

Ирвин Ялом
Когда Ницше плакал.

Глава 2.

Четыре недели спустя Брейер сидел за своим столом в офисе на Бекерштрассе, 7. Было четыре часа дня, и он с нетерпением ждал встречи с фройлен Лу Саломе.

Ему редко случалось сидеть без дела в течение рабочего дня, но ему так хотелось увидеть ее, что он очень быстро разобрался с тремя последними пациентами. Их болезни не представляли особой сложности и не требовали значительных усилий с его стороны.

Первые двое — мужчины после шестидесяти — обратились к нему с совершенно одинаковыми жалобами: сильно затрудненное дыхание, сухой резкий бронхиальный кашель. Брейер уже несколько лет боролся с их хронической эмфиземой, которая в холодном и влажном воздухе осложнялась острым бронхитом, приводя в результате к угрозе для легких. Обоим пациентам он выписал морфин от кашля (доверов порошок, пять гранул три раза в день), небольшие дозы отхаркивающего (ипекакуаны, рвотного корня), паровые ингаляции и горчичники на грудь. Хотя некоторые терапевты пре-зрительно относились к горчичникам, Брейер считал их эффективными и часто назначал своим пациентам — особенно в этом году, когда чуть ли не половина населения Вены слегла с заболеваниями дыхательных путей. Солнце уже три недели не заглядывало в город, где хозяйничала безжалостная ледяная изморось.

Третий пациент, слуга кронпринца Рудольфа, был возбужденным рябым молодым человеком с больным горлом, причем настолько стеснительным, что Брейеру пришлось в

приказном тоне предложить ему раздеться для осмотра. Диагноз — фолликулярная ангина. Брейер прекрасно расправлялся с миндалинами при помощи ножниц и щипцов, но этот случай, по его мнению, не требовал немедленного удаления миндалин. Вместо этого он прописал молодому человеку холодные компрессы на горло, полоскание бертолетовой солью и аэрозольные ингаляции карбонированной воды. Так как горло у пациента воспалялось уже третий раз, Брейер также посоветовал ему укреплять свою кожу и повышать сопротивляемость организма при помощи ежедневных холодных ванн.

Теперь же, в ожидании фройлен Саломе, он снова взял в руки ее письмо, полученное им три дня назад. Не менее дерзко, чем в первом письме, она сообщала ему, что сегодня в четыре придет к нему в офис за консультацией. Ноздри Брейера затрепетали: «И это *она* сообщает *мне*, во сколько она придет ко мне в офис. Она издает указ. Она оказывает мне честь...»

Но он немедленно оборвал себя: «Не принимай себя слишком серьезно, Йозеф. Какая разница? Даже если учесть, что фройлен Саломе не могла этого знать, вечер четверга оказался самым удобным временем для нашей встречи. Как бы то ни было, какая разница?»

«*Она* сообщает *мне*...» Брейер с осуждением вспоминал тон своего голоса: в нем звучало то гипертрофированное самомнение, которое так раздражало его в его коллегах-медиках вроде Бильрота и старшего Шницлера и во многих его знаменитых пациентах вроде Брамса и Витгенштейна. Что его больше всего привлекало в его хороших знакомых, большинство которых были и его пациентами, так это их скромность. Вот почему его тянуло к Антону Брукнеру. Может, Антону никогда не стать композитором такого же уровня, как Брамс, но он по крайней мере не превозносил себя до небес.

Больше всего Брейера привлекали непочтительные молодые сыновья некоторых его знакомых — молодые Хьюго Вульф, Густав Малер, Тедди Херцл и совершенно невероятный студент-медик Артур Шницлер. Он вливался в их компанию и, когда другие взрослые не слышали, развлекал их язвительными остротами о правящем классе. Например, на прошлой неделе, на балу в поликлинике он развеселил группу молодых людей, обступивших его, словами: «Да, да, истинная правда, Вену населяют религиозные люди, а бог их — этикет».

Брейер, ни на миг не перестававший быть ученым, вспомнил, с какой легкостью он буквально за несколько минут перешел из одного состояния в другое — от высокомерия к интерпретациям. Какое интересное явление! Сможет ли он это повторить?

Он сразу же провел эксперимент. Для начала он вошел в образ венца со всей его помпезностью, которую он так сильно возненавидел. Накручивая себя и беззвучно повторяя: «Как она могла!», прищуривая глаза и скрипя передними долями головного мозга, он вновь пережил раздражение и негодование, под которыми обычно скрывается человек, который слишком серьезно к себе относится. Потом он выдохнул, расслабился, позволил всему этому исчезнуть и вернулся в себя, в разум, который мог смеяться над самим собой, над собственным нелепым позерством.

Он отметил, что каждое состояние имело специфическую эмоциональную окраску: у напыщенности были острые углы — недоброжелательность и раздражение, а также надменность и одиночество. В другом состоянии, наоборот, он чувствовал себя искренним, мягким и принимающим.

Это были конкретные, вполне различимые эмоции, думал Брейер, но это были и *честные* эмоции. А что насчет *сильных* эмоций и состояний сознания, которые вызывают *их*? Должен же

быть способ контролировать сильные переживания! Разве не будет это шагом к эффективной психологической терапии?

Он анализировал собственный опыт. Его наиболее неустойчивое состояние психики вызывали женщины. Иногда, например сегодня, под защитой, в крепости собственного кабинета, когда он казался себе сильным и чувствовал себя в безопасности. В такие моменты он видел женщин такими, как они есть на самом деле: честолюбивые борцы, пытающиеся справиться с бесконечными угнетающими проблемами повседневной жизни; и он видел их груди такими, как они есть: группы клеток молочной железы, плавающих в озерах жира. Он знал об их выделениях, дисменореях, радикулитах и разнообразных эпизодических неприятностях вроде опущения мочевого пузыря или выпадения матки, вздувшихся голубых геморроях и варикозных венах.

Но было и иначе — было очарование, он становился пленником женщин, которые были больше, чем сама жизнь, их груди становились для него могущественными волшебными шарами — и тогда его охватывало непреодолимое желание слиться с этим телом, дать ему поглотить себя, питаться молоком, текущим из этих сосков, скользнуть в это влажное тепло. Это состояние может быть всепоглощающим, может перевернуть всю жизнь — и могло, как в случае с Бертой, лишить его всего, что было ему дорого.

Все зависело от перспективы, от смены образа мышления. Если бы он мог учить пациентов делать это сознательно, он и в самом деле стал бы тем, кто нужен фройлен Саломе, — специалистом по отчаянию.

Его размышления были прерваны звуком открывающейся и закрывающейся двери в приемной. Брейер подождал пару мгновений, чтобы не показаться слишком взволнованным, после чего отправился в приемную поприветствовать Лу Саломе. Она

намокла — венская изморось превратилась в ливень, но не успел Брейер помочь ей снять мокрое пальто, как она уже скинула его с себя и вручила фрау Бекер, которая выполняла в офисе функции медсестры и регистратора.

Проводив фройлен Саломе в офис и предложив ей массивное кресло, обитое черной кожей, Брейер сел на стул рядом с ней. Он не мог удержаться от замечания: «Как я вижу, вы предпочитаете делать все сами. Не кажется ли вам, что вы лишаете мужчин удовольствия поухаживать за вами?»

«Мы оба знаем, что некоторые услуги мужчин не самым лучшим образом сказываются на здоровье женщины!»

«Вашему будущему мужу потребуется курс интенсивного перевоспитания. От приобретенных за всю жизнь привычек не так-то уж легко избавиться».

«Брак? О нет, не для меня. Я вам уже говорила. Может быть, «частичный» брак, но ничего более обязывающего».

Наблюдая за этой дерзкой красавицей — своей посетительницей, Брейер подумал, что идея частичного брака не так уж плоха. Он все время забывал, что она в два раза моложе его самого. Она была в скромном длинном черном платье, застегнутом на все пуговицы до самой шеи, плечи были покрыты меховым боа с крошечной лисьей мордочкой и лапками. «Странно, — подумал Брейер, — в холодной Венеции она снимает меха, однако в моем жарком офисе остается в них». Как бы то ни было, пора было переходить к делу.

«Итак, фройлен, — начал он, — давайте займемся болезнью вашего друга».

«*Отчаяние* — это не болезнь. У меня есть кое-какие рекомендации. Можно, я расскажу вам?»

«Где предел ее самонадеянности? — с негодованием подумал он. — Она говорит так, словно она мой коллега — директор клиники, терапевт с тридцатилетним стажем — а не

неопытная школьница!.. Успокойся, Йозеф! — приказал он себе. — Она еще очень молода, она не поклоняется венскому божеству, Этикету. Она явно умна, так что может сказать что-то дельное. Видит бог: я вообще не представляю, как лечить отчаяние: я и со своим-то не могу справиться».

«Разумеется, фройлен, — спокойно ответил он. — Будьте добры, продолжайте».

«Мой брат Женя, с которым я встречалась сегодня утром, говорил, что вы использовали гипноз для того, чтобы помочь Анне О. вспомнить первоначальную психологическую причину каждого ее симптома. Я помню, как в Венеции вы говорили мне, что это определение источника каждого симптома каким-то образом устраняло его. Именно «каким» из «каким-то» меня и интересуется больше всего. Когда-нибудь, когда у нас будет больше времени, я бы хотела, чтобы вы разъяснили мне, как именно это происходит: как получение информации о причине устраняет симптом».

Брейер замотал головой и замахал руками, открыв ладони Лу Саломе: «Это пока только эмпирическое наблюдение. Даже если бы мы с вами могли проговорить вечно, и тогда, боюсь, я не смог бы объяснить вам все в подробностях. Но вернемся к нашим рекомендациям, фройлен».

«Во-первых, я хочу посоветовать вам *не использовать гипноз с Ницше*. Вам просто не удастся. Его разум, его интеллект — это чудо, одно из чудес света, как вы сами убедитесь. Но он, как часто говорит он сам, всего лишь человек, даже слишком человек, и у него есть свои «белые пятна».

Лу Саломе сняла свои меха, медленно поднялась и дошла до кушетки, чтобы положить их туда. Она на секунду задержала взгляд на дипломах, висящих в рамках на стене, поправила один из них, висящий немного неровно, затем села и, скрестив ноги, продолжила:

«Ницше исключительно чувствителен к проблемам власти. Он откажется участвовать в том, что он воспринимает как подчинение своей силы чужой. Его кумиры в философии — греки досократического периода, особенно он любит концепцию Адониса — веру в то, что человек может развить свои врожденные способности только в соревновании, и с полным недоверием относится к мотивам каждого, кто забывает про соревнование и утверждает, что он альтруист. В этом смысле его наставником был Шопенгауэр. Он уверен, что никто не собирается помогать другим, как раз наоборот, люди хотят только доминировать и усиливать собственную мощь. В те редкие моменты, когда он подчинял свою волю другому, он начинал чувствовать себя полностью опустошенным и приходил в бешенство. Так произошло с Рихардом Вагнером. Я полагаю, так происходит сейчас со мной».

«Что вы имеете в виду: так происходит сейчас с вами? Это правда, что вы несете определенную личную ответственность за великое отчаяние профессора Ницше?»

«Он уверен, что это так. Это моя вторая рекомендация: *не становитесь на мою сторону*. Судя по всему, вы не поняли меня... Чтобы было понятнее, я должна рассказать вам все о наших отношениях с Ницше. Я ничего не буду скрывать и отвечу на любой ваш вопрос. Это будет непросто. Я полностью доверяюсь вам, но все, что я вам скажу, должно остаться между нами».

«Вне всякого сомнения, фройлен, вы можете рассчитывать на это», — ответил он, восхищаясь ее прямоотой и тем, насколько приятно говорить с таким открытым человеком.

«Ну, тогда... Впервые я встретила Ницше около восьми месяцев назад, в апреле». Фрау Бекер постучалась и внесла кофе. Если она и была удивлена, увидев Брейера рядом с Лу Саломе, а не на его привычном месте за столом, она ничем своего удивления не выдала. Не говоря ни слова, она поставила поднос с фарфором,

ложечками и блестящей серебряной банкой с кофе и ушла. Лу Саломе продолжила рассказ, Брейер налил им кофе.

«Я уехала из России в прошлом году из-за проблем с дыхательной системой — теперь мое состояние значительно улучшилось. Сначала я жила в Цюрихе, изучала теологию у Бидермана и работала с поэтом Готтфридом Кинкелем, — кажется, я не говорила, что я начинающая поэтесса. Когда мы с матерью переехали в Рим в начале этого года, Кинкель написал мне рекомендательное письмо для Мальвиды фон Мейзенбуг. Вы слышали о ней — она написала *«Воспоминания идеалистки»*.

Брейер кивнул. Он был знаком с работой Мальвиды фон Мейзенбуг, особенно ему запомнились ее крестовые походы в защиту прав женщин, требования радикальных политических реформ и внесения разнообразных изменений в образовательный процесс. Ему меньше понравились ее последние анти-материалистические трактаты, которые, по его мнению, были основаны на псевдонаучных утверждениях.

Лу Саломе продолжала: «Итак, я пришла в литературный салон к Мальвиде и там встретила очаровательного и потрясающего философа, Поля Рэ, с которым мы стали довольно хорошими друзьями. Герр Рэ посещал занятия Ницше в Базеле несколько лет назад, после чего они крепко подружились. Я видела, как герр Рэ восхищается Ницше, ставит его выше остальных. Вскоре он решил, что если я была его другом, то и мы с Ницше должны подружиться. Поль — герр Рэ — но, доктор, — она вспыхнула на долю секунды, но и это не укрылось от Брейера, а она поняла, что он это заметил, — можно, я буду называть его Подем, ведь я его называю именно так, а у нас с вами сегодня нет времени на все эти общественные условности. Мы с Подем очень близки, хотя я никогда не принесу себя в жертву на алтарь брака — ни с ним, ни с кем бы то ни было! Но, — нетерпеливо продолжила она, — кажется, я достаточно времени потратила на

то, чтобы объяснить, почему на моем лице на мгновение появилась непроизвольная краска. Но разве мы не просто животные, которые краснеют?»

Брейер, потеряв дар речи, смог лишь изобразить кивок. На какое-то время среди медицинской атрибутики он почувствовал себя более уверенно, чем во время их последнего разговора. Но теперь, попавший под ее обаяние, он чувствовал, как уходят его силы. Насколько удивителен был ее комментарий по поводу вспышки краски: никогда за всю свою жизнь он не слышал, чтобы женщина или кто бы то ни было настолько откровенно говорил о сексуальных отношениях. И ей был всего лишь двадцать один год!

«Поль был уверен, что мы с Ницше легко подружимся, — продолжила Лу Саломе, — что мы прекрасно подходим друг другу. Он хотел, чтобы я стала для Ницше ученицей, протеже и противником в спорах. Он хотел, чтобы Ницше стал моим учителем, моим мирским священником».

Их прервал негромкий стук в дверь. Брейер открыл, и фрау Бекер громким шепотом сообщила ему, что пришел еще один пациент. Брейер вернулся на свое место и пообещал Лу, что у них еще много времени, так как пациенты, которые приходят не по записи, знают, что им наверняка придется довольно долго подождать, и попросил ее продолжать.

«Итак, Поль организовал встречу в Базилике Святого Петра — трудно найти более неподходящее место для встреч нашей дьявольской троицы — так мы стали потом именовать себя, хотя Ницше час-то называл наши отношения «пифагорейскими».

Брейер поймал себя на том, что смотрит не на лицо девушки, а на ее грудь. «Интересно, как долго я смотрю туда, — подумал он. — Заметила ли она? Замечали ли это за мной другие женщины?» Он взял в руки воображаемую метлу и вымел все мысли о сексе. Он сильнее сконцентрировался на ее глазах и ее словах.

«Ницше понравился мне с первого взгляда. Внешне он не представляет собой ничего особенного: среднего роста с мягким голосом и немигающими глазами, которые скорее заглядывали внутрь него, нежели вовне; казалось, он оберегал бесценное внутреннее сокровище. Тогда я еще не знала, что он на три четверти слеп. В нем было что-то невыразимо привлекательное. Первое, что я от него услышала, были слова: «С каких звезд мы упали сюда, чтобы быть вместе?»

Потом мы втроем начали разговаривать. И что это был за разговор! Тогда оказалось, что надежды Поля на то, что Ницше станет моим другом и наставником, оправдаются. Мы прекрасно подходили друг другу в интеллектуальном плане. Наши мысли совпадали: он говорил, что наш мозг — это мозг близнецов, сестры и брата. О, он декламировал жемчужины из своей последней книги, он клал мои стихи на музыку, он рассказал мне, что собирается предложить миру в течение последующих десяти лет, — он думал, что с его здоровьем вряд ли проживет больше, чем десять лет.

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА

Отгеснение проговаривания.

Как получают кленовый сироп?

Добыча кленового сока, заимствованная канадцами у индейцев, оформилась в любимый ими и ежегодно проводящийся в марте месяце национальный праздник жителей Южного Квебека и Онтарио. Получить 20—25 литров ценнейшего сока от одного дерева можно только из клена сахарного. Эти деревья, достигающие 30 м в высоту, растут на юге-востоке Канады. Для сбора сока на стволе, на высоте примерно 20—30 см от земли, делают надрез, в который вставляют трубочки, ведущие к сосудам, куда и стекает сок, называемый пасокой.

Для получения сладкого кленового сиропа или сахара, в котором вместо сахарозы содержатся более полезные декстроза и микроэлементы, сок сгущают методом выпаривания. Для приготовления 1 литра сиропа необходимо 40 литров сока. Кленовый сироп — обязательный компонент многих блюд канадской кухни. Им поливают мороженое, суфле, каши и даже некоторые мясные кушанья.

Как говорят рыбы?

Оказывается, выражение «нем, как рыба» не совсем соответствует действительности, так как многие из этих хладнокровных на самом деле издают разнообразные звуки. Например, морские петухи, обитающие в Черном и Азовском морях, так шумят, что кажется, что кто-то трет по резиновому шарик. Рыбы могут крякать, кудахтать, каркать, стучать, щебетать и пищать. Все эти звуки возникают при колебании стенок плавательного пузыря, при скрежетании зубами или при трении жаберных пластинок друг о друга. Замечено, что рыбы в зависимости от возраста и размера «говорят» по-разному. У старых и крупных рыб «голос» более низкий, чем у молодняка и мелких рыбешек. Самое активное общение рыб начинается в брачный период. Например, самцы нотрописа, чтобы отогнать чужаков, во время нереста издают звуки, похожие на глухие удары, тогда как для самочек их голос становится мурлыкающим. Фахаки, ядовитые иглобрюхообразные обитатели тропических и субтропических вод Мирового океана, во время брачных игр поют самые громкие рыбы песни, похожие на вой сирены. Звуки позволяют обитателям морских глубин и мутных водоемов находить друг друга даже в кромешной тьме.

Торнадо.

Смерчи торнадо обычно возникают в теплом секторе циклона, когда вследствие воздействия сильного бокового ветра происходит столкновение теплых и холодных воздушных потоков. Начинается такой смерч, как обычная гроза, часто сопровождаемая дождем и градом. Затем в течение нескольких минут температура воздуха резко понижается, а из грозового облака вырывается атмосферный вихрь в виде рукава или хобота, имеющего воронкообразные расширения в верхней и нижней частях, после чего этот вихрь стремительно опускается по направлению к земле. Воздушные массы торнадо вращаются против часовой стрелки со скоростью 450 км/час, втягивая внутрь вихря воду, пыль, все предметы, встречающиеся на его пути, и перенося их на значительные расстояния.

Как появилась газетная утка.

Газетная «утка», появившаяся в Германии в середине XVII века, не имеет ничего общего со своими симпатичными пернатыми тезками. Она обрела жизнь благодаря извечной жажде журналистов к сенсациям. Для редакторов наличие в газете пускай даже самой нелепой новости было крайне выгодно, так как приносило изданию популярность, но все же, опасаясь брать на себя ответственность за правдивость фактов, журналисты делали на полях пометку NT, что расшифровывалось как «Non testatur» — «Не проверено». По слуховому восприятию, эти буквы, которые читаются как «энте», совпадают с немецким словом «ente» («утка»). Так ни в чем не повинная птица стала отождествляться с беззастенчивой журналистской ложью.

Зачем енот полоскун моет пищу?

В природе еноты-полоскуны обычно добывают пищу по берегам водоемов или прямо в воде. Извлеченная добыча — моллюски, личинки насекомых, лягушки, рыба, съедобные части растений — часто оказывается в комке ила, песка или перегноя. Чтобы отделить потенциальную еду от «приправ», енот прополаскивает схваченное. У енота это врожденная реакция: он полощет любую пищу, добытую возле воды, даже если она в этом не нуждается. Есть и другие животные со сходным рационом, но они не обладают столь же ловкими пальцами.

Почему кошкам сложно слезть с дерева?

Когти домашней кошки загнуты так, что дают ей опору при движении вверх по стволу дерева, но не могут удержать животное при спуске. А спускаться задом наперед кошки не любят, так как не видят, куда движутся. Впрочем, если человек не приходит на помощь, то кошки в конце концов все же слезают с дерева именно вперед хвостом. Некоторым из них удается преодолеть этот психологический барьер, и они становятся искусными древолазами. Добавим, что разные хищники, взбирающиеся на деревья, спускаются с них по-своему. Например, у енотов при движении вниз по стволу кисти и стопы выворачиваются так, что пальцы с когтями оказываются обращены назад.

Почему сериалы стали мыльными?

В нашем сознании словосочетание «мыльная опера» ассоциируется с душещипательными многосерийными фильмами, в финальных сценах которых добро всегда побеждает. Однако термин этот появился задолго до начала эпохи телевидения и был унаследован последним от радио. В 30—40-х годах прошлого столетия наиболее любимыми передачами, выходившими в радиоэфир в дневное время и предназначенными в основном для сентиментальных домохозяек, были мини-постановки, развитие сюжета в которых прерывалось на самом интригующем месте, а продолжалось только на следующий день.

Оперативнее других на стремительно растущую популярность этих передач среагировали компании, производящие мыло и стиральные порошки, став и спонсорами, и главными рекламодателями радиосериалов. Собственно, за это остроумные американцы и окрестили их «мыльными операми».

Читайте текст, используя метод ритмичного восприятия. Делайте одну фиксацию на строке.

Ягода с железом.

Первой ягодой появляется весной земляника. Почти все считают земляникой только лесную ягоду, а землянику садовую называют клубникой. Между тем земляника и клубника — два разных растения. У клубники плоды мелкие, удлинённые, зеленоватые в тени, темно-фиолетовые на солнце, обладающие сильным ароматом. У земляники садовой плоды крупные, разной формы, бело-красного цвета. Даже листья у них разные: у клубники светло-зелёные, матовые, морщинистые; у земляники — темно-зелёные, гладкие, блестящие.

Долгое время люди довольствовались дикой лесной земляникой, и лишь с вырубкой лесов и удалением их от городов появилась потребность в её разведении. Раньше всех, в XIV веке, стали возделывать землянику во Франции, спустя 100 лет — в Англии, затем через 200 лет — в Дании. В России земляника впервые была посажена в саду царя Алексея Михайловича в Измайлове под Москвой. Петр Первый прислал землянику в Петербург из Азова.

До XVI века в садах и огородах культивировали мелкую лесную землянику. Крупноплодные сорта земляники, неправильно называемые клубникой, произошли от скрещивания чилийской и виргинской земляники. Французский офицер Фрезье, путешествуя по Южной Америке, увидел в Чили землянику со светло-розовыми вкусными, сладкими и необычайной величины плодами. Он привёз в 1712 г. во Францию пять экземпляров чилийской земляники. Но эта земляника во Франции не давала плодов, так как все пять растений имели только женские цветки. Скрещивание чилийской земляники с привезённой из Америки виргинской

земляникой, обладающей хотя и мелкими, но очень морозоустойчивыми и ароматичными плодами, положило начало культурным сортам.

Земляника — одна из наиболее полезных ягод. Она занимает первое место по содержанию железа, которого в ней в четыре раза больше, чем в яблоках, винограде, ананасе. А железо входит в состав крови человека. Кроме солей железа, в плодах земляники содержится фосфор, белки, сахар, жирное масло и большое количество витаминов. Все полезные вещества, находящиеся в землянике, легко усваиваются организмом.

Перескажите текст.

Читайте текст, используя метод ритмичного восприятия. Делайте одну фиксацию на строке.

Из истории хлеба.

Изыскания археологов показывают, что первый хлеб был из желудей. Вымоченные, высушенные желуды растирали между камнями в муку, из которой и были приготовлены первые лепешки и каша.

Свыше десяти тысяч лет назад человек жил в пещерах, его единственным оружием был отточенный камень. Уже тогда наши дикие предки начали употреблять в пищу пшеницу.

Свежие зерна пшеницы можно было есть, но сухие были слишком тверды. Попробовали разбивать их камнем и, смешивая с водою, стали есть кашу, вначале сырую, потом вареную. Затем растирали зерна и получали муку. Мука, смешанная с водою, превращалась в клейкое тесто, но есть это тесто сырым было неприятно. Вероятно, вначале кусочки теста варили, как мы теперь варим клецки или лапшу. Из теста пекли на горячих камнях лепешки, но они получались твердые или вязкие. Только тесто, намазанное тонким слоем, давало хрустящие съедобные лепешки.

Таким хлеб был до тех пор, пока в тесто случайно не попали дрожжи.

Велико было удивление и, вероятнее всего, ужас человека, увидевшего, как тесто, забытое в горшке, стало подниматься, пузыриться и «дышать», будто живое. Брошенное в огонь, такое тесто пеклось в виде пышной, мягкой, слегка кисловатой лепешки. Это было чудесное открытие.

Дело в том, что дрожжевые грибки поглощают сахар, содержащийся в тесте, образуя при этом спирт и углекислый газ. Углекислый газ заполняет в тесте пузырьки, тесто от этого поднимается, становится рыхлым. В печи пузырьчатое тесто охватывается жаром, тонкие пленочки его вокруг пузырьков высыхают, и получается мягкий хлеб.

В хлебе есть все необходимые для питания человека вещества: белки, жиры, углеводы.

Различают пшеницу твердую со стекловидным зерном, содержащим большое количество белка, и мягкую с зерном, содержащим меньше белка. Родина мягких сортов пшеницы — горы Грузии и Армении, родина твердых — Африка.

Ответьте на вопросы:

1. Из чего и как делали первый хлеб?
2. Как древние люди употребляли в пищу пшеницу?
3. Какую реакцию вызывают дрожжи в тесте?
4. Где впервые появились твердые сорта пшеницы?

Развитие памяти и внимания.

Прочитайте текст и одновременно посчитайте все буквы Ч.

Сколько живут черепахи?

Черепахи произошли от древнейших наземных пресмыкающихся — котилозавров. В ходе эволюции многие из них сумели приспособиться к жизни в морях и пресных водоемах.

Все виды черепах (а их известно 290, из которых 7 обитают в нашей стране) необыкновенно выносливы и живучи. Они крайне устойчивы к самым разнообразным инфекциям, довольно быстро оправляются после перенесенных травм, длительное время могут обходиться без пищи.

Рекордсменом среди долгожителей считается черепаха–марион. Документально подтвержденный возраст одной из особей этого вида составил 152 года.

Ученые считают, что черепахи вполне могут дожить и до 200 — 300 лет в том случае, если будут находиться в благоприятных для них условиях.

Прочитайте текст и одновременно посчитайте все буквы Н.

Зачем ежу яблоки?

Изображение домовитых ежей, несущих на своих колючках яблоки, известно всем. А вот найти фотографию такого ежа или очевидца, который наблюдал зверьков, накалывающих яблоки на иголки, трудно.

В действительности еж физически не способен кататься на спине, протыкая при этом плоды. Более того, большинство ежей не интересуются яблоками. При встрече с ежом следует его угощать не молоком и фруктами, а дождевыми червями, птичьими яйцами и мясными консервами для собак. Однако молодые ежи не прочь заглянуть в сад и полакомиться виноградом и перезревшими сливами. При этом им на спины вполне может упасть парочка гнилых плодов и зацепиться за иглы.

Прочитайте текст и одновременно посчитайте все буквы О.

Зачем семечкам подсолнуха масло?

Когда семя прорастает, ему нужно много энергии, прежде чем оно развернет листочки и начнется фотосинтез. Поэтому семена обычно имеют запас питательных веществ. Чаще всего это либо крахмал (как у злаков или дуба), либо растительные жиры (у подсолнуха, например). Между тем высокое, иногда более 50%, содержание масла в семенах культурного подсолнечника — результат селекции. У дикого растения масла в несколько раз меньше.

Письмо 2мя руками одновременно.

Важно одновременно начинать и заканчивать обе фигуры.

х	О	□	О	□	О	х	О	+	О	<i>Имя</i>	<i>молодец</i>

О	□	+	О	О	Δ	О	+	□	О	<i>снег</i>	<i>зима</i>

О	Δ	Δ	О	О	□	□	О	О	Δ	<i>умный</i>	<i>город</i>

+	О	□	О	+	О	О	Δ	□	О	<i>внимание</i>	<i>мышление</i>

Картинки для запоминания:

Меняем убеждения!



Важные пометки: