



ЯНВАРЬ

№ 1 (31) 2020

Мальтийский Вестник



На коньках — в историю!

На Мальте прошла премьера
ледового спектакля
«Шутовская свадьба»

стр. 14

Мсида

студенческий город
и яхтенный порт

стр. 30

С Новым годом!





EUROPEAN FOUNDATION
FOR SUPPORT OF CULTURE (EUFSC)



СЛОВО РЕДАКТОРА • СОДЕРЖАНИЕ

ПОЗДРАВЛЕНИЯ

С Новым годом! 2

НОВОСТИ

В ритме Мальты 4

Мальта: вчера,
сегодня, завтра 6

СОБЫТИЯ

Анонсы МРО 8

Москва, Мальта,
музыка...

В Москве прошло
второе грандиозное
турне Мальтийского
филармонического оркестра . . 10

Они это сделали!
На Мальте прошла
премьера ледового спектакля
«Шутовская свадьба» 14

«Дни мальтийской
музыки» в России.
Проект, который
объединяет 20

ПЕРСОНА

Любовь и ее отражения
Мальтийский архитектор
Ричард Ингланд о Борхесе,
московском метро и ощущении
пространства 24

ПОЗНАЙ СЕБЯ

В чем мое
призвание? 28

ИСТОРИЯ ОДНОГО ГОРОДА

Мсида —
студенческий город
и яхтенный порт 30

АРХИТЕКТУРА

Легенды мальтийской
архитектуры 32

МАЛЬТА ТУРИСТИЧЕСКАЯ

Кружевной веер —
символ Мальты 34

ЗДОРОВЬЕ И МЕДИЦИНА

Частый пульс:
лечить или
не лечить? 36

БУДЬ ЗДОРОВ

Как сохранить
суставы здоровыми? . . 40

МАЛЬТИЙСКАЯ ЛИТЕРАТУРА

Аманда Бузуттил.
Глубокий вдох 41

ТАЙНЫ МАЛЬТИЙСКОГО ЯЗЫКА

Стихи, парящие
над землей... 42

Передвижение
по стране 43

ЖИЗНЬ СО ВКУСОМ

Пикантная зима
на Мальте 44

Дорогие читатели!

Сегодня — самое подходящее время ра-
доваться культурным событиям и на-
шим победам. Перед вами свежий но-
мер журнала «Мальтийский Вестник».

Главная его тема — человек в куль-
туре, и эта тема неисчерпаема! Мы
рады и горды, что героями наших
журналистских материалов становят-
ся замечательные люди — професси-
оналы своего дела, незаурядные лич-
ности, обаятельные собеседники.

Духовность, принципы воспита-
ния, уважение к традициям как нель-
зя лучше способствуют созиданию.

Культура по-прежнему остается
для нас единым, неделимым, незы-
блемым источником и результатом
вдохновения. А вера в завтрашний
день способствует и укрепляет наш
жизненный путь в новом году.

Поздравляю вас с прошедшими
и наступающими праздниками!

Желаю вам, дорогие читатели, здо-
ровья, ну а более счастливыми, наде-
юсь, поможем стать вам мы.

Поздравляю и выражаю свою благо-
дарность всей нашей редакции и всем
замечательным людям, которые спо-
собствуют развитию журнала «Маль-
тийский вестник».

Мы уверены, что вам интересно все,
что мы собираем под каждой облож-
кой с любовью и надеждой на разви-
тие сферы культуры и искусства.

Счастья вам, дорогие читатели,
в новом 2020 году!

*Искренне ваша, главный редактор
журнала «Мальтийский Вестник»,
Нина Рябченко*

МАЛЬТИЙСКИЙ ВЕСТНИК

Издатель: Мальтийско-российский фонд дружбы;

Журнал зарегистрирован в Департаменте информации Мальты. Свидетельство о регистрации СМИ: OPM Press 01/17 от 24 мая 2018 года

Главный редактор: Нина Рябченко;

Макет и дизайн: Андрей Воронин, Владимир Мартынович, Сергей Новоселов; **Корректор:** Надежда Жуковская;

Контактные данные и размещение рекламы: malteseherald@gmail.com +(356)27877705; Web: maltavest.com

Партнер: Европейский фонд поддержки культуры.

Воспроизведение полностью или частично без письменного разрешения Издателя запрещено. Мнения, высказанные в «Мальтийском Вестнике», а также его содержание не обязательно отражают мнение Издателя или Редактора. Несмотря на то, что все внимание было обращено на обеспечение правдивости и точности, Редактор и Издатель не несут ответственность за ошибки и упущения в статьях, рекламе, иллюстрациях или фотографиях. © 2019

С Новым годом и Рождеством!



Владимир Ардалионович Малыгин

Чрезвычайный и Полномочный посол Российской Федерации на Мальте

— Уважаемые соотечественники, дорогие друзья! От всей души поздравляю вас с наступающим Новым 2020 годом и Рождеством.

Россия намерена и далее продолжать курс на развитие конструктивных, взаимовыгодных и разносторонних отношений с Мальтой на благо наших народов. Мы готовы твердо отстаивать интересы Отечества на международной арене, сделать все от нас зависящее, чтобы Россия была сильной и процветающей страной.

Хочу отметить важную роль проживающих на Мальте российских соотечественников в сохранении здесь, вдали от Родины, русской культуры, языка и традиций.

Пусть Новый год будет щедрым на добрые вести, станет годом дальнейшего укрепления и развития взаимных связей и сотрудничества, претворения в жизнь новых планов, идей и свершений, а светлый праздник Рождества принесет удачу и благополучие вам и вашим близким.



Джозеф Каллейя

Оперный певец

— Я желаю счастливого Нового года и Рождества всем читателям журнала «Мальтийский вестник»!

У меня остались потрясающие впечатления от недавнего выступления в рамках тура Мальтийского филармонического оркестра в Москве, в концертном зале «Зарядье» — я был просто в восторге. С нетерпением жду возможности вернуться.

Пусть в новом году нас ждут такие же прекрасные проекты, и их будет еще больше!

Алексей Ягудин

Олимпийский чемпион 2002 года, четырехкратный чемпион мира, трехкратный чемпион Европы, двукратный чемпион мира среди профессионалов

— Новый год для меня — самое волшебное время. Это семейный праздник, кроме того, мы всегда стараемся создать атмосферу сказки, непредсказуемости, фей, волшебников для своих детей. Когда создаешь эту атмосферу, находишься в ней и понимаешь, что рано или поздно у наших дочерей начнется взрослая жизнь. Но чем дольше мы сохраним их в ощущении сказки, тем лучше.

Я ничего не загадываю, потому как, что бы ты ни представлял и ни загадывал, пока не поднимешься и не пойдешь действовать, ничего не будет. Действуйте, и счастья вам в новом году!



Юрий Александрович Розум

Российский пианист, народный артист России, лауреат международных конкурсов, президент Международного благотворительного фонда Юрия Розума, академик РАЕН, профессор Российской Академии музыки им. Гнесиных и Московского Государственного Института музыки им. Шнитке:

— Дорогие читатели «Мальтийского вестника»! Очень рад поздравить вас с наступающим 2020-м годом. В этом числе — 2020 — есть какая-то особая гармония и симметрия. Не знаю, что сказали бы нумерологи, но мне бы хотелось, чтобы эта красота чисел принесла в нашу жизнь красоту человеческих отношений, гармонию внутреннюю и внешнюю, как в отношениях между людьми, так и между нашими странами. Я бы очень хотел, чтобы отношение к России в мире изменилось, и наше Отечество стали воспринимать как должно: как страну, которая готова делиться с дру-

гими высочайшим искусством. Великими произведениями Пушкина, Чайковского, Айвазовского, Рахманинова... Вот главная наша сила! Мир должен видеть именно эти стороны.

Мне очень хочется пожелать мальтийско-русскому сообществу дружбы, понимания и объединения. Надеюсь, что у меня будет возможность выразить уважение и любовь и к Мальте, и к моим мальтийским друзьям через музыку, потому что наше творческое общение всегда приносит колоссальную радость и вдохновение. С Новым годом, дорогие друзья! С новым счастьем!



Дмитрий Дибров

Академик Российской Академии телевидения

— На Мальте кажется, что время остановилось. В замках неторопливо текут рыцарские беседы. Солнце здесь тоже застыло в зените, и русским незачем наглухо застегивать северные одежды. Напротив, здесь соотечественника встречают душой нарастающе, будто история России и не покидала эпоху высоких времен. Каждую секунду на Мальте я вспоминаю поэта: «И люди там застенчивы и мудры. И небо там, как синее стекло. И мне, уставшему от лжи и пудры, мне было с ними тихо и светло». Но впечатление обманчиво: русская жизнь на Мальте полна событий. Время в русском сообществе вовсе не застыло, а стремглав мчится навстречу новым музыкальным, литературным, артистическим событиям. Я знаю, как много планов на 2020-й у Европейского Фонда Под-



держки Культуры, в орбиту которого я был вовлечен Константином Ишхановым и народным артистом России Юрием Розумом, о чем сегодня вспоминаю с благодарностью. Заполнены календари и у многих других центров русской культуры на Мальте. Пусть 2020-й увидит яркое воплощение этих планов!

Илья Авербух

Всемирно известный фигурист, серебряный призер Олимпийских Игр, чемпион мира и Европы, четырехкратный чемпион России, продюсер уникальных ледовых спектаклей

— Я счастлив, что мы создали этот первый проект на Мальте. Теперь мы — часть истории, и Мальта в нашем сердце тоже будет навсегда. Хочется, чтобы в наступающем году у «Мальтийского вестника» были только хорошие новости. Желаю процветания этому замечательному изданию. Надеюсь, что это не последний такой наш проект, и мы будем продолжать и продолжать!



Денис Мацуев

Пианист-виртуоз, общественный деятель, Народный артист РФ

— Поздравляю читателей «Мальтийского вестника» с новым годом! Желаю добра, мира и чтобы в сердце всегда звучала музыка! Ваш Денис Мацуев.

ГЛАВНАЯ НОВОСТЬ

За вклад в музыкальную культуру



ПРЕЗИДЕНТУ ЕВРОПЕЙСКОГО ФОНДА ПОДДЕРЖКИ КУЛЬТУРЫ КОНСТАНТИНУ ИШХАНОВУ В ЧИСЛЕ ПРОЧИХ РОССИЙСКИХ ЗНАМЕНИТОСТЕЙ ВРУЧИЛИ МЕДАЛЬ «ЗА ВКЛАД В МУЗЫКАЛЬНУЮ КУЛЬТУРУ». ТОРЖЕСТВЕННАЯ ЦЕРЕМОНИЯ ПРОШЛА В БОЛЬШОМ ЗАЛЕ МОСКОВСКОЙ КОНСЕРВАТОРИИ 3 ДЕКАБРЯ.

Вручение награды было приурочено к праздничным мероприятиям, посвященным 160-летию со дня рождения композитора и дирижера, выдающегося педагога Михаила Ипполитова-Иванова и 100-летию Государственного музыкально-педагогического института (ГМПИ), носящего его имя. Торжественная церемония награждения прошла в рамках грандиозного гала-концерта с участием звезд мирового исполнительского искусства, среди которых были такие известные музыканты, как Максим Венгеров, Рена и Виктория Шерешевские, Валерий Ворона, Полина Осетинская, Филипп Копачевский, Борис Андрианов. С вручением наград, а также с юбилеем друзей и выпускников Ипполитовки поздравили со сцены народный артист России Дмитрий Бертман, дирижер Юрий Башмет, пианист Даниил Крамер и другие заслуженные деятели культуры.

Помимо Константина Ишханова, медали за вклад в развитие музыкальной культуры получили известный пианист Борис Березовский, художественный руководитель музыкального театра «Геликон-опера» Дмитрий Бертман, глава фонда «Музыкальный Олимп», композитор и телеведущая Ирина Никитина, ведущий программ на радио «Орфей» Йосси Тавор.

«У всех этих людей, конечно же,

очень много наград государственных, но мне кажется, что общественная награда — это нечто большее. Она прежде всего выражает любовь общества к этим людям, а в России процентов 70 культуры пока еще делается энтузиастами», — сказал об обладателях почетных наград дважды лауреат премии Grammy, скрипач Максим Венгеров.

Кроме этого, ректор ГМПИ, заслуженный деятель искусств Валерий Ворона вручил мантии профессоров института имени М. М. Ипполитова-Иванова Максиму Венгерову, Юрию Башмету, народному артисту СССР Юрию Симонову, профессору Парижской высшей школы музыки имени А. Корто Рене Шерешевской, народному артисту РСФСР Михаилу Воскресенскому и народной артистке СССР певице Алле Пугачевой.

Почетная медаль за вклад в музыкальную культуру — одна из престижных премий, учрежденных Фондом «Русское исполнительское искусство», президентом которого является ректор музыкального института имени М. М. Ипполитова-Иванова Валерий Ворона. Обладателями награды в разные годы были известные меценаты, деятели культуры, представители деловых кругов. Среди них певец Иосиф Кобзон, советский певец и композитор Полад Бюльбюль оглы, сопредседатель Российско-итальянского Форума-диалога по линии гражданских обществ Владимир Дмитриев, вице-президент Московского международного нефтяного клуба Тогрул Багиров, ректор Московской консерватории Александр Соколов, легендарный директор Большого зала консерватории Владимир Захаров и многие другие.

Лучшие хоры Европы на Мальте



27 ПЕВЧЕСКИХ КОЛЛЕКТИВОВ ИЗ БОЛГАРИИ, ЭСТОНИИ, ЛИТВЫ, ИРЛАНДИИ, ГРЕЦИИ, ИТАЛИИ, АНГЛИИ И МАЛЬТЫ ПРИНЯЛИ УЧАСТИЕ В МАЛЬТИЙСКОМ МЕЖДУНАРОДНОМ РОЖДЕСТВЕНСКОМ ФЕСТИВАЛЕ ХОРОВ, КОТОРЫЙ ПРОХОДИЛ С 6 ПО 8 ДЕКАБРЯ 2019 Г.

Фестиваль был организован объединением местных консульств Regjun Tramuntana во второй раз. Его площадками стали церковные соборы Дингли, Мджарра, Нашшара, Рабата, Меллихи и других мальтийских городов. Финальную ночь хоров принял Собор Вознесения Девы Марии в Мо-сте. Здесь выступили 20 коллективов, пение под сводами самого большого собора Мальты (третьего по величине в Европе) звучало в течение пяти часов без перерыва. По словам участников фестиваля, быть в хоре — значит быть частью общности, говорить на одном языке — языке хорового пения с людьми, которые разделяют этот интерес. Это особенно важно в наш век индивидуализации, когда мы прячемся от мира за экранами компьютеров и мобильных телефонов.

«Мальтийский архипелаг хранит традиции хорового пения, — подчеркнули организаторы фестиваля, — и мы рады возможности продемонстрировать наши таланты и обменяться опытом с представителями других стран».

Следующий Мальтийский международный рождественский фестиваль хоров пройдет с 4 по 6 декабря 2020 года.



И вот она, нарядная!



ЖИТЕЛИ ГОЗИТАНСКОЙ ДЕРЕВНИ СОЗДАЛИ ИЗ 4000 ОГНЕЙ САМУЮ БОЛЬШУЮ ЕЛКУ НА МАЛЬТИЙСКОМ АРХИПЕЛАГЕ — 180-МЕТРОВУЮ КРАСАВИЦУ, ПО НЕКОТОРЫМ ЗАЯВЛЕНИЯМ, МОЖНО УВИДЕТЬ ИЗ САМОЛЕТА. О появлении рождественского украшения одной из первых сообщила министр Гозо Джастин Каруана, опубликовав на странице в Facebook фотографию холма, где расположилась елка, с надписью: «И снова с нами!».

Рождественское дерево создали жители деревни Керим. В прошлом году елку из огней разрушили через несколько дней после установки, десятки огней были украдены. Но это не помешало гозитанцам снова «нарядить» самую большую елку.

Тостер и швейная машинка для благого дела



МАЛЬТИЙСКИЙ АЭРОПОРТ СОБРАЛ €12 000 НА БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОСТЬ, УСТРОИВ АУКЦИОН ПОТЕРЯННЫХ И НАЙДЕННЫХ ВЕЩЕЙ — СООБЩАЕТ TIMES OF MALTA.

Ежегодно в мальтийском аэропорту владельцам возвращают около 800 утраченных предметов. Предметы, которые остаются невостребованными, в конечном итоге находят новых хозяев на ежегодной благотворительной акции, проводимой на протяжении последних девяти лет. В этом году в аукционе приняли участие более 200 участников. Было представлено 86 лотов, которые варьировались от обычных ремней и солнцезащитных очков до более самых неожиданных предметов, включая тостер и швейную машинку. Вся собранная сумма будет передана хоспису Мальты.

Один в поле не воин, но двое — команда

На Мальте открыли сезон квизов

СПОРЫ О ТОМ, ГДЕ ПРОХОДИТ ГРАНИЦА МЕЖДУ СЛИМОЙ И СЕНТ-ДЖУЛИАНСОМ, ЗВУКИ ЗАСТАВКИ СЕРИАЛА «ТЕОРИЯ БОЛЬШОГО ВЗРЫВА», ЦИТАТЫ ИЗ «СВАДЬБЫ В МАЛИНОВКЕ» И «МИМИНО», ПОПЫТКИ ОПРЕДЕЛИТЬ, В КАКОМ ГОРОДЕ МАЛЬТЫ НАХОДИТСЯ ТА ИЛИ ИНАЯ ЦЕРКОВЬ, — ВСЕ СМЕШАЛОСЬ В КАРАОКЕ-БАРЕ D'AMICI, ГДЕ 4 ДЕКАБРЯ ПРОШЛА ПЕРВАЯ ИГРА СЕЗОНА РУССКОЯЗЫЧНЫХ КВИЗОВ НА ОСТРОВЕ

В первой игре сезона приняли участие семь команд: «Крики Мартина», «Суровое соленье», 5 Stars, «Нас не догонят», Printagram, Warda и Googled. Приглашая к участию в игре, организаторы объявили, что «двое — уже команда», Ольга Даффи и Ирина Буджея (представительницы команды «Нас не догонят») последовали этому призыву и сыграли вдвоем (что свидетельствует о том, что, если вы хотите принять участие в квизе, достаточно найти одного друга, который разделит ваш интерес к интеллектуальным развлечениям).

Шесть раундов по десять вопросов в каждом определили победителя первой игры сезона квизов на русском языке, точнее, победителей, потому что равное (и наибольшее) количество баллов набрали две команды: 5 Stars и «Крики Мартина».

По словам организатора и автора вопросов Артура Курвитса, мальтийская тематика в конкурсах присутствует, как правило, на каждой игре, «поскольку мы все-таки находимся на Мальте, и задача квиза не просто развлекать людей, но дать дополнительную информацию, которая может пригодиться, особенно тем, кто собирается и дальше жить на Мальте. Составляя вопросы, я ориентируюсь



на игроков, которые приходят к нам на квиз, на то, что было бы им интересно. При этом нужно соблюдать баланс: нет смысла делать очень сложные вопросы, люди должны получить удовольствие от игры. Вместе с тем, задания должны быть интересными, чтобы спортивный интерес все-таки оставался, и игроки соревновались за победу. В этот раз собрались все самые сильные команды, которые уже играли и в местном турнире «Что? Где? Когда?», и я очень доволен, что так много участников первого квиза, надеюсь, и в следующий раз будет не меньше».



ВЫСТАВКА



Выставка Exomind Deep Water

Сады Бускетт

12 октября — 31 января 09:00–15:00

Пьер Юиг — современный французский художник, который живет и работает в Париже. Обладатель Hugo Boss Prize-2002 «За достижения в современном искусстве». Пьер Юиг изучает пространство реальности и вымышленного. Его творческие работы включают интерактивные инсталляции и видеофильмы. Как-то раз он перекопал парк в Карлсруэ, чтобы устроить там новый парк сюрреалистических аттракционов. В 2005 году Юиг совершил путешествие к Южному полюсу с целью найти неизведанный остров и обнаружить редкого пингвина-альбиноса. После возвращения художник превратил каток Оллмен-Ринк в Центральном парке в Нью-Йорке в арт-пространство, устроив театрализованное ночное представление под названием A Journey That Wasn't («Путешествие, которого не было»), основанное на его опыте путешествия в Антарктиду. В представлении использовались дым-машины, роботы-пингины, а также участвовал живой оркестр. В 2019 году эта работа была продемонстрирована в Пушкинском музее в Москве.

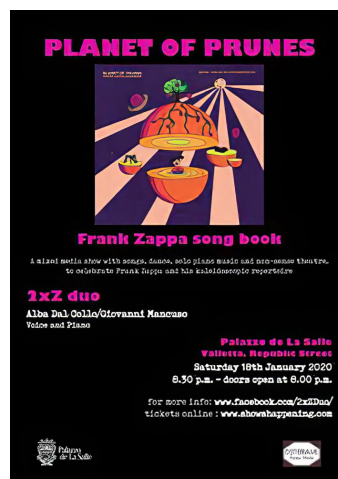
«Маршрут своего путешествия Пьер Юиг раскладывает в виде географических координат, а затем с помощью специальной программы превращает эти координаты в музыкальные звуки и таким образом создает произведение», — рассказали кураторы московской выставки.

Скульптуру современного французского художника (которого уже называют классиком XX века) можно найти на Мальте в садах Бускетт. Скорчившаяся женская фигура, голова которой скрыта ульем, домом для колонии пчел, которые находятся в постоянном процессе строительства и расширения своей структуры. Таково обращение создателя скульптуры к идее эко-разума. Дальнейшую трактовку мы оставляем для постмодернистского восприятия зрителей.

Выставка Deep Water Пьера Юига организована Malta International Contemporary Art Space (MICAS) в сотрудничестве с галереями Serpentine Galleries, Лондон, Великобритания.

Дополнительная информация: info@micas.art

КОНЦЕРТ



Planet of Prunes

Palazzo de la Salle, Валлетта

18 января, 20:00–22:00

Если верно, что «без отклонения от нормы прогресс невозможен», то верно и то, что известная цитата Фрэнка Заппы продолжает: «Чтобы успешно отклониться от нормы, нужно хотя бы мимоходом познакомиться с той нормой, от которой человек ожидает отклониться». Фрэнк Заппа обладал необычайным знанием этой «нормы»: подчиняя любые музыкальные материалы, идеи или интуиции дисциплине, он создает внушительный корпус «композиций». Он обращается не только к музыкальным произведениям, но использует и другие формы творческой коммуникации. «Планта чернослива» — новый проект дуэта 2 x Z, посвященный репертуару Заппы.

От ранних ироничных песен 60-х до замысловатых ритмических линий 70-х, от более поздних произведений до редких оригинальных версий партитур, Дуэт 2 x Z представляет шоу песен, танца, сольной фортепианной музыки и театра, посвященный одному из самых оригинальных композиторов нашего времени. Подробности на сайте: www.artsmalta.org

ФЕСТИВАЛИ



Valletta Baroque Festival

10–25 января

В восьмой раз Мальта встретит фестиваль барочной музыки Valletta Baroque Festival, главной площадкой которого станет старинный Мануэль Театр. Кроме того, концерты фестиваля пройдут в Соборе Святого Иоанна, во Дворце Вердала, Дворце Сан-Антон, Палаццо Паризио, в Археологическом музее, в церковных соборах Рабата — всего в программе заявлено 17 площадок. Две недели будут наполнены музыкой ушедшего времени, которая на время оживает на средиземноморском острове, хранящем пышность барочной эпохи. Кроме барочной музыки, гостей фестиваля ждет музыкальная

лекция одного из самых известных британских лекторов и музыкального критика Сэнди Бернетта, который будет комментировать исполнение кантат Баха. Представители танцевального коллектива Moveo продемонстрируют коллекцию танцевальных движений французских и итальянских сюит. Зрители перенесутся в то время, когда сотрудничество между музыкой и танцем процветало, демонстрируя то, что композиторы и мастера танца эпохи барокко считали совершенной гармонией художественного выражения. Подробная программа на сайте www.vallettabaroquefestival.mt

ЭКСКУРСИЯ

Typ Msida Bastion

4 января, 10:00–11:30

Один из самых атмосферных садов Мальты находится на бастиионе Мсиды — это протестантское кладбище XVII века, где были похоронены британские военные, чиновники, коммерсанты и члены их семей, а также один из самых известных мальтийцев — Микель Антон Вассалли (1764–1829) — «отец» мальтийского языка.

Кладбище и сад были восстановлены благодаря усилиям представителей фонда Din l-Art Helwa, в 2004 году здесь был открыт небольшой музей. Об истории парка расскажут на экскурсии, начало которой запланировано на 10 утра. Участие в экскурсии нужно забронировать, написав на почту wardengor@gmail.com



РОЖДЕСТВЕНСКИЙ ВЕРТЕП



Palazzo Ferreria, Валлетта

7 декабря 2019 — 5 января 2020, 9:30–19:00

Рождественские праздники — это удивительное время на Мальте и Гозо. Выставки мальтийских вертепов проходят во всех городках и деревнях архипелага. Эта прекрасная традиция только крепнет с годами. Мастера с гордостью демонстрируют созданные ими

«preserju». В некоторые из них встроены сложные механизмы, и деталями, которые требуют сложной многочасовой работы. Одна из таких выставок — выставка Мальтийской ассоциации создателей вертепов — проходит в Валлетте до 5 января 2020 года

ИНСТАЛЛЯЦИЯ



Шехерезада

Valletta Contemporary, Валлетта

13 декабря 2019 — 14 января 2020, 19:30

Сольное шоу известного местного художника Чарли Гаучи превратит музей современного искусства Valletta Contemporary в пространство для инсталляции, построенной вокруг концепции лондонского ночного клуба Soho.

Эта выставка не является исторической репродукцией прошлого. Художник обращается к вопросам женской идентичности, избегая при этом сентиментальности.

РУССКАЯ
RUSSIAN

ТРАПЕЗА
FOODS

Gorg Borg Olivier Street, Sliema, tel: 79 03 02 03

Мы поставляем наши продукты в следующие магазины:

Sliema

- Russian Supermarket,
- Gorg Borg Olivier Street
- Tower Supermarket,
- High Street
- Sliema Minimarket,
- The Strand
- Strand Gifts & More,
- The Strand
- Meats and Eats, Dingli Street
- NEW! Quick Shop,
- The Strand

San Gwann

- Vegimania, Triq Birkirkara

St Julians

- Arkadia Food Store,
- Portomaso
- Arkadia Food Express,
- Paceville
- Park Towers Supermarket,
- Gorg Borg Olivier Street
- NEW! Park Towers Supermarket, Spinola
- Basic Food & Drinks,
- Triq il-Qaliet
- Qmarket, Eliza Zammit Street,
- Paceville
- Metro Beverages, Triq San Gorg, Paceville,

KT Store, Triq il-Wilga, Paceville

Bugibba

- Amro Minimarket,
- Triq il-Hgejjeg
- NEW! Eurosafer Supermarket, Triq Censu Tanti

Qawra

- Troies Supermarket, Tourist Street
- RCG Confectionery, Tourist Street

Swieqi

- Lifestyle Store, Swieqi Road

Ibragg

- Greens Supermarket,
- Triq l-Uqija

Birzebbuga

- NEW! Bay Food Store, Pretty Bay

Mellicha

- Valyou Supermarket,
- Triq il-Kbira
- Luna Minimarket,
- Triq il-Qarnit

Mosta

- Pama Supermarket,
- Triq Valletta

Naxxar

- Valyou Supermarket,
- Parish Street

Birkirkara

- Smart Supermarket,
- Naxxar Road

Santa Venera

- Park Towers Supermarket,
- Psaila Street

Gzira

- I&M Store, Manoel de Vilhena Street
- NEW! Brothers Confectionery,
- Ponsombly Street

Qormi

- Pavi Supermarket,
- Triq Manuel Dimech
- Showpiece Supermarket,
- Triq l-Imdina

Marsaskala

- Sugar & Spice,
- Triq il-Qaliet
- Honey Corner,
- Triq il-Qaliet
- St Thomas Supermarket,
- Triq il-Qaliet
- Hasta la Vista Supermarket,
- Triq Sant Antnin

ПОСТУПЛЕНИЕ СВЕЖИХ ПРОДУКТОВ КАЖДУЮ НЕДЕЛЮ!

МНОГО НОВЫХ ПРОДУКТОВ
В НАШЕМ ОНЛАЙН МАГАЗИНЕ!
www.russianfood.eu
Бесплатная доставка заказов
от €50 в любую точку Мальты

[FACEBOOK.COM/RUSSIANSUPERMARKET](https://www.facebook.com/russiansupermarket)



5 января

Президентский новогодний концерт

Средиземноморский
конференц-центр (Валлетта)

19:30

Музыка Иоганнеса Брамса, Людвиг ван Бетховена, Жоржа Бизе и Чарльза Камиллери прозвучит на традиционном Президентском новогоднем концерте. В этот вечер Мальтийский филармонический оркестр выступит под управлением Алана Киркопа. Солировать будет меццо-сопрано Марвик Монреаль. Певческую карьеру Марвик начала, будучи студенткой Мальтийского университета. Она получила образование в Королевской академии музыки (Royal Academy of Music) и выступала на одной сцене с такими мэтрами, как Пласидо Доминго и Джозеф Каллейя.



11 января

Карманные симфонии

Концертный зал Роберта Самута (Флориана)

19:30

Они сошлись — электроника и классика. Современный немецкий композитор, продюсер, аранжировщик и электронный музыкант Свен Хельбиг на одной сцене с мальтийской пианисткой Шарлин Фарруджиа и Мальтийским филармоническим оркестром.

Свен Хельбиг известен своими оркестровыми аранжировками для Rammstein и Pet Shop Boys, а также мультимедийными проектами с участием симфонических оркестров. Так, он создал высотный Symphony к 800-летию Дрездена, во время которого музыканты оркестра сидели на отдельных балконах дома в восточногерманском стиле.

11 января на Мальте прозвучат «Карманные симфонии» (Pocket Symphonies) Хельбига, — цикл из 12 произведений для оркестра длительностью около трех минут каждое. Дебют «Карманных симфоний» несколько лет назад анонсировался роликом, демонстрирующим процесс родов, с финальными титрами: «Классика возрождается».

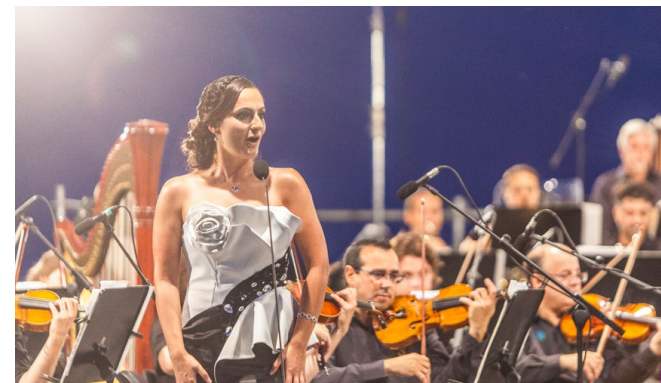
14 января

Вдохновленные барокко

Манозль Театр, Валлетта

19:30

Мальтийский филармонический оркестр примет участие в Фестивале барочной музыки в Валлетте, исполнив произведения Рихарда Штрауса, Луиджи Манчинелли, Доменико Чимароза. Также на фестивале будут исполнены произведения современных композиторов Андреа Готтарделло и Карла Фиорини, которые вдохновлялись эпохой барокко.



17 января

Концерт Hodon Fjuri Lil San Publiju

Коллегиальная церковь Святого Павла, Рабат

19:00

Кантата Hodon Fjuri lil San Publiju была создана по заказу газеты Il-Furjana, в честь 400-летия (1610-2010) провозглашения Епископом Томасом Гаргалло Святого Публия покровителем и защитником Мальты, а также 200-летия (1811-2011) с тех пор, как мальтийский скульптор Винченцо Димех вырезал статую Святого Публия из дерева. Премьера кантаты состоялась 29 января 2010 года в Соборе Святого Иоанна.



25 января

Концерт Gran Partita

Зал Роберта Самута (Флориана)

19:00

В исполнении Мальтийского филармонического оркестра под управлением Майкла Лауса прозвучит Серенада №10 си-бемоль мажор для духовых Gran Partita Вольфганга Амадея Моцарта. Серенада си-бемоль мажор К. 361 (370a), написанная Вольфгангом Амадеем Моцартом для двух гобоев, двух кларнетов, двух бассетгорнов, четырех валторн, двух фаготов и контрабаса. Эту Серенаду сейчас можно назвать не самым известным произведением австрийского гения, но при жизни Моцарта она была популярна и перекладывалась анонимными музыкантами для других составов: части I, II, III и VII — для струнного квинтета, все части — для стандартного ансамбля «гармонической музыки» (двух гобоев, двух кларнетов, двух фаготов и двух валторн).



22 января

Концерт «Китайский Новый год»

Средиземноморский
конференц-центр (Валлетта)

19:30

Концерт — одно из многочисленных мероприятий по празднованию Китайского Нового года, проходящих в январе 2020 года в более чем 100 странах мира. Благодаря традиционным китайским инструментам и музыке китайских композиторов (Ли Хуанжи, Ли Зилли) — это идеальная возможность познакомиться с китайской музыкой и культурой — заявляют организаторы. Кроме того, в концертной программе прозвучат произведения Петра Ильича Чайковского и Чарльза Камиллери.



31 января

AGAPE Festival

Коллегиальная церковь Святого Павла, Рабат

19:30

Мальтийский филармонический оркестр под руководством Кристофера Муската примет участие в ежегодном фестивале AGAPE. В программе концерта заявлены композиции европейских и мальтийских композиторов, а также саундтрек к фильму «Павел, апостол Христа» словацкого композитора Филиппа Олейки. Вход на концерт бесплатный, для получения дополнительной информации посетите www.fondazzjonipaulus.org

Москва, Мальта, музыка...



В Москве прошло второе грандиозное турне Мальтийского филармонического оркестра

Звезды мировой классической сцены, четыре легендарных зала российской столицы, произведения русских, европейских и мальтийских композиторов — Мальтийский филармонический оркестр с 21 по 27 ноября 2019 года дал четыре концерта в Москве. Мероприятие происходило в рамках тура «Объединение культур» (MPO Moscow Tour — A Union of Cultures), организованного Европейским Фондом Поддержки Культуры совместно с Мальтийским филармоническим оркестром, в партнерстве с Ассоциацией поддержки культурных инициатив (АПКИ), под патронатом Президента Мальты.

Музыканты МФО посетили Москву во второй раз. В прошлом году Мальтийский филармонический оркестр представил концерты в российской столице в рамках тура MPO Valletta 2018 в России и США.

Джозеф Каллейя, «Очи черные» и «Зарядье»

Первый концерт тура «Объединение культур» принял новый московский концертный зал «Зарядье». «Прекрасное место для выступлений, — отметили музыканты мальтийского коллектива, — очень хорошая акустика, пожалуй, один из лучших концертных залов в нашей практике».

На сцене «Зарядья» пел мальтийский тенор, легенда средиземноморского острова Джозеф Каллейя, который перед туром отрекомендовал московскую аудиторию как одну из любимых, и она ответила взаимностью: на бис его требовали четыре раза. Одной из композиций стал романс «Очи черные». Зал рукоплескал стоя.

Визуальная музыка в ММДМ

23 ноября Московский международный дом музыки принял второй концерт тура Мальтийского филармонического оркестра. Солировал в этот вечер один из самых медийных скрипачей современности, получивший международное признание, победитель Конкурсов Королевы Елизаветы

в Брюсселе и Иегуди Менухина в Женеве — скрипач Рэй Чен.

Концерт открыла «Праздничная увертюра» для симфонического оркестра мальтийского композитора Кристофера Муската. Затем в исполнении Рэя Чена прозвучало сочинение современного американо-мальтийского композитора Алексея Шора «Фантазмы» (Phantasms), за которой последовали «Интродукция и Рондо-каприччиозо» Камиля Сен-Санса и Пятая симфония П.И. Чайковского.

Мальтийский филармонический оркестр выступил под руководством заслуженного артиста Республики Армения, главного дирижера Государственного симфонического оркестра Армении, маэстро Сергея Смбаатяна, который с недавнего времени занял пост главного дирижера МФО.

«В Москве в числе прочих мы представили произведения современного американо-мальтийского композитора Алексея Шора — это очень визуальный композитор, его музыка легка для восприятия, публика тепло встречает его композиции. Мы всегда с удовольствием исполняем его новые произведения, он очень продуктивный композитор», — рассказал Джакомо Мачелло, музыкант Мальтийского филармонического оркестра.

Маттео Коломбо

Музыкант Мальтийского филармонического оркестра

У нас было фантастическое турне. Мы играли в самых знаменитых залах Москвы вместе с фантастическими солистами, такими как Рэй Чен, Шломо Минц. Я был счастлив выступать с Джозефом Каллейей и поработать с Сергеем Смбаатяном.

Это был нелегкий период: мы играли четыре разные программы за ограниченный промежуток времени.

Невероятные эмоции я испытывал, исполняя Чайковского в Москве, это был прекрасный эксперимент — играть музыку русского композитора у него на Родине. Кроме других, мы исполнили произведения современных композиторов Шора и Камиллери. Они очень разные: произведения Камиллери основаны на мальтийском фольклоре, а Шор — очень особенный, его музыку легко узнать, и в то же время это новый стиль.

Должен также добавить, что Москва — очень красивый город.



В исполнении Рэя Чена прозвучало сочинение современного американо-мальтийского композитора Алексея Шора «Фантазмы» (Phantasms)



Венеция, Барселона, Париж и Рим на музыкальной картине

Московский музыкальный театр «Геликон-Опера» стал третьей площадкой концертного тура (MPO MOSCOW TOUR — A Union of Cultures). В этот вечер солировал итальянский пианист Алессандро Таверна, которого называют последователем легендарного Артуро Бенедетти Микеланджело. Алессандро Таверна, по его собственному признанию, поклонник Прокофьева, Скрябина, Рахманинова и Стравинского. В своем дебютном выступлении в Москве с мальтийским филармоническим коллективом он представил сюиту Алексея Шора Travel Notebook. «Это очень образное

“ Алессандро Таверна: «Я исполнял музыку, которая не является пленницей схем...»

произведение, оно интересно для солиста благодаря своей новизне, оригинальности и эффектности. Когда я разучивал сюиту, у меня было чувство, будто я получил глоток свежего воздуха: я исполнял музыку, которая не является пленницей схем и позволяет выражать себя в соответствии с легкой, но не легковесной идеей композитора», — отметил пианист.

В сочинении Алексея Шора Travel Notebook звучат впечатления от Венеции, Барселоны, Парижа, Рима... Главный герой произведения — сам автор. В каждой композиции звучит особое настроение города.

«Музыка Алексея Шора кинематографична, — подчеркивают музыканты, — Он рисует звуками очень яркие образы».

Мария Конрад

Музыкант Мальтийского филармонического оркестра

Зарядье — прекрасный зал! Здесь не только очень интересная архитектура, но и прекрасная акустика. Московская консерватория для нас была особенным местом не только с акустической точки зрения, но и исторически, как и для любого музыканта. Каждый концерт тура был особенным, потому что были представлены четыре различные программы и четыре интереснейших солиста.



Композитор
Алексей Шор
на концерте MPO
MOSCOW TOUR —
A Union of Cultures

“ Дженнифер Мелвилл: «Для нас — особое событие исполнять столь красивую музыку в таких легендарных залах»

Легенда в зале Московской консерватории

Четвертый — заключительный концерт тура «Объединение культур» принял Большой зал Московской государственной консерватории имени Петра Ильича Чайковского. Вместе с Мальтийским филармоническим оркестром на сцену вышел легендарный израильский скрипач, альтист, дирижер и педагог, впервые взявший в руки скрипку в три года и дебютировавший как солист Израильского филармонического оркестра в одиннадцать лет, Шломо Минц — лауреат международных конкурсов, обладатель престижных международных премий,

в том числе премии Музыкальной академии «Кильяна» в Сиене, премии «Золотой диапазон» за выдающиеся музыкальные достижения, почетный доктор университета Бен-Гуриона в Беэр-Шеве. Кроме произведений Дворжака, Римского-Корсакова и Кристофера Муската, израильский музыкант исполнил произведение Алексея Шора «Морские пейзажи».

«Музыку этого современного композитора я бы отнес к неоклассическому направлению. Я думаю, что мы оба черпаем вдохновение в классическом периоде, что отражается в любом из написанных нами произведений», — рассказал Шломо Минц.

«Для нас — особое событие исполнять столь красивую музыку в таких

Ребекка Холл

Музыкант Мальтийского филармонического оркестра

Для нас это была достаточно трудная программа, потому что мы играли очень много произведений, работали с разными солистами, и все это в течение нескольких дней.

Нам нужно было адаптировать звук. Мы хорошо сыгрались с каждым солистом, со всеми было очень приятно работать. На каждом концерте у нас были выходы на бис. И на всех четырех концертах публика приветствовала нас стоячими овациями. Нас приняли очень хорошо.

легендарных залах», — отметила музыкант МФО Дженнифер Мелвилл, рассказывая о своих впечатлениях от второго тура Мальтийского филармонического оркестра в Москве, — Каждый концерт был особенным для нас».



Главный дирижер МФО Сергей Смбалян



Ледовый спектакль Шутовская свадьба Они это сделали!



13 декабря люди под дождем аплодировали стоя и кричали «браво». Перед ними только что была создана одна из самых удивительных историй — шоу «Шутовская свадьба» на музыку Алексея Шора, в исполнении российских звезд мирового фигурного катания. Представление организовал Европейский Фонд Поддержки Культуры совместно с продюсерской компанией «Илья Авербух». Первое ледовое шоу на Мальте — состоялось!

За кадром...

Ледовый дворец на Мальте складывали по кирпичику задолго до того, как огни шоу засверкали на площади Флорианы. Поиски площадки, которая могла бы вместить две тысячи зрителей и самую большую ледовую арену в истории острова, создание костюмов, проекта декораций, адаптация балета «Хрустальный дворец», который лег в основу мальтийского ледового спектакля, организация доставки необходимого оборудования (на Мальту прибыли несколько трейлеров с костюмами и четыре холодильных установки для создания льда) — огромная работа велась в течение нескольких месяцев. Каждый, кто пробовал организовать хотя бы домашнюю вечеринку, может представить, сколько усилий требуется, чтобы все получи-

лось, как задумано: в назначенном месте, в указанное время.

Если звезды зажигаются...

«Там лед, и кто-то танцует» — два туриста из Англии, кутаясь в дождевики, под порывами ветра наблюдали за ареной во Флориане, где в этот момент шла подготовка к первому в истории Мальты масштабному ледовому шоу.

В течение нескольких дней на открытой площадке фигуристы непрерывно отрабатывали хореографические элементы будущего представления. Декабрьская Мальта демонстрировала многое из того, на что была способна: поливала танцоров ледяным дождем и пыталась сдуть с площадки. Фигуристы продолжали репетировать, спокойно

доказывая, что звездами не называются, а становятся, потому что умеют много работать в любых условиях. Екатерина Боброва, исполнительница роли императрицы Анны Иоанновны, кружила по площадке в легком платье. Танцоры «Ледовой симфонии» снова и снова повторяли свои композиции. Елена Масленникова, тренер по фигурному катанию, хореограф-постановщик шоу, руководила подготовкой к спектаклю.

«Сейчас на репетициях танцоры не могут выполнять в полную силу все элементы, которые поставлены: очень много воды на льду, и он такой рифленый! Пока те, кто заливает лед, не могут привести его в лучшее состояние, — это просто технически сложная задача. Но танцоры все знают: главное сейчас — свести воедино все наши наработки, чтобы мы могли

весь спектакль ощущать и понимать порядок действий: как поворачивается корона и так далее. Что касается сложных элементов, то, в каком бы состоянии лед ни был во время шоу, они, конечно, будут сделаны на все 100 процентов: все поддержки, все, что было задумано, — рассказала Елена Масленникова, на минуту оторвавшись от репетиций, — Музыка этого шоу — очень красивая, классическая. У нас было очень много работы с этим материалом, мы создали музыкальную картину для ледового спектакля из той, что изначально была написана для балета. Наиболее сложное во всем этом проекте, конечно, погодные условия и состояние льда, поэтому мы сейчас работаем на преодоление».

В числе других на площадке постоянно находилась и Нина Кобиашвили, художник-постановщик ледового шоу «Шутовская свадьба»: «Мне очень нравится результат, который мы получили: все, что было на эскизе, все концептуальные задумки воплощены. Единственная проблема, конечно, сильный ветер. Пришлось снять несколько декоративных элементов, но визуально это не сыграло большой роли. Все работает, сцены вращаются, меняются. Технологически это сложная декорация, то мы меняем створ-

ки: то нужно работать с веревками, которые свисают с колпака, то мы их вращаем, но танцоры достаточно быстро адаптировались. У них было всего два дня на репетиции с реквизитом и декорациями, они очень хорошо справились, и, зная их профессионализм, я не удивлена».

Во время исполнения финала, который носит название «Жизнь продолжается», на генеральной репетиции дождь наконец-то прекратился. «Смотрите, вы даже небо заставили улыбнуться», — прокричал своей команде Илья Авербух

Зрители, достойные шоу...

Мальта решила стать полноправной участницей представления. Дождь начинался в отдельных сценах спектакля, потом прекращался, потом лил вновь, добавляя трагического настроения к танцевальным композициям шутихи Дуньки и ее жениха, роли которых исполняли олимпийские чемпионы Татьяна Тотьмянина и Максим Маринин. Грустил вместе с Анной Иоанновной (олимпийская чемпионка Екатерина Боброва) и Бироном (олимпийский чемпион Дмитрий Соловьев), прыгал в лучах софитов вместе

с кавалером, образ которого воплотил четырехкратный чемпион Италии по фигурному катанию Иван Ригини, веселился вместе с шутком Балакиревым, которого играл олимпийский чемпион, четырехкратный чемпион мира Алексей Ягудин, а ветер вторил голосу солистки Большого театра Анны Аглатовой, исполнившей роль Оперной дивы в спектакле.

«Невероятно красиво! Просто сказочно!» — переговаривались зрители во время недолгого перерыва, — «Кусочек родины привезли». «Amazing!», — поделился впечатлениями сосед по ряду.

Первое в истории Мальты ледовое шоу «Шутовская свадьба» в духе самых светлых сказок окончилось счастливо как для влюбленных героев-шутков, которые были спасены из объятий ледяной смерти, так и для всех участников, — аристотелевским катарсисом, рожденным великим сопереживанием.

Вечером 13 декабря люди аплодировали стоя и кричали «браво!» великолепным фигуристам и немного самим себе — за совместное создание невероятного события, потому что у шоу должны быть достойные его зрители, и тогда можно считать, что оно действительно состоялось.



Константин Ишханов

Президент Европейского Фонда
Поддержки Культуры

Я бы хотел поблагодарить всех, кто принял участие в создании уникального праздника на Мальте — ледового спектакля «Шутовская свадьба». В течение последних десяти месяцев была проделана огромная работа.

Когда мы выбирали дату проведения шоу, предназначенного стать новогодним подарком жителям Мальты, эта декабрьская неделя не предполагалась такой дождливой. Тем не менее, первое ледовое шоу на Мальте с участием лучших российских фигуристов, олимпийских чемпионов, состоялось, и выступление артистов было потрясающим. Все сделали все возможное для создания настоящей новогодней сказки. Что особенно важно: первое шоу «Шутовская свадьба» не останется единственным. После дебюта на Мальте оно будет показано в России, а также в странах Европы, Азии и Америки. Мы продолжим начатое сотрудничество с продюсерским центром Ильи Авербуха, поэтому поклонников фигурного катания и прекрасной музыки ждут наши новые проекты.

Олимпийские чемпионы Екатерина Боброва и Дмитрий Соловьев в ледовом спектакле «Шутовская свадьба»



Алексей Ягудин

Олимпийский чемпион 2002 года,
четырёхкратный чемпион мира,
трехкратный чемпион Европы,
двукратный чемпион мира среди
профессионалов, исполнитель роли
шута Балакирева

«Сегодня такой необычный день, связанный с тем, что у нас состоялась премьера ледового спектакля на Мальте, где лед обычно только в бокалах с напитками. Благодаря усилиям множества людей здесь есть ледовое поле, и на нем выступили люди, которые в свое время становились победителями чемпионатов Европы и мира, олимпийскими чемпионами. Это не просто развлекательный проект, он еще и общеобразовательный, потому что тот сюжет русской истории, который заложен в его основу, далеко не всем известен. Люди, которые сейчас проводят так много времени с телефонами и в Интернете, могут на минуту оторваться от гаджетов и узнать что-то новое из реальных спектаклей».

Ледовый балет
Ильи Авербуха



Екатерина Боброва

Олимпийская чемпионка Сочи-2014 в командном турнире, победительница чемпионатов России и Европы, исполнительница роли Анны Иоанновны:

«Мне понравилась музыка Алексея Шора, она очень «катательная». Мы были удивлены, узнав, что ее написал современный композитор, так как, скорее, это классическое звучание... Музыка очень нежная, романтическая, лирическая, но в то же время достаточно ритмичная, что нам очень помогает. Именно этот язык музыки Алексея Шора благодаря своей выразительности помог мне понять образ императрицы Анны Иоанновны, глубже прочувствовать атмосферу всего спектакля и передать это настроение зрителям».

Дмитрий Соловьев

Олимпийский чемпион Сочи-2014 в командном турнире, победитель чемпионатов России и Европы:

«Я полностью согласен с Екатериной: эта музыка очень выразительна и создает особое настроение. На Мальте мы делаем премьеру уникального шоу, и для нас это большое испытание, к которому мы готовимся на все сто процентов. Я думаю, что с каждым следующим спектаклем эта музыка будет раскрываться все ярче».





Спектакль «Шутовская Свадьба» является адаптацией балета «Хрустальный Дворец» на музыку современного американско-мальтийского композитора Алексея Шора. Действие разворачивается в XVIII веке, во время правления российской императрицы Анны Иоанновны. Коронованная особа, любившая пышные торжества и необычные забавы, однажды решила устроить свадьбу своих придворных шутов в ледяном дворце.



Кеннет Спитери

Председатель совета директоров Средиземноморского Конференц-центра на Мальте:

«Мы всегда радуемся чему-то новому, что случается на Мальте, особенно когда это мероприятие такого уровня. Здесь выступали олимпийские чемпионы, фантастические фигуристы в прекрасных декорациях... Ледовое шоу для нас — нечто совсем необычное. Не секрет, что на Мальте нет ни льда, ни снега. Видеть такое представление — очень большая удача, за которую мы благодарим организаторов, в частности, Европейский Фонд Поддержки Культуры.

Идеально, конечно, было бы видеть такие программы на постоянной основе. Кстати, когда-то у нас был каток на Мальте, в Пачевиле, то есть небольшой опыт у нас есть».



Илья Авербух

Режиссер-постановщик шоу «Шутовская свадьба», всемирно известный фигурист, серебряный призер Олимпийских Игр, чемпион мира и Европы, четырехкратный чемпион России, продюсер уникальных ледовых спектаклей, где выступают звезды мирового фигурного катания:

«Когда Президент Европейского Фонда Поддержки Культуры Константин Ишханов позвонил мне с предложением организовать это шоу, я был уверен, что дальше разговора дело не пойдет. Тем не менее, шаг за шагом проект начал развиваться благодаря его настойчивости, и я стал верить, что это действительно возможно. Поэтому, в первую очередь, я хочу сказать большое спасибо Константину Ишханову за то, что он все-таки привел этот проект к реализации.

Благодарю нашего композитора Алексея Шора. Надо отметить, что до этого мы много работали в жанре мюзикла, и песни помогли нам интерпретировать ту или иную хо-

реографию. Это шоу стало для нас новым вызовом: мы работали как балет, где нужен был иной уровень воплощения наших эмоций. Для меня есть два вида музыки. Порой тебе нравится композиция, но со временем ты начинаешь ощущать ее внутреннюю пустоту. Бывает и так, что изначально красивая музыка со временем становится все более интересной, раскрывается ярче, и ты заполняешь ее как хореограф. Именно так произошло с музыкой Алексея Шора к этому балету.

Очень надеюсь, что однажды мы сделаем ледовое шоу, и за нашей спиной будет стоять большой симфонический оркестр, а музыка будет живой, не из колонок.

Спасибо создателям прекрасных костюмов к шоу — творческому тандему Ольге Тумаковой и Вадиму Воле, создателю декораций Нине Кобиашвили.

В каждой командной работе важно, чтобы был человек, на которого ты можешь опереться, и сейчас этим человеком стала Елена Масленникова, которая просто создала спектакль. Мы уже 16 лет работаем вместе, и это еще один прекрасный момент в нашем сотрудничестве.

Огромное спасибо артистам, перед которыми стояла очень важная и трудная задача, и они смогли мобилизоваться. Я очень благодарен нашей команде за всю работу, которая была проделана!

Фотографы Андрей Змиевский, Ирина Кузнецова, Владимир Кузнецов

Олимпийские чемпионы Татьяна Тотьмянина и Максим Маринин в спектакле «Шутовская свадьба»



«Дни мальтийской музыки» в России

Проект, который объединяет

В уходящем 2019 году в российских городах уже во второй раз прозвучали шедевры классической музыки в исполнении мальтийских музыкантов благодаря проекту «Дни мальтийской музыки в России». Мероприятие организовано Европейским Фондом Поддержки Культуры совместно с Международным культурным фондом и Ассоциацией поддержки культурных инициатив и проходит в концертных залах Российской Федерации. С 25 мая по 15 декабря мальтийские музыканты дали 12 концертов на площадках от Кисловодска до Барнаула, от Астрахани до Челябинска.



Музыка, открывающая Мальту

Музыкальное путешествие началось с Кисловодска, где Академическим симфоническим оркестром имени Сафонова дирижировал мальтийский музыкант, выпускник Московской государственной консерватории им. П.И. Чайковского Алексей Галеа Кавалацци.

Затем гости концерта в Петрозаводске получили уникальную возможность услышать музыку американо-мальтийского композитора Алексея Шора из балета «Хрустальный дворец», а также композиции легендарных рок-групп: Queen, Led Zeppelin, The Rolling stones, Metallica, Nirvana, Deep Purple, AC/DC, Scorpions, Pink Floyd. Публика

восторженно приняла выступление Карельского симфонического оркестра под руководством мальтийского дирижера Алана Киркопа, который, как и **Алексей Галеа Кавалацци**, принимает участие в проекте «Дни мальтийской музыки» в России уже во второй раз, являясь при этом частым гостем российских концертных залов.

Говорить на одном языке

Также во второй раз проект «Дни Мальтийской Музыки» встретил город Сочи. Мальту здесь представил известный мальтийский кларнетист **Годфри Мифсуд**, который выступил с Сочинским Филармоническим Оркестром под управлением дирижера Олега Солдатова. Зрителям представили программу, которая включала в себя произведения Вольфганга Амадея Моцарта, Джоаккино Россини, Луиджи Басси, Джузеппе Верди и Людвиг ван Бетховена. Наградой музыкантам стали овации переполненного зала.

«Значение этого проекта заключается в объединении людей в межкультурном диалоге между различными странами, благодаря универсальному языку музыки. Этот проект дает возможность мальтийским музыкантам выступать в качестве культурных послов нации и продвигать мальтийскую культуру за рубежом, — рассказал мальтийский музыкант о своих впечатлениях, — Сочи я посетил впервые. До этого я уже выступал в России, но в первый раз видел этот город. Это очень красивое место, особенно мне повезло быть там в сентябре, в это время приморский город был особенно красив. Нас очень хорошо приняла администрация концертного зала, несмотря на языковой барьер, мы очень быстро нашли взаимопонимание благодаря все тому же языку музыки».



«На протяжении пятнадцати лет, с моего первого концерта в России и по сей день в качестве художественного руководителя Европейского Фонда Поддержки Культуры, я активно участвую в создании различных проектов с участием российских артистов. Я всегда ощущал не только взаимосвязь между нами, музыкантами, но и живые связующие нити, протянутые между публикой наших стран. У меня было много возможностей благодаря этому музыкальному взаимодействию прочувствовать традиции России и Мальты, наши культурные особенности, увидеть общее между нами, — отметил **Алан Киркоп** в интервью «Мальтийскому вестнику», — Можно сказать, что россияне открывают для себя наш остров благодаря знакомству с мальтийскими музыкантами. Подобные совместные музыкальные проекты имеют огромное значение: они укрепляют уже существующие отношения и создают новые связи. В этом и заключаются истинная красота и сила музыки — объединять людей».

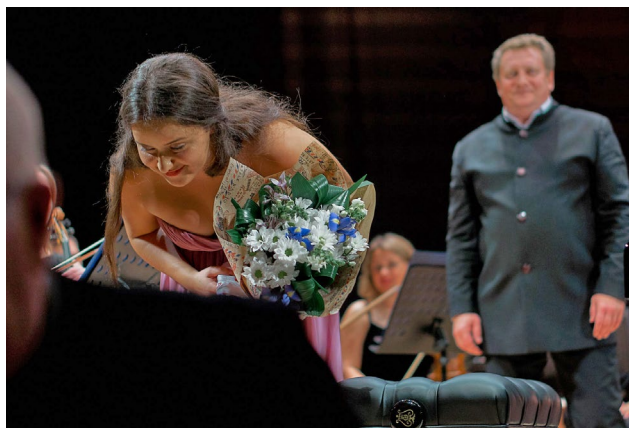


Проект «Дни Мальтийской Музыки» был тепло встречен в Сочи. Известный мальтийский кларнетист Годфри Мифсуд выступил с Сочинским Филармоническим Оркестром под управлением дирижера Олега Солдатов. Наградой музыкантам стали овации переполненного зала.



1 октября на сцене Рязанской филармонии выступила мальтийская пианистка **Бернис Саммут Аттард** совместно с Рязанским губернаторским симфоническим оркестром под управлением дирижера Сергея Оселкова. Зрители концерта получили возможность услышать произведения великих классиков Э. Грига и А. Дворжака, а также музыку американо-мальтийского композитора Алексея Шора. 5 октября музыка в исполнении Бернис Саммут Аттард прозвучала в Астрахани в программе «Шедев-

ры мировой классики», объединила на одной сцене мальтийскую пианистку, оркестр Астраханского театра Оперы и Балета и дирижера Уильяма Гарфилда Уолкера (США). По словам мальтийской исполнительницы, ей особенно интересно выступать в тех странах, где нет другого общего языка, кроме музыкального. «Концерт — это момент истинного общения с народом любой страны», — отметила пианистка, рассказывая о своих впечатлениях об участии в проекте «Дни мальтийской музыки».



La-La-La Strada в Омске

Впервые к проекту «Дни мальтийской музыки в России» в 2019-м году присоединился Омск. В концерте La-La-La Strada, который состоялся в Омской филармонии, принял участие главный тромбонист Мальтийского филармонического оркестра **Родерик Буджея**. Он вышел на сцену вместе с Омским симфоническим оркестром. Дирижировал в этот вечер итальянский музыкант Джанкарло де Лоренцо. «Меня всегда тянуло к русским композиторам, к русской музыке. Это и определило мой выбор в пользу исполнения произведения Н.И. Римского-Корсакова. Его пьеса, первоначально написанная для духового оркестра и солистов, демонстрирует великолепную мелодическую линию и представляет собой прекрасную возможность для солиста» — отметил Родерик Буджея.

Проект «Дни мальтийской музыки» в России стал продолжением работы по объединению музыкальных талантов разных стран на одной сцене, которую Европейский Фонд Поддержки Культуры ведет уже несколько лет. Так, в 2018 году лучшие концертные площадки российских городов принимали проект «Дни мальтийской музыки» в России, а в 2019 году «Дни мальтийской музыки», кроме России, состоялись в Казахстане и Армении.

Мальта в Барнауле

В конце ноября концертный зал Государственной филармонии Алтайского края встретил мальтийскую пианистку **Шарлин Фарруджа**, победительницу более десяти международных конкурсов, которая выступает с концертами в странах Европы, Северной Америки, Азии. Концертную деятельность Шарлин объединяет со общественной, являясь Международным послом мира под патронажем ЮНЕСКО.

Шарлин Фарруджа выступила совместно с симфоническим оркестром Государственной филармонии Алтайского края под управлением дипломанта театральной премии «Золотая маска» Дмитрия Лузина. Барнаульской публике представили произведения Мориса Равеля и Николая Мясковского.

«Проект «Дни мальтийской музыки» — это прекрасная инициатива, в рамках которой мальтийские исполнители могут представить себя за пределами своей Родины. Имея возможность играть с Алтайским симфоническим оркестром в Барнауле, где я была чрезвычайно хорошо принята публикой, а также оркестром, я могу открыто сказать, что это был исключительный опыт. Сотрудничество с маэстро Дмитрием Лузиным было очень приятным, а музыкальное общение — очень легким, — рассказала Шарлин Фарруджа, — Я искренне верю, что эта форма представления мальтийской музыки и мальтийских художников вносит большой вклад в развитие как молодых музыкантов, так и зрелых, и я думаю, что этот проект выполняет благородную миссию искусства и заслуживает поддержки».





Love Sculpture, St Julians, Malta

Есть мир мониторов, пластика, напечатанных текстов, мир, где Интернет позволяет протянуть руку в любую сторону, но не позволяет дотронуться.

Есть мир, где слова написаны на бумаге, где нельзя скроллить страницы книг (а нужно их перелистывать), мир, в котором нет гугл-яндекс-переводчика, где еще пишут письма, а не «имейлы». Эти миры сосуществуют рядом, и пока непонятно, какой из них главный, а какой — отражение.

Мир, в котором ручка еще соприкасается с бумагой, чтобы создать рисунок, архитектурный чертеж или стихотворение, можно найти на Олэнд-улице в Сент-Джулиансе, в доме, где живет архитектор, писатель, художник, — профессор Ричард Ингланд. Каждый, кто провел на Мальте, хотя бы один день, знает одну из самых известных скульптур, созданных им, — монумент LOVE. Чтобы увидеть всю скульптуру, нужно смотреть не только на каменные фигуры, но и всмотреться в море, ибо смысл этого памятника кроется в отражении.

Шекспир как детское чтение

— Вы сказали однажды, что у вас нет границы между работой и свободным временем, и большая часть вашей жизни посвящена архитектуре. Какова эта жизнь без границ между бытом и созданием?

— Жизнь для меня — это, конечно, искусство. Моя мама рано покинула этот мир, и в детстве я много времени провел с бабушкой. Она получила образование в Италии и, когда мне было семь лет, могла сидеть со мной и читать мне Данте, Шекспира, Шелли. Она же приобщила меня к опере. То есть, культура вошла в мою жизнь уже тогда, и я очень благодарен бабушке за это влияние.

Это всегда было ее желанием: дать мне познания о мире культуры и искусства.

Сегодня я задаюсь вопросом: как много родителей читают со своими детьми? Эта традиция пропала с приходом современных технологий в нашу жизнь. Когда мы были детьми и выросли, слово «блэкберри» относилось к ягодам, а «мышка» — к маленькому животному с длинным хвостом. Стоит отметить, что я совсем не компьютерный человек, несмотря на то, что, конечно, научился пользоваться современными технологиями.

Мой отец был архитектором, после моего обучения на Мальте он помог мне начать курс в Италии, у легендарного Джо Понти — создателя башни Пирелли, которая стала первым небоскребом в Милане.

Я провел в его студии около 18 месяцев, и это время подарило мне знакомство с потрясающими зодчими современности. Надо сказать, что это был экстраординарный период в Италии — золотой век архитектуры.

Когда я вернулся на Мальту, отец сказал мне, что у него есть для меня подарок: «Я не буду дарить тебе деньги и не буду дарить тебе вещь, но две недели назад я получил заказ на строительство церкви в Маникате, и этот заказ — твой».

Эта церковь стала моей первой работой. К сожалению, отец не увидел ее законченной.

— Каким было время, когда вы начинали свою деятельность как архитектор?

— 60-е годы двадцатого века на Мальте были фантастическим периодом. 60-е годы вообще были фантастическим временем. Это было первое поколение, которое начало забывать об ужасах второй мировой войны, и будущее его было прекрасно. Сегодня одна из проблем молодых людей в том, что для них будущее не выглядит радужным, но тогда у нас это ощущение было. Пели The Beatles, Элвис Пресли, творили удивительные поэты, например, любимый мною американский поэт и сюрреалист Боб Кауфман. В те годы Мальта обрела независимость. И вот в таком мире, на этом острове была группа моих друзей, было 10-15 человек, нас, желавших творить что-то, основываясь на корнях нашей культуры. Главным был вопрос: можем ли мы делать что-то современное, но все же соответствующее нашим традициям, нашей богатейшей истории, которая уходит корнями в неолитический период? Мы искали формы воплощения современного искусства, которое смотрело бы вперед, но и уважало прошлое. Это было очень интересное время: время поиска, и в те годы я создал очень много зданий.

— Вас называют культурным послом Мальты в области архитектуры. Что это значит для вас?

— Наш остров совсем небольшой, но его история — самая красочная в Средиземноморье и, возможно, во всем мире. Она уходит корнями за 5000 лет до Рождества Христова: я говорю о мальтийских мегалитах, которые бы-

ли построены задолго до египетских пирамид. Значимый период в истории Мальты — времена правления Ордена Святого Иоанна на острове, подарившие нам Валлетту, в частности, Собор Святого Иоанна и другие знаковые здания, определившие облик Мальты. Затем стоит вспомнить о влиянии британской империи, которая также изменила облик острова, за этим последовала независимость Мальты и наши поиски идентичности. Если мои лекции и мастер-классы за рубежом, моя деятельность каким-то образом помогает Мальте, дает представление об исторических и культурных богатствах моей родины, то я могу этим гордиться.

Здания, которые чувствуешь

— В списке стран, которые вы посетили, есть Россия и Казахстан. Какие впечатления вы вынесли из этих поездок?

— Не могу сказать, что я видел всю Россию. Я посетил одну из архитектурных выставок в Москве и так же несколько дней провел в Санкт-Петербурге, но два этих города — это не вся Россия.

Тем не менее, могу сказать, что это экстраординарная страна. Я помню потрясающие впечатления от Эрмитажа, там находится одна из моих любимых картин Рембрандта — «Возвращение блудного сына», и я был очень счастлив увидеть ее.

Московское метро меня поразило. Оно напоминает серию дворцов — это удивительно, потому что эти подземные дворцы не ассоциируются с обычной «подземкой», какой мы ее знаем в других крупных западных городах.

Кроме того, мне посчастливилось увидеть Дом Мельникова в Москве. Мне всегда было интересно творчество этого архитектора, а также я увидел коллекцию работ Якова Черникова и пообщался с его внуком — Андреем Черниковым.

В Казахстане я был в качестве приглашенного лица на конкурс по созданию Театра оперы и балета «Астана опера», кроме того, я был в жюри многих архитектурных состязаний в Казахстане. К сожалению, современная архитектура этой страны не находит в моей душе положительного отклика — я не поклонник высотного строительства.

Слишком многие интересуются созданием небоскребов, и я не уверен, что это лучший путь, который можно выбрать, особенно на Мальте.



Ричард Ингланд, мальтийский скульптор, фотограф, поэт, художник и автор нескольких книг. Кроме его родного острова, выставки работ Ричарда Ингланда были организованы в Москве, Софии, Венеции и Лондоне. Он выступал с лекциями в США, Великобритании, Саудовской Аравии, Ираке, Иране, Италии, Аргентине, Польше, Болгарии, России и Казахстане. Ричард Ингланд — приглашенный профессор Мальтийского университета, с 1987 по 1989 год он занимал должность декана архитектурного факультета. Также Ричард Ингланд занимает пост вице-президента Международной академии архитектуры.

Его здания и проекты принесли ему множество наград, в том числе одиннадцать премий Международной академии архитектуры, а также Гран-при Международной академии архитектуры в 2006 и 2015 годах. В 2018 году Ричард Ингланд стал лауреатом премии Lifetime Achievement Мальтийской палаты архитекторов и премии Lifetime Award Мальтийского художественного совета.

Среди наиболее известных работ Ричарда Ингланда на Мальте можно назвать: Церковь Святого Иосифа в Маникате, здание Центрального банка Мальты, Центр творчества в Валлетте (St. James Cavalier Centre for Creativity), Часовню Тысячелетия (Пачевиль), а также скульптуры «Белые тени» и «Любовь».

Любовь и ее отражения

Мальтийский архитектор Ричард Ингланд о Борхесе, московском метро и ощущении пространства

— Как современные тенденции строительства влияют на Мальту?

— Делая Мальту частью глобального мира, мы можем разрушить ее идентичность. Разрушив ее идентичность, мы потеряем особенно важный для будущего аспект: в итоге останется так мало уникальных мест, что они будут особенно интересны и привлекательны, а значит, и коммерчески выгодны. У Мальты есть шанс обладать такой значимостью, если нам удастся сохранить наше наследие. Однажды мы это осознаем.

Пример разрушенной идентичности — побережье Испании.

Там были рыбацкие деревни, на их месте построили современные здания, и люди покидают эти места, потому что экология там была нарушена, и эти места перестали быть привлекательными.

Как выглядит архитектура — это важно. То, как она воздействует на нас, — еще важнее.

Пространство формирует наши эмоции: когда заходишь в здание, ты его не просто видишь, но чувствуешь его.

Очень важно помнить о воздействии архитектуры на сознание. Нашими чувствами можно манипулировать. Простой пример: рестораны быстрого питания используют красный и желтый цвета в интерьере, чтобы посетители не задерживались там надолго, но есть рестораны, интерьер которых обнимает тебя, и там можно увидеть темно-голубой цвет. Это примеры самого простого воздействия.

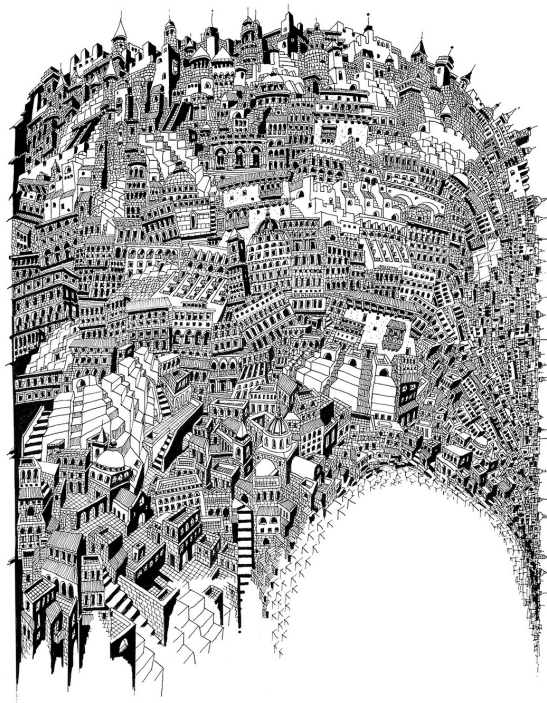
Любовь, умноженная на скорость света в квадрате

— Вы построили более четырех десятков храмов за время вашей деятельности. Почему сакральная архитектура так вам интересна? Есть ли какое-то дополнительное измерение в этих пространствах?

— Как я уже говорил, я всегда восхищался архитектурой, в которой есть душа.

Это здания для наполненной тишины и медитации, и я верю в значение любви, которую человек вкладывает при строительстве таких зданий. Любовь — это энергия, она воплощается во всех материалах здания и возвращается к тем, кто будет в нем находиться. Иллюстрируя мое отношение к любви как к энергии, я могу процитировать письмо Эйнштейна, которое он написал своей дочери: «Существует очень мощная Сила, которой до сих пор наука не нашла официальное объяснение. Эта Сила включает в себя и управляет всеми остальными явлениями, работающими во Вселенной. Эта универсальная сила — любовь». Эти строки принадлежат великому ученому, и к ним стоит прислушаться.

И есть еще один человек, работы которого важны для меня: французский философ (а также биолог, антрополог, археолог и геолог) Пьер Тейяр де Шарден. Он сказал: «Когда-нибудь, овладев ветрами, волнами, приливами и гравитацией, мы овладеем, для Бога, энергиями любви. И тогда, во второй раз в истории Мира, Человек найдет Огонь». И вот



это то, что мы теряем в современном мире: мы больше не находим время для любви, для строительства домов, а не просто стен.

— Ваш монумент LOVE в Сент-Джулиансе в каком-то смысле памятник этим высказываниям?

— Мой монумент LOVE с самого начала вызывал много вопросов. Один из них: почему он состоит из двух частей. Здесь все просто: если ты создаешь любовь, то это всегда две части, две стороны, два человека.

Что до отражения, то одно из толкований: мы не всегда находимся в состоянии любви, но вот приходит море, ты смотришь и видишь любовь.

Да, я был движим стремлением передать эти идеи Эйнштейна и Пьера Тейяра де Шардена. Идею о том, что нам нужна любовь, потому что любовь и жизнь следуют вместе, и человечеству любовь необходима для объединения. Нет неправых и правых в этом мире, есть недостаток взаимопонимания.

Музы Мастера

— Можете ли вы назвать источники вашего вдохновения: архитектурные объекты, может быть, писателей, музыкантов?

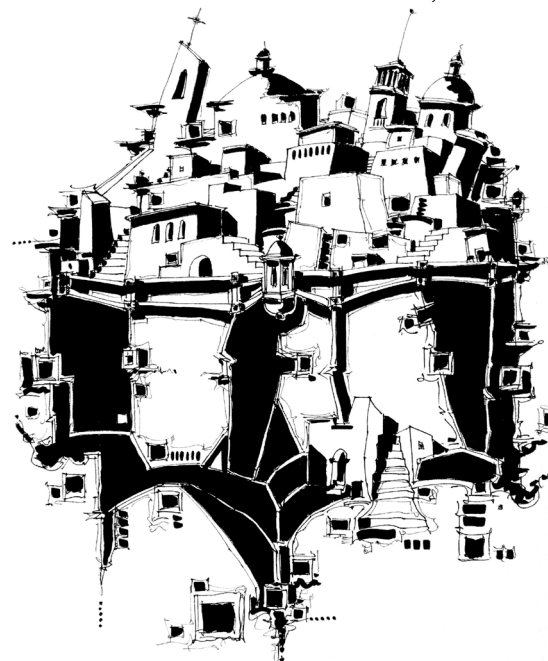
— Если говорить об архитектуре, то на Мальте — неолитические храмы. Их создатели понимали природу, прислушивались к ней, они обладали познаниями, которые нам неизвестны. Каким-то образом им удавалось перемещать огромные каменные блоки при строительстве сооружений. Сейчас мы не можем повторить то, что они делали несколько тысяч лет назад. Мы очень мало знаем о них:



A Garden for Myriam, St Julians, Malta

как эта цивилизация появилась, как исчезла — это таинственный и удивительный период.

Далее могу назвать Древний город Петра в скалах Иордании. Он не построен, а вырезан в скале. Это место оставалось неизвестным, и только



Citadel of Senglea — Fortress of the Cross

250 лет назад был обнаружен исследователями. Этот древний город впечатлен у меня в душе.

Еще одно строение, которым я восхищаюсь — Заупокойный храм Хатшепсут в Дейр-эль-Бахри. Это нечто совершенно особенное и беспрецедентное, в этот же список я мог бы добавить Аббатство Сан-Гальгано в Италии. Я мог бы продолжать бесконечно перечисление мест, которые оставили особый отпечаток в моем сердце, но завершу сейчас упоминанием о Музее Евреев в Берлине, который создал современный архитектор Даниэль Либескинд — мой хороший друг. Я почти плакал, когда был там, это такое сильное место. Наглядный пример того, как архитектура воздействует на нас.

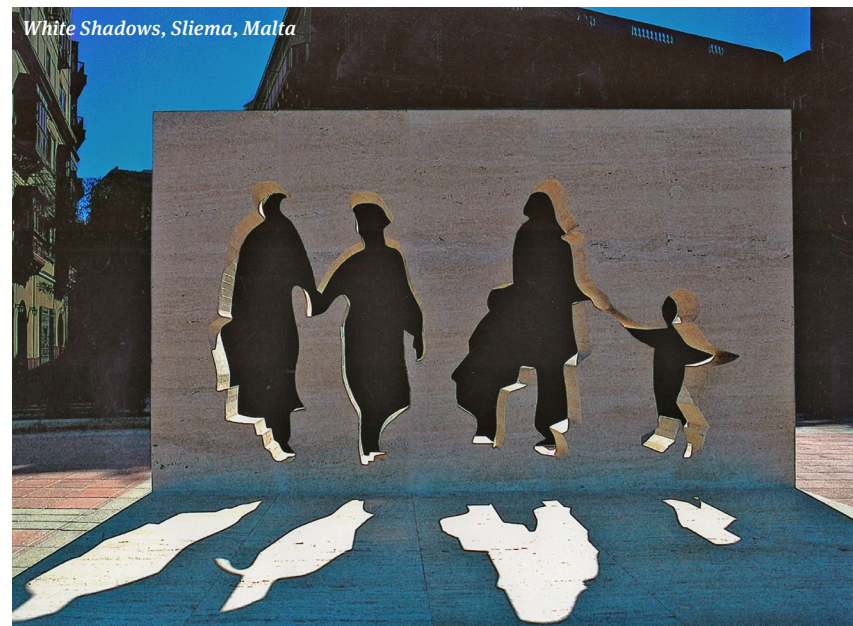
Если говорить о литературе, то один из моих любимых авторов — Борхес. Я продолжаю его читать и открывать все новые грани в его произведениях, в его личности. Однажды в одном телевизионном интервью его спросили: «вы слепой, почему вы путешествуете?», и он сказал, что более важно чувствовать место, нежели видеть его. Это очень красивое высказывание, одно из моих любимых.

Меня очень привлекает греческая мифология, по ее мотивам я написал три книги стихов. В частности, посвятил свои произведения мифу об Орфее, который отправляется в Аид в поисках своей любимой — Эвридики. Сейчас я пишу книгу о Лазаре, который умер на несколько дней, а потом вернулся, но ничего не рассказал о своем загробном опыте. Я пытаюсь понять и объяснить, почему.

Кроме того, в моей жизни есть страсть к музыке. Я коллекционирую записи теноров, у меня их примерно 12000, я думаю, что в этой коллекции есть все голоса мира. В числе моих любимых исполнителей Энрико Карузо, Марио Ланца, Джузеппе Стефано и Джозеф Каллейя.

Можно успевать все: работать, читать, путешествовать, наслаждаться музыкой. Главное — посвящать себя одному делу в данный момент на 100 процентов. Не нужно разрываться, пытаться поделить себя, — просто сосредотачиваться, составлять список дел и следовать ему.

Беседовала
Мария Ермаченко



В чем мое призвание?



НАТАЛИЯ ТРОФИМОВА

Психолог, консультант, сертифицированный специалист по семейно-феноменологическому подходу (семейным расстановкам). Профессиональные интересы: индивидуальное и семейное консультирование, группы личностного роста. Исследование адаптации к жизни за границей. На Мальте с 2015 года ntrofimova.ru

Важно этот зов услышать и пойти за ним. Это не клад, который нужно разыскивать и откапывать, это магнит, который притягивает и влечет.

Чтобы откликнуться на зов, нужно понимать себя. Быть целостным и внимательным к своим желаниям, настроениям. Уделять время знакомству с собой. Слышать собственные эмоции и чувства. Учиться доверять себе, интуиции, внутреннему чутью. Вести регулярный честный разговор с собой. Кому-то помогает дневник, кому-то медитация, кому-то творчество или психотерапия.

Как правило, когда человек говорит, что не знает, в чем его призвание, это означает, что он не может представить конкретной работы, позиции, где был бы счастлив, и ему за это бы еще и достойно платили. Не всегда это призвание. Кто-то реализуется в семье, другие — занимаясь хобби. Стоит ли все свои увлечения

Часто клиенты спрашивают: как найти призвание? Короткий ответ: оно само тебя призовет, когда придет время.

монетизировать — большой вопрос. Призванием может оказаться волонтерская помощь или работа в саду, игра с внуками или занятия спортом.

Если пока не нашли дело мечты, напишите то, что вы уже знаете о себе и своих предпочтениях. Продолжите фразы и проанализируйте написанное:

Я люблю заниматься...

В жизни для меня очень важно...

Самое ценное в жизни...

Я готов часами...

Если бы я мог не работать, то я бы...

Если бы у меня было 10 миллионов (любая крупная сумма), то я бы...

В детстве я мечтал быть...

Я хочу быть как люди, которые...

Мне дает энергию занятие...

Другие люди отмечают, что у меня хорошо получается...

Ответы на эти вопросы дадут подсказку, что вас зажигает, куда дальше развиваться.

Мечтайте, не ограничивайте себя сразу словами: «да, но это невозможно, потому что...». Большинство людей в глубине души знают, чего хотят

на самом деле. Но не разрешают себе это получить. Не разрешают себе поверить, что это возможно.

«Есть мечта? Беги к ней! Не получается? Иди к своей мечте. Не можешь идти, — ползи. Не можешь ползти? Ляг и лежи в направлении мечты».

Нужна смелость, чтобы последовать за мечтой. Готовы ли вы бросить стабильную размеренную жизнь и пуститься навстречу другим берегам? Начните с маленьких шагов, — так вам будет проще.

Если мечта пока не позвала — учитесь. Знакомьтесь с собой и изучайте мир. Пробуйте новое, любопытствуйте, анализируйте, радуйтесь. Получайте новый опыт, пробуйте новые хобби. Чем разнообразнее ваши занятия, тем больше шансов найти дело жизни.

«А вдруг я так и не найду свое дело жизни?»

Может, это к лучшему. Призвание — определенная степень несвободы. Вспомните людей, нашедших свое предназначение. В большинстве случаев вы обнаружите, что вся их жизнь посвящена одному делу, например,

работе или творчеству. Да, это часто очень реализованные и успешные люди, достигшие многого на своем поприще. Но какой ценой? Чем им пришлось пожертвовать, чему они не смогли уделять время? Отдыхом, временем с семьей и друзьями. Порой рискуя здоровьем и отношениями. Радуйтесь своей свободе и возможности двигаться в любую сторону.

Цените то, что есть. Часто дело жизни уже найдено, а мы его не видим или обесцениваем. Хотим другое. Что-то значительнее, серьезнее, статуснее. Говорим себе: «подумаешь, ерунда какая, каждый так может». А ведь, скорее всего, это именно оно — дело жизни! Одна клиентка под несерьезным делом имела в виду масштабный проект, в котором уже работало около 40 человек. А все потому, что делала это легко и с удовольствием. Призвание не должно быть обязательно скучным, серьезным, тяжелым. Может быть, миру как раз нужна ваша легкость? Уважайте свои увлечения, даже если они кажутся простыми, безыскусными. Доверяйте своему сердцу, делайте то, что любите. Ведь занятие любимым делом — один из компонентов осмысленной и счастливой жизни.

Следуйте за своим любопытством, даже если пока не знаете, куда это вас приведет. Может быть, это будет просто временным увлечением, отдыхом и способом восстановить силы. Или станет в будущем вашим профессиональным преимуществом. Стив Джобс рассказывал в одном из выступлений, как его, казалось бы, совершенно непрагматичное студенческое увлечение каллиграфией поз-

“ Призвание не должно быть обязательно скучным, серьезным, тяжелым. Может быть, миру как раз нужна ваша легкость?”

же помогло в разработке элегантных шрифтов для Apple.

Помните, что призвание — когда не можешь не делать. Не всегда это про деньги и уж точно не гарантия высокого дохода. Да, увлеченность помогает достичь успеха, т.к. добавляет мотивации, позволяет продолжать, несмотря на отсутствие быстрого результата. Один знакомый поделился своей формулой призвания: «я готов сам платить, чтобы выполнять эту работу».

На Мальте многие соотечественники задаются вопросом, в чем их призвание, когда нужно начинать с нуля, строить карьеру и искать новые пути реализации. Это вызов, трудности, но и шанс.

Начните с маленьких конкретных шагов

Проанализируйте прошедший день: что было самое важное за минувшие сутки, что сделало ваш день осмысленным? Разговор с близким человеком или улыбка клиента в ответ на ваше приветствие, сосредоточение на работе с документами или 15-ми-

нутная прогулка от дома до офиса, утренний кофе или смс от любимого, завтрак для всей семьи или чтение новостей, пробежка или помощь другу.

В японском языке есть важное понятие «икигай» — это умение находить удовлетворение, радость и осознанность в делах каждый день. Ближе всего на русский язык это слово можно перевести фразой: «то, ради чего мы встаем по утрам». Что-то простое, конкретное, дающее смысл и энергию. Не гонитесь за великим, ищите сокровища в обыденном. Что уже прекрасного происходит в вашей повседневности? Каков ваш «икигай»?

Оставьте чужие ожидания. Порой понять свое предназначение мешают представления других людей о том, чем стоит и не стоит заниматься. Чего хотели для вас родители? Что сейчас модно среди вашего окружения? Отделите их ожидания от своих собственных предпочтений. Чем бы вы с удовольствием занялись, даже если ваша мама была бы недовольна? Что вы любите делать, но смущаетесь рассказать об этом, т.к. боитесь, что друзья не оценят?

У Михаила Веллера есть прекрасный короткий рассказ «Хочу быть дворником», где проблема героя в том, что «Хочешь стать дворником, а становишься академиком». Может быть, ваше призвание уже рядом? Может, оно проще, чем амбициозные цели, которые принято в современном мире перед собой ставить?

Чтобы освободить место для нового, порой стоит отказаться от лишнего, расстаться с прежними привычками, сдерживающими вас обязательствами. Задайте себе вопрос: что забирает мое время и энергию, и от чего бы я хотел отказаться? Может быть, пора с этим расстаться? Почему бы не сегодня?

Привнесите свои главные ценности в каждый день. Любите то, что делаете. Счастливого и осмысленного года!





Мсида — студенческий город и яхтенный порт

Мсида — портовый город на востоке Мальты, с населением около 13000 человек. Он поделен на две части: университетский город и променад с пристанью для яхт.



АЛЛА КАРЕЛИНА-ЗАРБ

Профессиональный, лицензированный гид, организовываю и провожу индивидуальные/групповые экскурсии по Мальте. Живу на Мальте и изучаю историю Мальтийского архипелага и Средиземноморья с 2002 года.

Вероятно, город получил свое название от арабского слова msayda, что переводится как «жилище рыбака», так как Мсида ранее была старой рыбацкой деревней.

Однако существует версия, что название Мсида произошло от «Омм Сидна» (Omm Sidna), означающего «Мать нашего Господа», поскольку предполагается, что у берега деревни рыбаков существовала небольшая часовня, посвященная Пресвятой Деве Марии.

На Мальте все, что расположено вблизи заливов и бухт — в прошлом поселения рыбаков, так как море было одним из основных источников пропитания для семей. До сих пор, прогуливаясь по набережной, можно увидеть местных рыбаков с удочками вдоль берега, а рядом довольных ко-

шек, которые уже получили свою долгожданную порцию. Многие рыбаки используют примету для привлечения успеха во время рыбной ловли: первая пойманная рыбка — кошке, чтобы рыбалка была удачной.

Позднее в заливе была открыта пристань, которая привлекла множество владельцев частных яхт и роскошных лодок. Пристань Мсиды расположена во внутренней части исторической гавани Марсамшетт. Благодаря своему расположению она защищена от северо-западных ветров и северо-восточных волн, а также очень популярна.

На сегодняшний день Мсида-марина вмещает в себя свыше 700 причалов для частных яхт и моторных лодок, и в то же время удобно расположена рядом с Королевским яхт-клубом Мальты.

Праздник святого Иосифа

Монументальный фасад приходской церкви, посвященной Святому Иосифу, выделяется на фоне традиционно невысоких домов города. Здание было построено в конце XIX века и заменило старую церковь Непорочного Зачатия, которая раньше была приходской.

Город отмечает день святого покровителя, библейского отца Иисуса Христа, в первое воскресенье после 16 июля. В это время атмосфера в го-



роде просто сказочная: церковь и улицы вечером загораются светом тысяч лампочек. Жители украшают дома флагами и цветами. В городе проходят парад и шествие, волонтеры торжественно проносят по главным улицам и площадям статую Св. Иосифа. Обязательный атрибут праздника — вечерние фейерверки.

Одно из традиционных праздничных развлечений жителей Мсиды в этот день — попытаться взбежать по смазанному жиром бревну «гостра» (Il-Gostra), чтобы сорвать прикрепленный к верхушке деревянного шеста флаг. Удалось — получаешь приз, нет — летишь вверх тормашками в море с бревна с пустыми руками. Это старинная забава, история которой насчитывает несколько веков, — один из элементов праздника.

Интересно что раньше имена детям давались в честь святого покровителя деревни, соответственно, среди населения города Мсида часто встречаются имена Джозеф, Джозефина, Джозетт, Джузеппе, Джозеппина и так далее. Многие родители, надеясь на благодать и защиту святого, и сейчас часто так называют своих детей.

У них даже футбольный клуб называется «Мсида Сент-Джозеф».

Мальтийский Университет

Мсида — это оживленный студенческий городок, который ежегодно привлекает тысячи студентов, поскольку именно в этом городе находится один из самых старых в Европе университетов — Мальтийский Университет.

“Раньше имена детям давались в честь святого покровителя деревни

На протяжении многих лет Мсида развивалась в соответствии с растущим числом студентов в Университете Мальты, расположенном на холме, в верхней части города. Рядом с Университетом расположилась небольшая природная долина Вид-Оллия (Wied Ghollieqa) — отличное место для прогулок и знакомства с островной флорой, где растут средиземноморские дубы, алеппские сосны и национальные деревья Мальты — сандарак или Gharghar (семейство кипарисовых).

Через дорогу от университета находится Национальный открытый бассейн Мальты, размеры которого соответствуют Олимпийским параметрам.

Крупный Колледж — еще одно студенческое заведение — расположен на другой стороне Мсиды.

Почти примыкая к территории университета, в пригороде Мсиды расположен главный госпиталь страны Матер Дей. Здание госпиталя хорошо видно благодаря огромной трубе, выделяющейся в городском пейзаже. Госпиталь занимает огромную территорию и имеет множество всевозможных отделений, там же расположен медицинский факультет Мальтийского университета, поэтому студентам нужно всего лишь перейти дорогу.

Рай для любителей покататься на скейтборде находится в самом центре Мсиды — это оживленный скейт-парк, где собирается молодежь.

Нижняя часть Мсиды лежит у входа в долину и является центром интенсивного движения, так как находится на пересечении основных дорог острова, соединяющих город с остальной частью Мальты. Когда идет дождь, вода стекает в долину и вызывает наводнения, в результате чего движение транспорта затрудняется.

Памятник труду

Напротив церкви разбит небольшой сквер, в его центре располагается бронзовый памятник типичной мальтийской семье рабочих авторства местного скульптора Антона Аджуса. Каменный постамент со всех сторон украшен барельефом, изображающим представителей различных профессий с рабочим инструмен-

том — лопатами, кирками, резцами, занятых трудом: будто они в процессе резки, рубки и высекания того самого камня, на котором стоит памятник.

Это мемориал трудящихся — символ возрождения Мальты после Второй мировой войны благодаря самоотверженности, страданиям и тяжелому труду простого народа.

В былые времена в Мсиде была построена большая купальня-прачечная в виде сводчатого здания из местного известняка. Она неплохо сохранилась до настоящего времени, и местные жители в шутку называют ее «самой большой стиральной машиной на Мальте». Конечно, здание уже не используется по назначению, и сегодня местные рыбаки хранят там лодки и сети.

Мсида — не курортный город, поскольку здесь нет оборудованных пляжей и мало отелей, но есть несколько кафе и ресторанов, где можно наслаждаться трапезой и одновременно любоваться на мачты белоснежных яхт. Особенно красивое зрелище на закате, когда на город опускаются первые сумерки.





Дворец гроссмейстеров Мальтийского ордена

(Grandmaster's Palace) был построен в 1574 году, в центре мальтийской столицы. Он служил официальной резиденцией Великих Магистров, затем пережил разрушения и восстановления, был резиденцией британского губернатора и местом заседаний мальтийского парламента. Сегодня во дворце располагается офис Президента Мальты, а также Оружейная Палата с коллекцией средневекового оружия и походного обмундирования.

Легенды мальтийской архитектуры

Наблюдая за тем, как современная Мальта обрастает жилыми и офисными зданиями, между которыми порой нельзя втиснуть лист бумаги, трудно представить, что были времена, когда в архитектурном смысле остров представлял собой пустое пространство, чистую страницу, на которой писали только избранные. Одним из них был Джироламо Кассар — мальтийский архитектор и военный инженер

Отвоевать и построить

Джироламо Кассара называют величайшим мальтийским архитектором XVI века. Он родился в рыбацкой деревне Биргу в 1520 г. и происходил из сицилийской семьи, которая жила на мальтийских островах с 1440 года. Во время Великой Осады Мальты (1565 г.) Кассар не только сражался против турок, но изобрел несколько боевых машин и помогал восстанавливать Биргу и Сенглею.

Позже Джироламо Кассар занял место помощника архитектора Валлетты — Франческо Лапарелли — и помог ему спроектировать некоторые укрепления. После отъезда Лапарелли с Мальты Кассар продолжил его дело.

Впитав немного Италии...

Строительство фортификационных сооружений Валлетты на тот момент было почти закончено, а мальтийский архитектор был больше знаком с грохотом пушек, нежели с пением муз. Он никогда не проектировал церковных или светских зданий. Поэтому Орден Святого Иоанна решил отправить архитектора на год в Италию, чтобы там, в Риме, Неаполе и других итальянских городах, он мог полу-

Дворец Вердала

В наши дни представляет собой официальную летнюю резиденцию президента Мальты, — пример архитектуры эпохи Возрождения. Здание обладает прямоугольной планировкой с пятиугольными башенками на каждом углу. Хотя башни и ров построили, чтобы внешний облик дворца напоминал крепость, он не был предназначен для отражения нападения. Дворец расположен в садах Бускетт, когда-то служивших охотничьими угодьями рыцарям.



Photo: © ERWEH

чить вдохновение, созерцая произведения позднего Ренессанса.

Вернувшись на родину, начиная с 1570 года, архитектор посвятил себя созданию мальтийских зданий, которые в наши дни являются символами острова и создают его удивительное очарование. Конечно, современная Мальта сохранила далеко не все строения, созданные Кассаром. Многие из них не пережили бомбежки времен Второй Мировой, были отремонтированы или разрушены.

Кроме того, есть много зданий, которые были спроектированы Кассаром, но в то же время нигде не упоминаются. С XVI века до нас дошло не так много оригинальных планов, а изменения и разрушения делают невозможной реконструкцию их первоначальных проектов.

“ Начиная с 1570 года, архитектор посвятил себя созданию мальтийских зданий, которые в наши дни являются символами острова

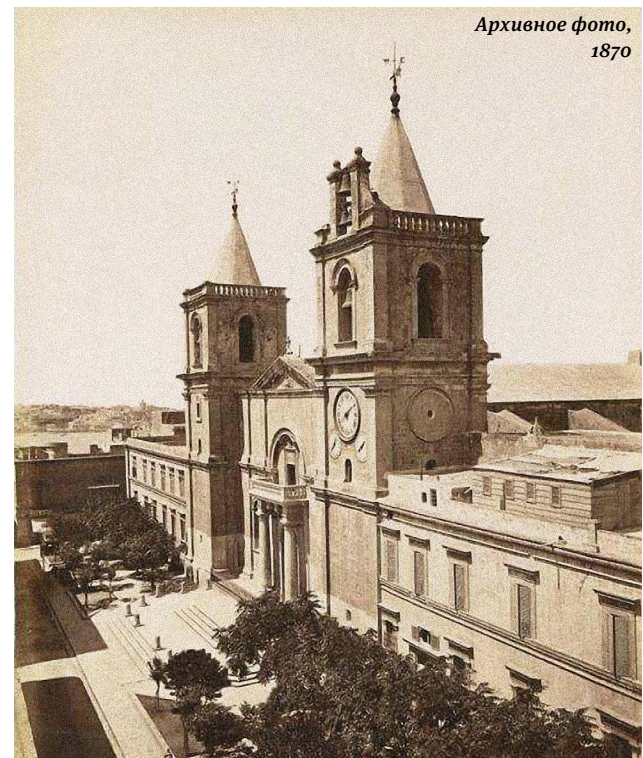
Так или иначе, в числе самых известных зданий Джироламо Кассара называют обсержи мальтийских рыцарей (при этом лишь обсерж Арагона сохранил первоначальный облик!), Церковь Богоматери Победительницы в Валлетте (Church of Our Lady of Victories), Церковь Кораблекрушения Святого Павла (Collegiate Parish Church

of St Paul's Shipwreck), здание пекарни рыцарей ордена в Валлетте, Собор Святого Иоанна, Дворец Великого Магистра, Дворец Вердала и (хотя в этом случае никаких документальных свидетельств не сохранилось) госпиталь Sacra Infermeria, ныне известный как Средиземноморский конференц-центр.



Собор святого Иоанна

Самый впечатляющий собор Мальты, построен в период между 1573 и 1578 годами. Интерьер собора, обновленный в XVII веке, стал ярким примером пышного стиля барокко, что контрастирует с простым фасадом этого здания. Пол состоит из мраморных надгробий, под которыми покоятся прах знатных рыцарей. Храм украшен произведениями Маттеа Прети. Кроме того, гордостью Собора являются картины Караваджо.



Архивное фото,
1870

Кружевной веер — символ Мальты



ЕЛЕНА РАСКИНА

Доктор филологических наук, профессор, писатель, журналист. Мальту любит и изучает с 2007 года.



Мальтийский кружевной веер — один из символов острова. Такие сувенирные веера продаются и в Валлетте, и в Мдине, и в других городах Мальты и Гозо и являются прекрасным подарком. Бывает и так, что веер — матерчатый, с рисунками, а на рисунках этих — мальтийские пейзажи и памятники архитектуры, дворцы и храмы. Распахиваешь веер в полную ширь, — и перед тобой весь Мальтийский архипелаг в миниатюре. Захлопываешь веер, — и Мальта с тобой, в сердце. А сердце, как известно, самое надежное хранилище.

Рыцари и дамы

Откуда же проникли на рыцарский остров Мальта дамские веера? Как зародилась и окрепла традиция кружевных вееров? Как этот дамский аксессуар стал одним из символов рыцарского острова?

Несмотря на обет безбрачия, который давали рыцари, вступая в Орден, многие из иоаннитов оставались дамскими угодниками, а некоторые даже имели неофициальные семьи. Патрик Брайдон, шотландский путешествен-

ник и писатель, как-то был свидетелем ухода в море рыцарского каравана из трех кораблей на Тунис. Рыцари были на борту, а на пристани их провожали дамы, которые обмахивались от жары веерами или махали платочками вслед уходящим кораблям.

Многие из этих женщин плакали, провожая своих мужчин в опасное путешествие. Некоторые держали на руках детей. Все эти женщины, конечно, не были женами, потому что жениться рыцарям не позволялось. И жили они, как правило, не в Валлетте

или Мдине, а в небольших мальтийских поселениях.

Рыцари навещали свои семьи, содержали их, но усыновлять детей от незаконной связи уставом Ордена не разрешалось. Рыцарь, усыновивший ребенка, рожденного в незаконной связи, лишался права занимать какую-либо должность в Ордене. Тем не менее, многие рыцари возвращались из походов не только в Орден, но и к своим дамам и привозили подарки, в том числе и элегантные кружевные веера.

гоценным аксессуаром. Чем богаче была дама, тем более роскошным оказывался ее веер. Веера украшали драгоценными камнями: для французской императрицы Евгении, славившейся своей красотой, изготовили веер, украшенный тысячами бриллиантами. Подруги мальтийских рыцарей, как и приезжавшие на остров дамы, имели, как правило, веера поскромнее.

Символика веера

Веер — излюбленный символ дамского кокетства. Вот дама прикрывает веером смеющиеся губы, а глаза искрятся лукавством. А вот она резко складывает веер и легко, но сердито бьет им по руке кавалера. Или подносит веер к мушке в уголке губ. Последнее означало кокетливое согласие, приглашение к флирту. У кружевных вееров был свой особый язык.

Но мальтийские дамы верили, что у веера есть и другое, скрытое предназначение. Считалось, что веера (особенно кружевные, белые) защищают от злых сил, отпугивают злых духов. Существовали особые церемониальные веера (опахала), которым приписывали сакральный смысл.

Так, церемониальное опахало (флабеллум), которым пользовались во время папских процессий, являлось символом космоса и вечности, благотатного движения воздуха. Кроме того, опахала были символом родovitости и власти.

Складной тип веера, распространенный в Европе и, в частности, на Мальте, олицетворял собой непрерывно увеличивающийся и расширяющийся жизненный опыт человека. Кроме того, дамские веера ассоциировались с фазами луны: небытие, возникновение, увеличение, полное бытие, убывание и исчезновение. Захлопываешь веер — это знак небытия и исчезновения. Слегка раскрываешь — символ возникновения. Распахнутый в полную ширину веер — знак насыщенного бытия.

Кроме того, веер ассоциировался с женской судьбой, с переменчивым женским очарованием, подобным блеску изменчивой луны. А еще веер олицетворял собой движение времени от рождения до смерти и потоки воздуха — он был символом самой вечности.

Белый «жасминовый» веер

Самым нежным и элегантным считался веер из белых кружев (особенно мальтийских или венецианских).

Белый кружевной веер прекрасно подходил к наряду невесты или молодой девушки, только вступающей в свет. Орнаменты на мальтийских кружевных веерах были достаточно традиционными: господствовал прославленный крест Ордена иоаннитов с ласточкиными крыльями. Он сопровождался завитками и растительными элементами.

Матерчатые веера, конечно, расписывались, порой — известными художниками. Сюжеты для росписи дамских вееров были достаточно традиционными — пейзажи, элементы и памятники архитектуры, в том числе и церковной. Также использовался растительный (цветочный) орнамент. Часто на дамских веерах (особенно — французских) можно было увидеть сюжеты из античной мифологии.

Жезл, скипетр... веер

В эпоху рококо веер был непременной принадлежностью аристократки. Женщинам из третьего сословия запрещалось пользоваться веерами. Девушка, вступающая в свет, обязательно должна была обучиться искусству обращения с веером. Для нее веер — все равно что жезл для полководца или скипетр для монарха. Во Франции веера расписывал сам Франсуа Буше.

На Мальте запреты и ограничения, связанные с владением веером, были несколько смягчены. Кружевные веера можно было увидеть в руках у многих мальтиек, в том числе и у неофициальных подружек рыцарей-иоаннитов. Любили как расписные веера, так и веера из мальтийского кружева. Оно не обязательно было снежно-белым, кружево окрашивали в разные цвета — от синего до черного.

Синие веера встречались в руках у более зрелых женщин, черные были знаком траура. А белый кружевной веер ассоциировался с луной, жасмином, молодостью, нежностью и красотой. Так что именно белые кружевные веера пользовались большой популярностью.

И, конечно, белый кружевной веер — неотъемлемый атрибут праздников, в том числе и зимних. Он — символ переменчивого и легкого счастья, веющего, как нежный ветерок. Счастья вам, дамы и господа!

Из Венеции на Мальту

Традиция изготовления кружевных вееров пришла на Мальту из Венеции. Дивный итальянский город на воде считается родиной европейского кружева. До шестнадцатого столетия кружево использовалось для украшения одежды кавалеров и дам, а затем в Европу пришла мода на складные веера, каркас которых изготовлен из твердых материалов. Складные веера привезли в Европу китайцы, а венецианцы, а затем и мальтийцы, переняли традиции Поднебесной империи.

В качестве основы для веера использовалась слоновая кость, а также рог с тончайшей резьбой. Затем каркас декорировался кружевом и драгоценными камнями. Веера с отделкой из ручного кружева были в большой моде в Венеции и на Мальте. К девятнадцатому столетию ручное кружево стало вытесняться машинным.

На Мальте веера из кружева, изготовленного вручную, остались дра-

Частый пульс: лечить или не лечить?



**ТАТЬЯНА
ВЛАДИМИРОВНА
ИШАНОВА**

Выпускница Российского государственного медицинского университета (специальность — «Педиатрия»). Обучалась в ординатуре по специальности «Акушерство и гинекология», работала в Центре планирования семьи и репродукции и Городской Клинической Больнице №31 г. Москвы. Проживает на Мальте с 2007 г.

Наши читатели присылают множество вопросов о частоте сердечного ритма. Многих беспокоит «частый пульс». Какая частота сердечных сокращений считается нормальной? Ответить на этот вопрос сможет врач кардиолог, кандидат медицинских наук Романова Наталья Евгеньевна.

— Согласно современным представлениям, нормальная частота сердечных сокращений составляет от 50 до 90 ударов в минуту. Пульс свыше 90 ударов в минуту считается учащенным и называется тахикардией.

— **Наталья Евгеньевна, а каков основной механизм возникновения тахикардии?**

— Чтобы ответить на этот вопрос, я сперва попытаюсь рассказать, как и почему сокращается сердце.

В сердечной мышце имеется два основных типа клеток. Одни клетки отвечают за сокращение сердечной мышцы и называются кардиомиоци-

тами. Их сокращение происходит под влиянием электрического импульса, который генерируется и проводится клетками проводящей системы сердца. Она состоит из синусового и атриовентрикулярного узлов, пучка Гиса, ножек пучка Гиса и так называемых волокон Пуркинью. В норме импульс зарождается в синусовом узле. Такой сердечный ритм называется синусовым. Затем возбуждение передается к атриовентрикулярному узлу, проходя по пучку Гиса и по его разветвлениям, достигает желудочков сердца. Это заставляет кардиомиоциты синхронно сокращаться. Если

сердечный ритм постоянно генерируется в других отделах проводящей системы, то его считают несинусовым. Это явление относят к нарушениям ритма сердца.

Теперь, я думаю, можно обсудить основные причины увеличения частоты сердечных сокращений, генерируемых синусовым узлом — причины синусовой тахикардии.

Несмотря на способность генерировать импульсы самостоятельно, синусовый узел находится под контролем нервной системы, и его активность зависит от гормональной регуляции. Этот механизм взаимодействия системы гормональной регуляции и синусового узла очень важен, так как он помогает организму приспособить работу сердечно-сосудистой системы к изменяющимся условиям окружающей среды.

— **Наталья Евгеньевна, а всегда ли частый пульс — плохо?**

— Во многих случаях учащение пульса происходит в рамках нормы.

Частый пульс в большинстве случаев является полезным компенсаторным механизмом, позволяющим организму приспосабливаться к изменяющимся условиям среды. Так, пульс учащается при физической нагрузке, стрессе, волнении, радости. Это нормальная, здоровая и адекватная реакция сердечно-сосудистой системы человека.

— **Наталья Евгеньевна, в таком случае, когда частый пульс является поводом обратиться ко врачу? Может, не стоит обращать на него внимание, особенно если нет выраженной симптоматики? Или же частый пульс всегда плохо переносится?**

— Частый пульс не всегда ощущается, человек может его и не замечать. Отличить норму от патологии не так просто. На этом вопросе придется остановиться подробнее. На учащенное сердцебиение надо обращать внимание: оно может свидетельствовать о серьезных проблемах в организме.

Как правило, не является нормой частый пульс в состоянии покоя, когда человек отдыхает, тем более ненормален частый пульс в период сна. Если в покое человек вполне может посчитать пульс самостоятельно, то зафиксировать частоту сокращений сердца в период сна поможет такое исследование, как суточный мониторинг электрокардиограммы по Холтеру. На человека надевается монитор, который позволяет снимать и фиксировать электрокардиограмму в течение заданного времени. Для обследования человека с частым пульсом в большинстве случаев достаточно 24 часов.

Попробую перечислить основные состояния, когда частый пульс является патологией. К частому пульсу приводят, прежде всего, заболевания сердечно-сосудистой системы, такие как сердечная недостаточность, перикардит, миокардит, некоторые пороки сердца.

Механизм, главным образом, следующий: из-за небольшого объема выброса сердце вынуждено сокращаться чаще. Также к частому пульсу может привести анемия (при низком уровне гемоглобина). Исходная диагностика анемии не так уж и сложна — обычно обращает на себя внимание бледность кожных покровов и видимых слизистых, человек начинает жаловаться на слабость, утомляемость, а окончательно убедиться в наличии низкого гемоглобина поможет общий анализ крови. Тахикардия в таком случае становится компенсаторным механизмом для увеличения количества кислорода в тканях. К учащению частоты сердечных сокращений (ЧСС) и пульса приводят также некоторые заболевания щитовидной железы и надпочечников, высокая температура, интоксикация, обезвоживание. Иногда причиной становятся чрезмерные физические перегрузки или, наоборот, детренированность. Среди причин тахикардии хотелось бы отметить также проблемы с обменом



**Романова Наталья
Евгеньевна**

Врач кардиолог, кандидат медицинских наук.

Окончила Российский государственный медицинский университет по специальности «лечебное дело». Стаж работы — 19 лет. Место работы: Москва, группа медицинских компаний «Ваш Доктор».

глюкозы в организме, тревожность и панические атаки, болевой синдром.

Кроме того, сердце сокращается чаще под влиянием различных стимуляторов, таких как алкоголь, никотин, кофеин. Причиной тахикардии может быть употребление определенных лекарственных препаратов.

Во всех перечисленных выше случаях тахикардия проходит после устранения ее причины!

Иногда увеличение ЧСС происходит при переходе из горизонтального положения тела в вертикальное.

Врачи называют это явление синдромом постуральной синусовой тахикардии, но запоминать этот сложный набор слов совсем необязательно. Надо просто вовремя заметить, если такие симптомы наблюдаются у человека или у его родственников. Это состояние не является опасным, но потребует консультации врача, изменения образа жизни, дополнительного обследования и лечения.

— **Наталья Евгеньевна, как я понимаю, частый пульс бывает не только при синусовой тахикардии. А как отличить синусовую тахикардию от учащения ритма сердца, вызванного другими причинами? Каковы признаки синусовой тахикардии?**

— От других нарушений ритма синусовую тахикардию отличает постепенное начало и окончание. Частота сердечных сокращений редко превышает 160 ударов в минуту. В ноч-

“ Достоверно отличить синусовую тахикардию от других видов тахикардий можно с помощью электрокардиографии

“Если симптомы заболевания выражены умеренно и не ухудшают качество жизни, то достаточно соблюдения диеты с ограничением крепкого чая, кофе, алкоголя

ное время она приходит в норму. При этом состоянии вегетативные пробы всегда положительны, то есть при их выполнении ЧСС снижается. Вот пример самой простой из этих проб: надувание воздушного шарика. Прочие пробы не следует выполнять без разрешения врача.

— **Возможна ли ситуация, когда человек тщательно обследован, но причину тахикардии выявить не получается?**

— Да, такая ситуация вполне возможна.

Когда причину учащенного сердцебиения выявить не удастся, врач может поставить диагноз: идиопатическая синусовая тахикардия, неадекватная тахикардия (звучать диагноз может и так, и эдак, под этими терминами скрыто одно и то же состояние). Механизм этого заболевания до конца не ясен. Однако предполагают, что в его основе лежат две причины: повышенный автоматизм синусового узла и нарушение вегетативной регуляции с преобладанием симпатических влияний над парасимпатическими. Эпизоды иногда начинаются внезапно и сохраняются долгие месяцы и даже годы, но настоящую причину выяснить, как правило, не удастся. Хотя и есть единичные упоминания о развитии кардиомиопатии на фоне длительно существующей тахикардии, в подавляющем большинстве случаев прогноз благоприятный, структурных изменений сердечной мышцы не развивается, нет серьезных неблагоприятных последствий или влияния на прогноз! Отчасти это связано с уменьшением ЧСС в ночные часы у таких больных. Пусковой механизм развития идиопатической (неадекватной) синусовой тахикардии часто остается неясным, доказательная база по этому вопросу скудная. Триггером может явиться вирусная инфекция или токсическое воздействие. Проблема может быть и в самом источнике ритма (в синусовом узле). Все, что нужно знать человеку с диагнозом «ИСТ» — это состояние не так страшно, как звучит и не приводит к тяжелым последствиям,

не влияет на прогноз, продолжительность жизни, не всегда влияет даже на ее качество.

— **Наталья Евгеньевна, а у кого неадекватная тахикардия чаще встречается?**

— Большую часть больных идиопатической тахикардией составляют женщины в возрасте от 25 до 50 лет. Трудно сказать, с чем это связано. У женщин частота сердечных сокращений в среднем выше, чем у мужчин. Заболевание протекает по-разному: от полного отсутствия жалоб (бессимптомное течение, когда частый пульс человек не замечает) до потери трудоспособности. Самым ярким проявлением болезни является чувство сердцебиения. Оно может сопровождаться головокружением, затруднением дыхания, болью в грудной клетке. Многие больные говорят о слабости, быстрой утомляемости, плохой переносимости физических нагрузок. Иногда может наблюдаться предобморочное состояние.

При холтеровском мониторировании электрокардиограммы отмечаются периоды нормализации пульса в дневное и особенно в ночное время. Артериальное давление, как правило, в норме или незначительно снижено. Достоверно отличить синусовую тахикардию от других видов тахикардий можно с помощью электрокардиографии. Диагностика ИСТ основывается на постоянной или периодической синусовой тахикардии, регистрируемой при холтеровском мониторировании ЭКГ. При анализе ЭКГ врачом кардиологом оценивается длительность и морфологические особенности зубца Р на ЭКГ, так как он косвенно характеризует состояние синусового узла.

Лечение идиопатической формы

Врачу и пациенту следует приложить максимум усилий для поиска причины учащенного пульса. Следует полностью исключить постуральную синусовую тахикардию и избыточный прием кофеина и других стимуляторов.

Очень важно, чтобы пациент принимал доброкачественный характер заболевания, важна информация о благоприятном прогнозе.

Если симптомы заболевания выражены умеренно и не ухудшают качество жизни, то достаточно соблюдения диеты с ограничением крепкого чая, кофе, алкоголя. Уровень физических нагрузок должен соответствовать возможностям организма. Больной должен хорошо себя чувствовать до, во время и после тренировки, включая вечер и следующий день. Немаловажное значение имеет соблюдение режима дня и полноценный сон.

При выраженной симптоматике врач дополняет эти меры медикаментозным лечением. Как правило, назначаются препараты, влияющие на частоту сердечных сокращений, главным образом, бета-адреноблокаторы и блокаторы кальциевых каналов. Для этой цели также применяют ивабрадин. Как правило, медикаментозное лечение никак не влияет на прогноз, назначается оно только с целью улучшения качества жизни. Если качество жизни не страдает, снижать пульс лекарствами при ИСТ нет необходимости.

Резюме

Итак, синусовая тахикардия в большинстве случаев является физиологической и проходит после устранения причины. Если же причину выявить не удастся, то можно говорить об идиопатической синусовой тахикардии. Лечить ее следует с помощью изменения образа жизни, при необходимости можно добавить медикаменты. Прогноз при этом заболевании благоприятен. Даже у больных со стажем в подавляющем большинстве случаев не наблюдается структурных изменений в сердце.

— **Можно ли людям с идиопатической синусовой тахикардией посещать курорты, возможен ли отдых на море?**

— Если прочие причины тахикардии исключены, то не просто можно, а даже нужно отдыхать, посещать курорты. Морское побережье прекрасно подойдет для отдыха.

Само собой, необходимо следовать некоторым простым правилам: избегать физических перегрузок, в жаркие месяцы отдыхать на пляже в утренние и вечерние часы, в дневные часы лучше находиться в тени или в помещении с кондиционером, высыпаться. Желательно употреблять больше овощей, фруктов, рыбы, продуктов с высоким содержанием магния и калия (к примеру, бананы, курагу, орехи), избегать жареной, соленой пищи, кофе, крепкого чая, ограничить алкоголь.

Самое главное: если серьезные причины для тахикардии исключены — не считать себя больным человеком.

У врачей есть такая шутка «нет здоровых людей, есть необследованные».

Сам по себе диагноз ИСТ — всего лишь набор слов. Не все больные с ИСТ ощущают от частого пульса постоянный дискомфорт. Если дискомфорта как такового нет, то и лечение — нормализация образа жизни, соблюдение режима труда и отдыха. Если же беспокоят сердцебиение, одышка при физической нагрузке, утомляемость, врач может назначить лекарственные препараты, урежающие пульс. Но придется обратиться к врачу за очной консультацией, так как перед назначением этих препаратов необходим осмотр врача, измерение артериального давления, снятие и анализ электрокардиограммы, иногда требуются прочие исследования, к примеру, холтеровское мониторирование электрокардиограммы, эхокардиографическое исследование.

Для медикаментозного лечения назначаются небольшие дозы б-адреноблокаторов или ивабрадин, которые позволяют снизить ЧСС и добиться улучшения симптоматики. Очень важен факт, что если симптомную ИСТ вообще не лечить лекарственными препаратами, это не ухудшит прогноз. В то же время отсутствие лечения может приводить к ухудшению самочувствия и снижению настроения, и, как результат, к снижению качества жизни.

“Важно поработать над восприятием жизни, не преувеличивать жизненные трудности и научиться радоваться мелочам



— **Существуют ли какие-то иные ограничения для людей с ИСТ?**

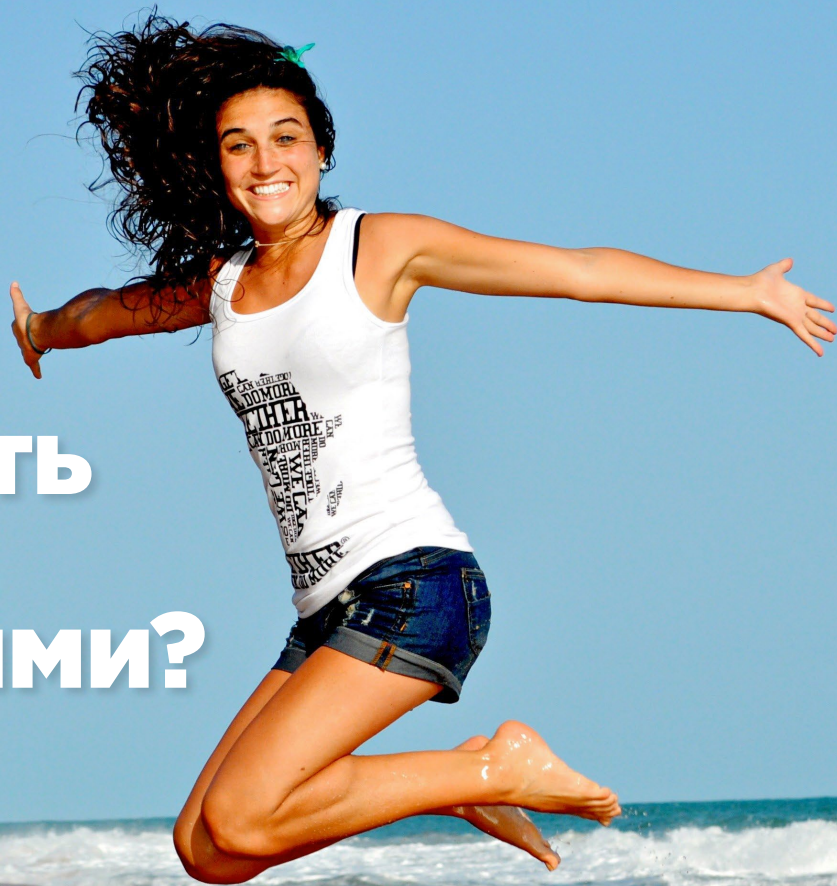
— Никаких серьезных ограничений для таких людей нет и быть не может. Пожалуй, не стоит профессионально заниматься спортом. Гораздо полезнее лечебная физкультура, занятия в обычных кружках, секциях, в идеале под наблюдением инструктора, так как важно, чтобы физические нагрузки не приводили к утомлению и к чрезмерному увеличению ЧСС. На половую активность ограничений не накладывается, возможен полноценный труд, общение, можно садиться за руль. Важно вовремя ложиться спать, вести «здоровый образ жизни», не принимать обычные жизненные неурядицы близко к сердцу, избавиться от максимализма.

— **Наталья Евгеньевна, может ли потребоваться помощь других врачей, помимо кардиолога?**

— В некоторых случаях может потребоваться осмотр терапевта, невролога и консультация психолога или психотерапевта. Больным с идиопатической синусовой тахикардией важно поработать над своим поведением и над восприятием жизни, не преувеличивать жизненные трудности и научиться радоваться мелочам. Таким больным очень важно выбирать специальность и в дальнейшем работу по душе, желательно, в дружном коллективе. Карьерные цели должны совпадать с физическими и

психологическими возможностями. Принципиально наличие времени на отдых, нежелательны регулярные переработки и работа в выходные дни, ночные смены, важно заблаговременное планирование отпуска. Отпускной период лучше планировать заранее, отпуск проводить «спокойно», экстремальный туризм заведомо не подходит таким больным. Важно перестать сравнивать себя с окружающими, не стремиться быть успешнее ровесников или в чем-то их «догнать», научиться расти над самим собой, а не в сравнении с кем-то. Проще говоря, надо научиться любить, ценить и уважать самого себя, тщательно подбирать круг общения. Понятно, что близких родственников не переделать, а вот друзей и приятелей человек выбирает сам! Надо поменьше контактировать с пессимистами и побольше с оптимистами, стараться тратить время с пользой для себя, не предъявлять к себе завышенных требований и не позволять окружающим незаслуженно себя критиковать. Если же критика случается, надо научиться правильно на нее реагировать. Нежелательно постоянно молчать или раздражаться в ответ на несправедливую критику, необходимо научиться ее «отражать» (как пример, «я с вами не согласна, потому что...», «прошу мне больше такое не говорить», «мне неприятно/больно/тяжело это слышать» и так далее). Чем выше будет самооценка человека с ИСТ, тем лучше. Как вы, наверное, уже поняли, зачастую люди с ИСТ имеют проблемы с самооценкой или во взаимоотношениях с семьей и на работе. Если проблемы действительно имеются, а самостоятельно справиться с ними не получается, есть смысл потратить время и посетить психолога. Также помогают занятия йогой, длительные регулярные прогулки (ходьба в обычном темпе, желательно, на свежем воздухе).

Как сохранить суставы здоровыми?



РОМАН СЕРГЕЕВИЧ ГУДЕЛЬ

Невролог, мануальный терапевт, рефлексотерапевт

Facebook Роман Гудель Instagram doctor_gudelya

Сегодня я расскажу о том, как сохранить суставы в хорошей форме.

Это актуально в любом возрасте, ведь от их состояния зависит качество и образ нашей жизни. Чтобы суставы были здоровыми, необходимо соблюдать несколько правил:

Следите за весом

При избыточном весе увеличивается риск развития остеоартрита, болезней сосудов (плохое кровообращение = плохое питание мышц, суставов и хрящей), диабета и других заболеваний.

Правильно питайтесь

Употребляйте продукты с Омега-3. Незаменимые жирные кислоты принимают участие в формировании

хрящей. А это — амортизация! Большое количество Омега-3 содержится в рыбе. Также включите в свой рацион кальций. Он обеспечивает крепость костей, которые напрямую связаны с суставами.

Бегайте правильно

Обратитесь к тренеру-инструктору, который научит вас заниматься бегом, не травмируя сухожилия и суставы. Начните с тренажера-эллипсоида или велотренажера. Они исключают удары суставов, которые происходят при прыжке. А калории сжигаются при этом с колоссальной скоростью!

Плавайте

Этот вид спорта нагружает мышцы, тренирует сердце и легкие, но при этом не наносит вреда суставам.

Делайте растяжку

Она снижает нагрузку на мышцы. Занимайтесь йогой, пилатесом или делайте упражнения на растяжку в спортзале, чередуя с силовыми и кардиотренировками.

Тренируйтесь

Слабые мышцы перекладывают нагрузку на суставы. Наращивайте и

укрепляйте мышцы вокруг суставов. В комплексе с растяжкой это способствует улучшению кровообращения, а крепкие мышцы не дают суставу деформироваться.

При первых симптомах заболеваний суставов, при первых болях не терпите и не затягивайте, обратитесь к доктору! Ранняя диагностика — один из залогов быстрого выздоровления.

Любите себя и будьте здоровы!



АМАНДА БУЗУТТИЛ

Аманда Бузуттил (Amanda Busuttil, родилась в 1986 г.) — молодая талантливая писательница и поэтесса. Ее произведения публиковались в студенческих изданиях Мальтийского университета, продолжают печататься в местных газетах и различных литературных сборниках, в том числе — Союза поэтов Мальты. На протяжении ряда лет она входила в состав комитета Университетского союза мальтийского языка, сейчас является членом ассоциации искусств «Эсприми». Аманда работает преподавателем в школе и ведет свою программу «Литературный час» на радио. Недавно вышел первый сборник ее стихов «Попурри», получивший высокую оценку в литературной среде Мальты.



Глубокий вдох

Открываю кран. Ополаскиваю лицо. Нажимаю на дозатор бутылочки с жидким мылом, которое со звуком выдавливается на мою ладонь. Намыливаюсь. Как только все лицо покроется пеной, снова включаю воду и хорошенько умываюсь. Это — наиболее приятные минуты после рабочего дня. А потом наступает мой самый любимый момент. С лица обильно стекают капли, и оно погружается в полотенце, как награда за целый день его наготы и уязвимости.

Несомненно, это самый приятный момент — когда лицо укрывается в махровой ткани, и именно в это мгновение я люблю делать глубокий вдох, вдыхая аромат мыла, вызывающий в моем воображении вереницу воспоминаний. Чувствую запах лаванды той местности, где жила семья из «Маленького домика в Прериях», вижу бабушку, всегда с чашечкой чая и кунжутным печеньем, представляю, как бегаю с Лесси по солнечным полям меж высоких, нескончаемых хлебов, ощущаю, как вновь становлюсь частью прошлого.

Какое это чудесное ощущение — хотя бы раз в день укрыть лицо. Ведь оно всегда обнажено и беззащитно.

Когда мы были детьми, то чувствовали потребность по несколько раз в день утыкаться лицом в подол материнской юбки, особенно когда видели незнакомого человека и стеснялись. Думаю, эта потребность остается и тогда, когда мы вырастаем. В своих воспоминаниях вижу себя ребенком, радостно гонящим с кузенами мяч. Или же снова ощущаю такое приятное чувство: когда в детстве выходила из моря на берег, у него словно был другой запах, который больше не улавливаю. Аромат нежной соли, пропитавший мои волосы, смешанный с запахом солнцезащитного крема, который я приносила на себе домой, продолжал окутывать меня и во время полуденного сна...

Нет, пока не хочу убирать от лица махровую ткань полотенца, обнажая его. Сделаю еще один глубокий вдох, чтобы продлить ощущение аромата безупречной, красивой и безмятежной жизни, которая ускользает, утекает от нас, как вода из крана

*Перевод
Яны Псайлы*



Стихи, парящие над землей...

(Окончание.
Начало см. в №12, 2019)

Второй сборник поэзии Беллы Ахмадулиной был издан в 1969 году и назывался «Озноб». А далее последовали «Уроки музыки», «Метель», «Стихи», «Свеча»... Поэтесса была неутомимым тружеником, отдавая творчеству полностью, она творила в любом состоянии и в любом месте.

Ахмадулина — автор множества талантливых эссе о выдающихся творческих личностях. Ею написаны произведения о писателях и поэтах Владимире Набокове, Анне Ахматовой, Марине Цветаевой, Вениамине Ерофееве, Владимире Высоцком и других талантливых людях, со многими из которых она была лично знакома.

Белла Ахмадулина снялась только в двух фильмах, но ее стихи и песни на них появляются в кино довольно часто, привнося в картину необыкновенный шарм и удивительную романтическую ауру. Примером могут послужить ставшие культовыми советские фильмы: «Ирония судьбы, или С легким паром!», «Жестокий романс», «Служебный роман».

33 сборника прекрасных стихов — главный итог творческой жизни Беллы Ахмадулиной. А также множество статей, очерков, переводов зарубежных авторов.

Ахмадулина вышла замуж довольно рано — в 18 лет. Первые три ее брака были короткими. Ее первым супругом был Евгений Евтушенко. Затем она вышла замуж за известного писателя Юрия Нагибина. А в браке с сыном известного писателя Кайсына Кулиева Эльдаром Белла Ахатовна родила свою единственную дочь Елизавету.

В 1974 году Белла Ахмадулина вышла замуж за Бориса Мессерера, с которым они прожили до конца ее жизни.

Величайшая поэтесса ушла из жизни 29 ноября 2010 года после тяжелой болезни в подмосковном Переделкино, где с мужем жила последние годы. После смерти жены Мессерер создал памятник в честь супруги и величайшей поэтессы, установив его в Тарусе в 2013 году.

Использованы материалы сайтов: bella-ahmadulina.ru, rustih.ru, 24smi.org

ДОЖДЬ В ЛИЦО И КЛЮЧИЦЫ...

Дождь в лицо и ключицы,
и над мачтами гром.
Ты со мной приключился,
словно шторм с кораблем.

То ли будет, другое...
Я и знать не хочу —
разобьюсь ли о горе,
или в счастье влечу.

Мне и страшно, и весело,
как тому кораблю...
Не жалею, что встретила.
Не боюсь, что люблю.

Белла Ахмадулина, 1955

XITA F'WIĆCI U F'GHONQI ...

Xita f'wiċċi u f'ghonqi,
u fuq l-arbli tal-bastiment qed iberraq.
Int inzertajtli
bhalma tempesta tinzerta lil vapur.

Jiġri x'jiġri,
ma rridx inkun naf:
jekk hux nahbat man-niket
jew inkella se nidhol intir ġol-hena.

Qed nibża' u fl-istess hin qed niehu gost,
bhal dak il-vapur ...
Ma jiddispaċinix li nzertajtek.
Ma nibżax li sirt inhobbok.

© Yana Psaila. Traduzzjoni, 2019

Дорогие читатели!
В этом номере мы завершаем обзор названий городов и деревень Мальты и Гозо, а также их пляжей.

Передвижение по стране

Mawramadwaril-pajjiż [ма́ура мадв́ар иль-пайи́з]



ЯНА ПСАЙЛА

Лингвист, поэтесса, переводчик. Проживает на Мальте с 2004 года. Член Общества поэтов Мальты, член Академии мальтийского языка. Автор первых русско-мальтийского и мальтийско-русского разговорников (2014). Автор сборника стихов на мальтийском языке «Любовь Полярной звезды» (2014). Перевела на мальтийский язык ряд произведений М. Ю. Лермонтова, Е. А. Евтушенко, В. С. Высоцкого.

Пляжи и бухты Мальты

Xtajtiet u bajjiet ta' Malta [штайти́т у байи́т та ма́льта]

Написание	Произношение	Альтернативное название
L-Armier	л-Арми́эр	
Il-Bajja ta' San Ġorġ	иль-Бай́йя та Сан Джор́дж	
Iċ-Ċirkewwa	ич-Чиркэ́уа	
Il-Ġnejna	иль-Джне́йна	
L-Għadira	л-Ади́ра	Mellieha Bay [Мелли́эха Бэй]
Għajn Tuffieħa	А́йн Туффие́ха	
L-Imġiebah Bay	л-Имджи́эбах Бэй	Selmun Bay [Сэлму́н Бэй]
Il-Mistra	иль-Ми́стра	
Il-Mixquqa	иль-Миш'у́'а	Golden Bay [Го́лдэн Бэй]
Paradise Bay	Па́радайс Бэй	
Perched Beach	Пеерчт Бич	
Pretty Bay	При́тти Бэй	

Пляжи и бухты Гозо

Xtajtiet u bajjiet t'Għawdex [штайти́т у байи́т т а́удэш]

Написание	Произношение	Альтернативное название
Dahlet Qorrot	Да́хлет 'оррот	
Id-Dwejra	ид-Две́йра	
Hondoq ir-Rummien	Хондо́' ир-Рум-ми́эн	
Imġarr ix-Xini Bay	Мджар иш-Шы́ни Бэй	
Il-Qbajjar	иль-'абай́йяр	
Ir-Ramla l-Hamra	ир-Ра́мла ль-Ха́мра	Ramla Bay [Ра́мла Бэй]
San Blas	Сан Бла́с	
Wied il-Għasri	Вид ил-А́сри	
Xlendi	иш-Шле́нди	

Города и деревни Гозо

Bliet u rhula t'Għawdex [бли́эт и рху́ла та а́удэш]

Написание	Произношение	Альтернативное название
Ta' Ċenċ	Та Че́ньч	
It-Triq tal-Għajn	ит-три́ тал-а́йн	Il-Fontana [иль-Фонта́на]
Għajnsielem	Айнси́элем	
L-Għarb	л-А́рб	
L-Għasri	л-А́сри	
Ta' Kerċem	Та Ке́рчем	
Marsalforn	Марсальфо́рн	
L-Imġarr	л-Имджа́р	
Il-Munxar	иль-Мунша́р	
In-Nadur	ин-Наду́р	
Il-Qala	иль-'А́ла	
Ir-Rabat	ир-Ра́бат	
San Lawrenz	Сан Лау́рэнц	
Ta' Sannat	Та Сання́т	
Ir-Rabat (t'Għawdex)	ир-Ра́бат (т а́удэш)	Victoria [Викто́риа]
Ix-Xewkija	иш-Шэу́кия	
Iż-Żebbuġ	из-Зэббу́дж	



Приобретайте полную версию разговорника у автора:

[yana.psaila@hotmail.com](mailto: yana.psaila@hotmail.com)



Анастасия Павловская

Давайте знакомиться! Меня зовут Анастасия Павловская. Я родилась в Ленинграде и выросла в Санкт-Петербурге. 6 лет назад переехала на Мальту, где и решила остаться, поддавшись очарованию этого миниатюрного острова. Любовь к приготовлению еды проявилась у меня гораздо раньше моего переезда в новую страну, и здесь не исчезла, а, напротив, обрела новую силу и заиграла яркими средиземноморскими красками. Мои интересы охватывают не только создание новых интересных блюд, но также и поиски необычных вкусов и впечатлений, которые раскрывают творческий потенциал профессиональных поваров. Представляю вашему вниманию новую рубрику в журнале «Мальтийский вестник»: «Жизнь со вкусом», в которой мы будем рассказывать о мальтийских ресторанах и особенностях местной кухни. Также мы познакомим вас с людьми, которые кормят огромное количество туристов, а, кроме того, не перестают радовать и приятно удивлять население Мальты. Итак, приглашаю вас в аппетитное путешествие по Мальтийским ресторанам, будет вкусно и интересно.

Пикантная зима на Мальте

Вот и на Мальту пришла зима, похолодало, стало раньше темнеть. Пришло время для согревающих блюд: густых, ароматных, со множеством специй и пикантной остринкой.

Все это в изобилии представлено в ресторанах индийской кухни. В эпоху расцвета Великобритании как колониальной державы британская кухня подверглась сильному влиянию кулинарии «заморских» стран, в первую очередь, Индии. Перенимая британские традиции, Мальта также освоила и полюбила индийские блюда.

Наш сегодняшний визит в ресторан «Шакинах» в Таш-Биш. Здесь представлена кухня северной Индии. Ресторан делится на две части: общий зал и зал для банкетов с общим столом и отдельным входом.

В меню множество блюд, традиционных для всей Индии, таких как дал, сорба, карри. Приготовлены они с особыми специями и соусами, типичными для северной части региона.



В ресторане отдельно представлено заслуживающее внимания вегетарианское меню. Посмотрите винную карту: она очень грамотно составлена. Здесь вы найдете как местные вина, так и вполне приличные французские, неплохой выбор вин нового света.

Имейте в виду: многие блюда предлагают приготовить более или менее острыми. Если не слишком любите пикантный вкус, лучше не рискуйте и закажите более мягкий вариант. В любом случае, удовольствие от аутентичной индийской еды вам гарантировано!



“ В ресторане отдельно представлено вегетарианское меню



Команда журнала «Мальтийский вестник» желает всем счастливого Нового года!



ПОЛЕЗНУЮ ИНФОРМАЦИЮ
ИЩИ В СЕТИ!



**Мальтийский
вестник Online**
maltavest.com



/maltvest/



**МАЛЬТА ДЛЯ ВСЕХ /
MALTA FOR ALL**



/MRFFoundation2016/

