

Online МАРУСЯ

Неделя холодного марта

Выпуск #74



Люби себя, чихай на всех



Музы и чины

В Государственном музее А.С. Пушкина (г. Москва, ул. Пречистенка, 12/2) открылась выставка «Музы и чины. Русские писатели на службе государству», посвященная русским литераторам XVIII–XIX веков, которые служили не только искусству, но и Отечеству.

Героями выставки стали писатели и поэты, в разные годы занимавшие должности губернаторов, сенаторов и министров, а также писатели-военные, дипломаты, преподаватели и врачи.

Среди персонажей выставки — и литераторы Пушкинской эпохи, и писатели последующих поколений. Старшие современники Пушкина представлены Г.Р. Державиным,



И.И. Дмитриевым, А.С.Шишковым; его современники — В.А. Жуковским, П.А. Вяземским, Е.А. Баратынским, Н.В. Гоголем. Выставка рассказывает и о государственной службе А.И. Герцена, И.С. Тургенева, Ф.И. Тютчева, А.А. Фета.

В состав каждого раздела вошли портреты самих писателей и их современников: сослуживцев и начальников, литературных сподвижников и противников. На выставке широко экспонируются редкие книжные издания XVIII–XIX веков и архивные документы: послужные и формулярные списки русских литераторов, «клятвенные обещания», которые они подписывали при поступлении на службу, и их прошения об отставке. Среди предметов декоративно-прикладного искусства особый интерес представляют личные вещи: министерский портфель Г.Р. Державина, очки П.А. Вяземского, печать Н.В. Гоголя и другие.

Выставка продлится до 12 августа 2018 года.

*(Информация предоставлена Agency
TURNER).*



Люби себя, чихай на всех

Есть люди, которые думают только о себе, а есть те, для которых на первом месте комфорт окружающих. А к какому типу относишься ты?

1. Собираясь на встречу с друзьями, ты продумываешь свой наряд?

А) «А как же?! Я должна произвести хорошее впечатление»;



Б) «Когда как. Зависит от настроения»;

В) «Нет. Я надеваю то, что первым попадется на глаза».

2. На что ты больше тратишь время в соцсетях?

А) «Делюсь новостями, загружаю свежие фотки в новых нарядах и подсчитываю, сколько лайков набрала за день»;

Б) «Переписываюсь с подружками, слушаю музыку или смотрю видео»;

В) «Проверяю обновления друзей».

3. В твоём шкафу много вещей?

А) «Не просто много, а очень много! Пора просить родителей купить еще один шкаф»;

Б) «Не знаю... Скажем так: не много, но и не мало»;

В) «Нет. Я равнодушна к шмоткам. Там только самое необходимое».

4. Длинный шифоновый сарафан и кожаная куртка-косуха сочетаются друг с другом?

А) «Несочетаемых вещей не бывает. Смешивать можно все подряд. Это называется эклектика или бохо-шик»;



Б) «Да. Точнее нет. Если честно, я не знаю. Следующий вопрос!»;

В) «Как пиявка с павлином :) Эти вещи из разных опер — разве вы сами не понимаете?».

5. Какая из перечисленных ситуаций тебе была бы особенно неприятна?

А) «Я провела несколько часов перед зеркалом, выбирая наряд, а подружкам он совсем не понравился»;

Б) «Моя одноклассница начала встречаться с парнем, который мне давно нравится»;

В) «Меня попросили подготовить доклад по какому-нибудь предмету в школе, а я напроць об этом забыла и подвела учителя».

6. Как ты проводишь время в компании?

А) «Тараторю без остановки и никому не позволяю себя перебивать»;

Б) «Болтаю со всеми по очереди»;

В) «Терпеливо выслушиваю каждого. Кто-то же должен это делать».

7. Если ты увидишь на улице девушку, одетую точно также, как и ты, расстроишься?



А) «Спрашиваете! По-моему, каждой девчонке хочется быть единственной и неповторимой»;

Б) «Ни капельки не расстроюсь. Я вообще не понимаю, в чем здесь проблема»;

В) «Скорее обрадуюсь. Если еще кому-то приглянулась такая же одежда, значит, я сделала правильный выбор и у меня есть вкус».

А теперь посмотри, ответы под какой буквой ты выбирала чаще.

Больше «А»: В отношении своего внешнего вида ты готова прислушаться к мнению друзей, правда, только в том случае, если они восхищаются твоим вкусом и чувством стиля. Любую критику ты воспринимаешь в штыки, поскольку убеждена в том, что лучше тебя в моде никто не разбирается. Не без оснований — в вопросах моды ты действительно спец.

Больше «Б»: Ты обладаешь удивительной способностью всегда выглядеть по-новому. То ты сражаешь всех наповал ярким образом, то вдруг превращаешься в невидимку и прячешься за невзрачными, серыми вещами. А все потому, что ты абсолютно уверена



в том, что мода существует для людей, а не наоборот.

Больше «В»: В отношениях с друзьями ты предпочитаешь находиться в тени и одежду носишь соответствующую: неприметную, без особых изысков. Мода как таковая тебя мало интересует. Но зато твои вещи всегда выстираны и выглажены. За это тебя нужно похвалить, погладить по головке и дать с полки пирожок :) Молодчина!



Тушуйся сколько хочешь!

Тушь для бровей стала незаменимым и любимым средством для многих девчонок. Но, увы, не всегда ее можно найти на полках магазинов. Не беда! Можно красить брови, используя другую косметику. Какую — узнаешь на нашем уроке.

Тебе понадобится: чистая щеточка-ершик от старой туши для ресниц, коричневые матовые тени для век, транспорт, вода, жидкое мыло или шампунь.



Как делать?

Возьми щеточку и, ориентируясь на транспорт, аккуратно согни ее в основании под углом 45 градусов.

Намочи щеточку в воде из-под крана, потом обязательно стряхни лишнюю влагу с щетинок, например, постучав щеточкой о край раковины. Вытирать полотенцем ершик не стоит. Он станет недостаточно влажным и на нем могут остаться ворсинки.

Теперь возьми коричневые тени и немного набери их на влажную щеточку.

Легонько приложи ершик к основанию брови, чуть надави на него и расчеши волоски вверх. Затем покрась также середину брови и ее хвостик. Его, кстати, причесывай кончиком щеточки. Повтори то же самое со второй бровью.

Если тебе показалось, что брови недостаточно потемнели, снова намочи щеточку, набери на нее тени и еще раз покрась брови.

После наведения красоты тебе осталось только хорошенько вымыть ершик с жидким мылом или шампунем и поставить его сушиться.



Перемен требуют наши сердца

Психологи уверяют, что весной многие люди склонны переосмысливать свои привычки и находить новые. Ты вы их числе? Давай разберемся, как изменить свою жизнь к лучшему.

В психологии есть такое понятие, как «зона комфорта». Представь себе, что это такая маленькая избушка в лесу — теплая, уютная



и хорошо знакомая. Так вот — находясь внутри нее, человек не пытается вырваться наружу, где его, вероятно, ждет метель, опасности или дикие звери. С одной стороны,

в избушке хорошо, ее так не хочется покидать. С другой, когда ты находишься в «зоне комфорта», реальная жизнь может проходить мимо.

Например, это может быть связано со знакомствами. Подойти первой к парню — это очень рискованный шаг, требующий определенной смелости. Но ты можешь всего лишь наблюдать за мальчиком твоей мечты и ничего не делать. Выход из зоны комфорта не всегда приятный. Он требует соприкосновения с другой реальностью. Но он дает свои преимущества — вне этой «хижины» тебя ждет более яркая, насыщенная и многогранная жизнь, где происходит много всего интересного.

Итак, если ты поняла, что в твоих буднях не хватает красок, начни с выхода из зоны комфорта. Для этого нужно постепенно (не резко) ставить себя в нетипичные ситуации и даже иногда идти на оправданный,



благородный риск. Сходи на выставку, возьми с полки книгу, которая до этого казалась скучной, подойди первая к мальчику своей мечты... Шаг за шагом делай то, чего не осмелилась бы прежде. И не бойся ошибиться — это важный опыт.



Чья Лара круче?

В 2001 году на широкий экран вышла первая часть фильма «Лара Крофт: Расхитительница гробниц». Главную роль исполнила 26-летняя Анджелина Джоли. Актриса сыграла настолько хорошо, что воительница Лара в ее исполнении стала культовым персонажем нулевых. В 2016 году киновоссы предложили матери шестерых детей потряхнуть стариной и снова перевоплотиться в свою героиню. Джоли заявила, что давно потеряла интерес к проекту. Однако, как только ей стало известно, что на роль Лары Крофт



утвердили оscarоносную шведскую актрису Алисию Викандер, Анджелина потеряла покой и сон.

Поговаривают, будто бы в самый разгар съемок Джоли позвонила Алисии Викандер и посоветовала ей не пытаться затмить ее Лару Крофт. Мол, все равно это невыполнимая задача, не стоит тратить свои силы попусту.

Алисия не на шутку разволновалась и даже попыталась оправдаться в беседе с журналистами. «Я никогда не смогла бы конкурировать с тем, что сделала Анджелина Джоли, — сказала Викандер. — Она превратила этот персонаж в икону, потому что она сама икона. Но у нас другая интерпретация, мы воспроизводим видеоигру, которая вышла несколько лет назад. Это оригинальная история, мы не пытались копировать то, что сделала она».

Трейлер «Tomb Raider: Лара Крофт» уже можно посмотреть в сети, а на широкий экран фильм выйдет 15 апреля 2018 года.



Потехе час

И в самом деле. Не все же тебе за уроками сидеть. Скорее собирай друзей и удиви их развлечениями из разных уголков света.

Сплошное кидалово

Эта игра пришла из стран Средней Азии. Платок или шарф завязывают в узелок. Все выбирают водящего и становятся в круг на



расстоянии 1,5-2 метра друг от друга. Водящий остается снаружи, а игроки начинают перекидывать узелок соседям справа или слева, а те ловят и тоже бросают в любую сторону (через центр круга — нельзя). Водящий бегаёт и старается поймать узелок, но в круг ему входить запрещается. Если он коснулся узелка, игрок, у которого тот был, начинает водить.

Шариковые ручки

Для этого развлечения, которое пользуется популярностью в Бирме, понадобится шарик, а ещё — свободное пространство и больше шести игроков. Он выстраиваются в шеренгу на расстоянии чуть меньше полуметра друг от друга. Вытянутые руки с раскрытыми ладонями держат за спиной. Ведущий, расхаживая вдоль шеренги, делает вид, будто хочет вложить шарик в чью-либо ладонь. Оглядываться и подсматривать, кого он собирается выбрать, запрещается. Наконец он опускает шарик в чью-то руку — и этот игрок выбегает из шеренги. Соседи должны осалить его прежде, чем он это сделает, но при этом они не имеют права сходить с линии.



Если им это удастся, он остается на месте, а если нет — меняется местами с ведущим.

Побег с разбега

В Судане дети, как и в стародавние времена, любят игру «Буйволы в загоне». Участники (десять и более человек) встают в круг и берутся за руки. Два-три игрока стоят в центре — это и есть буйволы. Они с разбегу пытаются прорвать круг, подняв вверх руки. Но только без грубых приемов! Если не удалось пробиться на свободу в одном месте, они пытаются сделать это в другом, а когда все-таки оказываются на воле, буйволами становятся те игроки, которые не сумели их удержать.



Зиму перезимовали.
Осталось перезимовать весну.



Сочная куриная грудка, запечённая в сухих травах

Идеальный продукт для следящих за своей фигурой девушек — куриная грудка. Вот только ее трудно приготовить так, чтобы она была не сухой. Но мы знаем несколько хитростей, благодаря которым она всегда будет сочной и очень аппетитной. Попробуй.

2 куриные грудки без кости

4 ст. ложки растительного масла



2 ст. ложки паприки (красного сладкого перца)

2 ст. ложки смеси сухих трав (любой набор, какой любишь — «Прованские», «Итальянские» и пр.)

1 ч. ложка соли

Куриную грудку нужно положить в миску и залить теплой водой. Оставить на 20-30 минут. Это важно сделать, чтобы мясо сохранило сочность.

Затем куриное филе вынуть, обтереть бумажным полотенцем и выложить в емкость для запекания. Обмазать поверхность растительным маслом, затем посыпать паприкой, солью и сухими травами. Так курочка останется мягкой внутри и получит аппетитную румяную корочку снаружи.

Разогреть духовку до 240 градусов, поставить в нее форму с куриным филе на 15-20 минут, не больше. Затем вытащить (аккуратно, горячее!) и плотно накрыть фольгой минут на 10-15. Чтобы курица не потеряла сочность, надо дать ей немного отдохнуть, после того как достанешь из духовки.



Все — куриная грудка готова. Можно подавать к столу. Она хороша как в горячем, так и в холодном виде.



Иван Затевахин. «Собаки и мы. Записки дрессировщика»

Ты, может быть, знаешь автора этого пособия для всех, кто мечтает завести четвероногого питомца. Иван Затевахин — ведущий программы «Диалоги о животных», а в прошлом — профессиональный тренер собак. Он подскажет, какая порода подойдет именно тебе, как правильно играть со своим любимцем, как удержать его от драки, а также отучить портить мебель и гоняться за кошками. Главное — разобраться в собачьей психологии, а уж после этого действовать.



Всё что необходимо у тебя уже
есть, а что хочется обязательно
будет, потому что у такого
хорошего человека, как ты, просто
не может чего-то не быть!



Над выпуском работали:

Генеральный директор Ирина Тупиченкова

Руководитель проекта Андрей Трушкин

Ответственный редактор Екатерина Морева

Авторы выпуска Ольга Шальнева, Ирина Казьмина,

Екатерина Скобелева, Анастасия Компанцева,

Анастасия Евсеева

Дизайнер Мария Тимьянская



Заходи к нам в гости

www.marusia.ru