

NOTA BENE

Ежемесячная газета НКПИИТ | №9 (50)/Октябрь/2018



NAUKA 0+

В связи с проведением VI Фестиваля науки Новосибирской области 16 октября группа ИДР-11-17 с преподавателем Забуга С.Е. посетили выставку «NAUKA 0+» в ГПНТБ. Студенты ознакомились с выставкой научных достижений и технического творчества, со стендами инновационных компаний и выставкой макетов.

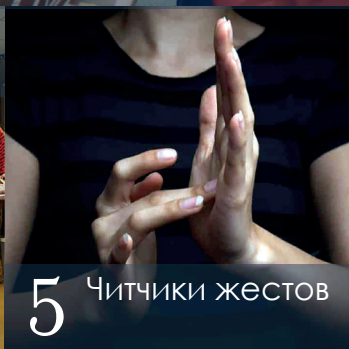
Особенно обучающимся запомнились демонстрация опытов, 3D-печать и научное шоу. Также было не менее интересно увидеть города будущего, только пока лишь выстроенные на макетах, но которые точно будут появляться в реальной жизни, поскольку именно для этого работают все отрасли современной науки. На данной выставке были представлены разнообразные площадки, где с ребятами проводили оживленные беседы.

Исследователи рассказывали простыми словами о сложных научных трендах. Ведь основная цель Фестиваля науки — актуальность и необходимость внедрения научного знания в жизни людей на доступном языке. Ребята получили эстетическое наслаждение от посещения выставки и узнали много интересного о науке в таком виде, который понятен максимально большому количеству людей.

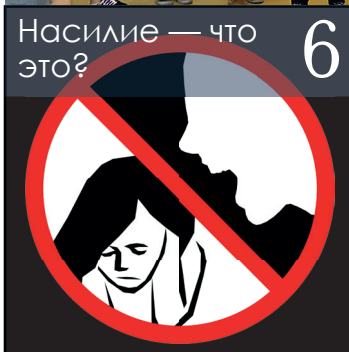
Анастасия Ходарева



IQ Battle 2



5 Читчики жестов



Насилие — что это? 6



7 Осенняя хандра или депрессия?



Уважаемые читатели газеты «NOTA BENE»

Скажите, а вы часто ходите в мэрию? Наверняка, многие даже и не подозревают, что ее можно посетить не являясь управленцем или чиновником. А сколько раз вы были в хранилище ГПНТБ СО РАН, где хранятся тома, созданные еще до начала эпохи письменности? Или, быть может, вам удастся похвастаться тем, что вы знакомы с 3D принтером и даже делаете фигурки из жидкого пластика? Если вам есть, чем удивить наших читателей, то место в дружном коллективе газеты «NOTA BENE» ждет вас.

Редакция газеты «NOTA BENE»

IQ Battle



28 сентября в колледже начался ежегодный сезон интеллектуальных игр «IQ Battle». Игра проходила в три этапа, ребусы транслировались на экран, и каждая команда за минуту должна была дать верный ответ и передать листочек волонтерам. В игре приняли участие 12 команд. Первокурсники играли наравне с третьекурсниками. На горизонте появилась новая команда-звезда «1X BED», группа ПД-9-18, занявшая третье место.

Несмотря на конфузную ситуацию в третьем раунде (после каждого вопроса звучал ответ, но ведущая Шишигина Оксана Александровна быстро нашла выход и спасла положение) всем очень понравилась игра и все без исключения команды ждут продолжения.

Результаты первой игры этого года:

- 1 место — ИБК-11-17 «Сергей и КО»
- 2 место — ДК-9-18 «Пост Ирония»
- 3 место — ПД-9-18 «1X BED»
- 4 место — ИДР-11-18 «Команда – А»
- 5 место — ИДР-11-17 «Медведи»
- 6 место — ИБК-11-16 «Солнышко»
- ИД-9-17 «Нон-Стоп»
- 7 место — Д-9-17 «Пингвины»
- 8 место — П-9-18 «Улыбка»
- ДК-9-17 «БеЗпонятия»
- 9 место — Д-9-16 «Лучики»
- ДОУ-11-18 «Защитники архива»

Наши игры непредсказуемы, и чем закончится следующая — большая загадка! Желаем вам успехов, держать интеллект в тонусе и не расслабляться!

Дадонов Роман

Кто и почему был в мэрии?

15 октября в большом зале мэрии города Новосибирска были награждены студенты нашего колледжа за участие в проекте «Читаем стихи о победе». Это:

- Аментьева Алина, ПП-9-17
- Алейникова Светлана, Д-9-16
- Ларина Алиса, Д-9-16
- Сидоров Максим, Д-9-16
- Колотова Наталья, ИД-9-17
- Галендухин Андрей, ИД-9-16
- Жданова Юлия, ИДР-11-17
- Леонтьева Анастасия, ИДР-11-17

Дипломом за 2 место в номинации «Лучший исполнитель стихов» награждена Какорина Валерия, ДОУ-11-17.

Дипломом за 2 место в номинации «За искренность исполнения» награждена Шаймарданова Айсылу, Д-9-17.

Еще в мае прошлого учебного года ребята были записаны стихи на военную тематику и из почти 50 человек было выбрано десять лучших. Возрастная категория участников была очень обширной: от детей из детского сада до студентов колледжей. На память участникам подарили раскраски с мотивами Новосибирска.

Леонтьева Анастасия



С наукой вместе весело идем

В рамках фестиваля науки, проходящего по всей России, студенты нашего колледжа посетили множество интересных мест и увлекательных мероприятий. Так, группа ИДР-11-16 вместе с руководителем Ольгой Михайловной Федченко посетили одно из самых таинственных и недоступных мест в городе и даже стране — подземное хранилище второй в России научной библиотеки ГПНТБ СО РАН. Но не только хранилище предстало

взору студентов. Во время экскурсии ребята обошли полностью все этажи библиотеки, просмотрели не менее пяти выставок, размещенных в коридорах здания, посетили музей древних рукописей, познакомились с легендами и интересными фактами, связанными с историей российской библиографии, увидели настоящие патенты.

Но не менее интересным оказалось посещение группой Новосибирского государственного пе-

дагогического университета, где проходил фестиваль науки. Для посетителей были подготовлены выставки, связанные с 3D моделированием, мастер-классы по созданию 3D макетов, рисование по трафарету 3D ручкой, квест и сувениры. Множество интересного, необычного и познавательного почерпнули студенты во время экскурсии, которой полностью остались довольны.

Автюхова Татьяна

Всемирный день защиты животных

Вот и наступила октябрьская череда праздников. И сегодня мы поговорим про Всемирный день защиты животных, который отмечается 4 октября.

Свои корни этот праздник берет из Италии, где впервые начали отмечать Международный день защиты животных как способ привлечения внимания к ужасному положению вымирающих видов. В то же время во Флоренции проходил конгресс защитников природы. Эта дата выбрана не просто так: это своего рода день памяти Франциска Ассизского — святого покровителя животных, который умер 4 октября 1226 года. Конгресс решил остановиться на этой дате, и теперь данный праздник отмечается повсеместно, во многих странах мира.

Конечно, выбрала тему этой статьи я не просто так, а чтобы высказаться и выразить свое мнение на этот счет.

Все знают проблему вымирающих видов животных, все знают что такое

«красная книга» и все понимают, что животных надо любить, уважать и относиться к ним лучшим образом... Но так ли мы действительно относимся к ним? Действительно ли любим? Конечно нет... И проблема не только в браконьерстве или вымирании видов из-за экологии. Да, это немаловажно, но я сейчас не про это.

В этой статье я хочу осветить не глобальные проблемы, а именно жизненные — как человек, как наблюдатель. Я хочу сконцентрировать твое внимание, читатель, на отношении к животным, а не на том, как ты поступаешь с ними, и поднять спорные вопросы.

Итак, сначала мы поговорим про отношение к животным. Мне всегда было крайне странно видеть позицию разделения животных на домашних и нет. Почему произошло само разделение, мы знаем из гига по истории, но почему именно к собакам, кошкам, попугаям и т. д. у нас более дружелюбное отношение, чем к коровам, свиньям, козам? Мы не встретим нигде в солидном ресторане «суп из кота по-пекински», зато шашлык из говядины мы едим за обе щеки. Хотя мое мнение вам может показаться критичным и немного странным, но почему это так? Что это за «животнический» расизм?

Я не понимаю, почему одних животных мы любим всем сердцем, а других выращиваем чисто как ресурс, чтобы доказать свою потребительскую способность. Почему так? Я не могу ответить на этот вопрос... Но я думаю, тебе будет не очень приятно, если твоего пса по кличке Кексик превратят в реальный собачий кекс. Думаю, дорогой читатель, ты над этим поразмыслишь.

Во-вторых, зоопарки. Мне нравятся зоопарки, там можно увидеть много разных животных своими глазами. Многие люди критикуют их, мол, ужасные условия, дикие животные не на воле. Так а почему вам, люди, не идти дальше своего мнения и не помочь этим животным, если вы так считаете? В этом-то и проявляется малодушие, скажу я вам.

Цирки. К этим заведениям я отношусь гораздо хуже, потому что в отличие от зоопарка, цирки носят исключительно развлекательный характер, и, помимо условий проживания животных,



встает вопрос о насилии над ними в процессе дрессировки. Звучит крайне жестоко, поэтому в цирк меня не зовите.

Далее я освещу такую сторону как

«проявление доброй человеческой природы». Не раз все мы видели видео, где люди спасают утят, переходящих через дорогу, оленей и т. д. Я всегда задаюсь вопросом, зачем человек это делает, если такую же утку (но только мертвую) он съест на ужин? Мне странно от того, что люди настолько противоречивы.

Меховые изделия. Конечно, это крайняя степень издевательств над животными. Мне кажется, то, каким образом изготавливают изделия из меха — это ужасно. Носить кожу и мех трупа норки — это явно не для меня.

Все вышеперечисленное сказано не под эгидой «не ешь мясо»: природа придумала тебя как всеядное существо, дальше выбор за тобой... Я призываю относиться к животным лучше, чем мы относимся к ним сейчас. Я хотела сделать акцент на глупостях, которые делает человек, и сказать, что милая свиношка в загоне не менее хороша, чем мурчащая кошка, лежащая у тебя на пузике.

Давайте будем толерантнее, осознаннее и миролюбивее.

С.Е.Э.

Международный день музыки

Музыка (от греческого *musike* — искусство муз) — вид искусства, в котором средством воплощения художественных образов служат организованные определенным образом музыкальные звуки.

С самого детства человек общается к музыкальному миру. Музыка влияет на наши чувства: печальная вызывает грусть, а веселая может поднять нам настроение. Также она способна успокоить или взбодрить. Музыка многогранна, у нее множество различных жанров, имеющих свои ряды поклонников и приверженцев. У каждого народа свои неповторимые музыка и песни, самобытные исполнители и музыканты. Но есть праздник, объединяющий всех музыкальных людей на Земле — Международный день музыки.

Он отмечается ежегодно 1 октября, начиная с 1975 года. Учрежден по инициативе Международного музыкального совета (ИМС) при ЮНЕСКО с целью распространения музыкального искусства во всех слоях общества и реализации идеалов мира и дружбы между народами, а также для развития культур, обмена опытом и взаимного уважительного отношения к эстетическим ценностям.

Ключевой фигурой, которой этот праздник обязан появлению на свет, является Дмитрий Шостакович. С именем композитора, широко известного в мировом сообществе, сопряжены первые торжества, приуроченные к этой дате, которая подчеркнула реальную важность и необходимость существования такого праздника.

Международный день музыки принято отмечать во всем мире большими концертными программами с участием лучших артистов и художественных коллективов. В этот день звучат сочинения, вошедшие в сокровищницу мировой культуры. Также проходят творческие встречи с композиторами, исполнителями, музыковедами, организуются тематические выставки и акции просветительского характера, что способствует распространению музыки как искусства в самых разных сообществах.

Макарова Анастасия

ТВОЙ СТИЛЬ

Как известно, каждая девушка хочет быть красивой и привлекательной. Для того, чтобы этого достичь, нужно любить себя и внешне, и внутренне. Каждая из нас — особенная, уникальная и неповторимая.

Макияж не только добавляет уверенности в себе, но и позволяет подчеркнуть определенные черты лица. Но, к сожалению, многие девушки и женщины часто делают ошибки в макияже, о которых они даже не задумываются. Мы собрали ТОП-5 распространенных ошибок, которых стоит избегать.

1. Большое количество тонального крема

Решение: В силу того, что слишком плотный слой и неправильно подобранный цвет тонального крема могут привлечь внимание к морщинам и добавить несколько лишних лет, следует отказаться от плотных тональных основ в пользу легких и жидких флюидов, которые сделают кожу более здоровой и естественной, при этом не перегрузив её.

2. Неправильное нанесение румян

Решение: Нанесение румян только на «яблочки» щек многим представителям прекрасного пола просто не идет. Более приятного визуального эффекта можно достигнуть, нанеся румяна на верхнюю часть скул, но не слишком близко к носу.



3. Обведение слизистой чёрным карандашом

Решение: Не подводите нижнее веко, а создавайте акцент на верхнем. Обведение слизистой чёрным карандашом уменьшает размер и форму глаз, старит и создает грубый внешний вид. Используйте серые, коричневые оттенки подводки — они выглядят естественнее и приятнее. Нанесите небольшое количество теней или мягкой подводки вдоль основания нижних ресниц и растушуйте — получится легкая дымка, которая подчеркнет ваш цвет глаз.

4. Неправильное нанесение помады

Решение: Не выполняйте макияж губ самой помадой в тубике или в карандаше — она будет хуже ложиться на губы и станет менее стойкой.

Сначала обведите губы по контуру карандашом — он может быть на 1-2 тона темнее помады. Затем наберите специальной кистью помаду, нанесите в центр губ и растушуйте к уголкам. Промокните первый слой бумажной салфеткой, затем нанесите второй слой.

5. Использование теней неподходящего оттенка

Решение: Сначала нужно определить ваш цветотип, чтобы затем приобретать только подходящие вам оттенки теней. Следует обращать внимание на бежевые, персиковые, коричневые оттенки. Кроме того, помните, что слишком яркий или темный оттенок добавит возраста и невыгодно подчеркнет глаза. Также тени с эффектом «металлик» или мерцающими частичками делают морщинки более заметными. Выбирайте матовые тени — они смотрятся современно и подходят для любого макияжа.

Все лучшие события мы притягиваем прежде всего своими мыслями, своей улыбкой и тем, как мы выглядим. В современном мире очень важно ухаживать за собой. Стильный внешний вид — это всегда заявка на успех и показатель того, насколько мы уважаем себя и окружающих. Любой девушке или женщине по силам сделать себя краше при помощи простых и банальных средств. Главное — сделать так, чтобы красивый макияж не превратился в унылую гримасу. А я желаю всем счастья, спокойствия и уверенности в себе. Будьте стильными, будьте «на стиле».

Бурова Алина



ЧИТЧИКИ ЖЕСТОВ



За все существование земного шара в мире было выявлено более 6000 языков. Лингвисты до сих пор не могут определиться с точной цифрой, потому что есть тонкая грань между языком и диалектом. Мы можем с уверенностью сказать, что русский язык является очень сложным, и только он содержит множество уменьшительно-ласкательных слов. Французский — приятен и красив на слух, а немецкий отличается резкостью произношения. Для беспрепятственного общения между людьми разных национальностей даже создали новый язык — эсперанто.

К сожалению, наш мир не идеален, и существует еще один язык — язык жестов. В этом языке нам не потребуется красивая речь или приятное произношение, только движение рук. Он является официальным во многих странах, и все программы

на телевидении дублируются для тех, кто имеет проблемы со слухом.

31 октября в России отмечается праздник, посвященный людям, которые помогают во всех сферах жизни понять глухонемых и расшифровать их знаки — сурдопереводчикам. «Читчики жестов», как их называли во времена правления Павла I, впервые объединились в гильдию. Почти два века спустя в нашей стране было создано Всероссийское общество глухих. Но прошло целых шестьдесят лет, прежде чем телевизионная программа новостей «заговорила» жестами и миллионы неслышащих получили возможность узнавать новости — как сказали бы мы сейчас — в онлайн-режиме. И сама должность сурдопереводчика еще долго не признавалась полноценной профессией.

В наше же время профессия сурдопереводчика является востребованной и глубоко почитаемой. Сур-

допереводчики задействованы во всех сферах жизни.

Это профессия умственного творческого труда, сурдопереводчики должны обладать эрудированностью, любознательностью, иметь аналитический склад ума. От них требуется наличие идеально развитой дикции, помогающей без затруднений считывать информацию с губ, подвижности и пластичности рук. Человек данной профессии должен иметь терпимость, быть вежливым и доброжелательным. Но что интересно — жестовые знаки обладают разным значением в разных странах, поэтому, получив образование в одной стране, не всегда возможно работать в другой.

Меликова Ольга

NEW YORK, THURSDAY, JUNE 9, 1917—TWENTY PAGES.

THOUSANDS CHEER AS ADU... FOR LIBERTY LOAN

Chinese Vice President Out: Kans Are Some

GERMAN WIRELESS

France Designates Joffre

PROHIBITIVE TAX

AMERICA ENROLLS TODAY FOR ANTI-DRAFT IMITATION POLICE BUSINESS SILENCE

ВСТУПАЙ В КОМАНДУ NOTA BENE!

Если тебе есть о чем рассказать, если хочешь поделиться своим творчеством, хочешь попробовать себя в роли журналиста, редактора, корректора, верстальщика, то редакция газеты ждет именно тебя!

Всех желающих поучаствовать в создании газеты ждем в нашей редакции в кабинете 223

ANARCHISTS AWED BY POLICE CLUBS REGISTRATION HERE

PREDICT PEACEFUL

Speakers at a Mass Meeting Supervisor Says That the Number Who Enroll Will Be

Carefully Avoid All Refer-

Насилие — что это?



Насилие. Какие чувства вы испытываете, когда слышите об этом? Страх, сострадание или безразличие... Стать жертвой сегодня может абсолютно каждый и абсолютно везде: на улице, в учебном заведении и, что самое страшное, дома. Насилие — это поведение, наносящее вред другим; это принуждение, ограничение свободы выбора, физическое воздействие. В юридическом понимании насилие — это причинение физического, психического или материального (имущественного) вреда. Ученые спорят о происхождении насилия: оно имеет биологический, животный или же социальный характер. Если говорить о животных, то они проявляют свою агрессию в борьбе за пищу, самку, своих детенышей, только если это неизбежно. Человек может применять насилие просто потому, что может, хочет, это доставляет ему удовольствие.

Насилие бывает разным. Например, его классифицируют по *содержанию*: психологическое насилие, насильственные преступления, включая «подвиды» — преступления против жизни, преступления против здоровья, торговля людьми; терроризм; военное насилие и т.д. Или же по *сферам жизнедеятельности*: в политике, экономике, семье, в быту, медицине, образовании, науке, искусстве, литературе. По *объектам насилия*: мужчины, женщины, дети и подростки, пенсионеры, инвалиды, животные, расы, этносы, государства.

Я хочу затронуть тему *домашнего*. Его схема довольно проста:

- Обидчик запугивает вас и говорит, что будет жесток с вами.
- Он проявляет физическую/моральную жестокость.
- Он извиняется.
- Схема повторяется.

Самое ужасное то, что об этом мало кто знает, а сама жертва не осознает опасности, или принимает это как должное. Обычно жертвами становятся дети, подростки и женщины. Пострадавшие от домашнего насилия практически никогда об этом не рассказывают. Одна из главных особенностей насилия состоит в том, что оно представляет собой повторяющиеся инциденты, этакий замкнутый круг. Итак, насилие такого рода можно подразделить на несколько видов:

- Физическое насилие — это преднамеренное нанесение жертве телесных повреждений (избиение, истязание, пощёчины, подзатыльники, удары, укусы, прижигание сигаретами и горящими предметами, применение отравляющих или снотворных веществ, удушение, утопление). С этим все понятно: бьет — не значит, что любит.

- Психическое (эмоциональное) насилие — воздействие на психику жертвы путём запугивания, угроз с целью сломить волю к сопротивлению и к отстаиванию своих прав; периодическое или постоянное, вербальное или невербальное воздействие; унижение чувств собственного достоинства.

- Сексуальное насилие — это использование жертвы для удовлетворения сексуальных потребностей или получения выгоды (вовлечение его в сексуальные отношения, проституцию, порнобизнес).

- Экономическое насилие — использование жертвы для удовлетворения материальных и финансовых

потребностей. Или же ограничение финансов вообще.

Первым шагом к обращению внимания на насилие будет признание того факта, что оно имеет место быть. Хотя насилие может начинаться с чего-то безобидного (например, с обзывания), оно может довольно быстро развиться в применение физической силы.

Как вести себя, если вы стали жертвой насилия

Расскажите кому-нибудь о случаях насилия и попросите поддержки. Ищите помощи у того, кому вы доверяете: у друга, родственника или психиатра. Хотя вам и может быть сложно говорить о случаях насилия, вы почувствуете облегчение. Также вы можете позвонить по телефону доверия. В Новосибирске это:

+7 (383) 335-66-39

+7 (383) 232-76-75

Единственное решение — обратиться в правоохранительные органы. Может быть страшно подавать в суд, вы можете бояться за свою жизнь, но это самый надежный способ избежать насилия в будущем и убедиться, что ваш обидчик уже в руках правосудия. Следующий шаг — это посещение психолога. Он помогает отойти от пережитого ужаса и жить дальше.

Помните: никто не в праве причинять вам какой бы то ни было вред, и вы сами в ответе за себя и свою жизнь.

Леонтьева Анастасия



Осенняя хандра или депрессия? Как отличить?

Пасмурно, холодно, ветрено. Листья падают вместе с настроением. Небо похоже на серое полотно, а микробы начинают атаковать неприготовившихся. Осень. Многие из нас просто хандрят, некоторые сохраняют боевой настрой, а у некоторых появляется или просыпается депрессия.

Хочу сразу разграничить понятия «хандра» и «депрессия».

Когда у тебя падает настроение из-за погоды, отменившихся планов, навалившейся работы, кашля, луж и сырости, то ты хандришь, и это пройдет, как только все факторы грусти исчезнут. А люди, страдающие депрессией, больны. Многие этого не понимают и считают депрессию чем-то надуманным, не относясь к ней как к заболеванию.

Когда ты болен депрессией, ты теряешь интерес ко всему, становишься апатичным и раздражительным, и даже люди и вещи, которые тебя радовали, больше не могут поднять тебе настроение. Ты ничего не хочешь. Даже вставать с постели. Тебе физически становится тяжело двигаться, а если депрессия переходит в тяжелую форму, то ухудшается память, пропадает аппетит, начинаются проблемы со сном, а ты постоянно хочешь плакать. Самое страшное, что люди в этом состоянии очень восприимчивы, и на них влияет абсолютно все — грубое слово, неосторожное действие, критика. Они думают, что никому не нужны и их жизнь не имеет смысла.

Мы все иногда хандрим, думаем о плохом и чувствуем себя ужасно. И это естественно, потому что мы люди, и мы чувствуем. *Депрессия* — это



ненормально, потому что твоя хандра становится статичной и растет внутри тебя, она мешает жить, радоваться хорошему, развиваться, стремиться к своим целям.

Если вдруг вы заметили у себя симптомы депрессии и чувствуете, что самим вам не выбраться из этого состояния, или же вы видите,

что рядом с вами человек страдает этим заболеванием, то очень важно обратиться к специалисту или подтолкнуть близкого человека к сеансу психотерапии. Это правда очень важно, потому что тяжелые стадии депрессии заставляют человека думать о завершении жизни, и нередко встречаются случаи самоубийств.

Многие боятся обратиться к специалисту из-за того, что их могут посчитать психами или положить в психбольницу, но это все совершенно не так. Хотя депрессия и считается психическим заболеванием, вас никто не станет высмеивать или забирать в стационар. Есть частные психологи и психиатры, которые беседуют с вами и даже могут назначить медикаментозное лечение, если посчитают нужным.

Не стоит противиться лечению и думать, что депрессия пройдет сама. Не пройдет. Она может отступить на время, но снова появиться в самый неподходящий момент. И отмахиваться от лечения депрессии — это то же самое, что не идти к врачу, если у вас гноится палец. Сначала просто покраснение, потом немного гноя, а потом гангрена и даже возможно заражение крови. Думаю, вы уловили суть.

Я верю в то, что каждый человек силен внутри и способен здраво оценить свое состояние или состояние близкого человека.

Желаю вам хорошей осени, чтобы вы меньше грустили и «ловили Макконахи», а людям, которые болеют депрессией — не бояться и скорее выздоравливать!

Татаурова Катерина



Что бы я сделал, если бы узнал, что живу последний день?

Очень долго думала и рассуждала над этим вопросом и поняла, что самое дорогое, что у меня есть — это люди. Родные и близкие, те, кто оставил след в моей жизни, кто дарил мне эмоции. Я бы оставила им послание. Видео каждому человеку, с теплыми словами и пожеланиями, чтобы, когда меня уже не будет рядом, этот человек в любое время смог почувствовать мое присутствие и поговорить со мной. Хотя бы так.

Дальше я бы потратила, возможно, все свои деньги, чтобы маме каждый ее день рождения приносили цветы.

А потом поплакала. Скорее всего, не один раз.

Все оставшееся время я бы провела в компании человека, который на данный момент мне ближе всего. Сходила бы в KFC и съела свой любимый бургер, набила бы тату с надписью «И че дальше?», станцевала на площади Ленина ёхор, напилась бы дешевого вина, отправила бы в любое издательство рукопись своей незаконченной книги... А дальше? А дальше по ситуации. Неясно, куда бы меня занесло в этот день, но я бы старалась быть счастливой.

И тут, как в дешевых романах, мне пришла мысль. А почему я сейчас не могу быть счастливой и делать каждый свой день особенным? Вообще-то могу. И буду.

Татаурова Катерина



Наверняка вы задавались этим вопросом. Либо слышали, как кто-то давал вам такой совет: «Живи так, как будто этот день в твоей жизни — последний». Слышали такие слова, не так ли? И все же, что бы вы сделали, если бы этот день, да, этот самый день был последним для вас? Что бы вы готовы были сделать?

Наверное, каждый человек захотел бы сделать то, что так и не успел воплотить в реальность на протяжении своей жизни. Я считаю, что осознание того, что ты смертен — великий источник мудрости. Стоит мне только подумать об этом, как сразу это превращается в вызов самому себе. Это действительно работает и придает смелости. Осознание неизбежного конца — это отличная практика. Такой вопрос к себе позволяет нам сосредоточиться на самом главном. Пока не поздно.

Мой вам совет: вперед, живите! Проживать каждый день как последний — значит жить стремлением к самой жизни. Наслаждайтесь, мечтайте, любите, делайте все то, о чем мечтаете. И помните: завтра — это обман. Жизнь существует только здесь и сейчас.

Ходарева Анастасия

NOTA BENE

Ежемесячная газета НКПИИТ

Главный редактор: Федченко Ольга Михайловна;

Редактор: Татаурова К., Леонтьева А.;

Корректоры: Руденских А., Паршина А.;

Верстка: Шерстюгина Е., Калачик А., Мельникова А.;

Корреспонденты: Леонтьева А., Дадонов Р., Меликова О., Татаурова К., Макарова А., С.Е.Э., Автюхова Т., Ходарева А.



Тираж: 100 экз.

Адрес редакции: Немировича-Данченко 102/1, каб. 223.

Группа редакции ВКонтакте: <http://vk.com/club58524932>

e-mail: notabenebews@gmail.com