

Корейцы

Газета Ассоциации Корейских
Культурных Центров Узбекистана
Выходит с 1 ноября 2019 года

№ 24(100)
28.12.2023



УЗБЕКИСТАНА

우즈베키스탄 고려 사람 신문



*С Новым,
2024 годом!*

Ассоциация Корейских Культурных Центров в 2023 году



Конкурс «60+»



Навруз



День Памяти и почестей



Тано



Форум «Пробуждение силы»



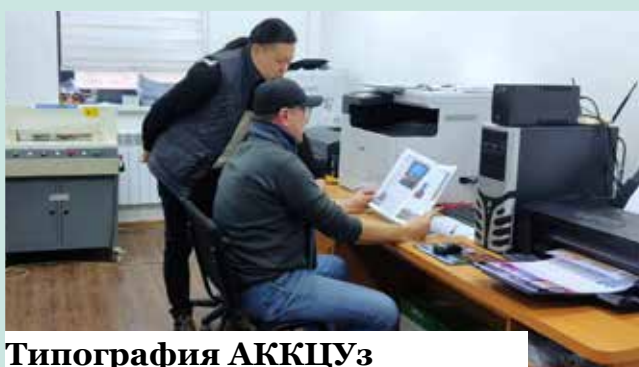
Чхусок



100-летие газеты «Корё ильбо»



Форум молодых учёных



Типография АККЦУз



Конкурс хоровых коллективов

МЕЖДУНАРОДНЫЙ АНТИКОРРУПЦИОННЫЙ ФОРУМ В ТАШКЕНТЕ

19 декабря в Конгресс-центре Ташкента состоялась церемония вручения Международной премии в области борьбы с коррупцией. В ней принял участие Президент Узбекистана Шавкат Мирзиёев и Эмир Государства Катар шейх Тамим бин Хамад Аль Тани - основатель этой премии, представители Организации Объединенных Наций, делегации свыше 40 стран, в том числе все лауреаты этой международной награды.



Проведение подобного мероприятия в Узбекистане – свидетельство и признание растущего авторитета нашей страны на международной арене. Широкомасштабные реформы, осуществляющиеся в республике в последние годы, не только направлены на демократизацию общества, поддержку и усиление социальной политики, но, в первую очередь, преследуют цель борьбы с коррупцией. Как отметил в своём выступлении глава нашего государства Шавкат Мирзиёев, «борьба с коррупцией – священный долг каждого человека с чистой совестью, каждого демократического общества и государства. Коррупция - это угроза, которая подрывает основы всего человечества, всех обществ, наносит удар по экономике, разрушает принципы верховенства закона и резко снижает доверие народа к политике государства, препятствует развитию демократических институтов».

В 2003 году ООН была принята Конвенция против коррупции, сегодня её реализация в жизнь является приоритетной в Узбекистане. Последовательно осуществляя реформы в области институтов гражданского общества, права, экономики, республика активно сотрудничает в этих сферах с ООН, ОСЭР и рядом других международных организаций. С 2021 года Узбекистан является членом Международной хартии открытых данных, эффективно участвует в Стамбульской программе действий, Глобальной оперативной сети, Евразийской и Эгмонтской группах, многих других платформах, исполняет функции Секретариата Сети возвращения активов в государствах Западной и Центральной Азии.

Сегодня на страже правопорядка стоит принятый Закон о коррупции, создано Агентство по борьбе с коррупцией, принимаются так называемые превентивные меры, направленные на недопущение коррупции. Это обеспечение открытости, гласности, повышение ответственности правительства и госорганов, сокращение бюрократии, упрощение государственных услуг. Практически во всех государственных учреждениях действуют системы комплаенс-контроля и оценки эффективности.

Проведение в Ташкенте Международного антикоррупционного форума стало доброй традицией. Как видим, государство сегодня прилагает немало

усилий для того, чтобы противостоять коррупции. И в этом направлении Узбекистан продвигается вперёд. За последние годы в индексе «Transparency International» наша страна поднялась на 42 позиции, до 2030 года поставлена цель повысить рейтинг ещё на 50 позиций. В рейтинге «Open Data Inventory» республика поднялась на 30-е место, а по количеству источников открытых данных – заняла 4-е место в мире.

В этой связи Президент Шавкат Мирзиёев выдвинул ряд предложений и инициатив, в частности, разработку и реализацию до 2023 года Национальной стратегии по борьбе с коррупцией. Особое внимание планируется уделить дальнейшему обеспечению прозрачности деятельности и повышению подотчётности государственных органов, совершенствованию системы открытых данных, укреплению правовых основ и институциональных механизмов в области борьбы с коррупцией. Узбекистан продолжит активное участие в региональных и глобальных инициативах, новых проектах в сфере противодействия коррупции. Предложено создать Региональный исследовательский центр по проблемам коррупции для обмена опытом и усиления диалога, проведения научных работ с активным привлечением неправительственных некоммерческих организаций.

Приоритетной задачей определено формирование нового поколения, которое с детства будет прививаться «вакциной честности». Планируется широкое внедрение в стране программы ООН по антикоррупционному просвещению и повышению антикоррупционной активности молодёжи.

Кроме того, глава государства выступил с предложением провести Глобальный медиа-форум для эффективного использования возможностей журналистов и дальнейшего повышения их влияния в сфере борьбы с коррупцией.

Реализация этих инициатив и предложений в жизнь, безусловно, станет мощным фактором противодействия коррупции. Но очень многое зависит и от нас самих, от честности, совести, принципиальности, личной ответственности каждого гражданина, жителя нашей страны.

Виктор ПАК,
депутат Олий Мажлиса,
председатель Ассоциации Корейских
Культурных Центров Узбекистана



Чем жила Ассоциация Корейских Культурных Центров Узбекистана в 2023 году

Дорогие друзья,

Давайте вспомним, каким насыщенным и запоминающимся стал для нас 2023 год. Прошедшие 12 месяцев полны знаковых событий, теплых воспоминаний и значимых достижений.

Календарь мероприятий АККУ в 2023 году был богат на мероприятия: конкурсы, форумы, праздники — каждое событие, как смальта в мозаике, создало уникальное и красочное полотно этих месяцев. Каждый день оставил свой след в нашей памяти.

В октябре Совет АККУЗ учредил медаль «За большой вклад в общественную деятельность». Первыми награжденными стали Сергей Когай, Вячеслав Ким, Григорий Хван, Владимир Ким. Они — достойные представители нашего народа, которые вкладывают время, силы и душу в развитие корейской диаспоры, сохранение наших культуры и традиций, поддержание национальной идентичности.

14 октября наша команда отметила 100-летие газеты «Корё ильбо». В организованной в честь этой знаменательной даты конференции приняли участие бывшие корреспонденты газеты в Узбекистане — Владимир Ким, Виктор Ан, Вячеслав Ли, главный редактор газеты Константин Ким, корреспондент Тамара Фазылова, фотограф Владимир Хан, профессор Герман Ким.

Ключевым событием года стало открытие собственной типографии. Мечта, возникшая несколько лет назад, стала реальностью. Мы закупили современное полиграфическое оборудование и получили лицензию на полиграфическую деятельность. Теперь у АККУ есть собственное производство, где рождается газета «Корейцы Узбекистана», которая

рассказывает всей республике о жизни корейской диаспоры, ее лучших представителях и важнейших событиях.

Уходящий год был отмечен разнообразием мероприятий. Мы получили большой заряд энергии и позитива, следя за конкурсом «60+». Это был праздник жизни, таланта, мудрости и опыта. С отличными результатами прошел ежегодный форум молодого поколения «Наука и технология», который свёл учёных для обмена опытом и создания плодотворной почвы для новых проектов и инициатив. Многие помнят зажигательный и весёлый праздник Тано. Мероприятие было наполнено вкусной едой, весёлыми гуляньями, танцами и выступлениями отделений АККУ.

Масштабный Чхусок собрал во Дворце корейской культуры и искусств представителей различных национальностей, проживающих в Узбекистане. В этот день наши двери были открыты для всех гостей. Мы вложили много сил, чтобы продемонстрировать богатство корейской культуры через её историю, кухню, танцы, игры и наряды. В ноябре прошёл ежегодный Фестиваль хоров, в котором приняли участие целых 14 коллективов Ташкента и Ташкентской области. Этот конкурс в очередной раз напомнил всем, что музыка — язык, который объединяет души и сердца.

Не менее результативным выдался год для наших стран. Так, в сентябре в рамках заседания Генеральной ассамблеи ООН в Нью-Йорке Президент Узбекистана Шавкат Мирзиёев и Президент Республики Корея Юн Сок Ёль провели историческую встречу, которая стала важным этапом в развитии стратегического партнёрства между странами. В фоку-


се оказались вопросы расширения технологического и инвестиционного партнёрства, ускорение социально значимых программ в сферах образования и здравоохранения в Узбекистане, а также продвижение совместных проектов в области инфраструктуры, зелёной энергетики и цифровизации. Юн Сок Ёль назвал Узбекистан «ключевым союзником в Центральной Азии и особым стратегическим партнёром», а также подтвердил интерес корейских компаний к крупномасштабным проектам в Узбекистане.

В октябре Шавкат Миромонович утвердил Рамочное соглашение между Узбекистаном и Южной Кореей о сотрудничестве в области изменения климата. Это важный шаг в направлении экологической устойчивости. Его цель — не просто сокращение экологического следа, но и создание основы для перехода к низкоуглеродной и устойчивой к изменению климата экономике. Все эти инициативы подчеркивают важность международного сотрудничества в решении глобальных проблем.

Завершая этот удивительный год, хочу сказать искренние слова благодарности и глубокого уважения в адрес каждого из вас. Мы вместе прошли через множество мероприятий, от ярких фестивалей до важных юбилейных событий. Каждое из них — доказательство богатства культуры и единства нашей диаспоры.

Поздравляю всех с наступающим праздником! Пусть Новый год принесёт в ваш дом радость, здоровье и благополучие. Пусть 2024 будет для нас таким же ярким и насыщенным, как и 2023!

Виктор ПАК, депутат Олий Мажлиса, председатель АККУЗ



НОВОГОДНИЙ КОНЦЕРТ

Музыкальным подарком к Новому году стал концерт Женисбека Пиязова и Национального симфонического оркестра, который состоялся во Дворце корейской культуры и искусств 23 декабря.

Народный артист Узбекистана, Татарстана, Каракалпакстана, Республики Башкортостан Женисбек Пиязов в сопровождении Национального симфонического оркестра под управлением Алибека Кабдурахманова вновь радовал своим искусством корейскую диаспору. Великолепному басу певца подвластны и классическая опера, и эстрадные хиты, и народные песни.

Первый концерт - посвящение женщинам – Ж.Пиязов давал на сцене дворца накануне праздника 8 марта. И вот долгожданная встреча: в новогодней программе

были исполнены произведения на русском, английском, итальянском, испанском языках, из репертуара М.Магомаева, Ф.Си-



натры и известных советских кинофильмов.

Праздничный тон концерту задавали юмор и шутки Алибека Кабдурахманова и самого Женисбека Пиязова.

Как точно подметил маэстро Кабдурахманов, Пиязовы представлены целой династией, в чём смогли убедиться зрители. В программе выступили: лауреат международных конкурсов Акилбек Пиязов – младший брат певца, а также его сыновья – Мильдас и Муслим Пиязовы с песней «Надежда». Особый сюрприз подготовили и музыканты оркестра, в исполнении которых прозвучала знакомая каждому корейцу мелодия песни «Ариран».

Зал очень тепло встречал каждый выход артистов: публика подхватывала слова знакомых песен и подпевала, нашлись и те, кто активно поддерживал выступления танцами.

Отличный заряд новогоднего настроения получили все, кто побывал на концерте.

Наталья ЦОЙ,
фото А.САИДОВА

ГАЛА-ВЕЧЕР МЦ SHINSEDAE

17 декабря Молодёжный центр SHINSEDAE провёл новогоднюю гала-вечеринку. Это событие было совмещено с подведением итогов года.

Открывали вечер председатель бизнес-клуба KORYOIN Леонид Цой и председатель МЦ SHINSEDAE Игорь Ли. Спикеры поздравили членов МЦ с наступающим Новым годом, пожелали всем успехов и новых достижений в 2024 году.

Самым активным участникам по итогам рейтингового периода вручили подарки от клуба KORYOIN и руководства центра.

В организационной структуре SHINSEDAE произошли изменения: с 2024 года Игорь Ли будет исполнять функции куратора центра, а новым председателем избран Александр Дё.

МЦ SHINSEDAE



ИНФО

Дё Александр Рудольфович родился в Ташкенте в 1989 г. Окончил Ташкентский Университет информационных технологий по специальности менеджмент. В настоящее время работает инженером по технической документации в сфере телекоммуникаций.

С 2016 г. является членом Молодёжного центра SHINSEDAE.

НОВЫЙ ГОД ИЗ ПРОШЛОГО

Помните, как в детстве под Новый год в воздухе разливалось ожидание чуда? Наша редакция решила перенестись назад во времени и немного поностальгировать.

Мы попросили героев поделиться воспоминаниями, каким был этот светлый праздник тогда, и каким он стал сейчас.



Владимир Югай, ведущий мероприятий, 40 лет

Те эмоции, которые когда-то вызывал Новый год, уже не вернуть, потому что у меня выработался иммунитет к любым мероприятиям. Но всё равно это добрый праздник, который нужно отмечать и рас-

Аэлита Кан, заведующая отделением реанимации в больнице Самаркандского государственного медицинского университета, 66 лет

Новый год всегда считался семейным праздником. В корейских семьях царит культ мальчиков, поэтому мужчины особо не вовлекались в подготовку, а женщины должны были сделать генеральную уборку: помыть, постирать, протереть всё вплоть до лампочек. Мама у меня была простой колхозницей, работала в поле. Жили тяжело. Это сейчас люди покупают ёлки, гирлянды, игрушки, а дети верят в Санта-Клауса. Мы не особо верили, потому что в семье не было принято оставлять подарки под ёлкой.

В старших классах мы с сестрой сами начали готовить праздник. Например, покупали вкусные конфеты, упаковывали в красивый кулёчек и дарили. Наряжали ёлку, делали игрушки из цветной бумаги. Заранее откладывали на это карманные деньги, которые получали в школу. Позже, в институте, старались радовать в Новый год маму и бабушку то платочком, то рубашкой.

Потом я начала работать в реанимации. В те годы 31 декабря был рабочим днем, так что уставшая возвращалась с дежурства и сразу часов до 11-ти становилась к плите. На то, чтобы баловать детей, времени и сил не оставалось, даже в парк их редко водила. Сейчас себя за это корю. Недавно из Лондона прилетел сын и вспоминал: «Дома никогда не было сладкого, и только когда приходили гости, мама вытаскивала из серванта вазочку с конфетами и ставила

сказывать о нём детям, чтобы они хоть немножко верили в чудеса и ждали визита Деда Мороза. Надо, чтобы они писали письма, учили стихи, рисовали открытки. Из этих тёплых традиций и складывается человек. Если ребёнку с детства говорить, что Деда Мороза не существует, то кто из него вырастет? Я живу один, а в этом году и вовсе улечу в Корею вести праздничную программу в ресторане в Ансане. Но всё равно постарался создать дома новогоднее настроение: нарядил ёлочку, застелил постельное бельё с рождественским принтом, купил кухонный текстиль с тематическими узорами. Что помню из детства? Мне лет 5-6 лет, а Новый год — волшебный праздник. Папа с мамой купят живую (обязательно живую!) ёлку, которая наполнит мир особым запахом. Для меня самый большой и желанный подарок — чтобы родители остались дома, и мы всей семьёй отметили этот праздник. Но папа работал в милиции, и в новогоднюю ночь его часто вызывали в усиление, а мама-врач иногда дежурила. Новый год моего детства — это запах мандаринов и апельсинов, это 31 декабря всей семьёй сесть с утра лепить пельмени, это оливье и селёдка под шубой. Я обожаю селёдку под шубой, в праздники готов есть её хоть каждый день!



на стол. А однажды я проснулся, а под ёлкой — сникерс!». Этот сникерс он до сих пор помнит, хотя ему было лет 5. А конфеты мы дома не держали, так как у сына был диатез. После того случая со сникерсами дети поверили в Санта-Клауса и каждый год писали ему письма, а я по их пожеланиям покупала подарки.

Раньше Новый год был действительно семейным праздником. А последние четыре года, с тех пор как ушёл муж, я даже ёлку не наряжала. Иногда становится грустно, но меня не забывают благодарные пациенты, родные, друзья, а ещё каждый Новый год поздравляет наш уважаемый Президент Шавкат Миромонович.

Флора Ли, председатель Янгиюльского ККЦ, 69 лет



1969 год. Мне 15 лет, сестре — 17. Мы родились и выросли в селе Новомихайловка Янгиюльского района. На Новый год учителя и ученики готовили костюмированный бал-маскарад. Есте-

ственно, с живой нарядной ёлкой. Из проигрывателя лилась музыка, крутились виниловые пластинки, а в дополнение играл баян. Сестра давно мечтала сшить костюм ёлочки с игрушками. В тот год она воплотила мечту и выиграла главный приз — красный портфель. Радости не было границ. А ещё в школе мы бесплатно получали сладкие подарки с яблоками, грецкими орехами, вафлями, карамельками. Мандаринов тогда не было, да и шоколадных конфет я не помню. Эти сладости ели всей семьёй: сначала подарок сестры, а затем мой. Новый год ждали всей семьёй, эмоции не описать, это надо прожить. Дома лепились традиционные пельмени. Сравнить, когда было лучше, я не могу. Время вносит свои коррективы. Из того Нового года я бы хотела вернуть свою дружную семью и лепку пельменей.

Игорь Ли, председатель Молодёжного центра Shisedae, 41 год



Для меня отношение к Новому году делится на два периода: когда для меня существовал Дед Мороз и когда я сам стал Дедом Морозом. Как только ты надеваешь шапку этого персонажа — всё, это надолго. У меня перевоплощение

произошло в 24 года, когда появилась собственная семья. С этого момента Новый год стал другим. Ты уже думаешь в первую очередь, как порадовать семью, какие сделать подарки. Когда радуешь близких, родных, любимых — это другие эмоции. Всегда радостно видеть, как ребёнок счастлив от того, что получил то, о чём мечтал и писал Деду Морозу. Если спрашивать, вернулся бы я назад, то нет. Жить надо моментом, каждое мгновение дорого, каждый Новый год дорог, потому что не повторится. Надо радоваться сегодня, потому что завтра будет по-другому. Конечно, желательно делать так, чтобы завтра было ещё лучше, но жить всё же надо сегодняшним днем.

Екатерина ЦОЙ

ГАРМОНИЯ ЧИСТОГО ЗВУКА

Южнокорейская группа “DCU JOYFUL HARMONICA” представила концертную программу на сцене Дворца корейской культуры и искусств.

Это выступление было приурочено к Международному дню инвалидов и 31-й годовщине установления дипломатических отношений между Узбекистаном и Кореей.

В исполнении ансамбля прозвучали известные эстрадные и классические композиции, корейские народные мелодии.

Члены коллектива под руководством г-на Но Бонг Нама своим творчеством поддерживают людей с ограниченными возможностями, содействуют их инте-

грации в общество и реализации интеллектуального потенциала.

- Наш ансамбль был создан в мае 2009 года, сегодня в его составе семь молодых людей. Репетиции проходят ежедневно, и это позволяет нам достичь определённого уровня мастерства. За время существования



“DCU JOYFUL HARMONICA” мы побывали с гастролями в США, Великобритании, Японии, много выступаем в самой Корее, - отметил г-н Но Бонг Нам.

На сегодняшний день ансамбль является обладателем многих званий и престижных наград, среди которых Гран-при фестиваля «Радуга», III-е место на Фестивале гармонике (Сеул), III-е место на XII-м международном фестивале гармонике (Пекин) и других.

В активе “DCU JOYFUL HARMONICA” — два альбома, концерты и выступления на различных сценических площадках, участие в программах КВС, МВС, ТВС. Важное событие в творческой жизни коллектива — концерт перед инаугурацией двадцатого президента Республики Корея Юн Сок Ёля.

Артисты “DCU JOYFUL HARMONICA” своим творчеством, упорством и трудолюбием демонстрируют, что невозможное становится возможным, необходимо верить в себя.

Наталья ЦОЙ,
фото автора

«ЗИМНИЙ ВЕРНИСАЖ»

Яккасарайское подразделение ТГО АККЦУз выступило инициатором проведения «Зимнего вернисажа». В рамках мероприятия состоялись отчётный концерт творческих коллективов «Саранг» и «Чинчжу» и художественная выставка, на которой были представлены работы активистов центра.

- Традиционно в декабре Яккасарайское подразделение подводит итоги своей годовой деятельности, - говорит ответственная по Яккасарайскому подразделению **Вера Григорьевна Ан**. - Ежегодно это мероприятие мы посвящаем Дню Конституции Республики Узбекистан. Именно в Основном законе страны прописаны наши права и свободы, именно он гарантирует

Яккасарайцы не только отличаются тягой к традиционному корейскому искусству, но и развивают свою деятельность в самых разных направлениях. На протяжении нескольких лет в подразделении существует хоровой коллектив «Саранг» (музыкальный руководитель Владимир Дё). На прошедшем фестивале хоров его члены удостоились почётного II-го места. Помимо вокального, в центре недавно создан и танцевальный ансамбль «Чинчжу» (хореограф Надежда Сон), в репертуаре которого корейские и узбекские танцы. Кстати, они очень тепло были приняты публикой, пришедшей

на «Зимний вернисаж». Как говорит Вера Григорьевна, это только начало, главное - желание и стремление участниц расти и совершенствоваться.

Яккасарайцы умеют удивлять: в концертную программу мероприятия включены и номера членов центра, занимающихся китайской



гимнастикой тайцзицюань под руководством мастера Алекса Гао. Грациозные и плавные движения, исполняемые под звуки флейты, завораживали и настраивали на покой и умиротворение. Секрет привлекательности китайской гимнастики, как признаются её яккасарайские последователи, - в союзе восточной философии и духовных практик.

Состояние гармонии и позитива в зале было поддержано выступлениями участниц «Литератур-



ного кафе». Свои стихи и рассказ на суд публики представили Ольга Богданова, Мария Кан, Татьяна Ни. И надо отметить, что размышления авторов о жизни, возрасте, воспоминаниях далёкого детства нашли живой отклик у зрителя.

В концертной программе также выступили Любовь Ким, Эмма Ан, Аполлон Цой, Вера Ан.

После концерта гостям представилась возможность побывать на самом вернисаже - познакомиться с работами активистов центра. Пейзажи и натюрморты,

портреты и изображения цветов и животных, традиционная корейская живопись - всё это дело рук талантливых людей, увлечённых изобразительным искусством, а помогают им в этом две замечательные женщины - Любовь Ким и Ольга Богданова.

- О том, какая работа проводится в подразделении, - продолжает **Вера Григорьевна**, - можно судить по названиям действующих секций и кружков: шахматистов объединяет Юрий Хон; командой фотокоров руководит Светлана Тю, есть у нас и свой клуб путешественников, любителей кулинарии, хозяйственников... Каждый член нашей большой команды вносит вклад в общее дело. Такой командой можно только гордиться!

Завершалось мероприятие традиционным чаепитием, на которое гостеприимные хозяева приглашали всех желающих.

Наталья ШЕК



Совет педиатра: ищите баланс между опекой и гиперопекой ребёнка

- Малыш болеет.

Эти слова воспринимаются острее, чем если бы речь шла о болезни взрослого человека. Мы-то уже большие, вроде как сами справимся. А кто поможет ребёнку? И вот мы уже со всех ног спешим во врачебный кабинет. О том, как находить подход к детям, о родительских ошибках и многом другом рассказал педиатр, доцент, бывший заведующий кафедрой неонатологии Самаркандского медицинского университета Вячеслав Лим. В 2020 году он был награждён орденом «Соғлом авлод учун» I степени.

— **Вячеслав Иннокентьевич, почему вы решили связать жизнь с медициной? Что подтолкнуло вас к этому?**

— Начну с того, что вырос я в самом обыкновенном колхозе в Пастдаргомском районе Самаркандской области. Мои родители прибыли туда в 1937 году. К тому, чтобы стал врачом, подтолкнули именно они. Отец - преподаватель-историк. Когда учился в девятом-десятом классах, он сказал: «Нужно, чтобы в семье был врач». Как видите, нельзя утверждать, что мечтал с детства стать врачом. Это решение родителей, за что я им очень благодарен.

— **Почему выбор пал на педиатрию?**

— На самом деле всё очень банально. Представьте: парень из колхоза, который не знает, кто такие стоматолог, хирург, детский врач и т.д. Просто подал документы в Самаркандский медицинский институт, где были всего два факультета: лечебный и педиатрический. Кстати, подавал на лечебный, а затем меня перевели на педиатрический. То, что стал педиатром, решила судьба.

— **А были ли экзамен, который запомнился на всю жизнь?**

— Если не ошибаюсь, на первом курсе сдавал историю, и на экзамене был вопрос на тему национальной политики партии. Надо было рассказать, как КПСС отно-

сится к этому вопросу. В ответе я упомянул, что в моей школе преподавали корейский язык. Тем самым я подчеркнул, что даже в отдалённом колхозе Узбекистана изучался корейский. Преподавателю ответ так понравился, что он даже дальше не стал слушать. Это была моя первая пятёрка за экзамен в институте (смеётся).

— **Расскажите о своей работе в скорой помощи после окончания института.**

— Работа в скорой - очень большой фрагмент моей трудовой деятельности и настоящая школа. Случай из практики: получаем вызов, ребёнок 9-10 лет с сильной болью в животе. Есть такое понятие, как «острый живот». Это состояния, которые требуют срочного хирургического вмешательства. Если вовремя его не провести, то могут быть осложнения. В «острый живот» входят много заболеваний, в том числе и аппендицит. Я смотрю: «Так, диагноз аппендицит». Но этому ребёнку несколько месяцев назад аппендикс вырезали. А о других недугах я не знал. Повёз в больницу и говорю хирургу: «Это „острый живот“, но аппендицита ведь у него нет! Что это может быть?». Впоследствии узнал, что у ребёнка после аппендицита развилась спаечная болезнь, которая и дала эффект «острого живота». Вот такой интересный случай: должен быть аппендицит, а его нет!

— **В чём, по вашему мнению, заключается сложность работы в скорой помощи?**

— Работа в скорой помощи была первым шагом к тому, чтобы понять, кто такой врач. Это сложно: ты обязан в течение короткого времени осмотреть пациента, поставить правильный диагноз и принять решение, что делать дальше. Иногда после вызовов мы с бригадой минут на 5-10 отключали рацию и не то чтобы отдыхали, а просто отходили от тех эмоций,



С Днём учителей и наставников В.Лима поздравляет С.Зайниев, начальник управления здравоохранения Самаркандской области

Продолжение на стр.8-9

которые испытали на вызове.

Скорую помощь вызывают чаще всего, когда человеку трудно, причём не только пациенту, но и окружающим. Поэтому необходимо в течение нескольких минут наладить контакт со встречающимися: родителями, близкими. Врачи скорой живут в бешеном ритме.

Можно быть человеком, который осмотрел больного, отвёз в стационар и моментально забыл. А можно по-другому. Во время работы на скорой меня нашёл преподаватель мединститута и предложил перейти работать в вуз. Я был тогда очень молод, поэтому предложение польстило. Для меня преподаватель воспринимался как большая личность, очень значимая фигура. Спустя некоторое время, когда уже сам стал преподавателем, этот человек признался: «Почему я позвал тебя на работу в институт, посоветовал своему завкафедрой? Потому что ты отвозил пациента в больницу и через какое-то время всегда интересовался его здоровьем».

— **А что самое сложное в работе педиатра?**

— Опять же, есть несколько факторов. Иногда говорят: «Детей лечить трудно, потому что они не говорят». Здесь есть «но». Когда смотрю на малыша, который бо-



Вячеслав Лим - кавалер ордена Соглом Авлод Учун I степени

леет, то говорю родителям: «Ребёнок – самое чистое существо в мире». Что это означает: когда у него что-то болит, он начинает плакать, скрывать ничего не будет. Для меня осматривать детей легче, чем взрослых. Чем младше пациент, тем легче. Десятидневный малыш «выдаёт» себя, показывает всё, что беспокоит. Десятилетний больной уже может что-то скрыть.

Усталость, плохое настроение и другие факторы нужно отбросить в сторону, когда осматриваешь ребёнка. Дети не принимают фальшь. Надо с ними всегда быть ласковым. Если малыш кричит и плачет – значит у него в самом деле что-то болит. Надо это понимать.

Помимо работы с ребёнком очень большое значение имеет общение со взрослыми. Родители у нас сейчас очень грамотные, иногда «грамотные» в кавычках. Поэтому педиатр должен не обидеть маму или папу и в тоже время сделать то, что положено.

— **Поделитесь самым сложным профессиональным решением в вашей жизни.**

- Бывают неизлечимые заболевания. И очень тяжело, когда

это неизлечимое заболевание нашли у ребёнка твоего коллеги – человека, который знает, что это такое. Когда он спрашивает: «Вячеслав Иннокентьевич, что будем делать?». Понимаете, я знаю, что у малыша заболевание, которое оставит его инвалидом на всю жизнь, причём не только физически, но и умственно. И какой тут дать ответ... У меня было несколько подобных случаев. Я не могу сказать, что вот, мол, в этом случае ответил так-то, в другом - иначе. Просто скажу, что это самое сложное решение. Когда родители не медики - это одно дело. Но когда мама и папа врачи, то сложно подобрать слова. Что сказать? Лечите дальше? Или «не лечите»?

— **Сталкивались ли вы с критикой/обвинениями в свой адрес?**

— Так получилось, что я критику больше, чем критикуют меня (*смеётся*). Меня как врача критикуют крайне редко.

— Этот вопрос – отражение вопроса предыдущего. Лечу детей до сих пор и надеюсь, что это будет продолжаться ещё какое-то время. С 1982 года преподавал в Самаркандском медицинском институте, последняя моя должность



— заведующий кафедрой неонатологии, ушёл примерно год назад. Я кандидат наук, доцент. В период пандемии дистанционно работал через Zoom, после снятия ограничений мои дети (они тоже врачи) сказали, чтобы на работу больше не ходил. Но до сих пор меня зовут как в институт, так и в частные клиники. Говорю это к тому, что надеюсь ещё долго оставаться в строю и заниматься лечебной деятельностью. Теперь по поводу методов лечения. Случается, что осматриваю ребёнка, который был до этого у другого медика, и вижу, что ему назначили пять препаратов. Каждое по два раза в день — это 10 лекарств в день. Вот вы, взрослый человек, сможете выпить 10 лекарств в день? Да я сам не смогу! И пять препаратов — это минимум, бывает и больше выписывают. Далее. Существуют стандарты лечения и диагностики. Они подразделяются на западные, российские и узбекистанские. В стандартах установлено, что каждое заболевание требует два-три препарата. К примеру, если у человека пневмония, то главный препарат — антибиотик, то есть указано: минимум лекарственных средств. Поэтому надо назначать то, что положено. Я не стараюсь бороться с такими врачами или что-то доказывать, но критикую

коллег чаще всего именно потому, что они выписывают очень много лекарств. В Корее, к примеру, если медик не придерживается стандартов лечения, то к нему применяются санкции. Поэтому я не лечу по-своему. Лечу по стандартам.

— Врач — уважаемая профессия. Были ли моменты, когда понимали, что вас особенно ценят и уважают?

— Когда мы с супругой выходим на прогулку, в театр или в магазин, то обязательно встретим несколько человек, которые узнают и здороваются. Причём я говорю не только о Самарканде, но и о Ташкенте. Отдыхали в Амирсае, и даже там на смотровой площадке подошла женщина и спросила, как у меня дела. Оказывается, она из Самарканда, и я лечил её ребёнка. Сейчас многие переезжают из нашего города в столицу. Моя дочь работает в Ташкенте стоматологом, и иногда, видя её фамилию «Лим» и отчество «Вячеславовна», спрашивают: «Не ваш ли отец Вячеслав Иннокентьевич?».

— С какими вопросами к вам часто обращаются родители и что вы им советуете?

— Наиболее частые проблемы — у ребёнка живот болит, плохо ест и т.д. Но меня очень беспокоит, когда у родителей, которые приводят

малыша, бывает разлад между собой. Часто смотрю на пару и могу примерно определить, какие внутри взаимоотношения. Если они не совсем тёплые, то решаюсь дать совет: «Если хотите, чтобы ваши дети были счастливы, будьте в первую очередь счастливы друг с другом». Вот такой совет я даю, хотя за ним и не обращаются. Но считаю, это очень важно.

— Какой совет, как педиатр, вы бы дали родителям?

— Находите баланс между опекой и гиперопекой. Есть родители, обращающиеся за медпомощью, когда ребёнку уже совсем плохо, и есть родители, которые проводят два, пять, десять анализов, вовсе не нужных. Кстати, в большом количестве анализов виноваты не только родители, но и врачи. Считаю, что нужно проводить обследование только при необходимости. Если вы пойдёте в медицинский центр и скажете, что три дня в неделю болит правая пятка, вам выпишут столько анализов... Вопрос: «Зачем?». Поэтому не будьте безразличны к ребёнку, но и не будьте слишком беспокойными. Надо находить баланс.

Никита ЕМЕЛЬЯНОВ,
фото из архива В.ЛИМА



В кругу родных

주우즈베키스탄 대한민국 대사관과 함께하는 “2023년 아리랑요양원 입소어르신 위문잔치”

2023년 12월 7일에 주우즈베키스탄 대한민국 대사관(김희상 대사)에서는 대한민국 정부와 우즈베키스탄 정부의 협력으로 운영되고 있는 아리랑요양원(한국국제보건의료재단 ‘KOFIH’ 운영)을 찾아 입소어르신들에게 연말 인사와 준비한 식사를 대접하면서 위문잔치를 개최 하였습니다.



김희상 대사님의 인사말씀과 대한민국정부의 관심을 표명 하였으며, 이에 입소어르신들은 감사의 이야기를 대사님에게 전달하였습니다.

또한, 입소어르신들은 대사관의 방문에 대한 감사 인사로 노래로 화답을 하였으며, 대사님도 이에 답가를 해주셔서 방문해 주신 대사님을 비롯한 대사관 직원들과 입소어르신이 가족과 같은 분위기를 공감 하였습니다. 마지막으로 대사님은 입소어르신들에게 큰절을 올리면서 2024년 새해에도 입소어르신들이 모두 건강하시기를 기원하였습니다.

이날 대사관에서 준비해 주신 한국전통 영양식인 삼계탕과 반찬들을 대사관 직원들이 입소어르신들께 직접 배식을 해 주었으며 어르신들이 건강한 겨울나기를 염원하며, 같이 식사를 하면서 즐거운 시간을 보냈습니다.

아리랑요양원은 한국정부와 우즈베키스탄 정부의 협력으로 운영되고 있으며, 우즈베키스탄 한인사회와 고려인 사회의 가교 역할을 충실히 수행하고 있으며, 대한민국 정부가 재외동포들을 위해 직접 운영하는 전 세계의 유일한 시설이다.



АДВЕНТ

Каждый год в Германии с 24 на 25 декабря наступает долгожданный и особенно любимый праздник — Рождество. А четыре воскресенья до него немцы отмечают адвенты.

О том, что это такое, мы узнали в культурном центре немцев Узбекистана «Видергебурт».

9 декабря немецкая диаспора Узбекистана отмечала второй адвент. Термин Advent происходит от латинского слова Adventus, что в переводе означает «прибытие». Это время связано с ожиданием рождения Иисуса Христа, который, согласно католической Библии, родился 24 декабря. В течение четырех недель адвента верующие с особым трепетом и предвкушением готовятся к Рождеству.

Екатерина Голдаевич, языковой координатор:

— За 4 недели до Рождества каждое воскресенье зажигается свеча, которая символизирует приход праздника. Сегодня в Ташкент приехали представители культурного центра со всей республики. У нас есть четыре отделения: в Фергане, Бухаре, Самарканде, Ташкенте. «Видергебурт» стремится сохранить традиции, культуру, обычаи немцев в Узбекистане. Такие мероприятия сплачивают диаспору. По официальной статистике на территории Узбекистана проживают порядка 3,5 тыс. представителей нашей диаспоры. Это те люди, у которых в паспортах в графе «Национальность» указано «немец». Но мы считаем, что диаспора более многочисленная и включает также детей и внуков немцев, даже если в их паспортах указана иная национальность. Эти люди тоже в какой-то мере принадлежат к немецкой культуре и сохраняют наши традиции.

Традиция адвента в Германии уходит корнями в средневековье, когда христианские общины нача-

В культурном центре немцев Узбекистана

ли отмечать четыре недели перед Рождеством как время подготовки и ожидания праздника. Адвент стал периодом покаяния и поста, который призывал верующих сосредоточиться на духовном просветлении. Для второго адвента каждое региональное сообщество «Видергебурта» подготовило рождественский мастер-класс.

Александр Гребенник, Ташкент:

— Адвент — праздник, который отмечают все немцы. Ташкентский культурный центр проведёт мастер-класс по изготовлению ёлочных игрушек. В качестве материалов мы используем те, что доступны каждому человеку: фоамиран, пряжу и, прозвучит смешно, втулки от туалетной бумаги. Получится просто, но со вкусом: такую игрушку не стыдно повесить на ёлку или подарить другу.

В этот день можно было попробовать традиционную выпечку. Она поддерживает атмосферу уюта и тепла в течение всего рождественского сезона.

Тамила Османова, Самарканд:

— В нашем культурном центре мы посещаем кружки, поём национальные песни, танцуем национальные танцы, готовим немецкие блюда и шьём традиционные костюмы. На мне сейчас баварский костюм. Он состоит из платья, фартука и рубаши-



ки. Если наряд праздничный, то платье будет ярким — голубым, красным, жёлтым — а если повседневное, то серым или коричневым. Фартук символизирует три буквы «К» — «Kinder, Küche, Kirche», что в переводе означает «дети, кухня, церковь».

На втором адвенте Самаркандский культурный центр представляет традиционную выпечку. Мы привезли пироги, пряники, пирожки с капустой, и ривель кухен из сладкого слоёного теста.

Ривель кухен, который упомянула Тамила, — это традиционный немецкий пирог, готовящийся с различными начинками. В Германии его можно встретить практически в каждом кафе и в каждом доме, поэтому название блюда стало нарицательным. Когда немец говорит о вкусной еде, то использует выражение «кухен удался». Дети шумной стайкой толпились у стола с имбирными пряниками. В этот день любой желающий мог расписать пряник, украсить его цветной присыпкой и с удовольствием съесть.

Виталина Лорер, Фергана:

— Ферганское отделение «Видергебурта» проводит мастер-класс по украшению имбирных пряников. Это традиционная рождественская выпечка, которую начинают печь в начале адвента, то есть за

четыре недели до праздника. Секрет кроется в ингредиентах: используются пряные добавки и специи — имбирь, гвоздика, корица. Также мы добавляем мёд, чтобы выпечка долго хранилась. Раньше, когда ещё не существовало ёлочных игрушек, такие пряники разукрашивались и подвешивались на ёлку, чтобы дети могли полакомиться.

После мастер-классов гостей и членов «Видергебурта» ждала театральная постановка. Каждое отделение подготовило 20-минутный отрывок на рождественскую тему. Из этих кусочков в итоге сложился большой спектакль, повествующий об истории и традициях Рождества.

Лея Штирценбехер, Бухара:

— В Бухарском культурном центре работают кружки для разных возрастных групп, начиная от 4-х лет. На второй адвент мы привезли даже малышей, чтобы они увидели, как проходят такие масштабные мероприятия. После мастер-класса будет театрализованная постановка, в которой задействованы как молодёжь, так и маленькие детки. Наш отрывок рассказывает о явлении Рождества. Выступление будет идти на двух языках, чтобы было понятно зрителям, которые не говорят по-немецки.

Екатерина ЦОЙ,
фото автора



УЧИТЕЛЬ ТАНЦА «ТХАЛЬЧУМ»

У каждой страны есть свой народный танец-символ, широко известный миру или не очень. Скажем, Испания. И сразу всплывает в памяти танец с кастаньетами. Фламенко! Или Италия. Тарантелла! Исландия – джига, Украина – гопак, Польша – краковяк, Грузия- лезгинка, Греция – сиртаки... И так далее.

Я - кореец и потому не могу не спросить: а какой танец символизирует Корею? Думаю, все дружно воскликнут – конечно, танец с веерами. Именно он или нечто похожее вертелось в голове, когда мне предложили поехать в Ташкентский центр образования, где проходило занятие, чтобы познакомиться с учителем танцев, приехавшим из Южной Кореи. Но от увиденного поначалу несколько

чум»! Придёт время, и мы с вами станем первыми зрителями этого триумфального представления в Узбекистане. А пока - просто интервью с Учителем популярного корейского танца.

— **И Ген Чоль сонсенним, ваше детство пришлось на 60-е годы XX века, когда в Корее об артистах ещё бытовало мнение, как о профессии низменной и пошлой. Как от-**

ро детей, я – старший. И надо же, сетовали отец с матерью, именно первенец пошёл по кривой дорожке, захотел стать «тантарой». Был момент, когда убежал из дома и несколько дней скитался по друзьям и знакомым. В конце концов, всё это противостояние вылилось в компромиссное решение: после школы я поступил в университет, как хотели родители. Но танцы не бросил, и в студенческие годы всё свободное время отдавал своему увлечению. В 1991 году получил государственный диплом учителя танцев, стал членом одной из 18 ассоциаций по охране народного танца «тхальчум».

— **Но неужели в вас не закрадывалось желание посвятить себя полностью любимому делу?**

— Но не на поприще узкого характерного танца. Как я уже говорил, – танец с масками – это небольшой танцевальный спектакль со своим сюжетом. Всего их насчитывается двенадцать. Вот, скажем, один из них. Некий старик на старости лет начал блудить. Нашёл молодуху и гуляет направо-палу. Жена застаёт их врасплох. Скандал. Но старик с молодой любовницей изгоняют старуху и исполняют счастливый танец. И старый развратник не знает, что его ожидает такой же конец, как и у его жены. Молодой избранник уводит возлюбленную, оставив изменщика на бобах. В основном эти танцы исполнялись не на театральных подмостках, а на улицах и площадях. Коллектив артистов включал от 15-ти до 30-ти человек. Ну какие могли быть у них заработки? Так что это искусство держалось и держится на энтузиастах.

— **На первый взгляд кажется, что ничего нет особенного в этом танце. Прыгай, размахивай руками. Тем более, что на лице маска, которая тебя скрывает?**

— А вы попробуйте средствами танца изобразить радость, гнев, отчаяние, ревность! Именно от того, что каждое движение отработано,



опешил. Нет, это был не плавный и мелодичный танец с веерами, а нечто другое – буйная и одержимая пляска. Пожилой мужчина с проседью в волосах громко ударяет тонкой палочкой в барабан. И под эти ритмические звуки группа девушек выделяла разные движения, которые трудно назвать танцевальными. Но по мере того, как я наблюдал, их прыжки и пируэты уже не казались дикими. Напротив, они отличались особой грацией и пластикой. И дирижёр этого танца с чрезвычайно живой мимикой, с возгласами одобрения или подстегивания невольно манил мой взор. Всегда притягателен человек, увлечённый своим делом. В данном случае таковым оказалось преподавание танца в масках. Запомните его корейское название – «тхаль-

неслись родители и родственники к вашему увлечению танцами?

— Крайне отрицательно. Самое презрительное отношение с древних времён было к тем, кто забивал скот и выделывал кожу. Так вот, профессия актёра ценилась ещё ниже. Их называли «тантара», что означает «пустой звук». А мне нравилось танцевать именно характерные танцы, как «тхальчум». Нравилось совершать замысловатые движения, прыгать, размахивать руками. И ещё петь, декламировать. Ведь этот танец – целое сценическое действие, интермедия, которая родилась в далёкой древности и являлась предтечей нынешних театральных постановок.

Мои родители были скромными госслужащими. В семье четве-

они и кажутся естественными и трогают душу. Для всех танцев в масках есть базовые элементы, которые используют потом в той или иной сцене. И эти элементы шлифуются годами. А маски тоже разные – из бумаги, дерева, или тыквы-горлянки (пагади). Именно они вместе с костюмами придают яркость и характерность танцу.

— **А вы сами изготавливали маски?**

— Ещё бы! Особенно из пагади. Это очень увлекательно – найти материал заданного размера, проделать отверстия, разрисовать соответственно характеру персонажа. И когда у вас всё готово – костюмы, маски, заучены роли, движения, то вы выходите на сцену, полный куража. В этом есть что-то восхитительное. А если ещё и зрители дружно поддерживают криками и аплодисментами, то происходит тесное единение душ и их... очищение. В этом мне видится роль театра вообще и танца в частности.

— **Когда наши предки полтора века назад переселялись на русский Дальний Восток, они меньше всего думали о сохранении народных танцев. Их заботили вопросы обустройства, выживания, получения образования. И по мере выживания на чужбине наши предки многое утратили из своего национально-культурного уклада. Все эти годы идёт процесс возрождения, но как медленно и как тяжело. Вы ощущаете значимость своей роли в этом важнейшем для всех зарубежных корейцев процессе?**

— Стараюсь ощутить. Я побывал в сорока с лишним странах, где живут наши соплеменники, выступал, учил. В Узбекистан попал впервые. Вообще-то должен был поехать в Казахстан, но в последний момент пункт командировки поменялся. И я не жалею об этом. Здесь встретил то, чего жаждет душа любого учителя – старательных, увлечённых и дисциплинированных учеников. Такое усердие дорогого стоит. С ними работать легко, поскольку все они имеют базовую выучку. И трудно в то же время,

поскольку всегда надо быть на высоком профессиональном уровне.

— **Вы по образованию дендролог, многие годы работали в косметической фирме. Наверняка могли бы достичь большего, не жалеете? Как к вашему увлечению относились коллеги?**

— Считали меня странным человеком. Удивлялись моему пристрастию к танцам, от которого одни расходы и никаких материальных благ. Однажды на фирме поставили ультиматум – или отказываюсь от поездки с танцами в Канаду, или по возвращению буду уволен. Я не отказался от командировки, но и не был уволен. Думаю, что все, кто находит моё увлечение танцами странным, в душе завидуют. Согласитесь, это дано не каждому. А в косметической фирме я проработал 22 года, после чего меня с почётом проводили на пенсию. Потом много лет делил время между своим увлечением и обязанностями председателя собрания одного из 25-ти районов Сеула. В него избирался три раза. По моей инициативе район стал ежегодно проводить фестиваль масок. Сейчас я лично мало провожу репетиций, этим заняты многочисленные ученики. Больше занимаюсь программой и методикой преподавания, контролем и судейством качества выступления.

— **А кто отправляет вас в командировки?**

— Фонд помощи зарубежным корейцам. По рекомендации Ассоциации «Тхальчум», а также Общества памяти Хон Бом До, в котором я состою многие годы и которым руководит известный деятель И Вон Сик. Все мы – участники грандиозной правительственной программы по сохранению национальной культуры и оказанию содействия в её возрождении в деятельности корейских диаспор в разных странах. Так что мы на переднем крае «халлю» – этой несущейся по всему миру корейской культурной волны.

— **Командировка в Узбекистан завершается. Значит ли это, что секре-**

ты танцевального мастерства переданы и можно ожидать скорой премьеры?

— Могу заверить, что первоначальный курс подготовки пройден со всей основательностью. Но до премьеры далеко. Нужны костюмы, маски, другие реквизиты. И я ломаю голову, где всё это достать? Решим этот вопрос, значит, будет премьеры, которая станет венцом моей командировки в Узбекистан. Всё прояснится в следующем году.

А вот что говорит о сотрудничестве с мэтром **Маргарита Хан**, художественный руководитель ансамбля «Корё»:

«Занимаясь с И Ген Чолем, мы очень хорошо прочувствовали яркий характер и манеру народного танца, его ритм и динамику. Мэтр научил танцовщиц ещё и петь народные припевки. Для нас это кстати, потому что номер планируем внести в очередной мюзикл. Для «корё сарам» возрождение национальной культуры является важнейшей и почётной миссией. Потому что без этих традиционных танцев и песен мы теряем свою этническую личность, свою душу, свой образ. Наш учитель – это просто подарок Бога за приверженность и трудолюбие в деле Возрождения и популяризации корейской традиционной культуры».

И, последнее, в 2022 году на 17-м заседании Межправительственного комитета по охране нематериального культурного наследия ЮНЕСКО было принято решение о включении корейского танца в масках «Тхальчум» в Список нематериального культурного наследия ЮНЕСКО.

По этому случаю президент РК Юн Сок Ёль в своём поздравлении ассоциациям охраны танца «Тхальчум» подчеркнул: «Это великий подвиг, достигнутый потом и самоотверженностью корейцев, которые смогли сохранить традиции танца, несмотря на многочисленные трудности».

Подвиг таких людей, как наш учитель танца И Ген Чоль.

Владимир КИМ (Ёнг Тхек),
фото Виктора АНА

우즈베크에 탈춤을 전파하고 있는 송파 산대놀이 이수자, 이경철 선생님

각 나라마다 세계에 널리 알려져 있거나 또는 알려지지 않았더라도 고유 의 상징적인 민속 무용이 있다. 예를 들면, 스페인은 캐스터네츠를 들고 추는 춤, 플라멩코가 바로 떠오른다. 이탈리아의 타란텔라! 아이슬란드의 지가, 우크라이나의 코사크 댄스, 폴란드의 마주루카, 조지아의 레즈긴카, 그리스의 시르타키 등등.

나는 한인이기 때문에 '한국을 상징하는 춤은 무엇인가?'하고 묻지 않을 수 없다. 모두가 동감할 거라 생각하는데, 이구동성으로 외치는 것은 아마도 부채춤이 아닐까! 한국에서 온 무용 선생님을 만나기 위해 타슈켄트 교육원에 가자는 제안을 받았을 때 내 머릿속에 떠오른 것은 바로 이런 춤이나 이와 유사한 것을 생각했다. 하지만 막상 수업을 진행하고 있는 모습을 마주하고, 처음에는 내가 본 것에 다소 놀랐다. 아니, 이것은 부채춤이 아니라 뭔가 다른 거였다. 시끄럽고 뭔가 흥겨운 춤이다. 백발의 노인이 가느다란 채로 장구를 리드미컬하게 친다. 그리고 이 소리에 맞춰 한 무리의 소녀들은 언뜻 보기에는 댄스 동작이라고 보기 어려울 정도로 다양한 동작을 선보인다. 그러나 내가 지켜보는 동안 그들의 뛰기와 회전 동작은 더 이상 거칠어 보이지 않았다. 그들에게는 나름의 맺음과 풀림의 리듬이 있었다. 그리고 이 춤의 지도자는 극도로 생기 넘치는 표정과 무아지경의 격려의 감탄사와 추임새로 내 시선을 끌었다. 자신의 일에 열정을 쏟는 사람은 언제나 매력적이다. 이 곳에서 가르치고 있는 것은 바로 한국 명칭으로 "탈춤"임을 기억하라. 때가 오면 여러분과 나는 우즈베키스탄에서 그 성공적인 공연의 첫 번째 관중이 될 것이기 때문이다. 오늘은 한국 전통무용 선생님과 인터뷰만 하겠다.

- 이경철 선생님, 당신의 어린 시절은 한국에서 비극의 여신 멜포메네와 무용의 테르프시코레의 추종자들, 간단히 말하여 예술가들을 여전히 천한 직업으로 여기던 지난 세기 60년대였다. 춤에 대한 당신의 열정에 부모님과 친척들은 어떤 반응을 보였나?

- 당연히 매우 부정적이었다. 예로부터 가축을 도살하고 가축을 무두질하는 사람의 신분이 가장 낮았다. 그런데 예인의 직업은 더욱 낮게 평가되었다. 그들은 "판따라"라고 불렀는데, 이는 관악기 소리를 나타내는 영어의 성어를 표현하는 소리로 예능인을 낮춰 부르는 말이다. 하지만 나는 춤추는 것을 좋아했다. 특히 가면을 쓴 춤

인 "탈춤"을 좋아했다. 나는 의미 있는 동작을 하는 것, 뛰는 것, 팔을 흔들어 감고 푸는 것을 좋아했다. 그리고 노래도 부르고 만담도 하는 것이 맘에 들었다. 결국, 이 춤은 현대 연극의 선구자인 고대의 원형극장에서 펼쳐던 연극처럼 마당에서 공연한다. 나의 부모님은 소박한 공무원이었다. 네 명의 자녀가 있었는데 내가 장남이었



다. 이 장남이 딴 길로 간다 하고, 말하기도 겁나는 판따라가 되고 싶어하니 아버지와 어머니가 걱정했다. 당시 십지어 집을 뛰쳐나와 친구, 지인들 사이에서 며칠을 헤매던 시절도 있었다. 결국, 이 모든 대립은 대타협으로 해결의 합의를 보았다. 고등학교를 졸업한 후에 나는 부모님이 원하는 대로 대학에 진학했다. 하지만 춤을 포기하지 않았고, 대학 시절 내내 여가 시간을 춤에 바쳤다. 1991년에 나는 춤 지도자 자격증을 취득하였고 민속무용 '탈춤' 보존을 위한 18개 협회 중 하나의 회원이 되었다.

- 하지만 자신이 좋아하는 일에 온전히 헌신하고 싶은 마음이 생기지 않았나? 사람들이 고난과 어려움을 이겨내고 결국 자신의 운명을 근본적으로 바꾸고 성공을 거둔 사례를 세상에 많지 않은가?

- 하지만 좁은 탈춤 분야에서는 꼭

그렇지는 않다. 이미 말했듯이 탈춤은 그 자체의 즐거리를 지닌 작은 춤 공연이다. 총 12마당의 이야기가 있다. 여기에 그 중 하나를 이야기 해보자. 한 노인이 나이가 들었는데 여색을 탐하기 시작한다. 그는 젊은 여성을 만나 신나게 놀이판을 벌인다. 그는 본처를 쫓아내고 젊은 여자와 놀아나며 흥청망청 행복한 춤을 춘다. 하지만 늙은이는 자신에게도 같은 상황이 기다리고 있다는 것을 모른다. 그의 새로운 젊은 아내는 결국 다른 젊은 남자를 만나 그 노인을 버리고 떠난다. 그렇게 노인은 혼자 남겨진다. 이 춤은 주로 연극 무대가 아닌 거리와 광장에서 공연되었다. 예술가 그룹은 15~30명으로 구성되었다. 글썄, 이들은 어떻게 수입을 얻을 수 있었을까? 그렇게 이 예술은 열정을 가진 사람들에게 의존하여 계속되었고 그렇게 이어지고 있다.

- 언뜻 보면 이 춤에는 특별한 것이 없어 보인다. 뛰고 팔을 휘두른다. 게다가 얼굴을 가리는 가면도 있다.

- 기쁨, 분노, 절망, 질투를 춤으로 표현해 보겠는가? 각 동작이 자연스럽게 영혼에 닿는 것은 바로 연습하기 때문이다. 가면을 쓴 모든 춤에는 한 장면이나 다른 장면에서 사용되는 기본 요소가 있다. 그리고 이러한 요소들은 수년에 걸쳐 다듬어졌다. 그리고 가면도 종이, 나무, 조롱박(바가지) 등으로 다양하다. 의상과 함께 춤에 광채와 개성을 부여하는 것은 바로 그것들이다.

- 마스크를 직접 만들었나?

- 그랬다! 특히 바가지로. 캐릭터의 성격에 맞춰 주어진 크기의 재료를 찾고, 구멍을 뚫고, 칠하는 일은 매우 흥미롭다. 의상, 가면, 역할, 동작 등 모든 것이 준비되면 용기를 갖고 무대에 올라간다. 이 때 뭔가 가슴 떨리는 설렘이 있다. 그리고 청중의 호응이 함께하면서 함성과 박수로 이어지면 마음과 마음이 하나가 되어 카타르시스가 된다. 이 부분에서 나는 연극과 춤의 역할을 본다.

- 우리 선조들이 150년 전 러시아 극동 지역으로 이주했을 때 그들은 전통 춤을 보존할 여력이 없었다. 그들은 정착하고, 생존하고, 교육하는 것과 같은 문제에 관심을 둘 수 밖에 없었다. 그리고 그들이 외국 땅에 정착하면서 그들의 민족적, 문화적 생활 방식에서 많은 것을 잃기 시작했다. 모

국어(韓語)를 잃게 되면서 노래, 민요 등 이와 관련된 많은 것이 손실되었다. 한국 노래를 부르지 않으면 음악이 없다는 뜻이고, 음악이 없으면 춤이 없다는 뜻이다. 한마디로 우리에게 남은 것은 아시아인의 외모와 민족의 음식뿐이다. 30년 전 나는 『멀리 떠나는 사람들』이라는 책에서 “우리가 조상의 고향에서 멀리 떨어진 곳에서 잃어버린 모든 것은 되살릴 수 있지만 우리가 얻은 것은 더 이상 빼앗길 수 없다”고 썼다. 수년 동안 부흥의 과정이 진행되어 왔지만 그 과정은 느리고 힘들었다.

- 모든 재외동포에게 가장 중요한 이 과정에서 귀하의 역할이 얼마나 중요하다고 생각하나?

- 그 중요함을 느껴보려고 한다. 나는 우리 민족이 살고 있는 40개 이상의 국가를 방문하였고 그곳에서 공연하고 가르쳤다. 나는 처음으로 우즈베키스탄에 왔다. 사실 카자흐스탄에 갈 예정이었는데 막판에 출장지가 바뀌었다. 그리고 나는 그것을 아까워하지 않는다. 여기에서 나는 교사의 영혼이 갈망하는 부지런하고 열정적이며 노력하는 학생들을 만났다. 그러한 배움에 대한 열정은 큰 가치가 있다. 기본 교육을 받은 그들과 함께 작업하는 것은 어렵지 않다. 하지만 더 높은 수준으로 전문성을 높여야 하기 때문에 작업은 쉽지만은 않다.

- 당신은 수목학을 전공하였지만 화장품 회사에서 수년 동안 일했으며 좋은 경력을 갖고 있다. 하지만 춤에 할애했던 시간을 줄였다면 더 많은 것을 성취할 수 있었지 않을까? 아쉽게 생각하지 않나? 귀하의 아내, 딸, 가족과 직장에서는 이에 대해 어떻게 느꼈나?

- 그들은 나를 이상한 사람이라고 생각했다. 물질적 이익은 없고 비용만 발생시키는 나의 취미에 그들은 놀랐다. 나는 회사에서 나에게 최후 통첩을 주었던 것을 기억한다. 캐나다로 춤 공연을 가는 것을 포기하든지 공연 갔다 와서 해고당하든지 선택하라고 했다. 나는 공연을 포기하지도 않았고 해고되지도 않았다. 그 이후로 나를 이상하다고 생각하는 사람들은 모두 나의 취미를 진심으로 부러워하는 것 같다. 하지만 이것은 모든 사람이 누릴 수 있는 것은 아니다. 그렇게 나는 화장품 회사에서 22년 동안 일했고, 그 후 명예롭게 퇴직했다. 그 후 수년 동안 나는 취미 생활과 서울 노원구의 회의 의장으로서의 일을 함께 해왔다. 나는 세 번 구의원에 당선되었고 내 주도로 매년 노원구에서 탈춤제를 하였다. 이제 나는 은퇴했고 내가 가장 좋아하는 일에 전적으로 전념할 수 있게 되었다. 그러나 나는 개인적으로 가르

치는 일은 거의 없으며 많은 학생들을 그룹으로 지도하고 있다. 나는 기획과 교수법, 공연의 질을 모니터링하고 평가하는데 더 많은 관심이 있다.

- 어떻게 이곳에서 탈춤을 지도할 수 있게 되었나?

- 탈춤협회와 내가 오랫동안 회원으로 활동하고 있는 이원식 선생이 이끄는 흥범도기념회의 추천으로 재외동포청에서 과견되었다. 각국의 디아스포라 한인들의 활동을 돕고 민족문화를 보존하고 문화 부흥을 지원하기 위한 정부의 계획이 있다. 그래서 우리는 전 세계를 휩쓸고 있는 한류 문화 '전파'의 선두에서 있다.

- 당신의 임기는 새해까지 끝날 것이다. 이것은 댄스 마스터의 비법이 성공적으로 전수되어 곧 공연을 기대할 수 있다는 의미인가?

- 초기 교육 과정이 완벽하게 완료되었음을 확신할 수 있다. 하지만 초연은 멀었다. 의상, 마스크 및 기타 소품이 필요하다. 그리고 계속 머리를 쥐어짜고 있는데, 이 모든 것을 어디서 얻을 수 있을까? 이 문제가 해결되면 첫 공연이 열리게 되는데, 이는 나의 우즈베키스탄 출장의 결정판이 될 것이다. 내년에는 모든 것이 더 명확해질 것이다.

추신:
 “그의 지도를 받으면서 우리는 전통 춤의 성격과 방식, 리듬과 역동성을 아주 잘 느낄 수 있었다. 춤 외에도 그는 민요 부르는 방법도 가르쳤다. 이것은 우리에게 매우 유용한 과정이다. 왜냐하면 우리는 다음 뮤지컬에 이 춤을 무대에 올릴 계획이기 때문이다. 그리고 고려사람에게는 민족문화의 부흥은 가장 중요하고 영예로운 사명이라고 덧붙이고 싶다. 이러한 전통 춤과 노래가 없으면 우리는 민족적 정

체성, 영혼, 이미지를 잃게 된다. 우리 선생님은 한국 전통문화의 부흥과 대중화를 위한 우리의 헌신과 노고에 대한 하나님의 선물이다.” 라고 우리 유명한 '고려 앙상블'의 단장인 마가리타 한은 말한다. 그리고 그녀는 오랜 무대 생활 동안 많은 안무가를 만나왔다. 그녀는 '청춘' 무용단의 발레리나로 시작하여 '청춘'이 해체될 상황에 주도적으로 '고려' 무용단으로 재창단하여 수년 동안 매우 인기 있는 무용단을 이끌고 있다. 예를 들어, 오늘날 '고려' 무용단의 북 공연이 없는 고려인 주요 축하 행사는 없다. 그리고 이 무용단의 공연 레퍼토리는 수십 개의 민속 무용이 포함되어 있다. 그리고 이제 새로운 레퍼토리가 추가될 것이다. 이를 위해서는 의상, 마스크와 같은 소품이 필요하다는 것이 분명하다. 선조들의 조국, 특히 재외동포청이 전통 춤의 지도자를 과견하면서 이 춤이 상연되는데 필요한 물품에 대한 지원도 해준다면 탈춤 공연도 재외동포 민족문화의 일부가 될 수 있을 것이다. 우리는 공연을 통해 탈춤을 더 가까이 느끼고 사랑할 수 있게 될 것이다.»

그리고 마침내 2022년 제17차 유네스코 무형문화유산보호를 위한 정부간위원회 회의에서 한국 전통 춤 '탈춤'을 유네스코 무형문화유산 목록에 포함시키기로 결정했다. 이날 윤석열 대한민국 대통령은 탈춤 보존협회에 축하를 전하며 “이것은 수많은 어려움에도 불구하고 춤의 전통을 보존하기 위한 한국인들의 땀과 헌신으로 이룩한 위대한 위업”이라고 강조했다.

우리 탈춤 지도자 이경철님 같은 분들의 위업이다.

글: 블라디미르 김(용택)
 번역: 김숙진



Владимир КИМ (Ёнг Тхек)

НАЙТИ СЕБЯ

Автобиографическая повесть

Но он не внушал опасения: было в этой супружеской паре что-то такое провинциальное, что в одежде, что в манере говорить. А провинция мне не соперник. «Нулевой цикл» или короче «нуль» на языке строителей означает фундамент вместе с цоколем. Фундамент это, ясное дело, железобетон. А вот цоколь выкладывается из кирпича. Поэтому Виктор говорил, что «нулевой цикл» покажет, кто чего стоит. И показал. Хотя кладка была не под расшивку, всё равно видно, как человек владеет мастерком. Как я и предполагал, супружеская пара работала сельским методом – разравнивала раствор, а потом двумя руками раскладывали кирпичи, оставляя швы пустыми. Так, на нормальной стройке не работают. Существует два основных способа кладки – впритык и вприсык. В первом случае, рука с кирпичом делает пикирующее движение с тем, чтобы торцом подцепить комочек раствора, прежде чем состыковать его к концу ряда. Во втором, этот ломтик раствора лепится на кирпич специфическим движением мастерка. Всю эту теорию я вычитал в «Справочнике каменщика». На практике – достаточно взглянуть, как человек работает и можно сразу понять, кто чего стоит. Надо ли говорить, что каждый старался показать свою стоимость. И в этом негласном соревновании я победил. Это признал сам Виктор – бригадир и главный судья. Он сказал мне:

- Будешь заводить первый угол.

Великая гордость переполняла мою душу в тот знаменательный день. Мне доверено положить первый кирпич. Этой чести удостоиваются короли и президенты, министры и почётные гости и т.д. и т.п. Конечно, на таких объектах, которые соответствуют таким церемониям. Но когда тебе 16 лет, и ты заслужил такую честь, и четырёхэтажное типовое

здание семейного общежития – тоже не шалам-балям. Этот день мне запомнился на всю жизнь. И даже ложка дёгтя не отравила праздник: когда я выложил рядов шесть, подошёл Виктор, сверил угол отвесом и прошипел:

- Трудно проверить?

И, постукивая кирпичом, подправил угол. Словно после землетрясения по свежей кладке пошли трещины. Но я не мог обидеться на бригадира, потому что, как ни заныла душа, понимал – сам виноват. И, дай, Бог, как говорится, в жизни каждому подростку такого наставника, как мой Виктор Липатов. Успех окрыляет, и делает человека примером, лидером. Но у любой медали должна быть обратная сторона – стремление идти дальше, вперёд. А меня потянуло вбок. Может, я не понимал простой вещи, что люди удостоиваются чести заложить первый камень своими заслугами, а я считал заслугой, что меня удостоили этой чести. Естественно, нос мой стал задираться. И ещё, Виктор дал мне третий ряд, а всех остальных каменщиков оставил с двумя лычками. Это, естественно, отражалось на зарплате. После бригадира я получал больше всех, и это тоже возымело действие на психику. Зачем мне институт, когда я УЖЕ зарабатываю, чуть ли не в два раза больше

инженера. Да и аттестат тоже ни к чему. Клади кирпичи – быстрее и лучше – и будешь всегда и в почёте, и при высоких заработках.

Но в юные лета жить одной работой скучно. За роль первого мастерка приходилось регулярно оставаться на вторую смену – там доложить, здесь заложить. А ведь мне, как несовершеннолетнему, наоборот полагалось заканчивать работу на час раньше. Но я никогда этим не пользовался, поскольку даже не знал об этом. Из-за переработок начал регулярно пропускать уроки, а там и вовсе решил бросить школу. А в книгах и кино, по телевидению и радио, кругом, воспевали романтику. А я еду, а я еду за туманом, за мечтою и за запахом тайги... Лет пять назад все пели про целину, но туда я не успел по возрасту. А сейчас мне исполнилось семнадцать – самое время дерзать. Тут ещё Василий Пак, с которым я сдружился, начал соблазнять меня рассказами о великих ударных стройках. И весной 63-го мы стали готовиться к поездке: я бросил вечернюю школу и по вечерам вместе с Василием стал «калымить». И в конце мая подал заявление об увольнении.

На ударную стройку. Когда рассеивается туман. Студенческий город Сибири

Виктор кое о чём догадывался и потому особо не удивился. Но по лицу его было видно, что он огорчён.

- Конечно, я тебя понимаю, сам в молодости поштался по свету. Надумаешь вернуться, всегда приму обратно. Мать моя не из тех, кто



охаёт и ахаёт над каждым шагом ребёнка. Если её первенец Павел в 16 лет в далёком 36-м один поехал из Дальнего Востока в Узбекистан, чтобы поступать в Ташкентский пединститут, то, что волноваться за младшенького, настоящего рабочего, крепко стоящего на ногах. Она лишь грустно произнесла – не рановато ли?

Куйбышев, Новосибирск, Красноярск. В каждом из этих городов мы с Васей провели по несколько дней, пока не определили конечную цель маршрута – Дивногорская ГРЭС, возведение которой было объявлено Всесоюзной ударной комсомольской стройкой.

Последний 40-километровый отрезок пути от Красноярска до Дивногорска был проложен через суровые таежные кручи. Слева горы, справа – обрыв. Внизу – бурный пенный Иртыш. Середина июня, солнечно, но без куртки никак нельзя.

Была суббота, нас определили в дом приезжих с наказом явиться в понедельник для оформления на работу. Да, каменщики стройке нужны. Но за эти полутора суток наши планы изменились: мы увидели, как строители проводят выходные дни. Сплошное пьянство и свинство: напротив нас было общежитие, всю ночь оттуда неслись музыка, перемежаемая криками, песнями, матерщиной, драками. Да и в доме приезжих дым стоял коромыслом. Там, в Дивногорске, до меня вдруг дошло, что надо учиться, иначе вся жизнь может состоять из однообразного физического труда и лихого хмельного угара. Василию стройка тоже не понравилась, и он предложил поехать в Томск. «Это кузница кадров Сибири, там сплошная молодёжь», - убеждал он меня. И я согласился, потому что сразу вернуться домой, значило признать своё поражение. И это после таких громких слов, как «романтика», «героическая стройка», «моя строка в летописи пятилетки» и тому подобное.

В Томске мы устроились на работу в Промстройуправление. Нас

направили в женскую бригаду, прославившуюся тем, что в неё почетным членом была зачислена Валентина Терешкова. Но поскольку за космонавтку всё время надо было выполнять норму, пыл вскоре угас, и коллектив попросил мужской поддержки. Увидев, как мы работаем, бригадирша решила – новички кладут только облицовочную сторону, а все остальные внутреннюю. Тактика себя оправдала, уже в первый месяц план был выполнен на 140 процентов. Бригада боролась за звание коллектива коммунистического труда и потому её члены решили, чтобы зарплата у всех была одинаковая. Мы с Василием вначале восприняли это с восхищением, но потом это чувство потихоньку улетучилось. Как я уже говорил, мы клали только облицовочную сторону, и этим создавали фронт работы для остальных. Чтобы успевать, надо было работать, не разгибая спины. Зато девчата могли то и дело устраивать перекурсы, делиться своими женскими секретами, травить анекдоты и даже грызть семечки. И это меня с Василием начало раздражать.

А тут ещё бригадирша постоянно подгоняла нас. При этом советовала плюнуть на качество. Но я так не мог, мне нравилось после рабочей смены испытывать удовлетворение, глядя на свою выложенную стену. Но хорошей кладки не получалось не только из-за спешки. Каменщики в Ташкенте работали лёгкими топориками, которые я считал величайшим изобретением, сочетающим в себе и кельму, и кирочку. Но мастеру с этим инструментом требовался подсобник, который ковшиком или лопатой подавал раствор на стену и заготавливал кирпич. Так что работали парами, как лёгчики-истребители – ведущий и ведомый. Потом я встретил Виктора, который орудовал большим штукатурным мастерком, изящным движением срезая выступавший на швах раствор. Получалось чисто и красиво, чего топориком добиться было труднее. В Томске я столкнулся с другим инструментом: по виду кельма, но с

утолщенным лезвием. И раствор можно брать, и кирпичи рубить. Но качественной кладки не получалось, и я стал работать мастерком. Чтобы увеличить скорость кладки, бригадирша по нашему совету решила внедрить связку «каменщик-подсобник». Но через несколько дней никто не соглашался работать с нами. Довод – что я, дура что ли, так ишачить? Все хотели класть кирпичи, а не месить раствор и таскать тяжелые ведра с раствором. В итоге – мы с Василием работали и за себя, и за подсобников, что, конечно же, энтузиазма не прибавляло. И была ещё особенность, на которую обратил моё внимание Виктор, обучая своему мастерству.

- Все кирпичи представляют собой не прямоугольники, а параллелепипеды. Поэтому класть надо или наклоном вперёд, или наклоном назад. Этот наклон надо чувствовать сразу и тут же перехватить кирпич, чтобы облицовочная сторона легла в руку, как тебе нужно... Перехватить – это значит жонглировать. Не раз кирпич падал мне на ноги, но я, в конце концов, научился подбрасывать его и перехватывать нужной стороной, даже не глядя. Но в Томске это умение оказалось напрасным, поскольку все кирпичи здесь оказались идеально ровными и у каждого обе стороны были облицовочными. Пришлось отучиваться от старой привычки, на что тоже требовалось время.

Жили мы в районе рабочих общежитий, который назывался почему-то Парижем. Столицу Франции мне не доводилось видеть, поэтому трудно было понять, чего больше в этом названии – сходства или контраста. Но все окраины города, наверное, схожи. Из окон гладкой двухэтажной коробки видны были поля, поделённые изгородями. Внутри каждой делянки торчала будка. Как нам вразумили, всем горожанам давали участок земли под картофель, а в незамысловатом строении хранились инвентарь. Урожаем пользовались и те, кто не пахал, и не сеял.

С ЧИСТОГО ЛИСТА

Как расхламить пространство перед Новым годом

Дом — это не отражение, а продолжение нас. Замечали, что после уборки и мытья полов дышится легче? И наоборот: когда в углу спальни свалена куча вещей, а ковёр весь в шерсти кота, то и чувствуешь себя неудобно? На носу Новый год, а значит самое время заняться личным пространством: навести порядок, избавиться от ненужного и освободить место для нового.

Как грамотно и экологично навести дома порядок расскажет организатор пространства **Марина Жалнина**. В 2021 году она прошла курсы и работала под руководством профессионального организатора пространства. Наш автор Эльвина Саркисова расхламила квартиру по её советам.

Для Узбекистана организатор пространства - профессия новая, поэтому коротко расскажем, чем может помочь такой специалист. Марина решает проблемы беспорядка в частных домах, в офисах и коммерческих помещениях.

Большинство её клиенток – женщины, которые ценят свои энергию и время, так как в грамотно организованной квартире тратится меньше времени на уборку, не теряются вещи в беспорядке и возникает чувство уверенности в бытовых вопросах. Также Марина проектирует мебель на основе привычек человека и его семьи, что помогает избежать беспорядка и захламлённости.

Что такое организация пространства?

Процесс состоит из трёх этапов:

1. **Расхламление** — это фундамент. Пока не уберём лишнее, не найдём место для нужного.

2. **Систематизация** или «каждой вещи своё место». Выстраиваем систему хранения.

3. **Оптимизация**. Смотрим, что удобно/неудобно в новой системе хранения, работаем над новыми привычками, чтобы сохранить порядок.

Хлам — не равно мусор, это те вещи, которые не приносят пользу, потеряли актуальность,

перестали радовать.

Если говорить про корейскую культуру, то ей близка концепция минимализма, так как чистота, аккуратность и порядок в доме всегда в приоритете. Это исторически обуславливалось укладом жизни народа. В пространстве немного вещей, так как захламлённость осложняет уборку, а экологичность крайне важна во всех сферах.

Поэтому для жителей Корейского полуострова намного ближе концепция осознанного потребления и незахламления пространства. Более подробно об этом можно прочитать в книге «Корейская уборка», автор Пак Хён Чжон.

В Узбекистане, как и на всём постсоветском пространстве, произошло смешение различных культур, вследствие которого тяжело сохранить исконные ценности. Плюс медиа оказывают сильное влияние на мышление, навязывая новые установки общества, в том числе в части потребления.

Выберите свою методику расхламления

1. **Хюгге** — метод пришёл из скандинавских стран и в переводе с датского означает «благополучие». Дания — одна из счастливейших стран в мире, что напрямую связано с образом жизни. Для датчан важны комфорт и уют, они хотят в родных стенах чувствовать себя спокойно и расслабленно. Расхламление позволяет сфокусироваться на настоящем и не цепляться за прошлое. Хюгге делает акцент на комфорте: вы оставляете те вещи,



с которыми хорошо, и убираете те, что вызывают негативные эмоции.

2. **Лагом** — это философия умеренности и баланса того, что человеку действительно необходимо. Например, когда будете перебирать посуду, посчитайте кружки и бокалы. При первом расхламлении я насчитала целых двенадцать (это подарки), при том, что живу одна. Такое количество мне не нужно. Оставила четыре для гостей, остальные восемь бокалов (а ещё две коробки посуды и четыре мешка одежды) передала в реабилитационный центр.

3. **КонМари** — самый популярный метод, введённый японским социологом Мари Кондо. Здесь подход больше духовный с основой на эмоциональное отношение к вещи. КонМари предлагает методику «Искры Радости». Предположим, перебирая одежду, вы взяли в руки рубашку и не почувствовали те самые искры радости. Значит вещь больше не нужна. Поблагодарите её за службу и отложите для дальнейшего распределения. Более подробно с методикой можно ознакомиться в нашумевшей книге Мари Кондо «Магическая уборка. Японское искусство наведения порядка дома и в жизни».

Поддерживаем порядок

После расхламления создаётся новая система хранения, где у каждой вещи будет своё место и предназначение. Теперь важно ввести в привычку поддержание порядка. Важно помнить:

• Расхламление — постоянный процесс, рекомендуется его проводить не менее двух раз в год во время смены сезонов.

• Придерживайтесь правила «1 in — 1 out» — одна вещь в дом, одна из дома.

• Делайте меньше импульсивных покупок, многие навязаны маркетинговыми акциями.

• Если вы поняли, что купленная вещь не нужна или не нравится, не стесняйтесь вернуть в магазин.

• Не принимайте у других ненужные им вещи, даже если отдают бесплатно.

Почему так тяжело расстаться с вещами

Кажется, расхламляться несложно, но, когда дело доходит до действий, часто возникает сопротивление. Это происходит из-за наших установок.

Вдруг пригодится. Самое большее количество вещей относится к этому убеждению. Оно говорит о страхе перед будущим. Мы ждём какую-то не самую приятную ситуацию, в которой понадобится данная вещь.

Оставляю вещь на потом. Сколько вещей у вас отложено со словами: «Когда похудею / выйду на работу / буду носить / дочитаю эту стопку книг»? Эти убеждения говорят о том, что жизнь поставлена на паузу, и

человек находится в ожидании гипотетического события в будущем. Но среди вещей «на потом» не остаётся места для вещей, которые приносят радость и удовольствие сейчас.

Дорогая вещь, мне жалко. Бывает, что после покупки дорогой вещи понимаешь, что она разочаровалась, не подходит, устарела и т. д. В таком случае нужно просто дать себе право на ошибку. Если вещь не пользуются — её цена равна нулю.

Это подарок — не хочу обидеть. Самая сложная установка, здесь идёт эмоциональная привязка к близкому человеку. Но важно понимать, что любой подарок — тоже вещь и этот статус он имеет только в момент дарения. Далее — ваша личная вещь.

Популярный или статусный хлам. Это вещи, которые навязываются рекламой или обществом. Часто речь идёт о различных гаджетах вроде овощерезок. В большинстве случаев человек может обойтись без них, но под влиянием рекламы или мнения окружающих захламляет свой дом.

5 шагов к самостоятельному расхламлению

Шаг 1 — определяем зону, в которой будем работать: полка, шкаф, целая комната. Чем больше она, тем больше времени

понадобится.

Шаг 2 — выбрасываем явный мусор: бумажки, фантики, поломанное, порванное, и т. д.

Шаг 3 — задаём правильные вопросы. Нравится ли вещь? Есть ли те самые искры радости? Пользуетесь ли вы ею? Так определяется функциональная составляющая. Например, есть растянутые старые треники. Они вам не нравятся, но в них удобно и тепло выгуливать собаку. Также имеется дорогое брендовое платье, купленное пять лет назад и надетое один раз на корпоратив, а сейчас оно пылится, но выбросить жалко.

Шаг 4 — распределяем вещи на отдать/продать/выбросить. Отдать и продать — это про осознанное потребление: возможность дать вещи вторую жизнь, осчастливить другого человека. Выбросить — самое лёгкое. Вещи можно выставить за символическую плату на торговых площадках, раздать знакомым, отдать нуждающимся семьям, или отвезти в реабилитационные центры.

Шаг 5 — определяем границы для вещей. Если у вас есть одна полка для одежды, то вся она должна там помещаться. В противном случае вещи начнут расплзаться по шкафу, по открытым поверхностям, и снова будет бардак.

Запускаем механизм

Уверена, что в сумках, кошельках, карманах обитают старые чеки, неактуальные списки покупок, рекламные флаеры. Психологи говорят, что после лёгкого удачного действия намного проще и приятнее совершать большие дела. Плюс, появляется азарт прибрать рабочий стол, потом кухню, следом спальню... И вот уже вся квартира освобождена от ненужного и лишнего, а соседская нуждающаяся семья получила коробку отличной одежды, книг и тарелок прямо на Новый год.

Желаем всем приятного новогоднего расхламления!

Эльвина САРКИСОВА,
фото автора



До уборки



После уборки

Астрологический прогноз на 2024 год

Наступающий год, по мнению известного российского астролога Павла Глобы, станет временем перемен, как на глобальном уровне, так и в личном плане. Многие почувствуют, что старые структуры и привычные методы не работают, это даст толчок инновациям и новому мышлению. В экономическом плане ожидается стабильность, однако потребуются бдительность в финансовых вопросах, а инвестирование в долгосрочные проекты принесёт свои плоды. В сфере отношений будут доминировать гармония и понимание. Здоровье и благополучие станут ключевыми темами года. Многие начнут искать способы улучшения качества жизни через физическую активность, питание или медитацию.



Овен

2024-й принесёт Овнам энергию и новые возможности. Энтузиазм и решительность, настойчивость и усердие помогут преодолеть преграды и достичь прогресса во всех сферах жизни.

В личных отношениях представителей знака также ждут перемены: одиноким повезёт в любви, однако следует проявить осторожность, сохранять голову и помнить о своей независимости. Необходимо уделять больше внимания партнёрам и закладывать прочный фундамент для будущего.

В финансовом плане 2024-й будет успешным для Овнов. Ваши предприимчивость и умение принимать риски помогут достичь финансового процветания, но не забывайте быть благоразумными и взвешенно управлять денежными потоками.



Телец

В наступающем году Тельцов ожидают большие перемены. Возможны некоторые вызовы, но терпение и настойчивость помогут преодолеть все трудности.

2024-й станет отличным временем для роста и развития профессиональных навыков. Не отказывайтесь от новых предложений! В личной жизни также вероятны перемены: от судьбоносной встречи до упрочения уже сложившихся отношений. Потребуется больше внимания уделять физическому и эмоциональному состоянию: занимайтесь спортом и выкраивай-

те время на отдых.

Не забывайте о долгосрочных намерениях и планах! Существует реальный шанс приблизиться к их воплощению, если усердно работать и верить в свою мечту.



Близнецы

Близнецам предстоит захватывающий и разнообразный год. Ожидаются новые возможности, увлекательные знакомства и проекты.

В первом полугодии будет сильно стремление к саморазвитию и обучению. Это время получения новых знаний и обретения новых навыков. Вам представится возможность продвинуться по карьерной лестнице. На пути к достижению цели вероятны преграды и трудности, не поддавайтесь сомнениям! Просто верьте в себя и слушайте интуицию.

Второе полугодие ожидается более спокойным и стабильным. Звёзды рекомендуют проявлять гибкость к меняющейся ситуации, что позволит покорить новые высоты в жизни и карьере.



Рак

Для Раков 2024-й станет благоприятным, если принимать обдуманные решения. Не планируйте на год грядущий поездки в далёкие страны.

Первая половина ожидается весьма плодотворной, все задачи будут с лёгкостью решены. После насыщенного событиями января наступит относительно спокой-

ный период с февраля по апрель. В мае представителям водной стихии придётся погрузиться в водоворот событий на работе, справиться с множеством дел дома или помогать пожилым родственникам. Тщательно планируйте доходы и расходы, что поможет приумножить капитал.

Начиная с июля, Раки начнут видеть изменения как в событиях, так и в людях вокруг. То, что раньше казалось привычным или чужим, откроется с совершенно с иной стороны.



Лев

Львов ожидает благоприятный год, но для достижения успеха необходимо приложить усилия.

Небесные покровители будут оберегать представителей этого знака. Особенно следует проявить осторожность при знакомствах с новыми людьми.

Весна станет лучшим временем для проявления лидерских качеств Львов. Летом и осенью появится желание рисковать, но делать этого категорически не стоит: тщеславие и самонадеянность могут подвести. Постарайтесь избегать необдуманных действий в октябре-декабре. Важно не идти на поводу у собственных эмоций, а сохранять способность к самоанализу и трезвость ума.



Дева

Дев ожидает период больших возможностей и перемен, новых вызовов и задач, способствующих личностному росту и развитию.

Вполне вероятны повышение или возможность занять новую интересную должность, причём труд и усилия будут замечены и оценены коллегами и начальством. Не бойтесь брать на себя больше ответственности и готовьтесь к новым проектам, уделяйте особое внимание деталям и избегайте прокрастинации.

Личная жизнь подвергнется изменениям. Для представителей знака, состоящих в браке или отношениях, ожидаются серьёзные дискуссии и принятие важных решений. Здоровье потребует особо-

го внимания, желательно избегать излишней нагрузки и стрессовых ситуаций. Помните, что ваше благополучие является фундаментом для достижения успеха в других сферах жизни.



Весы

В 2024 году Весы сумеют достичь глубокого понимания своих целей и мечтаний, что поможет им принимать решения и действовать с полной уверенностью.

Грядёт благоприятный период для начала новых проектов и реализации идей. В сфере карьеры и финансов ожидается рост: новые возможности и предложения появятся неожиданно, поэтому будьте открыты и готовы к ним. Сложности и препятствия возможны, но благодаря уравновешенности и гибкости мышления можно легко преодолеть любые проблемы.

В личных отношениях Весам необходимо уделять больше внимания своим партнёрам, быть открытыми для диалога, проявлять понимание и терпение.



Скорпион

В 2024-м Скорпионы проявят себя в иных сферах деятельности или творчества.

На протяжении всего года они озадачатся финансовыми вопросами. Однако проявленное упорство, настойчивость и твёрдый характер позволят достичь поставленной цели. В плане карьеры звёзды советуют рождённым под этим знаком развивать лидерские качества, накапливать знания, искать новое.

Личная жизнь будет походить на фейерверк. Новые знакомства обещают накал эмоций, устоявшиеся - напомнят итальянские страсти.

Звёзды рекомендуют Скорпионам трижды обдумывать каждый шаг, слишком велика вероятность разочарований.

Весной следует прислушаться к своему организму, заняться физической активностью, уделить больше внимания здоровью.



Стрелец

Грядущий год для Стрельцов – период саморазвития и новых открытий. Все полученные знания в будущем принесут не только материальный успех, но и обеспечат комфорт во всех сферах жизни. Звёзды не советуют делать вклады, открывать своё дело и менять сферу деятельности. В приоритете - накопление знаний и опыта. К концу года желательно завершить все начатые проекты, т.к. в скором времени откроются новые горизонты.

В первом полугодии ожидается подъём в личных отношениях, а вот в конце ноября возникнет желание отдохнуть от семейных забот. Для тех, кто ещё в поиске, летом появится реальная возможность встретить свою судьбу.

Стрельцы полны энергии, но не допускайте упадка сил! Полноценный отдых и психологический комфорт – гаранты прекрасного самочувствия.



Козерог

Наступающий год обещает Козерогам много работы и соответственно заслуженный успех. Первое полугодие пройдёт спокойно. Во втором возможны проблемы из-за изменения условий работы и сомнений в собственных способностях, в итоге победят разум и честолюбие. Начало года благоприятно для приобретения недвижимости или смены сферы деятельности. Прислушивайтесь к мнению сослуживцев, это сыграет добрую службу. Уровень вашего обаяния просто зашкаливает, потому что ухаживания и знаки внимания гарантированы! Одинокие представители знака встретят настоящую любовь.

В году грядущем Козероги периодически будут подвержены депрессиям и приступам хандры. Звёзды советуют почаще отдыхать, вести активный образ жизни, не пренебрегать занятиями спортом.



Водолей

Для Водолеев 2024-

й станет годом новых открытий, саморазвития, получения знаний и достижения целей. Это период поиска своего истинного места в жизни. Он сулит успех тем, кто занимается финансовой деятельностью. В середине мая - начале июня велика вероятность выигрыша в лотерею. Если в планах открытие своего дела или продвижение по службе, то можно смело двигаться вперёд.

Возможны глобальные изменения в личной жизни, вплоть до расставаний с партнёрами. Одинокие представители знака могут рассчитывать на внимание противоположного пола в конце мая - начале июля, в середине осени эта связь обещает перерасти в крепкие длительные отношения.

Здоровье в году грядущем не подкачает, лишь весной Водолеям стоит обратить внимание на снижение иммунитета, поэтому полноценно высыпайтесь и отдыхайте - всё придёт в норму.



Рыбы

Год принесёт множество новых впечатлений и полезных знакомств. Не бойтесь идти навстречу людям, знакомьтесь, общайтесь, возобновите старые связи.

Возможны неожиданности в виде крупных непредвиденных растрат, не отчаивайтесь! В конце зимы удастся не только рассчитаться с долгами, но и получить крупную прибыль. Весна-лето - благоприятное время для крупных сделок, покупки недвижимости и продвижения по службе.

В середине года у несвободных Рыб возможен курортный роман или просто флирт на стороне. Не стоит окунаться в новые чувства с головой, есть риск потерять партнёра.

В то же время одинокие представители знака вполне могут себе позволить завязать новые отношения, которые перерастут в крепкое чувство.

В предстоящем году Рыбам просто необходимо чаще отдыхать, но воздержитесь от шумных компаний! Свежий воздух и тихий загородный пейзаж - то, что нужно.

NAVIEN



Deluxe S



EQB



NCB 700

Газовые и Электрические котлы из Кореи



+998 71 202 30 30

navien.uz

KARDISE
ENGINEERING

Лидер в сфере проектирования и строительства.
**НАДЕЖНОСТЬ. КАЧЕСТВО.
СКОРОСТЬ.**

+998 93 389-13-12
+998 93 389-54-39

Уважаемые читатели! Началась подписная кампания на газету «Корейцы Узбекистана»
Оформить подписку можно в представительствах почтовых отделений связи Республики Узбекистан.
Подписной индекс издания - 142

РЕДАКЦИЯ НЕ НЕСЁТ ОТВЕТСТВЕННОСТИ ЗА СОДЕРЖАНИЕ РЕКЛАМНЫХ ОБЪЯВЛЕНИЙ,
КРОМЕ СЛУЧАЕВ, ПРЕДУСМОТРЕННЫХ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВОМ РУз

Главный редактор: Наталья Шек Редактор: Екатерина Цой Компьютерная вёрстка и дизайн: Владислав Тен	Лицензия № 1038 Издание зарегистрировано УзАПИ 03.10.2019 г. ISSN 2181-0621 Подписной индекс 142	Учредитель АККЦ РУз Объем 6 п/л ФАЗ	АДРЕС РЕДАКЦИИ 100116, Ташкент, ул. Ахангаранское шоссе, 11 Телефон для справок: (71) 230-70-57
		Тираж 1 000 экз.	Присланные материалы не рецензируются и не возвращаются
Газета отпечатана в типографии Ассоциации Корейских Культурных Центров Узбекистана Адрес: Ташкент, Яшнабадский район, Ахангаранское шоссе, 11	Заказ № 05	Наш сайт: koryo-saram.ru E-mail: uz.koryoin@gmail.com	Подписано в печать: 25.12.2023 г.