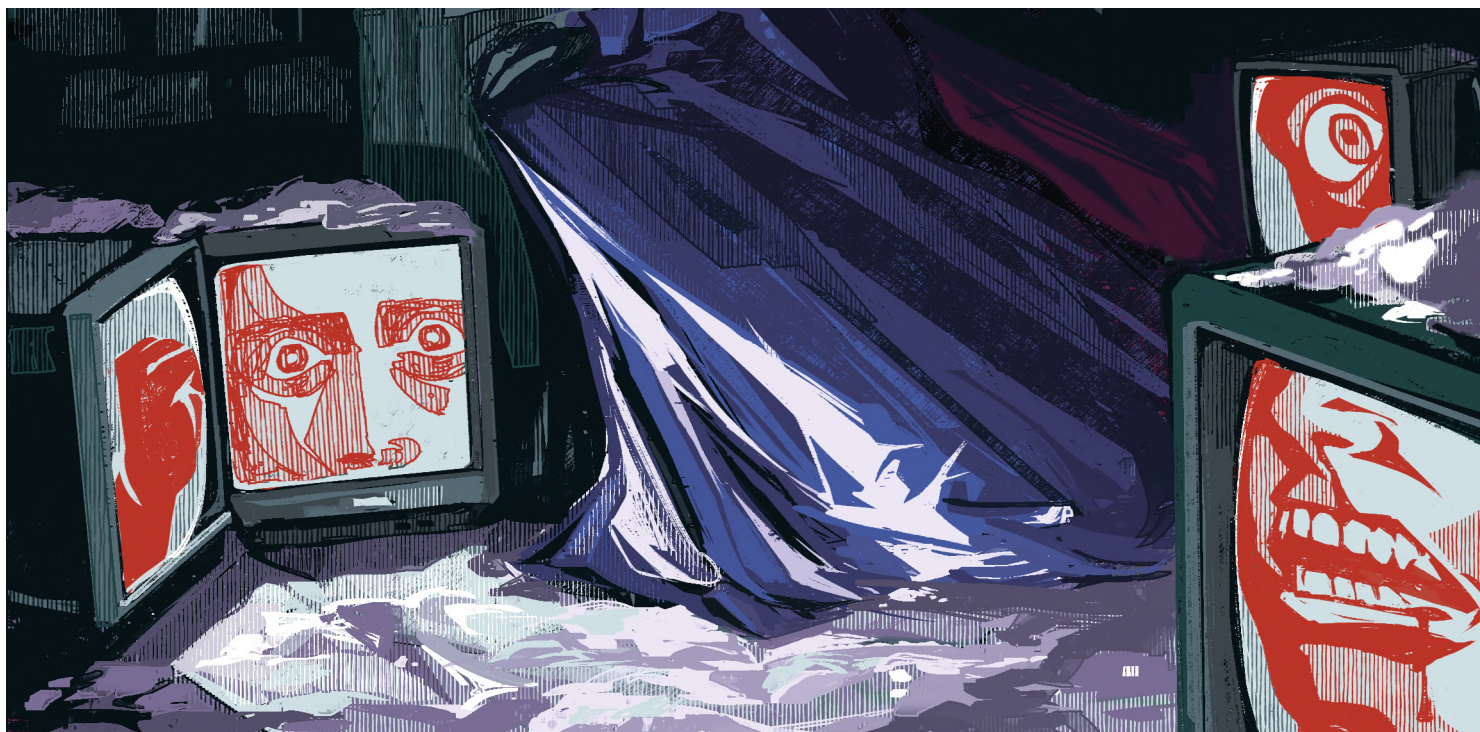




NEWTONE

№ 54

зима-весна 2025





CTPAX

содержание

слово редакции

Хорошо быть смелым, но страшно...	4
-----------------------------------	---

intro

FOMO: главный страх XXI века	5
------------------------------	---

страх

Голос божественной тьмы	6
-------------------------	---

Их боялись, ими восхищались, с их помощью объясняли природу страха.

В погоне за впечатлениями	8
---------------------------	---

Зависимость от экстрима: плохо или хорошо?

Запах страха	10
--------------	----

Пульс участился, ладони вспотели, по спине побежали мурашки. Что происходит?

Мунк, Браголин и их демоны	12
----------------------------	----

Рассказываем о самом известном крике в мире и причине массовых пожаров.

Найди свою фобию	14
------------------	----

Страшно разнообразно.

Укрощение полосатого	15
----------------------	----

Расспросили Карину Багдасарову об опасной профессии.

«Я хочу сыграть с тобой в одну игру»	19
--------------------------------------	----

Мы выбрались. Интересно, справитесь ли вы.

Напугай меня, если сможешь	22
----------------------------	----

Как появился хоррор-жанр.

Страшные сказки	24
-----------------	----

Нам всем их читали, но задумывались ли вы...

окружение

Их боялся сам страх	26
---------------------	----

Можно ли испугать тех, кто каждый день работает со страхом?

science &...

по фактам

Страх: инструкция по применению и побочные эффекты 32

Заглянем в историю бегства, притворства и неуверенности. В историю страха.

имени усов Николы Теслы

Сошел с ума: тиран или гений? 36

Кто такой Стэнли Кубрик?

life &...

в радиусе

Достоевский на улицах Петербурга 40

Путешествуем по маршруту русской классики.

туризм

Следуй за Вергилием 44

Вряд ли кому-то захочется получать туда визу.

Ад Данте 46

art &...

перформанс

Чего бояться, того не миновать 50

Вот бы молодых яблочек...

подкастомизация

До «Жути» интересно: страшные истории на темный вечер 51

Слушаем и пугаемся.

читальный зал

Страхи кроются в тени 52

Кто выиграет битву: Ктулху или Один?

камера-мотор

Достижение через страдание 54

На что ты пойдешь ради своей цели?

регулярное письмо

Монстр 55

Главный редактор:

Алексей Итин

Выпускающий редактор:

Полина Харисова

Бильд-редактор:

Габриэля Герулайтите

Дизайнер-верстальщик:

Ксения Есина

Корректор:

Евгения Старкова

Рисунок для обложки:

Полина Лузина

Авторы:

Полина Харисова
Ангелина Ермилова
Диана Чуракова
Алена Дьячкова
Божена Андреева
Валентин Шайкенов
Екатерина Дынина
Яна Нуждина
Рома Шайкенов
Екатерина Растворцева
Юлия Симонова
Ульяна Миронова
Лидия Розумец
Мария Кузнецова
Наташа Проворная
Андрей Маракулин

Фотографы:

Вера Касьяненко
Елена Бледных
Кирилл Горшелев
Арина Бурлакова
Татьяна Воропаева

Художники:

Полина Лузина
Виктория Лихачёва
Анастасия Карандашева
Полина Мелинти
Анастасия Овченкова
Анастасия Дейкова
Алиса Еремеева
Галина Игнатова

Учредитель: Университет ИТМО

197101, Санкт-Петербург,
Кронверкский пр., 49, ауд. 1403
mbradio.ru; vk.com/mb.news
newspaper@itmo.ru

Отпечатано: «Типография на Биржевой»
199034, СПб., В. О., Биржевая линия, д. 16.
Тел.: 8 (812) 915-14-54
zakaz@tibir.ru

Подписано в печать 24 марта 2025
Тираж 500 экземпляров
Распространяется бесплатно

Все права защищены. Мнение редакции
не обязательно совпадает с мнением авторов.
При цитировании материалов ссылка
на журнал обязательна

Хорошо быть смелым, но страшно...

Делюсь важным правилом: если паук ползет по вашей стене, а рядом нет никого смелого, — медленно и тихо отступайте, берите все самое необходимое и уезжайте. Теперь это его дом. Придерживаясь этой стратегии, вы спасете себя и останетесь в безопасности. Все молчат, но я-то знаю, какие это опасные и страшные существа!

Вот и Тоби Магуайр, первый киношный Человек-паук, со мной согласен. Его до ужаса пугал свой же герой, что уж говорить о радиоактивном малыше с суперсилами. Фобиями страдали и великие исторические личности: например, Петр I боялся тараканов и никогда не заходил в не проверенное слугами помещение, Сальвадор Дали хоть и изображал кузнечиков на своих картинах, но на дух их не переносил, а Наполеон, по некоторым источникам, испытывал панические атаки при виде белых лошадей. Каждый день, сталкиваясь со своей фобией, он пытался ее побороть. Также свой страх прорабатывал Уолт Дисней: мультипликатор боялся мышей, что не помешало ему создать Микки-Мауса.

Вывод очевиден. Борьба со своими страхами — это один из самых важных шагов на пути к успеху и достижению целей. С источниками боязни нужно работать, их нужно изучать, и тогда никакие вызовы судьбы не страшны.

Так что пока я ищу фотографии пауков, вам предлагаю найти в содержании журнала свой страх и сразу же начать с ним бороться. И вообще, нет страха, нет боли, есть дух, есть чувство воли! Вот так-то.

Полина Харисова, выпускающий редактор

FOMO: главный страх XXI века

Вы когда-нибудь мечтали стать лучшей версией себя? Ведь жизнь буквально проходит мимо, пока другие транспируют «успешный успех» в социальных сетях. Осталось только успеть наполнить корзину лучшими товарами, пока ценники желтые, дни серые, а пятница черная! Встревоженные тем, что редакция могла тоже что-то упустить, проследим, откуда же берет начало пресловутый страх из четырех латинских букв.

пишет Ангелина Ермилова рисует Виктория Лихачева

FOMO sapiens

Нетрудно заметить, что современная культура кишит триггерами, которые вновь и вновь заставляют испытывать страх упущенной выгоды. Короткое название появилось еще в 2004 году благодаря американскому венчурному капиталисту и писателю Патрику Джеймсу Макгиннису.

Будучи студентом Гарвардской школы бизнеса, он написал заметку для журнала *The Harbus*, в которой высмеял культуру своего кампуса, пронизанную FOMO. В своей книге «FOMO sapiens: Как избавиться от страха упущенных возможностей и начать принимать правильные решения» автор пишет: «Новости распространялись молниеносно, а болтовня и бахвальство заменяли нам социальные сети [...] Мы все были так одержимы желанием не отстать от жизни, что тратили уйму времени и сил на то, что не имело ничего общего с нашими настоящими целями».

Макгиннис страдал от постоянного беспокойства из-за необходимости присутствовать во всех углах кампуса одновременно. Страх упустить что-то важное стал неотъемлемой частью жизни в университете, поэтому заслужил собственную аббревиатуру, которая вошла в жаргон дружеской компании писателя. Первый представитель FOMO sapiens и не подозревал, что уже в 2007 году *Businessweek* (сейчас *Bloomberg Businessweek*) напишет: «Лучшие американские программы MBA поразила эпидемия. В Гарвардской школе бизнеса (HBS) это называется FOMO: боязнь упущенных возможностей. В числе симптомов — хроническая неспособность отклонить приглашение на любую вечеринку, ужин или пирушку, где присутствует тот, кто мог бы стать ценным дополнением к вашему кругу общения — независимо от цены вопроса». На деловом журнале упоминания не закончились: авторы бестселлеров, администрация Гарвардской школы бизнеса и *The New York Times* также обратили внимание на неологизм, начав его использовать. Например, выпускник HBS Филип Делвз Броутон писал, что самое главное

в Гарвардской школе бизнеса, по словам самой администрации, — не поддаваться FOMO.

Keeping up with the Joneses

Макгиннис считает, что во многом FOMO — постмодернистская версия классической формулы, вошедшей в американскую культуру еще до появления медиапространства. В 1913 году в газете *The New York Globe* появился комикс «Не отставай от Джонсов». Серии выходили вплоть до 1939-го и высмеивали отчаянные попытки семьи Макгиннис подняться по социальной лестнице и угнаться за своими соседями. Впоследствии фраза *keeping up with the Joneses* стала расхожей, привратившись в идиому.

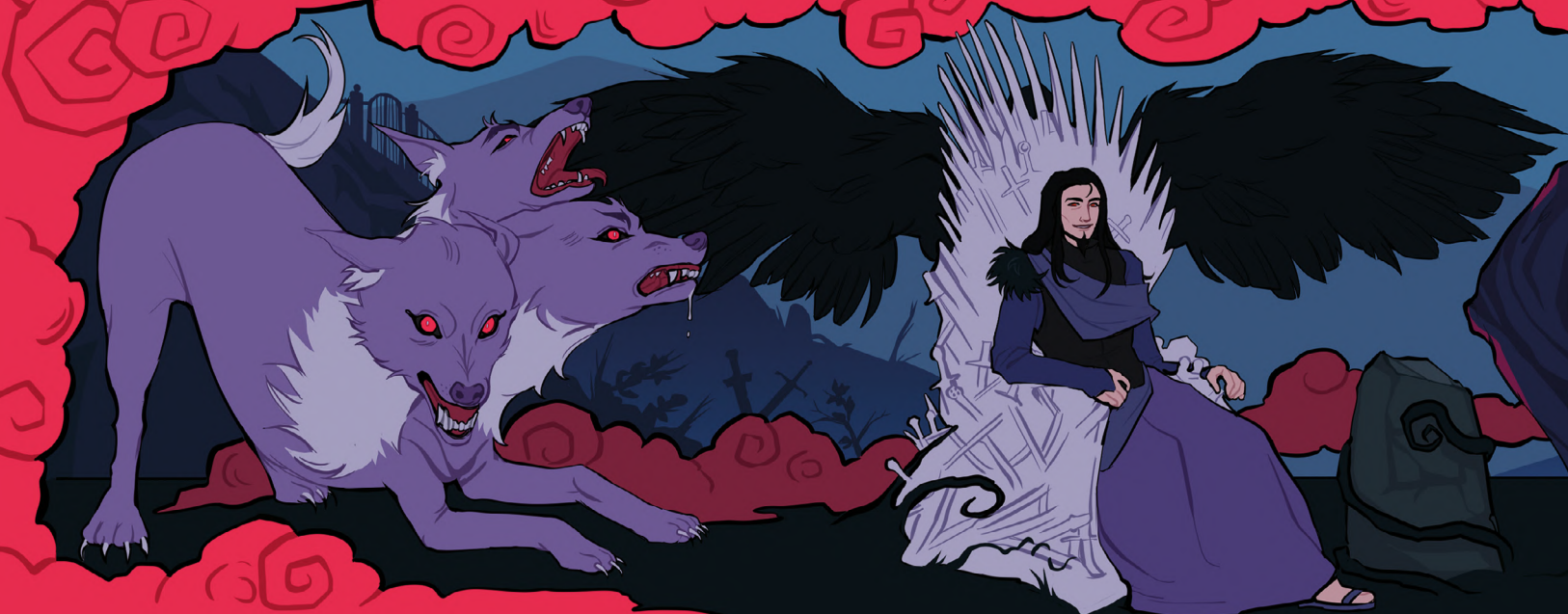
О тех же проявлениях страха упущенной выгоды говорили и такие философы XX века, как Хосе Ортега-и-Гассет, Ролан Барт и Жан Бодрийяр, описывая в своих работах массовую культуру и общество потребления.

«FOMO — новая болезнь века?»

...вопрошает ежедневная французская газета *Le Figaro*. И делает это небезосновательно: синдром действительно поражает все слои современного общества. Люди не ценят настоящий момент, сравнивают свое закулисье с чужой сценой, убивают себя достижением и не справляются с вечно растущими жизненными запросами.

Такое тревожное состояние играет на руку маркетологам, которые используют темы дефицита, ограниченности предложения, конкуренции и социального подтверждения, чтобы увеличить продажи за счет проявления FOMO у аудитории. Социальные сети, в свою очередь, подталкивают пользователей не отставать не только от соседей.

Исследования показывают, что сейчас боязнь упущенной выгоды проявляется у людей разных национальностей, возраста и положения в обществе. Получается, что FOMO — своего рода чума XXI века, которая заставляет оценивать свою жизнь через призму окружения и забывать о действительно важном. **NT**



Голос божественной тьмы

Первый шаг к преодолению страха — понять его природу. Но как это сделать человеку, который не знает ничего о психологии или химии? Страх наших предков обрели форму божеств с особыми чертами и привычками. Пугающие, но похожие на людей образы стали более понятными. Приоткроем дверцу в древние пантеоны. Какие чувства, воплощенные несколько тысячелетий назад, ужасы вызовут сейчас?

пишет Диана Чуракова рисует Полина Лузина

Боги страха

Битвы не обходились без страха, а кровопролитных боев в Древней Греции было немало. Безумная, порочная страсть богов войны и любви породила близнецов Фобоса и Деймоса — воплощение Страх и Ужаса. Они поддерживали своего отца на поле брани, внося хаос в ряды врагов. Фобос, изображаемый с головой льва, заставлял дрожать противников еще до сражения. Деймос, взяв «лучшее» от обоих родителей, заражал воинов безумной жадной кровью. Его боялись даже олимпийские боги.

Перенесемся в Центральную Америку. Жертвенный нож, тьма подземелий и смерть — все эти образы воплотились в древнем боге ночного ужаса Камасоце. Майя изображали его в виде летучей мыши с человеческой головой. Науа — общность Мезоамерики, к которой принадлежали ацтеки, — возводили в его честь храмы и просили о здоровье, веря, что такое сверхъестественное существо может излечить любую болезнь. Но кто в здравом уме будет просить об этом любителя жертвоприношений и своеобразных развлечений? Однажды Камасоц отрезал голову герою, путешествующему по его части подземного мира, и отнес богам для игры в мяч.

Владыки страны мертвых

Богов страха в мифологиях не так много. Зато почти каждая может похвастаться повелителями мертвых, которых боялись из-за подвластных им сил. Такие боги, как правило, работали по совместительству. Так, мрачный Аид после разделения власти получил трон подземного царства и управление над усопшими. Греки боялись произносить даже его имя, поэтому завуалированно называли его Плутосом, ассоциируя с другим богом — плодородия и богатства. В Древнем Риме его вовсе переименовали, добавив парочку обязанностей. Новоиспеченный Плутон теперь стал не только повелителем смерти, но и хранителем подземных сокровищ и дарителем урожая.

По преданиям некоторых народов, умершие уходили туда, где пропадает солнце. Древние китайцы верили в грозную богиню Си-ван-му, которая наказывает людей болезнями и стихийными бедствиями, хранит плоды бессмертия. Египтяне после смерти попадали на суд к более милосердному богу — Осирису. Этому «владыке запада» пришлось умереть от руки брата и воскреснуть, чтобы после царствия на земле уже в загробном мире определять, кому суждено продолжать жить на райских полях Иалу.



Шумерам к стране мертвых пришлось бы, напротив, идти на восток. Нергал — самый неоднозначный и трудолюбивый владыка, который, вопреки правилам, жил и в верхнем, и в нижнем мире. Кроме подземного царства, этот бог отвечал за войны, болезни, голод, разрушение и ужас — этакий воплощенный апокалипсис. Сокращение светового дня связывали с тем, что Нергал покидал мир мертвых, принося на землю мрак. «Выход Убийцы» — именно так в месопотамском календаре обозначался девятый месяц, посвященный богу.

Если у шумеров бог страны мертвых мог свободно выходить на землю, то в славянской мифологии Чернобог, хозяин Нави (загробный мир), был ее узником. По одной версии, он смог обойти это ограничение, создав Кощея — свое воплощение в мире людей.

Боги смерти

У любого уважающего себя владыки подземного царства должны быть помощники, которые будут выполнять за него большую часть рутинной работы. Например, собиранием душ за Аида занимался безжалостный чернокрылый Танатос, сын Ночи и Мрака. Именно его статуи устанавливали на могилах, а погребальные урны делали с его изображениями.

Осирис привлек в помощники своего сына, Анубиса, который занимал трон подземного царства до отца. Этот бог с головой шакала заботился об усопших: подготавливал тела к бальзамированию, приводил души в мир мертвых и складывал на суде их сердца на чашу весов.

У западных славян за смерть отвечала богиня Мара (Морена), жительница Нави и покровительница колдовства и холода. Когда приходило время, она посещала человека, ласково разговаривала с ним

и на лодке сопровождала в мир мертвых. Образ Морены прочно закрепился в славянском обряде умирания и воскресания, воплотившись в празднике Масленицы. Ряженое чучело — именно эта богиня холода и смерти, сжигание которой символизирует магическое преобразование природы, очищение пространства для весны и отвращение смерти от себя, скота и урожая.

Чудовища

В загробном мире, в темном-темном подземелье вас поджидает черный-черный трехголовый пес со змеей вместо хвоста, который не пропустит дальше без печеньки. Так бы могла звучать древнегреческая страшилка на современный лад. Кого еще бояться, если не ужасающего привратника царства Аида, Цербера? Он не позволял умершим возвращаться в мир живых, а живым — проходить в мир мертвых. Но, несмотря на грозный вид, говорят, что этот страж был падок на сладкоголосое пение и медовые лепешки, которые родственники клали в руки умершим, чтобы те могли спокойно пройти мимо огромного зверя.

У египтян страшным загробным монстром была химера Амнат с головой крокодила, передними конечностями льва и задними — гиппопотама. Если сердце человека на весах не проходило проверку богини Истины, то оно пожиралось чудовищем, а душа обрекалась на вечные горестные скитания.

Согласно верованиям скандинавов, в подземном мире заточен могучий Фенрир — Ужасный Волк. Асы (боги Асгарда) сковали его, а пасть расперли мечом, потому что боялись, что волк освободится. Им предсказали, что, когда Фенрир разорвет цепи, он убьет верховного бога и наступит конец света. Так что, если в какой-то год предрекут всеобщий апокалипсис, вы знаете, кто в этом виноват. **NT**

В погоне за впечатлениями

Дайвинг, скалолазание, прыжки с парашютом — этими и многими другими экстремальными видами спорта занимаются сотни тысяч людей по всему миру. Их притягивает не только желание поддерживать физическую форму, но также риск и преодоление страхов. Оказывается, такое превозмогание себя сопровождается серьезными биохимическими процессами, которые в редких случаях могут вызвать острую потребность в ярких ощущениях — адреналиновую зависимость.

пишет Алена Дьячкова рисует Анастасия Карандашева

Первый космический

В 2012 году австрийский скайдайвер Феликс Баумгартнер установил сразу три мировых рекорда, совершив прыжок из стратосферы. «Иногда нужно забраться слишком высоко, чтобы понять, насколько вы малы. Теперь я возвращаюсь домой!» — сказал экстремал, глядя, как внизу синевато поблескивает родная планета, после чего оттолкнулся от стратостата, поднявшего его на высоту 39 километров. Свободное падение парашютиста длилось 4 минуты 20 секунд и сделало его первым человеком, преодолевшим сверхзвуковой барьер без помощи механических устройств.

Баумгартнер начал карьеру экстремала в 1999 году, совершив самый высокий прыжок с парашютом со здания (башни Петронас в Куала-Лумпуре). В 2003-м он стал первым, кто пролетел над Ла-Маншем с помощью крыла из углеродного волокна. Спортсмен также вошел в историю, установив ряд других рекордов, среди которых — самый низкий прыжок в бейсджампинге и первый в мире прыжок с 90-го этажа «Тайбэя» в Тайване.

Просто химия

Таких людей, как Феликс, принято называть адреналиновыми наркоманами. Адреналиновая зависимость — это состояние, при котором индивид становится психологически и физиологически зависимым от острых ощущений, вызванных выбросом адреналина.

Адреналин — гормон, который мобилизует организм в стрессовых ситуациях, повышает частоту сердечных сокращений, увеличивает поток кислорода к мышцам и активизирует реакцию «бей или беги». Он поступает в кровь в течение 3 минут после возникновения опасной ситуации.

Во время экстремальной активности человек испытывает мощный выброс адреналина, однако ключевым фактором формирования зависимости является дофамин — нейромедиатор, вызывающий чувство удовольствия.

Дофамин активно задействован в разных процессах нервной системы, в том числе в формировании привязанностей, привычек и зависимостей. Выброс адреналина стимулирует дофаминовую систему мозга, из-за чего экстремальные переживания могут вызывать эйфорию, схожую с состоянием после приема психоактивных веществ. Это закрепляет стремление снова попадать в ситуации, связанные с риском.

Однако действие адреналина длится недолго. После очередного прыжка или крутого подъема концентрация гормона в крови снижается: наступает спад активности, при которой человек чувствует вялость, упадок сил и подавленность. Желая вновь испытать эмоциональный подъем, экстремал снова и снова решает на рискованные поступки, гонится за острыми ощущениями.

Со временем организм начинает адаптироваться к определенному уровню адреналина и, чтобы снова испытать те же эмоции, людям приходится увеличивать степень риска, решаясь на все более опасные авантюры. Так и формируется зависимость.

Портрет зависимости

Люди с адреналиновой зависимостью не могут обойтись без риска: они прыгают с парашютом, залезают на отвесные скалы, ездят на мотоциклах, постоянно смотрят фильмы ужасов и посещают хоррор-квесты — список экстремальных хобби можно продолжать долго. Такая аддикция толкает людей на то, чтобы «ходить по краю» и щекотать себе нервы.

«Если вы встретите в компании человека с адреналиновой зависимостью, он, скорее всего, произведет на вас сильное положительное впечатление. Искренний и харизматичный, он сразу приковывает

к себе внимание окружающих, вызывая симпатию. В нем есть мальчишеская удаль, которую не встретишь в мире взрослых людей», — говорит психотерапевт Ирина Сякина в интервью для портала «Сибмеда».

У адреналиновых наркоманов часто повышен уровень энергии: они все время нуждаются в движении и активности. Такие люди испытывают яркие эмоции, например бурный восторг или волнение и склонны к рискованным бытовым действиям: азартным играм, финансовым операциям, лихому вождению.

Если активность и эмоциональность в жизни не высоки, экстремалы становятся раздражительными, беспокойными и подавленными.

Экстремальные издержки

Экстремальная зависимость — это такая же поведенческая аддикция, как, например, трудоголизм. Она менее губительна, чем наркомания или алкоголизм, в случае с которыми человек привязан к психоактивному веществу, однако тоже может привести к неприятным последствиям.

«Постоянные стрессовые перегрузки не проходят бесследно и в некоторых случаях приводят к истощению резервных сил организма. Часто возникают проблемы неврологического характера: не исключены вегетативные кризы, развитие гипертонической болезни, инсульты. Могут развиваться неврозы, депрессивные состояния (вплоть до отращения к обычной, будничной жизни)», — рассказывал руководитель отделения реабилитации НИИ неврологии РАМН профессор Альберт Кадыков.

При постоянном поиске адреналина человек начинает ассоциировать счастье и удовлетворение только с экстремальными переживаниями, а повседневная жизнь становится для него скучной, что приводит к трудностям в отношениях, работе и саморазвитии. Более того, частый выброс адреналина перегружает сердечно-сосудистую систему, повышает уровень стресса и приводит к хронической усталости, бессоннице и даже психосоматическим заболеваниям.

Как бороться с аддикцией?

Как и в борьбе с любой другой вредной привычкой, прежде всего экстремал должен принять, что поиск острых ощущений стал зависимостью. Это поможет понять, какие эмоции или проблемы он пытается подавить через рискованное поведение.

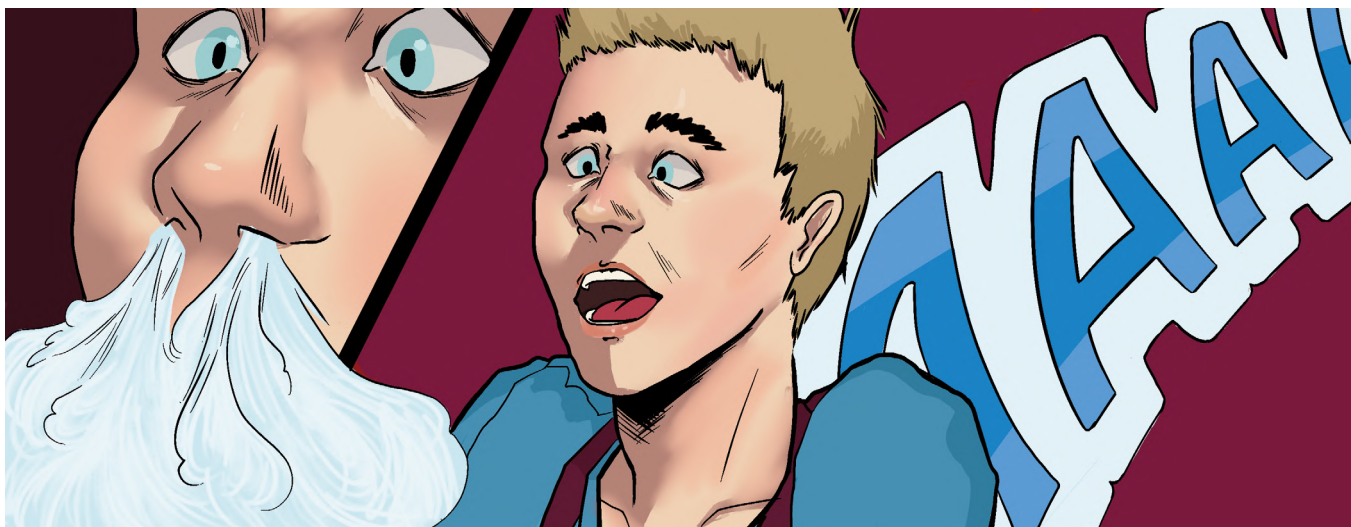
Важно найти способы испытывать радость и удовлетворение без необходимости подвергать себя опасности. Это может быть творчество, физическая активность с низким уровнем риска, интеллектуальный вызов. Работа с психологом или психотерапевтом также поможет разобраться в причинах зависимости, разработать стратегии для ее преодоления. **nt**



Запах страха

Представьте, что вы входите в комнату и чувствуете, как сердце начинает биться быстрее, ладони становятся влажными, а где-то глубоко внутри появляется тревожное предчувствие. Вы ничего не видите, не слышите, но ужас овладевает вами. Возможно, вы просто вдохнули... страх. Наше тело постоянно отправляет и получает сигналы, даже если мы этого не осознаем. Одним из самых загадочных является запах страха — химический «шепот», способный изменить наше поведение, заставить чувствовать тревогу и настороженность. Что за молекулы передают эмоции и как мозг распознает их послания?

пишет Божена Андреева рисует Полина Мелинта



Наше тело выделяет химические вещества — летучие соединения, которые могут передавать окружающим бессознательные сигналы. Чтобы подтвердить эту гипотезу, доктор Лилиан Мухика-Пароди из Университета Стоуни-Брук и ее команда провели необычный эксперимент, связанный с распознаванием страха через запах. Они собрали пот парашютистов, которые совершили свой первый прыжок. Сравнительным материалом служил пот тех же экстремалов в момент физической активности без стрессовой нагрузки. Исследователи поместили оба образца в распылители. Сканирование мозга испытуемых показало, что когда люди вдыхали «пот страха», их миндалевидное тело и гипоталамус — центры мозга, связанные с инстинктами и обработкой эмоций, — активировались сильнее, чем при вдыхании «нейтрального» пота. При этом участники эксперимента не могли сознательно отличить один запах от другого. Это доказывает, что мозг обрабатывает сигналы автоматически, без участия осознанного восприятия. Пот, выделяемый в состоянии испуга, содержит химические вещества, которые мозг другого человека интерпретирует как сигнал тревоги

или опасности. Такие химические сигналы способны рассказать окружающим о потенциальной угрозе, даже если сам носитель запаха не осознает, откуда она исходит.

Однако что именно делает запах страха таким особенным? На какие вещества его можно разложить? При испуге запускается цепочка реакций. Процесс начинается в мозге, где миндалевидное тело распознает угрозу. Сигнал тревоги мгновенно передается к гипоталамусу, который активирует симпатическую нервную систему, ту самую, которая отвечает за реакцию «бей или беги». Под воздействием адреналина — гормона стресса, выделяемого надпочечниками, усиливается потоотделение. Это не просто механизм охлаждения: у пота в момент страха уникальный химический состав. Туда входят летучие органические соединения, такие как пропановая, изовалериановая и молочная кислоты, аммиак, ацетон и кортизол. В сочетании эти вещества формируют острый, кислый запах, который способен передавать эмоциональное состояние человека другим.



Одно из исследований профессора Московского психолого-социального института Татьяны Березиной было посвящено реакции собак на кислый запах. В ходе опыта им давали полоски бумаги, пропитанные уксусной кислотой, известной своим резким запахом. Затем для сравнения собакам подносили к носу бумагу с ароматом розы, чтобы оценить разницу в поведении. Результаты подтвердили, что кислый запах вызывает у собак больше признаков страха: животные виляли хвостами реже, поджимали их, отскакивали, а иногда даже скулили. Эффект не был абсолютным: некоторые собаки, знакомые с уксусом в положительном контексте, не демонстрировали страха, но все же количество реакций, связанных с отрицательными эмоциями, было больше. Это подтверждает, что кислый запах может выступать триггером для подсознательных реакций страха. Интересно, что у собак, как и у человека, реакция на запах проходит через два уровня обработки. На уровне инстинктов запах вызывает мгновенный эмоциональный отклик — страх или тревогу. Однако на более высоком уровне мозг оценивает ситуацию, включая прошлый опыт, что может ослабить первоначальные инстинкты. Например, если животное привыкло, что запах уксуса связан с приятными событиями, оно может не демонстрировать страха, даже если подкорковые структуры мозга активировались.

Со временем мы начинаем воспринимать запахи не только как стимулы, вызывающие физиологические реакции, но и как факторы, влияющие на поведение в более сложных ситуациях. Запах становится частью подсознательной сети, которая управляет нашим взаимодействием с другими людьми. Когда запах страха появляется в социальных или стрессовых ситуациях, он может заставить принимать решения, основанные на ощущениях, а не только на логике. Это подтверждается экспериментом Катрин Хеглер

из Мюнхенского университета. В ходе него участникам предложили сыграть в карточную игру, но с маленьким подвохом — запах, был одним из игроков. Когда подопытные вдыхали запах страха, их действия становились более рискованными. Казалось бы, игра в карты — это чисто логическая задача, но под воздействием запаха испуганного человека, неосознанно, они начинали делать более агрессивные ставки. Принцип «бей или беги» в такой момент активировался на подсознательном уровне, даже несмотря на отсутствие реальной угрозы.

Это исследование иллюстрирует, как наш мозг, воспринимая запах, способен переключить внимание с логического мышления на инстинктивное реагирование. В обычной ситуации мы тщательно взвешиваем все варианты, но в условиях, когда запах страха включает защитную реакцию, мы начинаем действовать по принципу «все или ничего». Это объясняет, почему люди могут принимать более рискованные решения, даже когда они не осознают источник своего поведения — подсознание, в том числе через запах, диктует нам свои правила игры.



Запахи, как и страх, — невидимые, но ощутимые силы, которые определяют наше поведение, формируют наши реакции и связывают нас с окружающим миром. Они говорят с нами на языке, который мы не можем осознать, но который понимает наше тело. Может ли человек полностью овладеть этими сигналами? Скорее всего, нет. Запах страха остается частью древнего механизма, который эволюция оставила в качестве напоминания о временах, когда выживание зависело не от логики, а от инстинктов. Так что в следующий раз, когда вы почувствуете необъяснимую тревогу или заметите ее в окружающих, задумайтесь: возможно, кто-то рядом уже вдохнул это беспокойство — незримую молекулу страха. **NT**

Мунк, Браголин и их демоны

Мы привыкли получать от искусства эстетическое наслаждение, однако существует ряд картин, после просмотра которых остается крайне неприятный осадок. Смерть, одиночество, депрессия, роковая любовь — все это лишь отражение внутренних переживаний и внешних происшествий, которые должны быть услышаны и увиденны. Что же пугает в полотнах больше: пестрые цвета, навеванные тревожностью, загадочные случаи, повторяющиеся вновь и вновь, или жуткие истории, заставляющие «оставить надежду, всяк сюда входящего»?

пишет Ангелина Ернилова рисует Анастасия Овченкова

Основоположник экспрессионизма

«Болезнь, сумасшествие и смерть были черными ангелами, слетевшими к моей колыбели, чтобы сопровождать меня на протяжении всей жизни», — говорил сумрачный норвежский гений-живописец и график — Эдвард Мунк. С рождения нездоровый и впечатлительный, страдающий от одиночества и мании преследования, художник выражал в своих картинах то, что чувствовал. Мунк предвосхитил появление экспрессионизма — одного из наиболее ярких направлений, возникшего как болезненная реакция на уродства цивилизации начала 1900-х годов и оттого использовавшего тему ужаса и тревоги. Мировые войны, революции и их последствия находили отражение в произведениях художников-экспрессионистов, однако часто драматизм творчества объясняется другими причинами: непростой биографией и личными фобиями. Например, у Мунка был глубочайший страх смерти: в пять лет он лишился матери, а затем потерял старших сестру и брата. Ряд картин, как то: «Смерть в комнате больного», «Мертвая мать», «Лихорадка», «Больная девочка» — это воспоминания детства, которые преследовали его в виде психического расстройства и панических атак.

Нож, ванна, Франция...

Самым кровавым из размышлений художника на эту тему стало полотно «Смерть Марата», написанное в 1907 году. Картина посвящена одному из самых невероятных убийств в мировой истории.



Вслед за Жаком-Луи Давидом, Жан-Жозефом Вертсом и многими другими живописцами Мунк решил обратиться к классическому сюжету: 13 июля 1793 года 24-летняя Шарлотта Корде, правнучка знаменитого поэта Пьера Корнеля, зашла в ванную комнату Жан-Поля Марата — вдохновителя и организатора кровавой Французской революции — и заколола его ножом. Личность убитого и убийца, необычное место преступления вызвали широкий общественный резонанс. Одни считали Шарлотту героиней, от руки которой свершилось возмездие, а другие — фанатичной участницей контрреволюционного заговора. Вариация Мунка на эту тему впечатляет и даже пугает своей жестокостью и равнодушием одновременно.

«Такое мог написать только невменяемый...»

Именно так художник прокомментировал свою другую работу — «Крик», четыре версии которой создал между 1893 и 1910 годом. Охваченный ужасом



человек с этой картины стал одним из самых узнаваемых образов в искусстве. История «Крика» началась с навевающего тревогу захода солнца...

«Я шел по тропинке с двумя друзьями — солнце садилось — неожиданно небо стало кроваво-красным, я приостановился, чувствуя изнеможение, и оперся о забор — я смотрел на кровь и языки пламени над синевато-черным фьордом и городом — мои друзья пошли дальше, а я стоял, дрожа от волнения, ощущая бесконечный крик, пронзающий природу», — описывал Мунк. В месте, где художник застал подобный пейзаж, располагалась крупнейшая в Осло скотобойня и психбольница, а напугавший художника закат был отдаленным следствием извержения вулкана Кракатау. «Крик природы» сократился до односложного, но содержательного названия, лицо с картины прижилось в одноименном американском фильме ужасов и на эмодзи-клавиатуре каждого из нас, а само полотно будоражит сердца людей до сих пор.

Рукописи Слез не горят

Хорошо, если полотна пугают лишь эпатажностью тем, но что делать, если полотно способно вызывать пожар?

Как только итальянский художник Бруно Амадио, который творил под псевдонимом Джованни Браголин, закончил рисовать с натуры картину «Плачущий мальчик», его студия сгорела дотла и сохранилось только последнее творение. В сентябре 1985 года британская газета *The Sun* опубликовала статью, в которой семейная пара утверждала, что после пожара в доме посреди разрушений на стене осталась неповрежденной только дешевая репродукция картины с тем самым плачущим ребенком.

Позже пожарные много раз находили копии этой картины в домах, которые пострадали от разрушительных пожаров. Внимание англичан к загадочному событию привлек пожарный из Йоркшира, сообщивший в своем интервью, что по всей Северной Англии пожарные бригады находят на местах возгорания нетронутые огнем копии «Плачущего мальчика» Браголина. Все та же редакция *The Sun* в ноябре 1985 года решила устроить массовое показательное сожжение собранных у горожан оставшихся изображений заплаканного малыша. Нарушив порядок Вольфганда, жители страны обрели спокойствие и жуткая история стала забываться.

Творец, реалист или фашист?

Несмотря на то, что Джованни Браголин жил в прошлом веке, о художнике известно немного: родился в 1911 году в Венеции, был реставратором, не давал интервью, воевал во время Второй мировой на стороне Муссолини, а по ее окончании переселился в Испанию, создал цикл из 65 портретов, посвященных плачущим детям.

Скромная биография Джованни оставляла простор для фантазий и легенд. Знающие люди говорили, что для цикла были взяты лица детей, сгоревших во время войны. Другие предполагали, что живописец-реалист изображал детей из приютов, не забывал свои фашистские корни и издевался над малышами.

Самая популярная версия утверждает, что на полотне «Плачущий мальчик» изображен сын художника, который боялся огня. Отца это не останавливало: он поджигал спички перед лицом мальчика, чтобы добиться правдоподобных детских слез. Таким образом Джованни достигал изобразительного и психологического реализма, вызывая гнев и проклятия у сына, который заклинал его сгореть.

Правдоподобность версий оценить сложно, однако ужасающие легенды вокруг вечных тем природных катаклизмов не позволяют нам забывать о Джованни и его 65 плачущих мальчиках, так напугавших жителей Северной Англии. **нт**

Найди свою фобию

рисует Габриэля Герулайтите





Укрощение полосатого

В разгар новогодних каникул 5 января мы заглянули за кулисы цирка к грозным бенгальским тиграм. О профессии укротительницы, страхах и любимых котах нам поведала заслуженная артистка России дрессировщица Карина Багдасарова.

слушает Екатерина Дынина фото Елена Бледных, Кирилл Горшелев, предоставлены собеседником

— **Вы такая женственная и яркая, чем же вас привлекли тигры?**

— Я родилась в семье укротителей диких зверей и первая продолжила династию после отца. Сначала я работала вдвоем с папой. Когда выходила в манеж, мне было 18 лет, а в клетке — 18 тигров. Сейчас мы даже не понимаем, как они могли помещаться. Когда мой младший брат Артур подрос, стали работать с ним. У нас случился такой семейный тандем.

— **Никогда не думали, если бы не цирк, то что?**

— С самого детства я очень любила танцевать и начала это делать сразу же, как только научилась ходить. Окончила отделение народных танцев хореографического училища, хотела попасть в знаменитый ансамбль Игоря Моисеева.

Но судьба сложилась иначе. Даже по всем городскопам и нательным картам я должна взаимодействовать с животными, с природой — так распорядились звезды. Я же девочка, тоже балуюсь всякими такими штуками. Мой тотем — это погонщик слонов. То есть человек, управляющий природой.

Сейчас уже 35 лет я практически живу с тиграми. Воспитываю, ставлю на твердые лапы, ухаживаю. Вся жизнь с ними.

— **А к обычным кошкам как относитесь?**

— Особо не люблю. Я не кошатница, я собачница. Но тигров я не ассоциирую с кошками, хотя мы с братом их называем «наши коты». А вот обычная маленькая кошка — это не мое животное. Естественно, я люблю в принципе любых животных, кроме всяких тараканов и мокриц.

Но тигры великолепны. Они роскошные! В помещении тепло, и на арене они лежат на слегка мокром после предыдущих выступлений барьере. Тут балет танцует в воде, поэтому ее до 32 градусов подогревают. Тиграм так тепло, у них настоящая весна. Забыли, что на улице зима, все распушились, в таком хорошем загуле сейчас.

— **Чем отличаются тигры и тигрицы по характеру?**

— Тигрицы, вот честно, дурынды просто. Девочки злее, быстрее, более дерзкие. А у мальчиков чем больше масса, тем они спокойнее. У нас была девочка Бетти, и, конечно, все мужики сходили с ума и ничего с собой не могли поделать, все разъярены. Самцы.

— **Вы принесли в профессию дрессировщика женственность. Как звери реагируют на платье, украшения?**

— Не столько сложно научить тигра какому-то трюку, сколько сложно приучать его ко внешним



раздражителям. Костюмы, музыка, зрители, свет, громкие звуки, декорации, камеры — ко всему нужно привыкать. Я потихоньку начинаю работать со зверями, которые еще не приучены к моим бесконечно болтающимся юбкам. Сначала выхожу в спортивной одежде и вешаю небольшую тряпочку, постепенно к ней пропадает интерес. Дальше вторую тряпочку и так далее.

— **Я заметила, что тигры очень игривые с вами. Они всегда такие или это для зрителей?**

— Все по-разному. У них разные характеры, разное настроение. Утром они вообще спят и не хотят работать, а надо. Ничего не поделаешь. Животные встают, идут на работу так же, как и мы. Дневное представление более-менее проходит, потому что тигры уже проснулись, активны. Вечером их кормят, поэтому они еще более энергичные. Они едят так же, как я, один раз в день. Какая хозяйка, такие и тигры.

— **Было очень интересно смотреть, как они капризничают, но вы были строги. Кстати, как вы наказываете за непослушание?**

— Наказаний как таковых нет. Конечно, если идет на тебя атака, никакие сюськи-пуськи не срабатывают, нужно спасать свою жизнь. Но это крайние меры. Если между собой животные подрались, ничего уже не изменишь. Сами друг друга наказали.

А если тигр не пошел на трюк, что ты с ним сделаешь? Сегодня наш Байкал, например, никак не хотел идти. И хулиганил, домой раньше времени собирался. Приходится как с ребенком: отвлекать, перенастраивать на другую тему.

Если же трюк не получился, виноваты. Дрессировщик должен еще раз все объяснить, попробовать. Тигр же не понимает, что он не так сделал.

Много разных факторов может быть. Ассистент вступил не вовремя, свет ослепил, зрители зашумели. У нас Икар сегодня вытаращился на трибуну. Лежит, глаза вылупил. Обычно он на что-то блестящее или шуршащее сильно реагирует. Я смотрю в этот проход, а там полная темнота, ничего нет. Что он там увидел, кто знает...

— Мне кажется, животные как люди и с ними отношения ничуть не легче. А какие были еще интересные истории?

— Много всего. Тигры — забавные звери. Ахилл, который сегодня ходил по перекладине, только в детстве тренировал это. Потом вдруг решил, что не будет работать и делать трюки. Много лет на барьере лежал, лапки облизывал, а тут вдруг ни с того ни с сего в прошлом городе ему захотелось: взял и запрыгнул на тумбу в процессе работы. Артур ему мясо подкинул, показал, что делать, и Ахилл сам пошел в нужную сторону. Сам себе придумал трюк и разгрузил своих коллег.

— Бывает страшно в манеже?

— Всегда. Тигры — дикие звери. Они опасные. Они страшные. У них полный арсенал оружия: когти, зубы. Это недобрые звери. Мы привыкли очеловечивать животных и наделять их разными качествами. Но нет.

Это дикий зверь, с самого верхнего уровня пищевой цепочки. Кроме человека, в природе врагов у тигров нет. И даже человек с ним ничего сделать не может.

Для них еда — все, что движется, летает, плавают. Поэтому говорить о том, что это дрессированные послушные зверята, опрометчиво. В клетку никто, кроме нас с Артуром, зайти не может. К нам тигры привыкли, потому что с самого их детства мы создали иллюзию, что сильнее. Это элемент дрессировки, ты объясняешь зверю, что тебя нельзя царапать: тебя нельзя есть, на тебя нельзя прыгивать. Можно с другими тиграми, но с нами нет.

Наши тигры не знают, кто они на 100 %. Мы не даем им это почувствовать. Они не знают свою силу. Даже эта защитная сетка для тигров ничего не значит. Они просто не знают, насколько мощны, и вы не рассказываете.



Если это разовьется, то будет опасно и для нас, и для окружающих зверей. Тигры каждый раз проверяют друг друга на вшивость. Чуть кто-то стал более матерый, ему сразу же надо это доказать. Вот у нас Урал десять лет жил, ни с кем никогда не дрался. Вдруг полгода назад решил, что он самый крутой, и стал кидаться на других. В прошлом городе Урал с пятилетним малышом Икаром подрался, набросился на него, выдрал кусок шерсти. Страшно!

Чтобы таких ситуаций не было, мы стараемся пресекать любые драки. Иногда зрителю непонятно, куда я сорвалась, но я же вижу, что тигр начал охотиться, и, пока не атакует, нужно быстренько пресечь. Байкал сегодня тоже уселся, вижу, что охотится за другим зверем. Я к нему подошла, отвлекла мясом, проконтролировала.

— Что нужно делать в момент паники, когда что-то идет не по плану?

— Самое главное — изолировать скандальных зверей. Как только тигры чувствуют, что твое внимание уходит от них, они, как дети в школе, сразу непонятно чем начинают заниматься. У нас Ахилл, который лапоники облизывает, когда случается какой-то кипеш, сразу же срывается с места и бежит в центр событий. Ему обязательно надо вместе со всеми в самую гущу.

Чтобы отсечь скандальных, надо взять их под контроль и перекрыть путь. Это самое важное. Потом потихоньку начинать разруливать ситуацию в зависимости от того, что происходит. У меня уже профессиональное, приобретенное качество, не свойственное многим женщинам: в экстремальных ситуациях я не паникую.

Мозг сразу настраивается на то, что ты должен выжить. Сразу включается и придумывает варианты действий. Ведь что бы ни происходило, должен быть счастливый конец. Ты в любом случае должен выйти живым из клетки, по-другому никак.

— Что для вас самое сложное?

— Работа, конечно, вся очень тяжелая. Здесь нет ни одного момента, где можно расслабиться. Единственное — финальный комплимент, когда все тигры ушли и ты получаешь аплодисменты. Хотя сегодня я чуть не упала, поскользнулась.

Самое сложное, когда ты болеешь. Тигры чувствуют в тебе меньше энергии. Тут же считывают, понимают, что ты слабый. И уже идет сигнал о том, что тебе здесь не место. Для того чтобы этого

не случилось, приходится как-то дотягивать до энергии здорового человека, чтобы с тиграми справиться и успешно поработать.

Если не считать работы в манеже, то самое тяжелое, это когда животные уходят. Их век недолгий, но в цирке они живут дольше, чем где-либо: у нас лучшее мясо, полное ветеринарное обслуживание, витамины. Пишут, что тигры живут до 25 лет, но за 20 им уже очень тяжело. У нас Гектор, ему 18 лет — дедушка. Раньше солистом делал невероятные трюки, но сейчас уже постарел. И ножки болят, и коленочки болят, и глаз один хуже видит, но все равно он звезда. Гектор выходит, ложится, рычит и на два трюка выполняет, больше мы его не берем ни на что.

Возрастных животных мы не выпускаем на представление, только на репетицию, просто чтобы они погуляли. Хотя, как правило, Гектор выходит в наш большой вольер и ложится там спать. Все.

— А чего вы боитесь в обычной жизни?

— Практически ничего. Не люблю высоту, хотя в горах мне не страшно. Боюсь летать, хотя сейчас уже не так сильно. Научилась справляться: переключаю себя на что-то другое, например молитву. Я искренне верю, что есть небесные силы, которые попросишь — и они помогут.

Вообще, когда тебе страшно, нужно увидеть рядом человека, которому еще хуже, и начать ему помогать не бояться. Тогда тебя вообще не будет ничего пугать, потому что ты отвлечешься.

Чаще всего бывает, что страх не так пугает, как его ожидание. Как правило, когда ты вошел в это состояние, не понимаешь, чего так боялся. Поэтому не надо никогда бояться делать первый шаг. **nt**





«Я хочу сыграть с тобой в одну игру»

Стать частным детективом, раскрыть тайну загадочного театра или отправиться по следам знаменитого Индианы Джонса — все это крайне тяжело осуществить в реальной жизни. Как хорошо, что существуют квесты, где каждая из таких идей вполне реализуема! Команда «Мегабайта» решила стать детективами, посетив эскейпрум от Zasov. Восхищение, эмоции и много интересного про само развлечение — в этом материале.

пишет Андрей Маракулин

фотографируют Арина Бурлакова, Татьяна Воропаева

Из виртуальности в реальность

Квесты (с англ. «поиск») изначально появились в компьютерных играх как жанр, где игроку нужно решать логические задачи и выполнять задания, чтобы достигнуть цели. В реальном мире квестом чаще всего называют интеллектуальную игру, где участникам нужно выбраться из помещения за определенное время, решая головоломки. Это поджанр, называемый эскейпрум (с англ. «побег из комнаты»). Существуют еще перформансы, главная особенность которых — наличие актеров, направляющих игроков, а также экшен-игры, где они могут вступать в физический контакт с участниками.

Видеоигры достаточно сильно повлияли на квесты в реальности, начиная с концепции и заканчивая оформлением. Вероятно, первые создатели таких развлечений вдохновлялись жанром «побег из комнаты», который еще называют «квест-комната». Такие игры часто были браузерными и создавались в *Adobe Flash*. Похожие игры до сих пор выпускаются, правда, уже не в браузере. Например, *Underground Blossom* от компании *Rusty Lake*, специализирующейся на подобных головоломках, вышла в 2023 году и набрала более 5000 положительных отзывов. А на популярной площадке *Steam* даже есть отдельная категория для таких игр.

Оказалось, что на локации, куда мы пришли, почти все эскейпрумы сделаны под вдохновением видеоигр. Их создатель, Илья, поделился с нами,

что в эту сферу его привели именно компьютерные игры: «Я не могу говорить за весь *Zasov*, потому что являюсь только партнером по франшизе, но, думаю, принцип общий. Это было очень давно, появился какой-то порыв энтузиазма, и захотелось сделать квест в реальности. Лично у меня это пошло от любви к видеоиграм и прочим загадкам, головоломкам во всех проявлениях».

А как в это играть?

Конечно, влияние оказывали не только видеоигры. Со временем стали появляться квесты по фильмам и книгам, а посетителями стали не только гики. Поэтому сейчас эскейпрумов можно найти целое множество: страшных, захватывающих, с актерами и без, для любителей головоломок или совсем для новичков. Если вы хотите попробовать, то нужно только немного поискать, и точно найдете что-нибудь по вкусу. Ну а мы поделимся советами.

Чтобы подобрать игру, есть очень удобный сайт под названием «Мир квестов», где они собраны по городам, тематикам, жанрам, возрасту и многим другим критериям. У каждого квеста есть черепки и ключики, чем их больше — тем выше уровень страха и сложности соответственно. Когда вы определились с выбором, остается понять, хороший это проект или нет. Посмотрите фотографии, оцените антураж. И обязательно прочитайте отзывы, там можно найти много полезного.

Вживаемся в роли

Когда идешь на игру, совсем не ожидаешь, что окажешься чуть ли не в другой реальности. Музыка, окружение и сюжет погружают во вселенную квеста: мрачную и загадочную или яркую и динамичную, в зависимости от выбранной игры. Начинается все уже на входе, где вас встречает администратор. Обычно этот сотрудник взаимодействует с игроками на протяжении всего квеста: рассказывает правила, отводит к началу и, если возникают трудности во время прохождения, дает подсказки. Поэтому администратор может довольно серьезно повлиять на погружение игроков в мир квеста и впечатление в целом.

«Любой человек может прийти, но не любой человек сможет остаться», — Илья, партнер по франшизе Zasov

Пока загадки приводят в первозданный вид после игры предыдущей команды, есть немного времени, чтобы расслабиться в лаунж-зоне — выпить чаю, кофе и посидеть на удобных диванчиках. Место интересно оформлено: тусклый свет, необычные украшения, статуэтки на полках, картины добавляют помещению своеобразный шарм. Сделано это для того, чтобы настроить гостей на то, что реальный мир остался на улице, за дверью. А здесь можно расслабиться и подготовиться к чему-то таинственному.

Когда комната готова к игре, администратор проводит инструктаж и пересказывает легенду квеста в соответствующей тематике манере.

«Я замечаю, как администраторы меняют тембр голоса в зависимости от квеста. Если он детективный или мистический, то речь становится тихой, растянутой. Если квест про Великую Отечественную войну, то появляется какая-то звонкость в голосе, напоминающая военную речь. И это круто. Я замечаю, что это очень сильно помогает игрокам, которые хотят погрузиться». — рассказывает Илья.

Для прохождения мы выбрали квест «Мысли как преступник», самый популярный на этой локации. Нам предстояло стать частными детективами, которые расследуют серию убийств. Одна из улик привела в номер отеля. Но как только мы приступили к обыску, дверь за нами заперли, а незнакомый голос сообщил, что в нашем распоряжении всего час до приезда полиции.

Хоть квест уже отпраздновал свой первый юбилей, это никак не навредило ему, наоборот помогло превратиться в настоящий ретродетектив. Но больше всего поразили загадки. Они были далеко не очевидными и очень интересными: где-то требовалось применить логику и смекалку, а где-то хорошенько поискать. При этом они тесно вплетались в сюжет, который был не менее увлекательным. Хоть это мой далеко не первый квест, некоторые головоломки приятно удивили и заставили подумать над их решением.





Решив последнюю головоломку и открыв заветную дверь, испытываешь массу положительных эмоций: у нас получилось разгадать все и уложиться во время. Но и это еще не конец. На последок можно задать вопросы по загадкам и сюжету, а напоследок сделать фотографии в необычном антураже.

«Мысли как преступник» — не единственный квест на локации, которому следует уделить внимание. Есть еще два более новых — «Проклятый театр» и «В августе 44-го» и на обоих мне довелось побывать. Если первый наполнен загадками, то эти два очень необычно начинаются и отличаются не менее потрясающими антуражем и атмосферой, а тот, что самый новый, удивляет технологичностью.

Но что же самое важное в эскейпруме? Как сделать квест, который будет популярным?

Оказывается, что даже у создателей нет четкого ответа на этот вопрос: «Я так и не нашел “того самого” рецепта или секрета, потому что старый квест, визуально самый простой, пользуется безумным спросом по сравнению со всеми остальными, забирая на себя где-то половину всего трафика на этой площадке. Думаю, что важнее всего тематика. Потому что люди все равно идут на какое-то название, на тему. То, что популярно, отражается в их сознании», — подтверждает догадку Илья.

Квест — замечательное развлечение, позволяющее получить множество различных эмоций, и способ хорошо провести время. А благодаря создателям, подходящим к разработке своих творений с особым энтузиазмом, можно выбрать игру из огромного количества вариантов. **NT**

Напугай меня, если сможешь

«Бу! Испугался? Не бойся, я друг, я тебя не обижу...» Этот недавний мем приобрел популярность во многом благодаря странной внешности кота, который напоминает человека, но тем не менее остается куклой. Явление, называемое эффектом зловещей долины, сегодня активно используется в хоррор-индустрии как действенный способ вызвать дискомфорт, отвращение и даже страх. Но давайте посмотрим, какой путь прошли ужастики от пещерных страшилок до современных квестов с полным погружением.

пишет Валентин Шайкенов рисует Анастасия Дейкова

Беспрониимый прием

Для начала стоит определиться с легко путаемыми терминами. Хоррор и триллер — два отдельных жанра, которые хоть и могут пересекаться, но подразумевают разные сюжетные особенности произведения. Триллер — история с возрастающим напряжением, а ее главный инструмент — саспенс, тревожное ожидание. Триллерами считаются боевики, детективы или фильмы-катастрофы. Хоррор, в свою очередь, сосредоточен на главной задаче — напугать зрителя или слушателя любыми средствами. Это могут быть элементы того же триллера, фантастики, фэнтези или даже комедии. Таким образом, триллер — скорее про инструменты повествования, а хоррор — про его цель.

Благодаря сильному эмоциональному возбуждению, которое хорошо фиксируется в памяти, страх стал одним из древнейших приемов искусства. В стремлении напугать оппонента автором могут двигать разные мотивы: придание большей значимости своим словам, отвращение от какого-либо действия или просто шутки ради. С обратной точки зрения добровольное усвоение человеком заведомо жутких историй вызывается желанием испытать прилив адреналина или проверить крепость своей нервной системы.

«Не ходите, дети, в Африку гулять!»

Сложно сказать, когда наши предки впервые начали воспроизводить сюжеты, призванные напугать себе подобных. Древние люди даже без развитой речи умудрялись изображать рык хищных зверей, использовать их шкуры и кости или рисовать на стенах пещер для лучшей визуализации. С помощью этих приемов можно было рассказать детям об опасных животных и внушить им определенные правила поведения, например не выходить из дома ночью или не покидать взрослых на природе.

Страх наравне с другими важнейшими понятиями человеческой жизни прочно вошел в мифологию всех народов мира. В каждой культуре существовали свои «бабайки», которыми пугали детей перед сном,

свои сказания о далеких и опасных землях и свое подземное царство, куда после смерти на вечные страдания отправлялись души грешников. Отдельно существовали пророчества о конце света и ужасах, которые будут при этом происходить. Например, Рагнарек в скандинавском язычестве или Откровение Иоанна Богослова, также называемое «Апокалипсис», в христианстве.

«И когда Он снял четвертую печать, я слышал голос четвертого животного, говорящий: иди и смотри. И я взглянул, и вот, конь бледный, и на нем всадник, которому имя «смерть»; и ад следовал за ним; и дана ему власть над четвертою частью земли — умерщвлять мечом, и голодом, и мором, и зверями земными».

Откр. 6:7–8

Именно распространение христианства стало переломным моментом в европейской культуре ужасов. Традиционные легенды были объявлены языческими пережитками и отправлялись в утиль. Им на смену приходили казенные проповеди и жития святых мучеников, которые каждый благочестивый христианин выслушивал минимум раз в неделю. Церковь, став главным духовным институтом, активно использовала страх как инструмент своего влияния: потенциальная угроза попасть в ад после смерти мотивировала жить праведно, а для самых упорствующих еретиков применялись более весомые «аргументы» инквизиции.

Мрачный литературный гений

К XIV веку интеллектуальной элите Европы стало тесно в строгих рамках религиозной культуры, так что она приступила к переосмыслению христианских идей. Благодаря этому возникла, например, «Божественная комедия» Данте Алигьери (о ней

мы рассказываем в рубрике «Туризм»), в которой автор представил сложную и продуманную концепцию ада с подробным описанием страданий грешников всех сортов. Не являясь официальным церковным текстом, а будучи художественным произведением, «Комедия» стала настолько успешной, что и сегодня мы во многом видим ад глазами Данте.

Дальнейшее использование демонической и мистической тематики привело к появлению в XVIII веке жанра готического романа. Такие произведения были наполнены эстетикой темного Средневековья, колдовства и смерти. Готическая литература, изначально элитарная, вскоре обрела популярность у широких слоев населения, став неотъемлемой частью эпохи романтизма. В XIX веке появились классические представители направления: «Франкенштейн» Мэри Шелли, «Дракула» Брэма Стокера, «Портрет Дориана Грея» Оскара Уайльда и другие.

В это же время существовала другая тенденция, исходящая «из низов» общества. В Европе все больше внимания стали уделять фольклору, который сохранял многие традиционные сюжеты еще дохристианских времен. Авторы вдохновлялись народными преданиями и создавали произведения, способные напугать не хуже романов про аристократических вампиров и призраков. Достаточно вспомнить сказки братьев Гримм, авторские версии которых могут вызвать дискомфорт даже у стойких фанатов хорроров. Или рассказы Н. В. Гоголя, густо сдобренные этнографическим материалом, придающим тексту особый колорит и выразительность.

Страшно разнообразно

На рубеже XIX и XX веков в жанре ужасов возникло еще больше направлений, так что теперь авторы

обращались не только к прошлому, но и к будущему. Стремительное развитие технологий порождало и соответствующие запросы в культуре, которые искусство стремилось выполнять. Герберт Уэллс одним из первых стал писать научно-фантастические романы про путешествия во времени («Машина времени») или инопланетные вторжения («Война миров»).

Наука открывала мир с новых сторон, позволяла заглянуть в глубины океана и всмотреться в далекие звезды, и от такого резкого расширения границ Вселенной у человека обострялось чувство собственной незначительности. Этот страх перед неизведанными, скрытыми сторонами природы породил жанр «космические ужасы», самым ярким представителем которого стал Говард Филлипс Лавкрафт со своими хтоническими чудовищами.

Параллельно с возникновением хорроров планетарного и вселенского масштаба развивались жанры микроужаса, сконцентрированные на отдельном человеке или группе лиц. К ним относятся прежде всего сюжеты о маньяках. Основанные на реальных преступлениях или совершенно фантастические истории убийств стали популярны в середине XX столетия. Самым известным литературным убийцей стал персонаж Томаса Харриса — Ганнибал Лектер, изысканный интеллектуал-каннибал.

На данный момент апогеем хоррора в литературе считается творчество Стивена Кинга. Феномен необычайной популярности его произведений сложно объяснить конкретным решением или приемом. «Король ужасов» в своих сюжетах эмплуатирует элементы всех жанров, используя популярные образы массовой культуры, чтобы вызвать у читателя яркие ассоциации и заинтересовать как можно более широкую публику. Ведь ничто не пугает так, как кошмары в повседневных обстоятельствах. **NT**



Страшные сказки

Волшебные сказки, которые родители рассказывают на ночь, представляются нам прекрасными и фантастическими историями. Но если узнать, что стоит за милыми посиделками царевича с Бабой-ягой, будет трудно сомкнуть глаза. Как гласит пушкинская мудрость: «Сказка — ложь, да в ней намек! Добрым молодцам урок». Посмотрим, какой именно урок скрывается за волшебными детскими историями.

пишет Диана Чуракова рисует Полина Лузина

Скелет сказки

Все начинается с отсутствия близких родственников и нарушения запрета, из-за чего кому-то удастся навредить герою: изгнать, похитить его или младшего брата или отправить за необычным предметом, например пером жар-птицы. Сюжет закручивается. Герой отправляется на поиски. По дороге он случайно встречает дарителя, который после испытания награждает его волшебным средством. Оно помогает обнаружить злодея. Добравшись до антагониста, герой вступает в бой. Победа! Он забирает то, что искал. Однако злодей замечает потерю и отправляется в погоню. Герою удастся спастись и прийти домой, но там его ожидают ложные герои (обычно завистливые братья), которые убивают его. Тем не менее герой справляется с тяготами, возвращается, решает трудную задачу, возможно, у царя, и получает руку царевны. Свадьба! Все живут долго и счастливо!

Несложно ведь под этот шаблон подложить любую волшебную сказку? Достаточно вместо неопределенных «антагонист», «даритель», «герой» подставить имена и немного поменять порядок событий.

Персонажи сказок совершают похожие действия-функции, которые приводят к одинаковым результатам. Например, вопросы Морозко и просьба Бабы-яги пасти табун волшебных кобылиц — это испытания дарителя, которые приводят к получению волшебного средства. Функции остаются неизменными, меняются лишь герои и способы совершения действий. Так, «Гуси-лебеди» начинаются с отлучки

родственников и запрета по классической схеме, а «По щучьему веленью» — с испытания дарителя и получения награды (особых слов).

Впервые так начал разбирать сказки Владимир Пропп. Он описал исследование в книге «Морфология волшебной сказки», определив 31 функцию, которая в разных вариациях встречается во всех историях.

Но что в этом страшного? Такая логичная теория скорее вдохновляет на дальнейшие исследования, чем пугает. Здесь нужно задуматься, почему такое многообразие сказочных сюжетов имеет одну структуру и что она «кодирует».

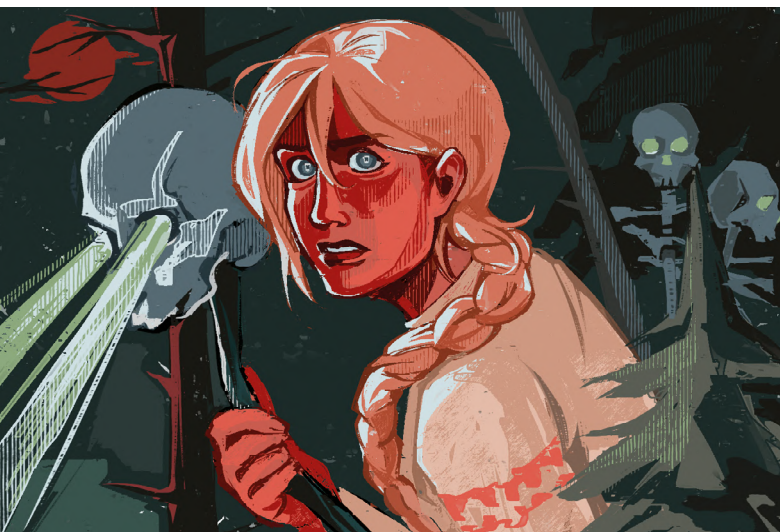
Схожесть волшебных историй с алгоритмом или формулой неслучайна. Сказка, как пишет Пропп, вобрала «следы древнейшего язычества, древних обычаев и обрядов», сохранила представления предков о мире. Происходящее в волшебной истории — это особая последовательность действий в первобытных ритуалах, которые восходят ко времени, когда люди занимались охотой и собирательством.

Что ж, на этом моменте можно начинать бояться...

Суровая взрослая жизнь

Классический путь нашего взросления — детский сад, школа, университет, работа. У наших предков были менее гуманные социальные институты. Чтобы стать полноценным членом общества и получить право на брак, в период полового созревания каждый мальчик проходил тайный обряд посвящения. Тогда верили, что этот ритуал дает мистическую власть над природой. Однако, чтобы овладеть могуществом, нужно было «умереть», ведь только души могли наградить магическими способностями.

Все начиналось с узкой тропинки, ведущей в гущу непроходимого леса. Причем чаща — неотъемлемый атрибут ритуала у любого народа. Если ее не было, то неофита (новый последователь культа или общественного движения) уводили хотя бы в кустарник. Тропка заканчивалась у хижины с дверью-пастью, балками-змеями, столбами в виде чьих-то лап. Охотники обожествляли зверей и верили в превращение





в них после смерти, поэтому закономерно, что обряд перехода в мир духов был связан с животными.

В хижину посвящаемый попадал с завязанными глазами. Иногда, чтобы дополнительно ослепить неопита, в них втирали особую массу с добавлением перца. Раздавался вопль, кричать мальчишке предстояло еще много. Церемония продолжалась сдиранием кожи, побоями, выбиванием зубов, приемом ядов или особой пищи. Мальчиков могли символически сжигать, варить, рубить на куски. Все это помогало «переместиться» в потусторонний мир. Часто посвящаемым отрезали мизинец, чтобы доказать родным, что мистерия свершилась, а их сын умер. Во время ритуала неопитам буквально отшибало память: они забывали родителей и даже свое имя, поэтому после временной смерти легко принимали новое. Позже мальчиков допускали к тайным знаниям об охоте, обрядовых плясках, истории. Они возвращались обновленными, обретшими особые навыки людьми.

Обряд считался нужным, хоть и приносил страдания не только неопитам, но и их семье. Когда люди перешли к земледелию и животноводству, ритуалы начали уходить в прошлое, богам-зверям переставали поклоняться, их образы стали появляться в сказках. Жестокие действия переосмысливались. Поэтому зачастую не героя сжигают или ослепляют в историях, а Бабу Ягу или ведьму.

Скрытое за простыми образами

Если перечитывать сказки в сознательном возрасте, можно обнаружить много странных деталей. Например, откуда Иван-царевич, впервые наткнувшийся на жилье Яги, знает, как повернуть избушку на курьих ножках? Почему он просто не обойдет это творение безумного архитектора? Почему злобная лесная жительница безропотно соглашается «накормить, напоить и спать уложить» наглого героя, если до этого собиралась его съесть?

Все начинает проясняться, если представить на месте Ивана-царевича неопита, который проходит

таинственный обряд. Все его путешествие — это странствие на ту сторону и получение магической силы.

Лес здесь представляется непреодолимой преградой на пути в загробное царство, на границе которого стоит избушка с хранильницей черты между миром мертвых и живых. Герой особым словам обучен, ведь его готовили к посвящению. Веда-ет он, что, чтобы пройти дальше, нужно ему пройти через хижину, имеющую черты животного (курьи ножки). И знает герой, что там нужно отведать пищи яги, чтобы показать, что он не чужой для мертвых, что он имеет право переступить черту между двумя мирами. Ведь кто съедает яства той стороны, навсегда становится ее частью. Именно поэтому яга легко соглашается поухаживать за непрощеным гостем.

Также Ивану известно, что в избушке ему дадут особую силу, которая поможет в пути. Но ее нужно заслужить пройденным испытанием, поэтому герой отвечает на вопросы старушки, играет с ней в карты или пасет табун кобылиц. После этого Баба-яга вручает герою клубочек, летающего коня, меч-кладенец — все эти предметы помогают Ивану преодолеть непроходимый лес.



Странные описания лесной старушки тоже обрывают смысл. У нее «ножки на порожке, губы на сошке, руки из угла в угол, нос в потолок» не из-за ее огромного размера, а из-за маленькой избушки. Та, кто охраняет вход в загробный мир, и сама мертва. Поэтому Яге положено лежать в тесном гробу, подпирать носом потолок и иметь костяную ногу, как у скелета.

Дальше можно найти и другие элементы обряда в сказке: отрезание пальцев, сжигание, слепоту. Но мы закончим наше повествование, потоптавшись у порога глубинного смысла волшебной истории. За ним ожидают древние отголоски безжалостного и таинственного подлинно языческого мира, который сгинул в вихре тысячелетий, но оставил сказочное наследие.

Что ж, теперь вы будете читать волшебную сказку по-новому? **нт**

Их боялся сам страх

В мире, где страх может быть и врагом, и союзником, такие профессионалы, как патологоанатомы, альпинисты и арахнологи, открывают перед нами уникальные горизонты. Благодаря им мы можем изучать фобии, узнавать, как страх формирует рабочий путь и как преодолеть его, овладевая мастерством. Давайте ближе познакомимся с представителями этих профессий.

слушают Яна Нуждина, Екатерина Дынина фото предоставлены собеседниками



Федор Мартыновченко

Арахнолог, сотрудник кафедры энтомологии биологического факультета МГУ

— Помните ли вы первую встречу с пауком?

— Лет в пять я приезжал на огород, и там были пауки-волки. Обычно они серого или коричневого цвета, быстро бегают по почве и не строят ловчих сетей. Тогда они меня очень привлекли и заинтересовали.

— Как вы решили стать арахнологом?

— Меня часто про это спрашивают, но точного ответа я и сам не знаю. В детстве я читал книги Игоря

Акимушкина: он писал много интересного про пауков. Возможно, он меня частично вдохновил и сподвиг заниматься этим.

— Вы так много времени изучаете пауков. Влияет ли это на обычную жизнь?

— Я быстро нахожу ловчие сети и сразу вижу, если где-то по стене ползают пауки или мелкие насекомые. Еще часто замечаю ошибки в научно-популярных текстах и речи.

— Какие ошибки приходится чаще всего исправлять? Кроме самой частой, что пауки — это насекомые?

— Люди не очень понимают разницу между ядовитым пауком и опасным. Ядовиты почти все пауки, а опасны немногие. Все зависит от свойств яда: у большинства из них он совершенно безвреден для человека.

Еще часто путают паука-птицееда и тарантула. Те самые крупные волосатые пауки, которые живут в террариумах, — это как раз птицееды.

— Какие советы вы бы дали тем, кто хочет стать энтомологом?

— Если у вас есть страх перед насекомыми или пауками, нужно от него избавиться. Или посмотреть с другой стороны: может, вы хотите работать с какими-то неживыми частями тела. Например, можно изучать строение или физиологию животных. В таком случае работать придется только с тканями или органами.

Нужно хорошо подумать, чем вы хотите заниматься после учебы: наукой, преподаванием, разведением животных, работой в зоопарке. Важно понять, как именно полученные знания помогут вам дальше в жизни.

— А как лучше избавиться от страха перед пауками?

— Наверное, если это сильный иррациональный страх, то лучше обратиться за помощью к психологу. Но можно попробовать его проработать. Я слышал о методике, с помощью которой людей в несколько этапов отучают от этого страха. Сначала надо потрогать картинку с пауком, затем пластиковый макет животного, а в конце — живого паука.

Однако в наших краях бояться пауков не нужно: даже если кто-то вас укусит, это будет совершенно не опасно.

— Вы боитесь кого-то из тех, кого изучаете?

— У меня изначально не было страха перед пауками и насекомыми. Помню, раньше я боялся крупных многоножек косянок. Конечно, они могут немного покусать, но теперь я даже беру их в руки.

Я боюсь высоты. Никогда не хотел прыгнуть с парашютом, даже если бы это было безопасно.

— С кем из пауков нам все-таки стоит быть осторожными?

— Один из самых опасных — это каракурт, такой черный паук с круглым брюшком. Он живет в степях и пустынях на юге России: в Астраханской и Волгоградской областях, Ставропольском и Краснодарском крае, Крыму. Каракурт — единственный смертоносный паук, который живет в нашей стране, поэтому нужно быть осторожным. Главное — не сесть и не наступить на него. Но в лесу или городе вы его не встретите.

Еще болезненные последствия бывают после укуса тарантула. Обычно он ночью выходит из своей норы и может случайно куда-то заползти. Если его задеть или наступить на него, паук укусит, но сам на людей нападать никогда не будет.

Самый агрессивный паук — желтосумный колющий. Даже если просто дотронуться или случайно задеть его, паук больно укусит. Но этот вид тоже обитает только на юге страны.

В северных областях укусить человека может довольно много крупных пауков, но они не опасны.

— Как вы думаете, а сами пауки боятся кого-то?

— Пауки — мелкие животные, поэтому боятся любых крупных зверей. Если они понимают, что перед ними угроза, они, конечно, стараются убежать, спрятаться, улизнуть.

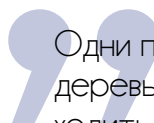
— Если я нашла паука дома, то каким гуманным способом можно от него избавиться?

— Сначала надо понять, домашний это паук или он забежал к вам по ошибке. Если первое,

то ваша квартира — его дом, и ему там хорошо. Пауки, которые живут с людьми, называются истинными синантропами. Их можно вынести в подъезд или другое помещение, но на улице они вряд ли смогут перезимовать или выжить. А если паук «уличный», то можно загнать его в коробку или сосуд и отнести на природу.

— Что вас больше всего впечатляет в пауках?

— Для таких мелких существ у них достаточно сложное поведение. Они могут плести разнообразные виды ловчих сетей, по-своему охотиться. Часто у пауков встречается забота о потомстве, интересные виды ухаживания.



Одни пауки умеют затаскивать на ветки деревьев раковины от улиток. Другие — ходить «под парусом»: они выпрямляют все ноги, поднимают тело, а потом могут приподнять наверх одну из ног и скользить по воде.

— Выходит, у пауков сложно устроена нервная система?

— По сравнению с нами гораздо проще: у них меньше нервных клеток, нет полостей в головном мозге. При этом он достаточно большой, а нервная система устроена консервативно. Но мелкий размер пауков не позволяет стать им очень интеллектуальными.

— В одной из лекций вы говорили, что в древности пауки были намного больше. А что могло быть с их мозгом?

— В конце палеозойской эры, в карбоновом периоде, в атмосфере было больше кислорода, чем сейчас, поэтому животные были крупнее. Однако пауки все равно не могли быть больше в десять раз, чем нынешние особи, максимум — размером с ворону. У них все равно были ограничения по размеру и организации нервной системы, продолжительность жизни была низкая. Так что интеллектуально развиться сильнее они не могли.

— Есть ли такие насекомые или пауки, которых вы до сих пор не встречали, но мечтаете увидеть?

— Я ни разу не видел пауков-огров. Они живут в тропиках и умеют накидывать сети на добычу, как аркан. А называли их так из-за больших глаз.

Еще есть онихофоры — такие существа, внешне похожие на гусениц. Они обитают в тропических лесах и ведут малозаметный образ жизни. Их тоже было бы интересно увидеть в природе.



Анна Федорова

Врач-ординатор по специальности «патологическая анатомия»

— Как вы решили связать жизнь с медициной?

— В детстве я думала, что буду стоматологом. Кажется, это был стокгольмский синдром: маленькой я много общалась с этими врачами. Потом решила, что хочу лечить животных, и читала книги о ветеринарии. А в старшей школе захотела стать судмедэкспертом, но во время учебы поняла, что это достаточно некомфортная специальность.

На четвертом курсе я попала в отделение патологической анатомии НМИЦ ДГОИ им. Дмитрия Рогачева. Мне так понравилось место и люди, что я до конца шестого курса там работала, под руководством центра писала научные статьи, дипломную работу. А потом поступила туда на программу ординатуры.

— Какие качества необходимы, чтобы стать хорошим патологоанатомом?

— Терпение и усидчивость. Работа довольно рутинная и монотонная: нужно «сканировать» глазами множество изображений тканей, не пропускать детали. В первый год работы мне казалось, что я совсем ничего не вижу. Но этот навык нарабатывается с опытом, помощью и подсказками старших коллег. Даже если приходится целый день смотреть много-много биоптатов (биологический материал, полученный путем биопсии. — *Примеч. авт.*), со временем это перестает сильно тяготить.

Еще важно любопытство. Мы постоянно работаем с научной литературой, читаем статьи на английском языке, следим за новыми исследованиями.

— Как проходит ваш день в больнице?

— В основном я работаю за микроскопом: рассматриваю микробиологические стекла с материалом, анализирую и описываю его, нахожу нарушения.

Патологии бывают очень разные. У всех специалистов необъяснимым образом формируется свое понятие красоты. Бывает, сидит человек, описывает материал и говорит: «Вау! Какую красивую ткань я сейчас смотрю!»

Чаще всего я работаю с лимфопролиферативными заболеваниями (состояния, при которых лимфоциты неконтролируемо размножаются. — *Примеч. ред.*). Еще учусь анализировать кожные болезни, например невусы, меланомы и патологии пищеварительного тракта.

— Получается, патологоанатом должен знать все про наш организм?

— В России патологоанатом — это единая специальность. Поэтому теоретически врачи должны знать все, чтобы диагностировать заболевания из любых областей, причем как при жизни человека, так и после его смерти.

Но на рабочем месте, неформально, специалисты выбирают область, которую углубленно изучают. Например, в коллективе один врач может отвечать за патологии пищеварительного тракта, а его коллега — за патологии головного мозга.

В других странах патологоанатомы юридически делятся по разным специальностям. Это удобно: у человека много органов и врачи учатся ни один год, чтобы разбираться в конкретной системе.

— Многим кажется, что патологоанатомы работают только с посмертными случаями. Удастся ли вам пообщаться с пациентами?

— Да, такое бывает, но это очень небольшая часть работы. Иногда пациенты могут прийти к патологоанатому, если не совсем поняли его заключение. Однажды больной сам принес нам фрагменты опухоли, чтобы еще раз проконсультироваться с врачом.

— Насколько важна роль патологоанатома в лечении пациентов?

— От заключения патологоанатома довольно часто зависит, какое лечение пациент начнет получать, как быстро его назначат. Результаты исследований важны при любых состояниях, но особенно — при онкологических заболеваниях. Мы много взаимодействуем с клиническими врачами, поэтому важно, чтобы у нас

был открытый обмен информацией, возможность связаться друг с другом и уточнить детали болезни.

— Насколько бывает трудно поставить верный диагноз?

— Однажды мой коллега ответил на этот вопрос так: «От пяти минут до двух недель».

Чтобы понять диагноз, приходится учитывать многие факторы из жизни пациента. Например, анализировать не только полученные образцы тканей,

но и рентгеновские снимки, препараты, которые человек принимал, или рассматривать фотографии сыпи на коже.

Бывают запутанные или редкие ситуации, тогда приходится погружаться в иностранные статьи, искать зацепки. Иногда меня тревожит этот процесс: мне комфортнее знать, что в мире существует правильный ответ, который я могу найти. А если ситуация редкая, запутанная, меня это немного фрустрирует. Поэтому одна из целей в жизни — научиться относиться к этому философски: знать, где проходят границы моих возможностей, понимать, где я не могу выжать больше информации из исходных данных, — и принимать это.



Виталий Лазо

Лидер горного клуба «Кант», ски-альпинист, «Снежный барс», автор проекта «Фрирайд в зоне смерти», совершил более сорока высотных экспедиций, мотивационный спикер, кинематографист

— Ваш путь в альпинизме начался вместе с отцом на Авачинском вулкане. Как хобби переросло в профессию?

— Это случилось не сразу, только лет 15 назад. Долгое время альпинизм был просто хобби, дорогим хобби. А потом я понял, что хочу заниматься более профессионально и начал зарабатывать на этом.

— А как семья относится к вашим восхождениям?

— Мне повезло, меня поддерживает жена. Но конечно, переживает и беспокоится, потому что каждое восхождение — это большой риск.

— Что самое тяжелое в экспедиции?

— Физически все сложно. Но самое тяжелое — настроиться на восхождение. Каждая экспедиция — это огромный труд, и нужно обладать немалой силой воли, чтобы выдержать это. Уже много раз я обещал себе, что больше не пойду, но каждый раз возвращаюсь.

— В какие моменты возникает чувство страха?

На склоне всегда страшно. Каждую секунду тебе угрожает опасность. Но страх — это хорошо. Он помогает собраться, четко осознать, что ты сам отвечаешь за свою жизнь и просто не имеешь права расслабиться.

Вот паника — это плохо. Она не дает тебе адекватно мыслить и рассуждать, может помешать быстро принять верное решение, а в горах каждая секунда важна. Но у себя я давно уже не помню приступов паники, наверное с опытом это проходит.

— Как пришла идея о фрирайде с высочайших вершин?

— Мы с моим другом Антоном Пуговкиным решили, что поднимался на горы много кто. Мы хотим сделать это по-особенному. И тем более мы оба хорошо катаемся на лыжах.



Первый наш фрирайд был с Манаслу, горы в Гималаях высотой 8163 метра. Тогда же мы начали снимать профессиональные кинофильмы о восхождениях.

— **Чем отличаются восхождения с лыжами и без?**

— На большой высоте каждый лишний килограмм ощущается. А мы еще и с лыжами. Они весят три килограмма, но это не как гирька в рюкзаке. Лыжи дисбалансируют тебя, к ним нужно еще привыкать.

Работа при спуске на лыжах происходит в анаэробном режиме при очень высоком сердцебиении. Организм требует более усиленного поступления кислорода. А на фоне гипоксии, возникающей в высокогорье, становится еще тяжелее. Поэтому спуск на горных лыжах гораздо опаснее, чем пешком.

По времени на лыжах не всегда намного быстрее, чем без. Бывало, мы спускались в 2–3 раза быстрее, чем пешеходная группа, но было и всего на час меньше. Нельзя сказать, что лыжи это легче, это по-другому.

— **Что для вас будет сигналом о том, что нужно разворачиваться и спускаться с горы?**

— Много факторов влияет на это. Участнику стало плохо, погода испортилась... В определенных условиях с чем-то мы можем справиться, но чем выше, тем меньше поводов нужно, чтобы развернуться. Решение пойти назад принимается быстро. Ведь если мы не будем осторожны, пренебрежем чем-то, то экспедиция может закончиться фатально.

— **В чем цель проекта «Фрирайд в зоне смерти»?**

— Мы покоряем высочайшие вершины планеты и спускаемся с них на горных лыжах. И обо всем



этом снимаем фильмы. Мы хотим показать борьбу человека со стихией и с самим собой.

Нет такой цели — привлечь в альпинизм или фрирайд больше людей, даже наоборот. Мы показываем все, как происходит на самом деле, у нас нет актеров. Зрители видят, какая это тяжелая работа. Многие из них даже не умеют кататься на лыжах и ни разу не поднимались в горы. Но смотрят, потому что видят все по-честному, как есть. А еще наши фильмы, хоть и сняты в горах, но совсем не о них. Посмотрите, каждый найдет в них что-то свое.

— **Какие качества вы считаете самыми важными для альпиниста?**

— Уметь терпеть, а потом еще раз терпеть.

Горы — это всегда борьба с самим собой, тест на выносливость.

А вообще альпинизм требует высокого интеллекта. Тут важно анализировать множество факторов, условия восхождения меняются прямо на глазах. Недавно ЮНЕСКО даже признало этот спорт искусством, требующим высоких физических, технических и интеллектуальных способностей. Не зря в советское время говорили: «Альпинизм — это вам не шахматы, тут думать надо».

— **Какие у вас цели на будущее?**

— Сейчас в планах есть одна гора, но пока не раскрываю тайны. Хочется сделать что-то новое и необычное, чего раньше никто не делал. **nt**

32	72.61	28	58.69	92	238.03	16	32.07
Ge	Ni	U	S				
Germanium	Nickel	Uranium	Sulfur				

science

M₃ O₁ O₁ N₁

Will you join my universe?

The scientists are crying



СТРОИХ

ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРИМЕНЕНИЮ И ПОБОЧНЫЕ ЭФФЕКТЫ

Вам знакомо это чувство? Противное и скользкое, которое впивается в нас и пронизывает насквозь, проходит хоподком по спине и отдается дрожью в голясе. Оно лишает сна и отдыха, убивает аппетит и истощает нервы. Как змеиный яд, в малых дозах спасает нас, а при избытке травмирует. Оно сопровождало человека и других существ на протяжении всей эволюции. Заглянем в историю, где нет места героическим поступкам и стремительному прогрессу, — в историю бегства, притворства и неуверенности. Это история страха.

пишут Роман Шайкенов, Яна Нуждина

рисует Анастасия Овченко

«Страх — самое древнее и сильное из человеческих чувств, а самый древний и самый сильный страх — страх неведомого».

Говард Лавкрафт, «Сверхъестественный ужас в литературе»

За углом и в ночной тени

Жизнь на нашей планете полна трудностей. И большую часть из них доставляют не наводнения или метеориты, а живые организмы. Хищники едят жертв по пищевой цепочке, на верху которой идет конкуренция за лучший кусок мяса, а паразиты усложняют жизнь всем. В такой непростой ситуации организмам необходим был инструмент, который позволял бы хоть немного, но увеличить шансы на выживание. Одним из таких инструментов стал страх. Логика этого чувства такова: лучшая драка та, которой не было. Ведь зачастую легче избежать проблемы, чем развивать конфликт. Появившись у организмов с хорошо развитой нервной системой, страх стал эффективным инструментом воздействия на психику животных.

Прежде всего, существо, которое не кичится смелостью, получает преимущество в выживании. Страх активизирует симпатический отдел нервной системы, поднимает давление и мобилизует все силы тела. Организм готовится бежать или драться — одним словом, испытывать физические нагрузки. Наверно, вы слышали истории, как люди в шоковом состоянии перепрыгивали через заборы и поднимали тяжести? Во многом страх ответственен за введение организма в такое состояние терминатора.

Кроме того, опасности этого мира подталкивают маленьких и беззащитных существ к объединению. В стаях и стадах развивается социальное взаимодействие, появляется защитное поведение. Так, птицы научились кричать при виде хищников, сурикаты — выставлять часовых, пока колония работает, а овцебыки — сбиваться в защитный круг. Появление таких стратегий развило нервную деятельность и сыграло определенную роль в формировании и нашего мозга. Существа-одиночки тоже получили выгоду: некоторые виды научились мимикрировать под животных пострашнее: безобидные мухи изображают ос, обычные бабочки подражают своим дурно пахнущим и ядовитым собратьям, суслики поедают сброшенную кожу змей, чтобы перенять аромат хищника.

Быстрый бег и маскировка — хорошие преимущества. Но лучше не подпускать хищника слишком близко, а замечать его издали и спокойно отходить.

За распознавание опасности тоже ответственен страх. Этот навык работает вместе с другой способностью — памятью. Говорят, плохое забывается, но это неправда. Наоборот, помнится лучше всего, ведь от этого зависит выживание. Страх цементирует важные эпизоды, и их порой невозможно выкинуть из головы. Но о том, что такое ПТСР и как оно работает, мы поговорим позже, а пока вернемся к эволюции. Именно память и распознавание вместе стали защитой от смерти. Ночью в кустах видны странные очертания? У вас нет времени разбираться, что это, если образ хотя бы отдаленно напоминает голодного льва, с которым вы столкнулись в прошлом месяце. Ответ один: страх, адреналин, бег. А это ветка или змея? В любом случае подходить не надо, год назад знакомого укусила гадюка и ему было очень плохо. Так естественный отбор определил наши основные фобии: высоты — потому что можно упасть, собак — образ хищника, который у нас всегда перед глазами, насекомых — из-за яда и переносимых инфекций. И конечно, худшая боязнь — темноты, ведь это неизвестность, а с ней бороться труднее всего.

И что же делать? Бегать от каждого шороха и каждой тени? Если бы мы и правда так делали, если бы боялись волков, то никто бы не знал, что там в лесу. Страх хорош в меру. Как мы упомянули в начале, он нас бережет, но он же может сковывать весь потенциал. Нужно найти баланс. И тот, кто это делает, становится успешным в эволюции и жизни в целом.

Сердце — в пятки, адреналин — в кровь

Теперь понятно, как работает страх в исторической перспективе. Но как он рождается внутри тела и переводит органы в «аварийный режим»? Защитный механизм, оказывается, довольно универсален и стар.

Все начинается с угрозы. Страх возникает, когда мы видим или ощущаем что-то неожиданное. Как, например, в той ситуации с веткой: ночью вы взглянули на растение и приняли его за змею. Секундами позже мозг анализирует информацию и понимает, что это всего лишь куст, но процесс уже начался. Мы не ожидали увидеть здесь что-то опасное, поэтому надо срочно испугаться и передать сигнал в мозг.

Первой в работу включается амигдала (ее другое название — миндалевидное тело), которая расположена в височных долях головного мозга. Эта парная структура отвечает за обработку наших эмоций, а особенно — страха. Нейроны амигдалы

быстро анализируют сигналы и сравнивают их с нашими воспоминаниями об опасных ситуациях. Если нашлось сходство, они передают сигнал об угрозе в другие отделы мозга. Первыми реагируют гиппокамп, гипоталамус и гипофиз.

Гиппокамп — часть головного мозга, ответственная в том числе за память. Недавние исследования показали, что именно в нем хранятся воспоминания о пережитом страхе. В момент угрозы он работает вместе с амигдалой: если гиппокамп «помнит», что ситуация не опасна, он подавляет свою активность. А вот если с кривыми ветками мы столкнулись в первый раз, то активность амигдалы остается высокой.

Если быстро избежать опасности не удалось, активируется гипоталамус — орган, расположенный в промежуточном отделе мозга. Он запускает симпатическую нервную систему и ту самую реакцию, которая в древности помогала предкам выживать, — «бей или беги». В этот момент из надпочечников в кровь выбрасываются гормоны: адреналин и норадреналин. Сердце бьется чаще, кожа бледнеет, зрачки и легкие расширяются: мы готовы защищаться (или убежать).

Кроме этого, норадреналин помогает мозгу запоминать страшные события. В момент опасности он стимулирует тормозные нейроны в амигдале и снижает активность префронтальной коры мозга. Из-за этого тревожные воспоминания еще сильнее укрепляются в памяти.

Интересно, что страх можно смоделировать экспериментально. Если вживить электрод в определенные области гипоталамуса, то его стимуляция вызовет страх и панические атаки как у животных, так и у человека.

Параллельно гипоталамус активирует работу еще одной структуры мозга — гипофиза. Этот орган вырабатывает адренокортикотропный гормон. Он попадает к нам по уже знакомым надпочечникам и влияет на другую их часть, которая выделяет в кровь гормон кортизол. Последний подавляет функции, которые в момент опасности точно не пригодятся, например замедляет пищеварение.

Итак, мы описали автоматическую реакцию, доставшуюся нам еще от предков. Самое время переходить к коре больших полушарий. Ее префронтальная часть помогает осознать и обдумывать происходящее, мотивирует совершать или не совершать определенные поступки. Как только возникает опасность, ее активность подавляет норадреналин, из-за чего мы перестаем мыслить рационально. Но спустя время кора берет контроль над примитивными механизмами, и мы задаемся вопросом: «Действительно ли стоит убежать и бороться или растение в тени не такое страшное, каким кажется?»

Когда угроза миновала, начинает действовать парасимпатическая нервная система. Уровень адреналина и кортизола понижается, сердце начинает биться в привычном темпе, а щеки розовеют. Но если стресс был сильным или продолжительным, восстановление занимает больше времени.

К сожалению, иногда органы повреждаются, а их отложенные функции нарушаются. Тогда мозг неправильно оценивает угрозы внешнего мира и усиливает страх в обычных ситуациях.

Когда страх выходит из-под контроля

Страх — естественная и важная эмоция, но в некоторых случаях она не угасает даже после того, как угроза миновала. Тогда память о тревожных событиях перерастает в серьезное заболевание.

Посттравматическое стрессовое расстройство — психическое состояние, развивающееся после того, как человек переживает травматичный опыт. Им может стать столкновение со смертью или с природными катастрофами, физическое или психологическое насилие, участие в военных действиях.

Человек с ПТСР не может избавиться от навязчивых воспоминаний или кошмаров, которые возвращают его в состояние тревоги. При этом он всеми силами старается избежать не только размышлений о травмирующем событии, но и любых внешних напоминаний: мест, людей, разговоров. Несмотря на повторяющиеся мысли о травме, человек начинает забывать ее ключевые моменты. Он чувствует изоляцию от других людей, испытывает вспышки гнева, может стать раздражительным или агрессивным.



Но почему одни люди восстанавливаются после пережитого стресса, а другие — нет? На это влияет много факторов: характер травмы, психологическая устойчивость, генетическая предрасположенность и даже изменения в головном мозге.

Наш мозг пластичен: он умеет адаптироваться к новым условиям, обучаться, восстанавливаться после повреждений. Но при ПТСР эта пластичность временно угнетается, а структура меняется.

Вспомним гиппокамп — орган, который хранит воспоминания о страхах. В конце XX века исследователи выяснили, что у пациентов с ПТСР его объем меньше, чем у здоровых людей. Это связано с влиянием кортизола, который оказывает нейротоксичное воздействие. Чем сильнее стресс, тем больше гормона выделяет наше тело и тем сильнее повреждается гиппокамп. Но возможен и обратный эффект: если объем органа изначально был снижен, то человек может быть сильнее подвержен стрессу.

У человека с ПТСР повреждена префронтальная кора, которая отвечает за принятие решений. Когда она не изменена, мы достаточно четко можем понять, насколько страшна ситуация, и если нет — послать сигнал спокойствия амигдале. Но при этом расстройстве баланс нарушается, и кора перестает контролировать амигдалу. Возникают тревога, панические атаки и навязчивые мысли, становится труднее сдерживать эмоции, появляется осторожность.

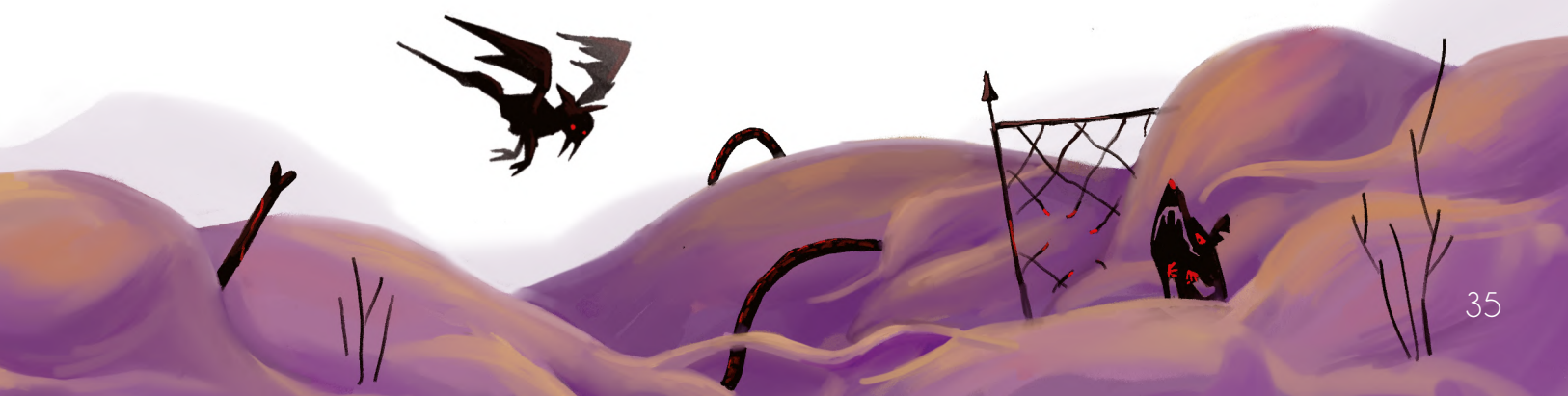
Химические изменения в мозге также влияют на симптомы расстройства. Нейроны «общаются» с помощью нейромедиаторов — особых веществ, которые усиливают или тормозят сигналы между нервными клетками. В 2024 году нейробиологи из Калифорнийского университета выяснили, какие вещества заставляют мозг испытывать страх при отсутствии реальной угрозы. Эксперимент на мышах показал, что сильный стресс вызывало переключение нейромедиаторов: вместо глутамата, который возбуждает передачу сигнала и, тем самым, помогает быстро реагировать на угрозу, включалась тормозящая процесс ГАМК (гамма-аминомасляная кислота). Из-за этого страх и тревога становились хроническими. Чтобы подавить процесс, ученые влияли на ген, который синтезировал ГАМК у мышей.

Это сработало: при дальнейших испытаниях животные не ощущали внезапного страха и тревоги. На следующем этапе специалисты изучили мозг умерших людей, у которых было ПТСР. В их тканях они также нашли подобное переключение нейромедиаторов.

Сейчас основной метод лечения ПТСР — психотерапия. В 2024 году ученые из Университета Мюнстера проанализировали 137 исследований и выяснили, что пациентам с ПТСР, которые пережили множественные травмирующие события, психотерапия помогает лучше других методов. Эффективнее всего оказался когнитивно-поведенческий подход. Его цель — научить человека самостоятельно понимать и прорабатывать негативные мысли. Еще для облегчения симптомов используют лекарственные препараты.

Периодически появляются новые идеи для лечения этого расстройства. Например, в 2022 году исследователи из Австралии изучали, как физические упражнения могут помочь людям с ПТСР забыть травматичный опыт. Во время психотерапии пациенты из экспериментальной группы бегали на тренажере. После прохождения курса симптомы у них стали менее выраженными, чем у участников из контрольной группы. Похожий эксперимент, но на мышах в 2024-м провели ученые из Канады. Сначала они ввели животных в состояние продолжительного стресса, используя удары тока. Затем в клетку одной из групп мышей ученые поставили беговое колесо. Спустя месяц выяснилось, что у этих грызунов тревожность и страх снизились намного сильнее, чем у группы, которые не занимались физическими упражнениями. Такой эффект мог возникнуть из-за усиления нейрогенеза (процесс образования нервных клеток) в гиппокампе. Они перекрывали старые травматичные воспоминания в центре памяти.

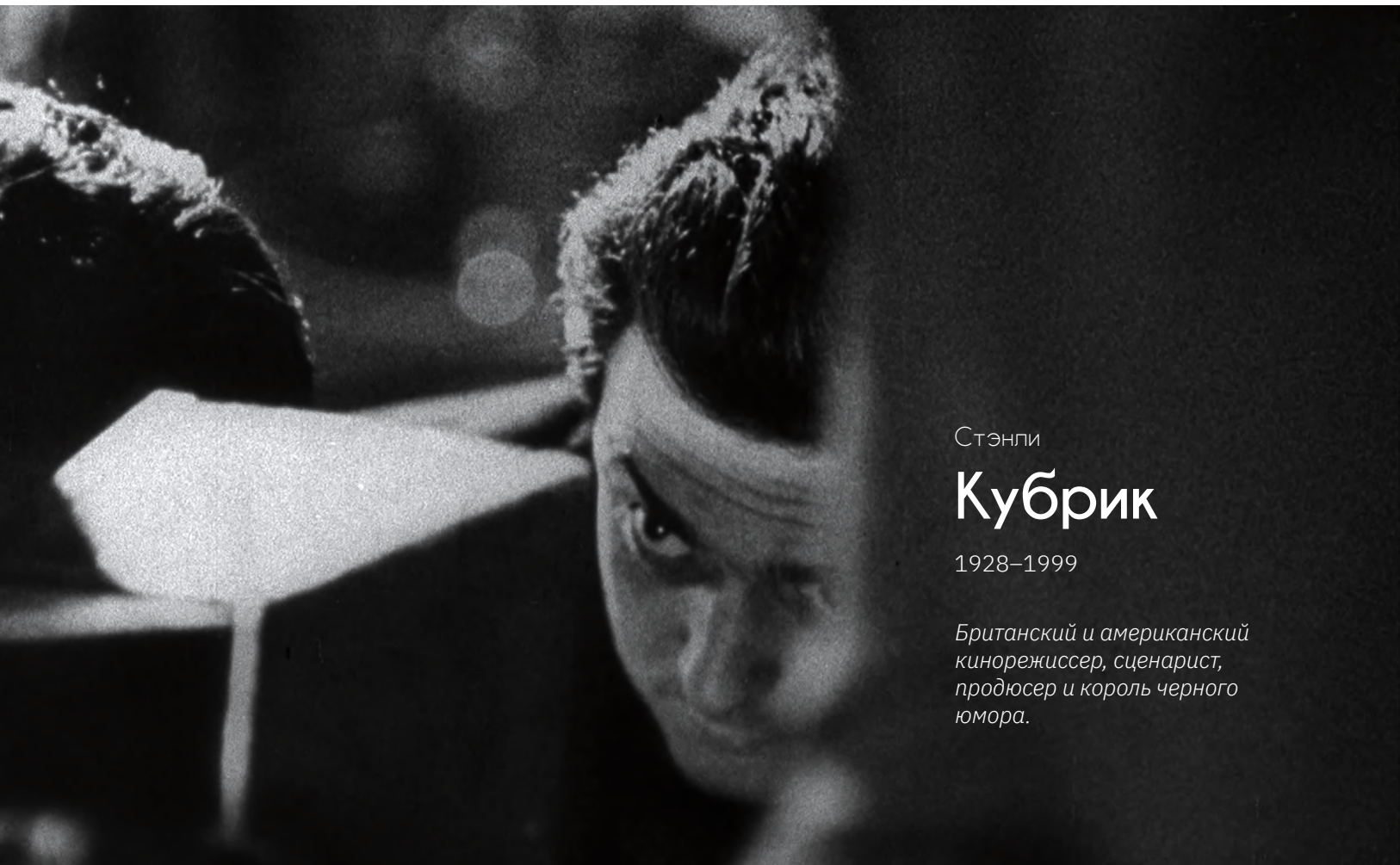
К сожалению, ПТСР удастся излечить не всегда, а периодически случающиеся катастрофы и военные конфликты резко увеличивают количество пациентов. Но мы надеемся, что в будущем медицина и психология найдут способ вернуть пострадавших к нормальной жизни. Страх должен, как и миллионы лет назад, быть нашим верным хранителем и защищать от травм, а не причинять новые. **NT**



Сошел с ума: тиран или гений?

Человек, чьи фильмы стали классикой мирового кино. Они вызывали споры и запоминались с первого просмотра. Кубрик снимал так, словно зрителями будут инопланетяне, совершенно незнакомые с человеческой расой. Это режиссер, который не просто показывал историю, а задавал вопросы, оставляя зрителя один на один с самим собой.

рубрику ведет Екатерина Растворцева фото Джанет Мэви, NASA on The Commons



Стэнли

Кубрик

1928–1999

Британский и американский
кинорежиссер, сценарист,
продюсер и король черного
юмора.

Кубрик в трейлере фильма «Доктор Стрейнджлав, или Как я перестал бояться и полюбил бомбу» (1964 г.)

» По словам одной из его дочерей, Вивиан Кубрик, фамилия семьи произносится как «Кьюбрик».

» Кубрик изучал психологию и знал, как манипулировать актерским составом. Прекрасный пример — Шелли Дюваль в «Сиянии» (1980 г.).

» В книге «1001 фильм, который вы должны посмотреть, прежде чем умереть» находятся 9 из 13 фильмов Кубрика.

» Будущий режиссер пропускал школу, чтобы сходить в кинотеатр на двойной сеанс.



Стэнли Кубрик играет на барабанах с Джорджем Льюисом и его группой в Новом Орлеане (1950 г.)

Ранние годы

Стэнли Кубрик родился 26 июля 1928 года в Нью-Йорке и провел детство в Бронксе. Его отец Джейкоб работал врачом, а мама Сэди была домохозяйкой.

В школе Кубрику не очень-то везло. Он практически не ходил на уроки и был последним по успеваемости. Он считался изгоем среди одноклассников и оставался на задворках школьного общества.

Стэнли мечтал стать бейсболистом или писателем. Но несмотря на это, его всегда притягивало творчество. В школьные годы Кубрик играл на барабанах в джаз-бэнде, где вокалисткой была позже получившая известность Эйди Горме.

Другой страстью юного Стэнли была фотография. Он начал работать фотографом в школьной газете, и уже в 16 лет продавал снимки журналу *Look*. Этот успех не прошел мимо: годом позднее Кубрика взяли в штат глянца. Когда он не занимался съемками для *Look*, то гулял по Музею современного искусства, где черпал вдохновение для будущих проектов.

Контроль, перфекционизм и авторитаризм

Он начал свой путь в кинематографе с документальных короткометражек в 1950-х годах. Деньги на эти проекты брал у родных и друзей.

Кубрик будто сочетал в себе несколько личностей: на площадке выполнял функции режиссера, продюсера, редактора, оператора-постановщика, оператора, звукорежиссера. Стэнли требовал от себя и других идеального результата, продумывая каждую деталь до мелочей, хотел контролировать абсолютно все аспекты съемочного процесса и лично за всем следил.

Съемки «Сияния» оказались настоящей пыткой для актеров и всей команды: работа над фильмом заняла около года. Кубрик буквально выводил Джека Николсона из себя, заставляя переигрывать

каждую сцену иногда по сто раз. Например, момент, где герой заходит в бар и видит толпу призраков, репетировали шесть недель и снимали до полного изнеможения всех на площадке.

Шелли Дюваль, сыгравшая жену главного героя, пережила такой стресс, что у нее стали выпадать волосы. Роль требовала, чтобы актриса плакала дни напролет. Постоянные истерики истощали ее, к чему и стремился режиссер — к настоящей измученности на экране. У Кубрика была своя цель: чтобы актеры забыли, что играют роли, и стали вести себя неожиданно даже для самих себя.

Стэнли всегда был известен беспрецедентным вниманием к мелочам, но на съемках фильма «С широко закрытыми глазами» его стремление к идеалу достигло апогея. Работа растянулась на 46 недель без перерыва. Причем большая часть картины — довольно несложные для реализации сцены: герои просто разговаривают и гуляют. Однако Кубрик, как всегда, был одержим своим видением и требовал бескомпромиссного воплощения каждой идеи.

Съемочная группа оказалась на грани истощения: постоянные пересъемки, поиск идеальных дублей и корректировка мельчайших деталей довели многих участников проекта до предела. А сам Кубрик взял и умер всего через шесть дней после завершения работы над картиной. Можно только догадываться, насколько интенсивным был процесс создания фильма и насколько это повлияло на здоровье режиссера.

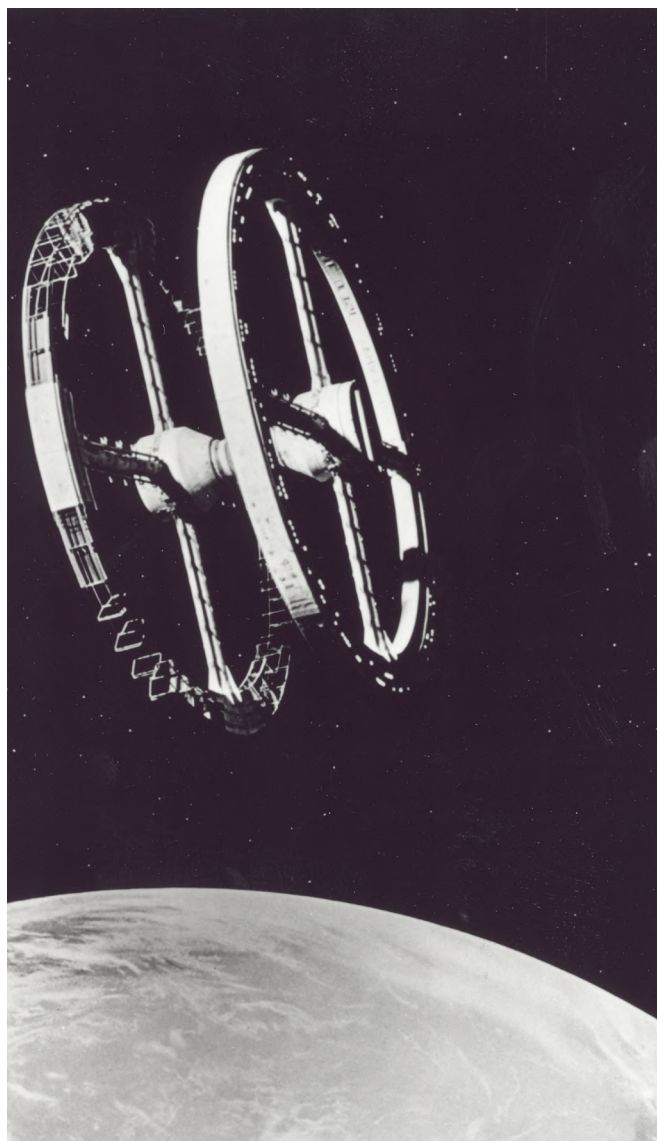
Новый взгляд

Кубрик мастерски строил композиции, руководствуясь строгой геометрией. Его визуальный стиль и авторский почерк узнается мгновенно, например перспектива одной точки. Это прием, при котором все элементы в кадре двигаются к одной центральной

точке схода, создавая ощущение глубины. НВспомните длинные коридоры в фильме «Сияние» или сцены тренировок в «Цельнометаллической оболочке». Такой подход включает зрителя в сюжет, рождая чувство напряжения или даже дискомфорта.

Симметрия — еще один отличительный элемент стиля Кубрика. Каждая деталь будто идеально выверена, что создает баланс в кадре. Режиссер часто обыгрывал зеркальную композицию, где центр становился визуальным якорем. Это помогало подчеркнуть контроль над эпизодом, задумкой и атмосферой сцены, превращая каждый кадр в своего рода произведение искусства.

Научно-фантастические фильмы того времени редко отличались проработанностью деталей



Космическая станция из фильма «2001 год: Космическая одиссея» (1968 г.)

и антуража. Зритель сразу мог отличить подделку от реальности и начинал воспринимать произведение как развлечение. Кубрик же хотел, чтобы посетитель погрузился в кинокартину полностью. Так для фильма «2001 год: Космическая одиссея» была построена огромная центрифуга, которая стала убежищем персонажей. А чтобы летательные аппараты не выглядели так, словно плывут под водой, режиссер решил применить *motion control* — технологию съемки, где движения камеры полностью контролируются компьютером. Она устанавливается на специальный механизм, который с помощью программного обеспечения выполняет точно заданные перемещения. Это позволяет повторить одно и то же движение оборудования много раз совершенно одинаково.

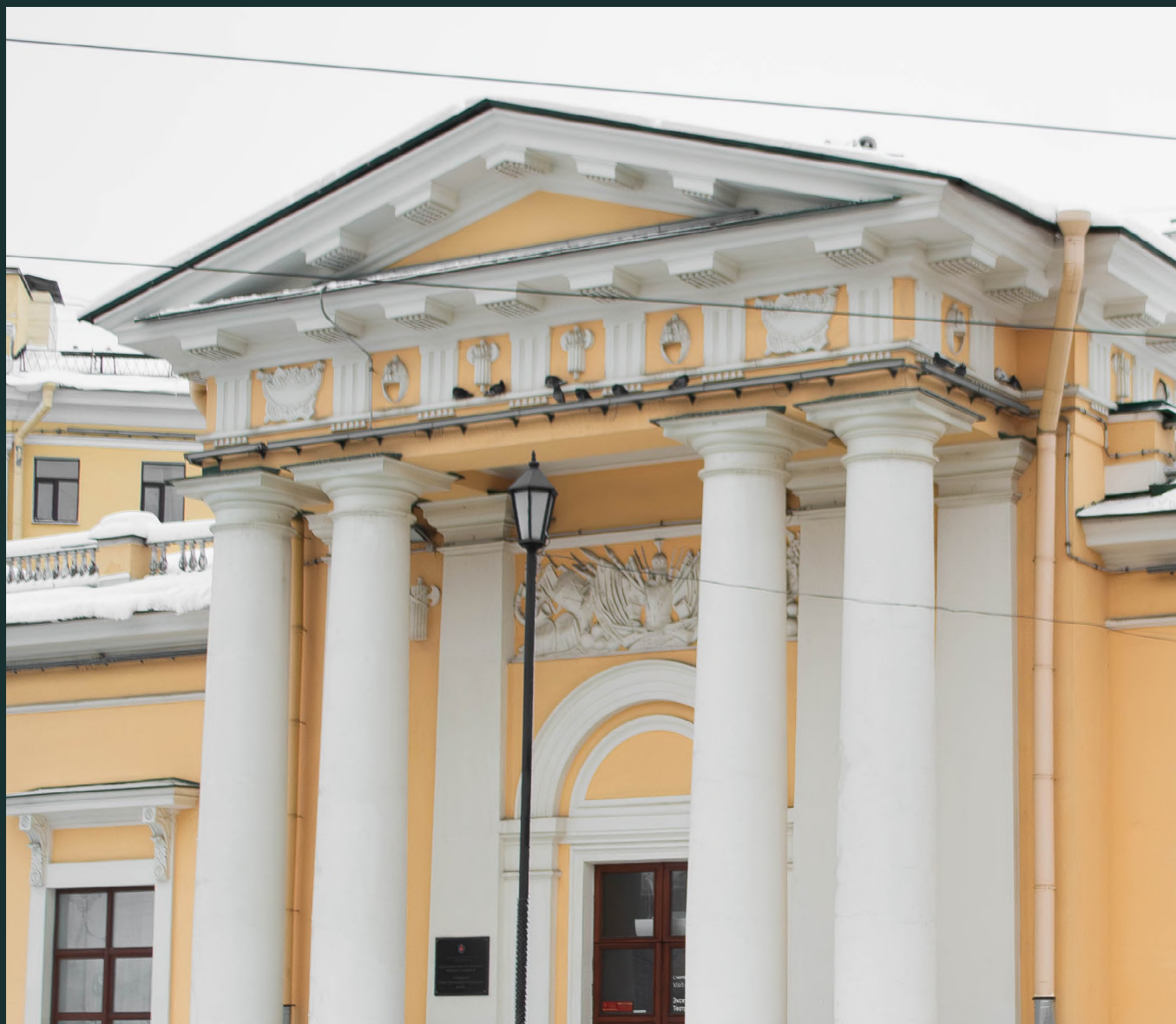
Совместно с аниматором Джоном Уитни был создан эффект для начальных титров в сцене головокращения персонажа. Использовалась техника целевой фотографии: камера фокусируется на узком просвете, за которым движутся изображения или объекты. В процессе съемки щель пропускает свет только в определенные моменты, что создает иллюзию искаженного движения. С помощью этого метода создается ощущение движения сквозь пространство или эффект изменения времени. Позже этот способ использовали и другие режиссеры, например Кристофер Нолан в «Интерстелларе», где создавалась сцена падения в черную дыру с эффектом растягивания пространства.

Также использовался еще один трюк — фронт-проекция: на двухстороннее зеркало проецировали два изображения, после чего отражение накладывалось на световозвращающий материал. Сегодня такие приемы считаются пережитком прошлого — их заметно потеснил *green screen*, который дает больше возможностей.

Одним из самых узнаваемых и мощных визуальных приемов Стэнли Кубрика стал так называемый «взгляд Кубрика». Этот элемент закрепился как настоящая визитная карточка режиссера. Яркий пример — сцена в фильме «Заводной апельсин», где Алекс направляет зловеющий взгляд снизу вверх прямо в камеру, одновременно пугая и гипнотизируя зрителя. Его голова приопущена, а глаза буравят сидящих по ту сторону экрана.

Работа Стэнли Кубрика значительно повлияла на развитие кинематографа, навсегда изменив представление о визуальных приемах и повествовательных техниках. Режиссер умел создавать атмосферу, которая держит в напряжении, заставляя зрителя сопереживать героям и погружаться в их миры. В современных картинах даже спустя десятилетия ощущается влияние великого режиссера. **NT**





Достоевский на улицах Петербурга

Петербург повлиял на творчество многих известных деятелей культуры. Они в ответ помогли сформироваться его образу. Один из писателей, создавших мрачный, тревожный «город-призрак» в своих произведениях, — Федор Михайлович Достоевский. Мы предлагаем прогуляться вместе с героями романа «Преступление и наказание», чтобы почувствовать пугающую атмосферу петербургских трущоб.

пишет Юлия Симонова фото Вера Касьяненко, ЦГАКФФД СПб



Площадь Мира

Неважно, зимой или летом, в XIX или XXI веке, район Сенной площади — место, где оживают герои книги «Преступление и наказание». Начнем прогулку у храма-часовни во имя Всемилоственного Спаса, построенного в 2003 году. Какое отношение новое сооружение имеет к роману? Часовня создана на месте утраченного храма Успения Пресвятой Богородицы, или, как его называли в народе, Спаса на Сенной. В конце именно к нему приходил Раскольников, чтобы поцеловать землю и покаяться. Теперь о величественном храме с пятью куполами напоминает лишь небольшая желтая часовня.

Во времена Достоевского район Сенной площади считался злочным местом. Вокруг находилось множество трактиров, кабаков, публичных домов, ночлежек. На самой площади велась торговля. Тогда здесь звучали громкие крики владельцев прилавков, сейчас — записанные джинглы небольших магазинов.

Через дорогу от часовни находится одноэтажное желтое здание с треугольным фронтоном — единственная сохранившаяся на площади постройка времен Достоевского. Она была возведена в 1818–1820 году архитектором В. И. Беретти. Внутри была гауптвахта, где в 1874-м побывал Федор Михайлович: писатель находился под арестом за нарушение порядка публикаций.

Встречи с писателями

С Сенной пройдем прямо на Кокушкин мост — место встречи четырех писателей. По нему бродят герои Гоголя, он упомянут в эпиграмме Пушкина и повести Лермонтова. Отсюда начинается роман «Преступление и наказание»: *«В начале июля, в чрезвычайно жаркое время, под вечер, один молодой человек вышел из своей каморки, которую нанимал от жильцов в С-м переулке, на улицу и медленно, как бы в нерешимости, отправился к К-ну мосту»*. Благодаря жене Достоевского мы знаем точные названия зашифрованных в романе мест.

В этом отрывке речь идет о Кокушкином мосте и Столярном переулке — нашей следующей точке. Но перед тем как подойти к дому Раскольникова, мы сделаем еще одну важную остановку — по адресу Казначейская улица, 7. Памятная доска



на четырехэтажном розовом здании подскажет: здесь с 1864 по 1867 год жил Федор Михайлович Достоевский.

Адреса Раскольниковых

Мрачной и угрюмой описана каморка Раскольникова, но где живет главный герой на самом деле? Точный адрес в романе не указан. «Кандидатов» было несколько, в том числе и здание, где снимал квартиру сам Достоевский. В итоге принято считать, что «Дом Раскольникова» находится на углу Гражданской улицы и Столярного переулка. Здесь есть памятная табличка и статуя Федора Михайловича. Впрочем, вероятно, здание из романа — собирательный образ, и конкретного прототипа у него нет.

Следующая точка — угол Казанской улицы и Вознесенского проспекта. Здесь, согласно тексту, находился дом Бакалеева, где останавливались мать и сестра Раскольникова по приезду в Петербург. Здание гостиницы Н. Ф. Блюмера создано в 1832 году архитектором А. А. Арефьевым, а через 23 года

частично перестроено А. Х. Пелем. «Это на Вознесенском, там два этажа под номерами; купец Юшин содержит... Скверность ужаснейшая: грязь, вонь, да и подозрительное место; шутки случались; да и черт знает кто не живет!.. Дешево, впрочем», — говорит об этих комнатах Разумихин.

Каткина канава

Сделаем небольшой крюк и вернемся на набережную канала Грибоедова, который во времена Достоевского носил название Екатерининского, в честь императрицы. В народе его называли просто «Каткина канава». В XIX веке вода была загрязнена отходами. Страшная вонь привела к появлению радикального проекта: инициативная группа во главе с Н. И. Мюссардом, А. Ф. Буровым и Н. Л. Бенуа предлагала засыпать канаву и создать бульвар.

Инженер К. Д. Грибоедов, занимавшийся благоустройством водного пространства, придумал очистные сооружения, которые решили проблему с запахом. В 1923 году канал переименовали, но название



он получил не в честь спасшего его инженера, а его однофамильца, драматурга А. С. Грибоедова. К дому на набережной, где проживал писатель и дипломат, мы подойдем чуть позже.

Точного адреса здания, где жила Соня Мармеладова, в романе нет. В тексте оно описано, как дом с «безобразно тупым» углом — «срезанный угол» на канале Грибоедова есть у домов под номерами 73 и 63. Первый адрес условно принято считать домом Сони. Место хорошо тем, что, повернув голову, можно полюбоваться изящным доходным домом Ратькова-Рожнова. Ходят легенды, что в XIX веке здесь находился трактир купца Свиридова, где часто бывали Тургенев и сам Достоевский. Одно время говорили, что автор «Преступления и наказания» подарил заведению немецкую фисгармонию «Фортуна», но никаких подтверждений этой истории нет.

Далее пройдем к Фонарному переулку. Путь будет лежать мимо Вознесенского моста, недалеко от которого по роману случилась сцена сумасшествия Екатерины Ивановны. У Фонарного переулка необычная

история: в XIX веке здесь работало множество публичных домов, которые несложно было узнать по красным фонарям у входа. Горожане в 1878 году даже подали петицию, чтобы переименовать улицу, но получили отказ. Вторая встреча Раскольникова и Порфирия Петровича состоялась в отделении пристава следственных дел, которое располагалось по адресу Фонарный переулок, 9.

Последняя точка маршрута, одна из самых притягательных, дом старухи-процентщицы. Чтобы добраться до нее, нужно выйти на Среднюю Подъяческую улицу и дойти до дома под номером 15. Квартира Алены Ивановны была на четвертом этаже. Кстати, именно в этом доме жил А. С. Грибоедов, правда, в его время здание было двухэтажным. Если ворота во двор открыты, пройдите внутрь и почувствуйте себя героем романа, отправляющимся «на дело» или «на пробу». Не шумите: дома жилые. А если хотите глубже погрузиться в историю Петербурга Достоевского, музей писателя проводит пешеходные экскурсии. **NT**



Следуй за Вергилием

«Посмотри, видишь, там, слева, собирается экскурсионная группа. Название на табличке еще такое необычное: "До ядра Земли". Давай присоединимся?» — так и началось наше «маленькое» путешествие в Ад, то самое, которое когда-то совершил знаменитый Данте Алигьери.

пишет Ульяна Миронова рисует Виктория Лихачева

Мы подошли к мужчине, странно выглядящему для XXI века. Обмотанный тканью на манер тоги, с венком на голове и свисающим с груди громкоговорителем, а в руках табличка с названием экскурсии. Мы были не одни: в предвкушении новых впечатлений вокруг гида собралось с десяток людей. Вскоре экскурсия началась.

Представившись Вергилием, гид не стал терять времени и выдал каждому по карте, в которой многие с удивлением узнали «Карту Ада» Сандро Боттичелли. Излучая спокойную строгость, Вергилий сказал: «Этот путь не для слабых, но я буду вашим проводником». Тут мы поняли, что это последняя возможность отказаться, но никто не ушел.

«То, что стало сейчас туристическим маршрутом, раньше было только поэтическим видением моего ученика, Данте Алигьери, — продолжил он. — «Божественная комедия» — его попытка понять природу греха и человека. Мы пройдем по самому мрачному участку его пути, где увидим все собственными глазами». Он смерил нас внимательным взглядом, словно зная все наши грехи, и мы двинулись вперед.

Дорога с каждым шагом становилась мрачнее. Никто из нас не вспомнит, как мы оказались у ворот с надписью «Оставь надежду, всяк сюда входящий». Вергилий произнес: «Здесь вы встретитесь с истиной. Но помните: это лишь путь, а не приговор». Шагнув вперед, единственной мечтой стало оглохнуть: так разрывали сердце страшные крики на всех языках. Голос провожатого зазвенел, отвечая на наш безмолвный вопрос: «Тут те, кого не принял Ад и свергло небо». Вокруг бежали по земле, полной червей, спасаясь от кусачих гадов, тысячи людей. Невдалеке показалась водная гладь, которую Вергилий назвал Ахероном, рекой скорби. Мы видели Харона и души,

стремящиеся переплыть реку. В ужасе глядя вокруг, никто не ощутил ветра, подувшего с реки.

ЛИМБ

Ахерон неведомым образом оказался позади. Теперь мы стояли на краю темной пропасти, полной отдаленных криков. Вергилий во главе группы начал спуск, поведав, что мы идем к Лимбу, внешнему кругу Ада. «Здесь те, кто не познал Бога, но жил достойно, — объяснил он. — Их наказание — тоска по недостижимой истине». Больше мы не слышали крики, и гнетущая тишина, разбавляемая только тяжкими вздохами, казалась осязаемой. Когда-то именно отсюда Христос забрал ветхозаветных праведников.

На вхотово оде во второй круг на высокой скале сидел Минос, назначающий наказания грешным душам. Мы вдруг услышали многоголосый плач и вой. Вокруг скалы в страшном вихре неслись души, которые бросало из стороны в сторону. «Здесь находятся те, кто поддался грехам плоти, — объяснил наш гид, перекикая шум ветра. — Вихрь страсти и есть их кара». Он указал нам на пару душ: Франческу и Паоло — их объятия и страдания были одновременно прекрасными и мучительными. «Истинная любовь или гибельная страсть?» — прошептала одна из женщин в группе, не в силах отвести глаз.

На третьем круге мы оказались под нескончаемым ледяным дождем из грязи и гнили. Зловоние разъедало легкие, земля под ногами казалась вязкой. Цербер, пес с тремя головами и человеческими чертами, лаял так громко, что закладывало уши. В топи вокруг извивались гниющие души обжор. Вергилий бросил в пасти Церберу по горсти земли, когда тот обратил на нас внимание. И мы пошли дальше, стремясь скорее покинуть столь отвратительное место.

Перед спуском на четвертый круг мы обошли вздувшегося от злобы Плутоса и побережьем страданий прошли вниз. Тут мы увидели два несметных полчища, сходящихся и расходившихся в сражении. Голоса спорящих скряг и транжир сливались в нескончаемый крик, одни обвиняли в скупости, другие — в расточительстве.

СТИГИЙСКОЕ БОЛОТО

Мы пересекли круг под шум битвы и добрались до багрово-черного широкого ручья, вдоль которого и спустились по диким тропам со скалы. Чем дальше, тем шире становился ручей, у подножия разливаясь в огромное Стигийское болото. Грешники, погруженные в мутные воды, раздирали тела друг друга руками

и зубами или тонули в безмолвной ярости. Вергилий остановился: «Здесь — те, кто не смог справиться с гневом и отчаянием». Огибая топь по границе сухой земли, мы шли к подножью башни. На середине пути к нам на челне подплыл Флегий, который перевез нас дальше, гребя среди тонущих грешников.

Челнок вошел в каменистую гавань. Пред нами предстал город, за высокими стенами которого виднелись озаренные багрянцем башни. Со стен наблюдали сотни демонов, а в вышине летали три женщины со змеями вместо волос — фурии. За воротами в пустоши перед нами возникли ровные ряды гробниц. Все могилы были разрыты, между ними ползли яркие огни. Вергилий объяснил, что тут обречены гореть еретики. Так мы шли вдоль стены и разрытой пустоши по шестому кругу, но скоро свернули к его середине круга, где виднелся обрыв.

ФЛЕГЕТОН

Оттуда доносился едкий запах, поэтому Вергилий велел сесть и ждать, пока не привыкнем к смраду. Он рассказал, что седьмой круг делится на три пояса. Первый — убийцы и те, кто нанес вред ближнему, второй — самоубийцы и третий — те, кто отверг Бога. Нам предстоял тяжелый спуск с крутого склона. Там, на краю, мы увидели легендарного Минотавра, свернувшегося на камнях. Спустя некоторое время перед нашей группой открылся вид на кровавую реку Флегетон, огибающую равнину.

Между скалой и потоком скакали кентавры, которые приблизились заметив нас на склоне. Вергилий поговорил с их предводителем, Хироном, и попросил перевезти нас через реку. Мы мчались вдоль реки, где убийцы и насильники стояли в кипящей крови, кто по горло, кто по щиколотку. В месте брода мы перешли на другой берег и кентавры попрощались с нами, отправившись дальше следить за исполнением приговора грешникам.

Тем временем наша группа вошла в густой лес, где шипы на деревьях источали яд, а листья были грязно-бурые. На их ветвях гнездились гарпии, их стенания звучали эхом среди стволов. Но вдруг кто-то из группы вскрикнул, осознав, что это не эхо: словно сами деревья стонали. Тогда наш проводник объяснил, что именно в них заключены души нанесших себе вред.

Пройдя лес, мы вышли к степи без единого ростка, где лежали, сидели и ходили толпы душ. Сверху на эту пустошь лился огненный дождь, карая богохульников и содомитов. Сама земля горела в этом месте. Мы обошли его вдоль опушки, пока не набрали на ручей, текущий через лес. Пар от него тушил пламя вокруг, поэтому дальше мы двинулись по берегу.

Ад Данте

рисует Виктория Лихачева





Вдруг мы остановились, кровавые воды разверзлись и из них выбрался Герион, иглохвостый змей с лапами животного и человеческим лицом, страж восьмого круга. На подходе к нему у края очередной пропасти мы заметили толпу людей, глядящих вниз. «Ростовщики», — ответил гид на безмолвный вопрос и велел нам забираться на спину чудовища для продолжения пути. Мы, кажется, все посидели за этот недолгий полет в пропасть. Тьма скрывала все вокруг, где-то шумел водопад, ветер дул в лицо со страшной силой, и только у самой земли стали заметны огни и слышны крики грешников восьмого круга Ада.

ЗЛЫЕ ЩЕЛИ

Злые Щели, так назвал Вергилий место, куда мы приземлились. Оно предназначено для наказания тех, кто обманывал людей, не связанных с ними узами доверия. Этот круг представлял собой десять ровов, опоясывающих темнеющий в центре колодец. В первом шли навстречу друг другу ряды сводников и обольстителей, погоняемые бесами. Во втором в зловонной массе вязли лъстецы. По мосту мы перешли над третьей щелью, где святокупцы были заточены вниз головой в ямах, а ступни их лизали языки пламени. Четвертый ров был молчаливым, в нем бродили прорицатели со свернутыми шеями, наказанные немотой. В пятом взяточников топили бесы в кипящей смоле; в шестом шли лицемеры в свинцовых мантиях; в седьмом в змеином клубке мучились воры. Восьмая ложбина была полна блуждающих огней, в которых заточались души лукавых советчиков. В девятой потрошили зачинщиков раздора, в десятой были сражены хворью поддельщики металлов, слов и людей.

ОЗЕРО КОЦИТ

Равниной мы шли дальше и среди сумрака заметили возвышающиеся башни. Но с каждым шагом мы убеждались, что это были вовсе не они, а гиганты, стоящие в колодце. Один из них, Антей, спустил нас на ладони вниз, на девятый круг. Мы шли по промерзшему до дна озеру Коцит. Там, в первом поясе Каина — первого братоубийцы в истории человечества — в лед были закованы предатели родных. Дальше, в поясе Антенора — троянского вождя, считающегося изменником своего города, — предатели родины и единомышленников. В поясе Толемея, названного в честь Птолемея, наместника в Иерихоне, который позвал на пир своего тестя и убил его с двумя сыновьями, вмерзли в озеро предатели друзей и сотрапезников. В последнем поясе Джудекка, названном по имени печально известного Иуды, наказывали предателей своих благодетелей. В центре, по грудь погруженный в лед, восседал Люцифер с тремя лицами: красным, желтым и черным — и шестью крыльями. Тремя своими пастями он трепал предателей: величества божьего (Иуду) и человеческого (Брута и Кассия). По телу дьявола мы взобрались в пещеру, через которую в полной темноте вдоль ручья вышли на поверхность.

Как сладок был воздух вокруг, вы не поймете, сами не пройдя через Ад. Мы вернулись в наш мир совершенно другими людьми, увидевшими все наказания за пороки человечества. Все глубоко задумались, словно наши взгляды были обращены к собственным душам, анализируя произошедшее. Неудивительно, что никто так и не заметил, как наш гид растворился в воздухе с понимающей улыбкой. «Каждому бы стоило раз в жизни побывать на тропах Ада, чтобы начать осознаннее подходить к своим решениям», — подумала я. **NT**



LESS
TALK
MORE
ACTIONS

A complex collage on a dark red background. The central element is a large, black, stylized hand with long, pointed fingers, holding a small key. To the left of the hand, the word 'art' is written in a large, white, lowercase sans-serif font. To the right, a red, torn-edge banner contains the text 'LESS TALK MORE ACTIONS' in bold, black, uppercase letters. The collage is filled with various cutouts: several realistic and stylized eyes, a classical figure resembling Venus, a playing card (Queen of Hearts), a ladybug, a die, a bee, a star, a Venus figure, a classical statue, and various lips and flowers. At the bottom, a small white tag with the text 'ИСКУССТВО' (Art) is visible.

Чего бояться, того не миновать

Страх тесно связан с жизнью людей. В одном он позволяет сохранить безопасность, принять разумные решения в стрессовых ситуациях, в другом — загоняет в угол, ставит барьеры и не дает двигаться в желаемом направлении. Страх побуждает нас о нем рассуждать: какой он, «откуда растет», как с ним бороться. Отражается это и в арт-проектах и перформансах. В нашей подборке авторы проектов рассуждают об источниках страха и путях его преодоления.



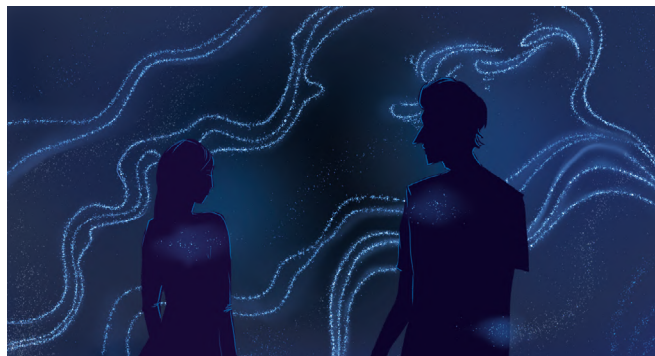
Страшно стареть

Человек — живой организм, который подвергается временным изменениям. И неудивительно, что он боится постареть: стать непривлекательным, угнетаемым неизлечимыми болезнями, почувствовать износ своего тела и, в конце концов, умереть. В арт-проекте «Молодильные яблоки» Полина Пахомова, выпускница магистратуры *Art & Science* ИТМО, размышляет, можно ли излечить старение, если приравнять его к заболеванию. Художница рассматривает реальную методику создания яблок, которые будут содержать специальный препарат — кверцетин. Он позволит бороться с сенесцентными клетками, которые накапливаются в организме и приводят к возрастным нарушениям. С помощью *Agrobacterium tumefaciens* автор предлагает генетически модифицировать яблони для переноса в их клетки синтезированных ДНК-конструкторов, разработанных для выработки кверцетина.

На выставке инсталляция была представлена в виде средневековой алхимической гравюры, в которой зашифрован рецепт создания молодильных яблок.

Бояться давления или сопротивляться

На международном фестивале медиаискусства «НУР» редакция *Enter* и казанский художник *Innapau* представили интерактивную инсталляцию *Press*. Работа посвящена, как и говорит название, давлению, которое мы испытываем — от общественных требований, внешних обстоятельств и новостной повестки, а иногда и сами можем быть акторами, давить на себя и окружающих. Инсталляция интерактивная, так что зрители с ней взаимодействовали. Изначально пространство пребывало в покое, но в присутствии человека и в зависимости от его поведения все вокруг начинало меняться и реагировать с помощью визуала и аудиоэффектов. Люди могли менять скорость, направление движения, кричать, хлопать, экспериментировать с изменениями инсталляции. Проект исследует, как мы оцениваем уровень влияния и способны ли заметить, когда воздействие на других приводит к увеличению давления на нас самих.



Посмотреть в глаза страху

В 2024 году на Винзаводе в Москве прошла выставка «Чего ты боишься?», посвященная страху в разных его проявлениях. Свою работу «Пою в такой огромной луже» представила Диана Капизова. Художница пыталась преодолеть страх выступлений на публике (например, караоке всегда было для нее сложным испытанием, заставлявшим чувствовать себя неловко) и на вернисаже спела для зрителей, позволив им вовлекаться в происходящее. Диана во время перформанса находилась в небольшом бассейне, символизирующем ванную — комфортную для нее среду, где девушка могла петь ярче и громче. **NT**

До «Жути» интересно: страшные истории на темный вечер

Мистика и ужасы — одни из самых популярных жанров массовой культуры. Для любителей всего пугающего собрали подборку подкастов на любой страх и вкус: от тру-крайма до медицины. Скорее берите теплый плед, заваривайте чай и добавляйте в избранное эпизоды, прослушивание которых точно не обойдется без мурашек по коже.

рассказывает Алена Дьячкова рисует Алиса Еремеева

«True Crime на диване», авторский подкаст

Ограбления, загадочные и кровопролитные убийства, нити, связывающие преступников с жертвами. Если бы у *FBI* была медиатека, вряд ли бы ее нарратив сильно отличался от содержания этого подкаста. Из выпуска в выпуск ведущий рассказывает о громких, порой чудовищных делах из истории мировой криминалистики, шаг за шагом распутывая фактологический клубок улик и показаний. Слабонервным вход воспрещен: здесь «только тру-крайм, только хардкор».

«Дневники Лоры Палны», «Терменвокс»

Еще один тру-крайм-подкаст, в котором журналисты Митя Лебедев и Маша Погребняк рассказывают друг другу о самых жестоких и резонансных кейсах из разных уголков России и мира. Расследования серийных убийств, поиск ведущих двойную жизнь маньяков, устройство сомнительных сект — для каждого слушателя найдется что-то по душе. А последний, восьмой сезон посвящен новой стороне тру-крайма: таинственным исчезновениям людей, поиск которых приводил следователей к неочевидным, леденящим душу заключениям.

«Жуть», авторский подкаст

Помните, как мы с фонариком под одеялом пугали друг друга страшилками? А истории про коварную Бабу-ягу, полтергейста или домовых? О мифологии и многих других городских легендах рассказывает Гриша Пророков. Вдохновившись передачами на «РЕН ТВ», автор решил без интриг и пафоса говорить про знакомые многим хтонические сюжеты с советского и постсоветского пространства. Города-призраки, странные голоса на радиостанциях, а также места посадки НЛО и охота на йети уже готовы занять несколько строчек вашего плейлиста!

«Почему мы еще живы», «Либо/Либо»

Если вас не испугали криминальные хроники и мистические теории, возможно, вы невольно съезжаетесь от медицинских фактов. Изучение анатомии, операции до изобретения обезболивающих, средневековые стоматологии — не самые приятные мероприятия. В этом подкасте Федор Катасонов говорит о разных направлениях и этапах развития медицины. Слушателям в поисках острых ощущений советуем выпуски «Мертвые учат живых: как мы разобрались в анатомии» или «Совсем не больно: как появилась анестезия». **NT**



диванным криминалистам приготовиться!

леденящие душу приключения полиции

к лесу задом, к слушателям предом

анатомия страха

Страхи кроются в тени

Написано много книг, играющих на людских страхах, но в этой статье вы не найдете банальностей. Очевидного Стивена Кинга вы наверняка и так знаете, но не упомянуть его во вступлении было бы грешно. Сегодня поговорим о двух необычных произведениях: мистической научной фантастике об ужасном морском чудовище и о мифологическо-историческом фэнтези о древних божествах (хотя последнее подходит и для первого).

пишет Мария Кузнецова рисует Галина Игнатова

«Зов Ктулху»

Говард Лавкрафт. Перевод: С. Б. Лихачева

«Страх — естественная эмоция, защищающая нас от опасности. Однако иногда этой эмоции становится слишком много», — Г. Ф. Лавкрафт

Говард Филлипс Лавкрафт — американский писатель начала XX века, не опубликовавший при жизни ни одной книги (он печатался только в журналах, в частности в *Weird Tales*). Его ужасы считают чем-то особенным и новым в литературе — смесью научной фантастики и мистики, а сам автор называл их космическими.

Цикл произведений «Мифы Ктулху» — то, чем особенно прославился Лавкрафт. Название условное, нужное для того, чтобы понимать вымышленную вселенную писателя: мир, в котором человек регулярно сталкивается со сверхъестественным, которое его безумно пугает.

Рассказ «Зов Ктулху» повествует о столкновении бостонского антрополога с Ктулху — божеством, живущим на дне Тихого океана и способным влиять на разум человека. Он гигантских размеров, голова как у осьминога, а тело похоже на человеческое с драконьими крыльями. Можете представить себе Дейви Джонса из «Пиратов Карибского моря», но громаднее и еще более устрашающего. «Вишенкой» истории становится то, что есть люди, которые поклоняются этому чудовищу.



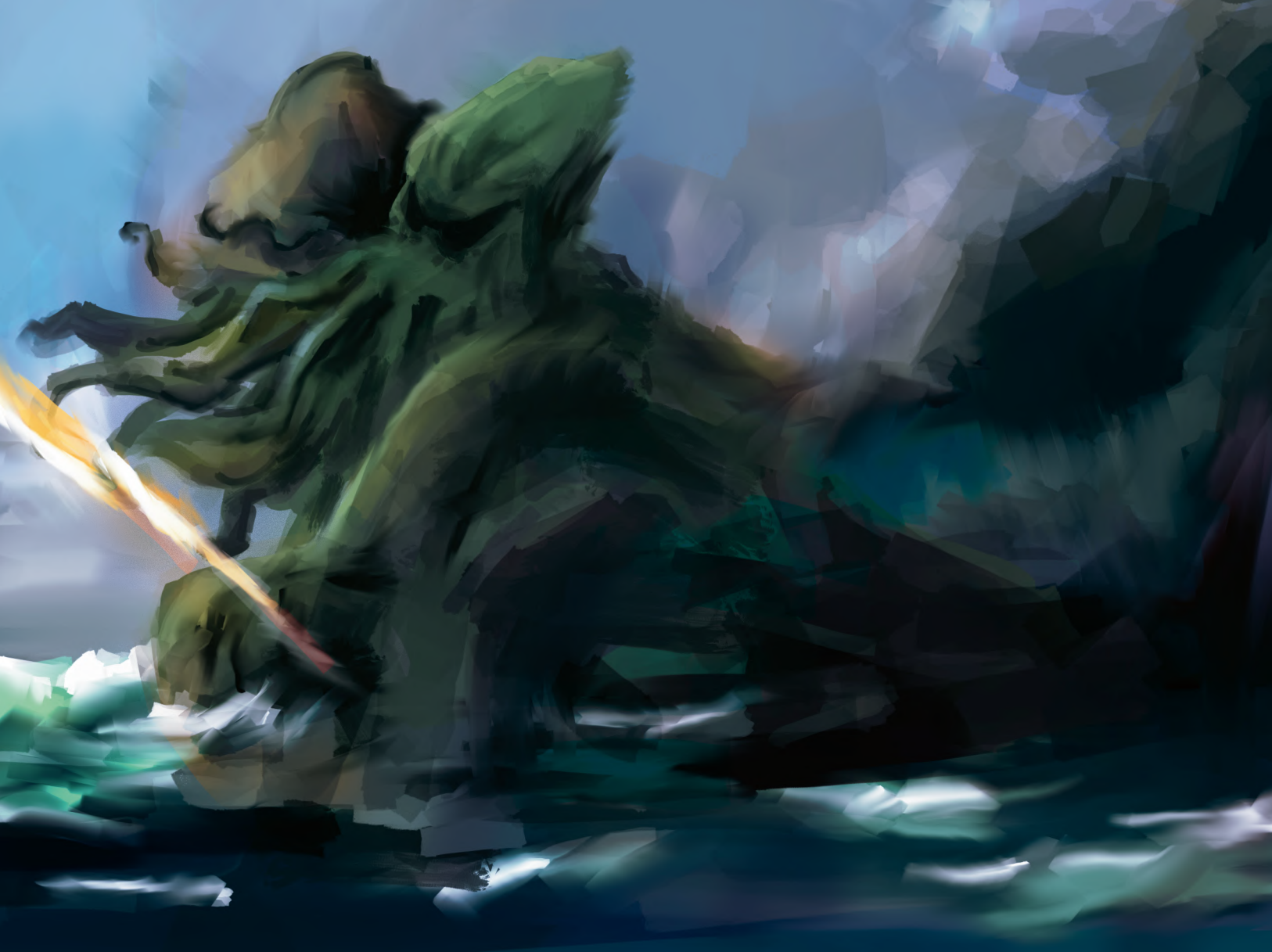
«Плгуи мглунафх Ктулху Р'лайх ухагнагл фхтагн» (перевод с языка акло, на котором говорили адапты культа Старейших (Ктулху): «Проснется мертвый Ктулху в своем городе Р'лайх»).

Почему рекомендуем именно «Зов Ктулху», если это далеко не первое произведение в цикле Лавкрафта? Да потому, что он сразу же повествует о самом интересном и пугающем — столкновении с чем-то непонятным человеку и так его привлекающим...

«Американские боги»

Нил Гейман. Перевод: Е. Михайлин, Е. Решетникова

Чего бояться боги? Наверное, это не очевидно, но, как и люди, — смерти. А скорее забвения. Английский



писатель-фантаст Нил Гейман придумывает (или даже констатирует с вымышленно исторической точностью) историю «американских богов» — всех тех, кто вместе с переселенцами попал в Западное полушарие.

Начинается повествование с того, что главный герой — Тень Мун — выходит из тюрьмы, отсидев три года. То, к чему он вернулся, не совсем совпадает с его ожиданиями. Все меняется, когда он встречает загадочного незнакомца по имени Среда. Привычный атеистический мир героя меняется благодаря небольшому потрясению — неожиданному снегу, вызванному силой мысли.

Оказывается, богов рожают именно идеи — так рассуждает Гейман. Если же их забудут, сами они тоже исчезнут, будто звездная пыль. В этом и есть их главный страх, а Тень — тот самый необходимый смертный, который может помочь пантеону старых богов разных народностей сопротивляться

новым божествам, отождествляемым с веком цифровых технологий.

«Боги смертны. И когда они умирают совсем, никто не оплакивает их, никто не вспоминает. Идею убить куда труднее, чем человека, но в конечном счете можно убить и ее», — цитата из книги «Американские боги»

Билкис, Чернобог, Зоря, Барон Суббота — если эти имена вам незнакомы, это еще раз доказывает мысль Нила Геймана о том, что старое быстро забывается. Если вам близки идеалы «человечных богов» и хочется посмотреть на их типичные будни, полные сомнений и личных страхов, эта книга для вас. Кстати, ее еще и экранизировали: снят целый сериал. **NT**



Достижение **через** страдание

Что побороть труднее: страх темноты или несовершенства? Кажется, что справиться с боязнью провала, неудачи, того, что ничего не добьешься, сложнее, так как она стопорит нас на пути достижения цели. Сродни перфекционизму страх неидеальности превращает жизнь в гонку за лучшей версией себя, в которой нет финиша, но есть печальный конец.

Киноленты о преодолении (будь то преодоление себя, болезни, страхов) пользуются бешеной популярностью как на Западе, так и в России. Этой же теме посвящен и фильм «Одержимость». Однако привычная сюжетная линия «препятствие – преодоление – победа» в нем меняется. Появляется новое ответвление, демонстрирующее, как страх потери успеха убивает в нас человека.

Молодой студент консерватории Эндрю Ниман (Майлз Теллер) мечтает стать великим музыкантом. Его главная цель — попасть в самый престижный и успешный джазовый оркестр. Для этого он бесконечно совершенствует игру на барабанной установке. Но попав туда, Эндрю сталкивается с тем, что не дотягивает до требований своего нового деспотичного учителя Теренса Флетчера (Дж. К. Симмонс).

Страх быть обыкновенным заставляет молодого музыканта репетировать до изнеможения и стертых в кровь рук. Им овладевает болезненное желание доказать себе, окружающим и в особенности Флетчеру свою гениальность. Картина также наталкивает на размышления о том, какое влияние оказывает на нас критика и действительно ли необходимо страдать, чтобы чего-то достигнуть. **NT**

- **Одержимость**
Страна, год: США, 2014
Режиссер: Дэмьен Шазелл
В ролях: Майлз Теллер, Дж. К. Симмонс, Пол Райзер и др.
Рейтинг: 8,4 (Кинопоиск), 8,5 (IMDb)

Что еще посмотреть?

- **Материнский инстинкт**
Год: 2024
Режиссер: Бенуа Деломм
- **Тайна Коко**
Год: 2017
Режиссер: Ли Анкрич
- **Притворство**
Год: 2019
Режиссер: Лор де Клермон-Тоннер
- **Тоня против всех**
Год: 2017
Режиссер: Крэйг Гиллеспи
- **Место под соснами**
Год: 2012
Режиссер: Дерек Сиенфрэнс

Монстр

пишут Юлия Симонова, Андрей Маракупин
рисует Анастасия Дейкова

Джек вышел из аэропорта и поежился от холодного ветра. Неоновые вывески были уже выключены, а верхушки высотных зданий растворялись в ночной тьме, но мужчина мог безошибочно сказать: наконец-то он дома.

Хотя лучше бы ему не возвращаться: город будил давно забытые воспоминания. Каждый резкий звук, доносящийся из-за окна такси, заставлял его сжиматься. Маленький мальчик где-то внутри Джека снова закрывал голову руками и, давясь слезами, кричал: «Нет, пожалуйста, не надо!».

Такси резко затормозило у отеля. Морозный воздух подействовал на Джека как холодный душ: болезненные воспоминания отступили и растворились во тьме.

— Простите, сэр, — тонкий детский голосок вывел мужчину из задумчивости. Перед Джеком стояла маленькая девочка: две аккуратно заплетенные косички обрамляли пухлое личико. — Не подскажите, как пройти на Санто-роуд?

— Ты одна? — Ребенок кивнул, недовольно нахмурившись. — Я тебя провожу, — внезапно принял решение Джек. — Нехорошо ходить так поздно одной.

«Позднему ужину и мягкой постели придется подождать меня еще немного», — подумал мужчина. С каждым шагом он убеждался в том, что поступил правильно. Стемнело, и помимо шума проезжающих машин на улице то и дело раздавались нетрезвые крики. «Как же я ненавижу этот город», — мелькнула у Джека мысль.

— Обычно я возвращаюсь раньше, — впервые за всю дорогу подавала голос девочка. — Но сегодня репетиция затянулась. Рождественская постановка. Я буду ангелом, — похвасталась она. — В театре, на Мерси-стрит. Завтра премьера. Приходите обязательно. Мои мама с папой тоже должны были прийти, но не смогут. У них работа.

Девочка не по-детски грустно вздохнула.

— Ну, вот здесь я и живу, — она остановилась перед причудливой оградой старого каменного дома. — Спасибо, что проводили.

— Как звать-то тебя? — спросил Джек.

— Долли.

Маленькая фигурка быстро удалялась. Внезапная тревога жала сердце Джека. Захотелось защитить девочку в этом темном мрачном городе, где на каждом шагу подстерегала опасность. «И почему они разрешают ходить детям одним?» — пронеслось у Джека в голове.

Мужчина встряхнулся, пытаясь отбросить сомнения. Пора было возвращаться в отель.

Утро началось удивительно хорошо: Джек впервые за несколько лет выспался. Обычно его мучила бессонница и кошмары, а работа следователя иногда вынуждала бодрствовать допоздна. Долгая дорога вымотала, а утром не надо было подниматься по будильнику,

так что он мог себе позволить поспать подольше. День обещал быть насыщенным: в преддверии праздника в городе проводили несколько мероприятий, на которые Джека пригласили старые знакомые. Он так и не понял, почему поддался уговорам. Возможно, ему просто не хотелось портить воссоединение или он решил наконец-то отдохнуть. Хотя воспоминания о школьных годах у Джека были не самые приятные, с некоторыми ребятами он хотел увидеться снова.

Окончательно проснувшись, Джек открыл небольшой пластиковый контейнер с таблетками и выпил цветную горсть. Он не рассчитывал получить рецепт на кучу препаратов, когда обращался к врачу по поводу бессонницы, хоть и принимал далеко не все из выписанного.

К назначенному месту он подошел последним, и трое мужчин сразу обратили на него внимание.

— Опять опаздываешь, — сказал самый высокий из компании, протягивая руку.

— Не бузи, Эдвард, до назначенного времени еще целых пять минут. — Джек ответил на рукопожатие. — Рад вас видеть, ребята.

— Взаимно, давно мы не собирались вместе.

Обменявшись приветствиями, друзья вошли в здание неподалеку с незамысловатой вывеской «Боулинг».

Время близилось к вечеру, так что после приятной игры мужчины отправились в ближайшее кафе. Далее по расписанию было два представления: выступление акробатов с жонглерами и фокусниками, а после — рождественская постановка, про которую говорила Долли.

Первая часть не очень впечатлила, а вот добрая сказка тронула его. Долли действительно играла ангелочка — елочную игрушку, которая ожила в рождественскую ночь вместе со своим козликом Йоле и решила найти друзей среди игрушек, чтобы провести праздник вместе с ними. Под конец они вместе испекли большой пирог и разделили поровну. Когда Долли откусила от своего куска, то обнаружила колечко, и ее новые друзья обрадовались, ведь это — к счастью.

После постановки Джек с приятелями отправился на встречу выпускников. На входе яркий свет ударил в глаза, а комната расплылась разными красками: многие гости были в новогодних костюмах.

Для Джека вечер проходил неплохо: он болтал с друзьями и выпивал, пока к их компании не подошел чуть ли не самый ненавистный для него человек — бывший задира, который в детстве очень сильно портил ему жизнь. Повзрослев, грубиян ничуть не изменился, поэтому решил снова поиздеваться над Джеком.

— Не знал, что к нам в город прибежала Мышь, — съязвил хулиган. Он знал, что Джека сильно обижало старое прозвище.

Между ними вспыхнул спор, который почти перерос в драку, но их вовремя разняли. Джек пулей вылетел из здания, не желая больше там находиться, и решил прогуляться по городу любимым путем — по темным закоулкам. Они манили его своей таинственностью и одновременно были спасением: там никто его не увидит.

Он чуть отошел от здания, где развлекались бывшие одноклассники, и был готов завернуть в очередной темный переулок, но что-то этому препятствовало. Он медленно, словно чего-то боясь, зашел за угол и замер: прямо перед ним неподвижно лежала Долли.

Джек с ужасом отшатнулся от тела и зажмурился. Он сделал несколько глубоких вдохов в надежде, что все вернется на круги своя, но, когда открыл глаза, девочка по-прежнему лежала на земле.



Все вокруг внезапно потускнело, словно подворотню рисовал художник, страдающий дальтонизмом. Мир погрузился во тьму, но не до конца: среди длинных теней можно было различить дорогу и очертания зданий. Тихий шорох раздался за спиной Джека. Он повернулся достаточно быстро, чтобы заметить, как что-то алое мелькнуло в свете тусклого фонаря и исчезло за углом.

Джеком овладел страх. Пришлось собрать все мужество, чтобы двинуться за беглецом. Вслед за алым пятном он выбежал на улицу и обомлел: дорога была заполнена чудовищами.

По мостовой ползли страшные твари, мало напоминающие людей: лица их были перекошены, вместо рук — длинные когтистые лапы, а сзади по земле волочились колющие хвосты. Тела существ покрывала длинная шерсть, а из пасти торчали острые клыки.

Джек в ужасе закричал и помчался по улице. Куда ни посмотри, были лишь когти, зубы и рога чудовищ. С каждым шагом картинка темнела, словно огромный невидимый зверь своей лапой закрывал мужчине глаза. Ему стало тяжело идти. Джек сделал еще шаг и упал, потеряв сознание.

Цвета не вернулись. Перед глазами Джека был серый потолок. Он попробовал пошевелиться, но тут же почувствовал боль в правом плече.

— Все хорошо, — слышался голос откуда-то справа. — Мы находимся в больнице. Вас нашли на улице без сознания. Можете назвать свое имя?

За годы работы Джек много раз слышал ласковый голос медсестры, но никогда не радовался ему так сильно: «Значит, все увиденное на улице было сном или бредом уставшего организма. А как насчет алого пятна на месте преступления? Тоже привиделось или я правда преследовал подозреваемого? Может, меня отравили?»

Мужчина схватился за последнюю мысль. Пожалуй, это все бы объясняло.

— Пожалуйста, сэр. Как вас зовут?

Перед ним стояла молоденькая медсестра. Услышав ответ, она успокоилась и записала информацию в блокнот. Джек уже хотел откинуться на подушки и забыться сном, но девушка повернулась. Мужчине пришлось закусить губу, чтобы не закричать: по полу за ней волочился хвост, оставляя липкие следы слизи на плитке. Он был темно-зеленый и явно тяжелый.

Когда девушка вышла, Джек вскочил. Невозможно, чтобы отравление вызвало столь серьезные галлюцинации. «Нужно найти решение, и как можно быстрее, пока я могу рассуждать логически», — подумал мужчина.

Сосредоточиться. Вот что ему было нужно. «Что я знаю о преступлении?» — спросил себя Джек. Два дня назад он проводил девочку до дома. Сутки спустя нашел ее мертвой в подворотне. Негусто.

Можно было бы навестить родителей Долли, но Джек опасался, что они не станут разговаривать с незнакомцем. Мужчина мучительно соображал. «Нужно начать с последнего места, где я видел ее живой, — решил Джек. — С театра».



Пробираясь по темным закоулкам к нужной улице, Джек иногда чувствовал на спине холодные взгляды, но, когда оборачивался, никого не видел. Наконец-то добравшись до театра, он попытался войти через главный вход, но, дернув за ручку, обнаружил, что дверь заперта. Тогда он решил пролезть через окно, подобрал камень и бросил в стекло.

Проникнув в здание, мужчина понял, что находится в реквизиторской. Он начал копаться в куче вещей и ящиков, пока не обнаружил десяток заточенных ножей, которыми жонглировали на дневном представлении. «Возьму один с собой, вдруг пригодится». — подумал он.

Выйдя из кулис, Джек едва ли разглядел то, что находится рядом с ним, поэтому внезапно включившийся свет ослепил его, а когда он, все еще щурясь, приоткрыл глаза, то увидел четырех монстров. На свету они казались менее страшными, но все еще большими и пугающими, с уродливыми скалящимися мордами.

— Вот мыш-ш-ш-шь и попалас-с-сь, — прошипело самое длинное, словно змея, чудовище.

— Не подходите! Это вы, монстры, убили Долли! — прокричал Джек.

— Долли? Та девчушка, что играла ангела? Да ты сошел с ума! Эта чудачка, как и в прошлом году, стоит у рождественской елки на главной площади. А вот ты скоро уже не сможешь стоять, — безобразно прохрипело уродливое существо.

Монстры окружили Джека, но он внезапно сорвался с места и махнул ножом, пытаясь нырнуть под летящую в него лапу. Он ощутил, как на него что-то брызнуло, и упал на пол. Обернувшись, Джек понял, что попал в цель и монстры уже не так охотно наступают. Воспользовавшись этим, он поднялся и ринулся к выходу. Нужно было найти Долли и не дать этим тварям ей навредить, если она все-таки жива.

Джек бежал сквозь ночной город к указанному месту. Из-за адреналина улицы уже не казались такими пугающими, а тени, мелкие и неразборчивые, отступали, будто боялись.

Когда Джек оказался на том самом месте, то обомлел: Долли стояла все в том же костюме ангелочка, сложив руки вместе, будто читая молитву. Мужчина хотел подойти и обнять ее, но та, заметив его, вскрикнула и отошла на несколько шагов, будто увидела страшного монстра.

— Долли! Это я — Джек! Я так испугался, мне показалось, что тебя убили, — говоря это, мужчина начал медленно шагать к девочке, как хищник к своей добыче, — я даже начал расследование, чтобы найти убийцу, но...

— Н-н-не подходи! — закричала Долли и отступила еще на несколько маленьких шагов.

— Что? Но... Почему?

— Т-т-ты же весь в крови! Еще и нож в руках держишь! Ты — не Джек! Он был добрым и проводил меня домой, а ты... Ты — монстр!

— Я — монстр? — с удивлением переспросил Джек. — Нет, не может быть... Это они монстры! Они когда-то отняли у меня все! Они испортили мою жизнь! А ты считаешь меня таким же?!

Долли уже ничего не говорила, а лишь с ужасом смотрела на черную фигуру, медленно приближающуюся и сжимающую в руках окровавленный нож... **НТ**



