

Корейцы

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

№6 (34)
25.03.2021

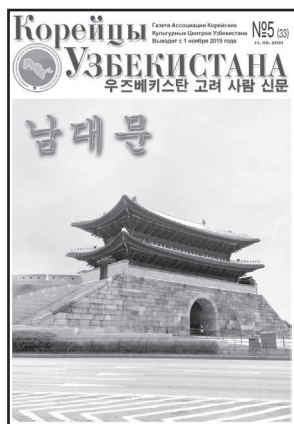


УЗБЕКИСТАНА

우즈베키스탄 고려 사람 신문

남대문





Намдэму - Намдэму (кор. 남대문 Великие южные ворота, официальное название - Сунне-му кор. 송례문, Ворота возвышенных церемоний) - один из старейших архитектурных памятников Сеула, построенный в 1398 году, входящий в список национального достояния Республики Корея под первым номером. Национальные сокровища Кореи - официальный список предметов, зданий, памятников и географических мест Южной Кореи, которые имеют исключительную культурную ценность.

4-5

АККЦ: регионы – Джизакскому Областному Корейскому Культурному Центру – 20 лет

6-7

Памяти Бронислава Ли, профессора, доктора экономических наук.

Добрые традиции. Гуманитарная акция Ассоциации Корейских Культурных Центров Узбекистана

8-11

Олег Нам – тренер сборной Украины по тхэквондо

12-13

Анна Ким: «Я считаю, что, прежде всего, я личность»

14-15

На Хесок — первая в истории Кореи профессиональная художница, литератор и борец за права женщин.

В Узбекистане

- Президент Садыр Жапаров заявил, что Узбекистан «ушёл вперёд на 40–50 лет», в то время как Кыргызстан из-за политической нестабильности не смог построить фабрики и заводы. Он также отметил, что серьёзных разногласий по вопросам границ у сторон нет.
- Всем жителям Ташкента до конца года установят «умные» газовые счётчики.
- Узбекистан 17 марта получил первую партию индийского аналога вакцины AstraZeneca из 660 тысяч доз.
- Празднование Навруза отменять не будут. Однако все народные гуляния, решением Специальной республиканской комиссии должны быть проведены на открытых площадках.
- Пианист-виртуоз Денис Мацуев 17 апреля выступит в Ташкенте.
- В Узбекистане перестанут выдавать талоны о прохождении техосмотра для авто. Также меняется его периодичность.

В СНГ и Балтии

- В Алматы усилили карантинные ограничения с учётом ухудшения эпидемиологической ситуации. Соответствующее постановление подписал главный государственный санитарный врач города.
- Авария на 400-киловольтной линии электропередачи «Месхети», по которой электроэнергия поступает из Турции в Грузию, обесточила большую часть территории республики.
- Бывший президент Армении Левон Тер-Петросян призвал премьер-министра Никола Пашиняна уйти в отставку и уехать из страны.
- Президент Молдовы Майя Санду выдвинула на пост премьер-министра страны Игоря Гросу, который ранее возглавил учрежденную Санду проевропейскую Партию действия и солидарности.
- Бывший председатель Верховного Совета Белоруссии Станислав Шушкевич обвинил экс-президента Советского Союза Михаила Горбачева в развале СССР.
- Премьер-министр Эстонии Кая Каллас заболела коронавирусом.

В мире

- Американская компания Moderna начала клинические испытания своей вакцины на детях. В исследованиях будут участвовать почти 7 тысяч детей в возрасте от шести месяцев до 12 лет.
- Литва приостановит вакцинацию от коронавируса препаратом фирмы AstraZeneca. Об этом заявил министр здравоохранения Арунас Дулчис.
- По меньшей мере три человека погибли в столице Бангладеш городе Дакка в результате пожара, произошедшего в реанимации, где проходят лечение пациенты, заразившиеся коронавирусом.
- Госсекретарь Энтони Блинкен на встрече с представителями властей КНР намерен озвучить озабоченность правительства Японии ситуацией вокруг спорных островов Сенкаку (Дяоюйдао) в Восточно-Китайском море.
- Япония намерена с 21 марта отменить режим ЧС.
- Алжир и миссия ООН подтвердили приверженность мирному процессу в Ливии.
- Саммит Совета сотрудничества тюркоязычных государств пройдёт 31 марта в Казахстане.
- Международные учения НАТО пройдут в Черном море 19-29 марта.

По материалам информационных агентств UzA.uz, REGNUM, Lenta.ru, ITAR-TASS, Interfax

Праздник, объединяющий народы

«Зажги огонь и живи сто лет!» - так звучали несколько веков тому назад поздравления и пожелания к Наврузу, участие в процессе приготовления – девушки размешивали сумаляк, юноши поддерживали огонь в очаге.



найденные в письменных источниках. Праздник весны, праздник нового огня, обновления природы и начала новой жизни насчитывает уже около пяти тысяч лет. Его жизнеутверждающая, миротворческая, гуманистическая сила преодолела временные рубежи и выдержала испытание запретами. Сейчас Навруз является одним из самых светлых, добрых и любимых народом праздников.

В 2010-м году на 64-й сессии Генеральной Ассамблеи ООН Навруз был включён в Репрезентативный список нематериального культурного наследия человечества, с этого времени 21-е марта провозглашено Международным днём Навруза.

В дни празднования Навруза в Ассоциации Корейских Культурных Центров готовили обязательное блюдо праздничного стола – аппетитный сумаляк. Это не только вкусное, но и весьма полезное лакомство, известное своими питательными свойствами, в состав которого входят витамины и аминокислоты. 100 кг муки, 3 л масла, 20 кг пшеницы ушло на его приготовление. В праздновании Навруза в Ассоциации Корейских Культурных Центров приняли участие представители творческих коллективов «Сиёнго», «Бом парам», «Погым», представители Молодёжного Центра SHINSEDAE, что весьма символично: Навруз не только объединяет людей, но и является связующим звеном между поколениями. Молодые люди с большим удовольствием принимали

Издrevле считалось, чем больше веселья сопровождает приготовление этого блюда, тем более вкусным, полезным, аппетитным оно получится. Представители старшего поколения



с меньшим удовольствием готовили лакомство, дополняя этот процесс песнями, узбекскими и корейскими народными танцами.

Принять участие в приготовлении сумаляка могли все желающие, пришедшие в этот день во Дворец корейской культуры и искусств. Причём размешивая лакомство, нужно было непременно загадать желание. Вдвойне повезёт, если в уже готовом сумаляке попадутся камешки, которые также закладывают в казан на счастье и удачу. Ну и какой же праздник в гостеприимном Узбекистане без плова? За обильный дастархан в дни Навруза приглашаются все, кто приходит в дом. В АККЦУз также последовали этой доброй традиции.

У узбекского и корейского народов немало общих черт, это и обычаи, и менталитет, и некоторые особенности

лексики.

Кстати, в календарной обрядности корейцев тоже есть праздник, который приходился на день весеннего равноденствия - 21-е марта и назывался он Днём высадки деревьев. Считалось, что если даже старое, высохшее дерево посадить в этот день, то оно непременно пустит корни и оживёт. А ещё к этому дню обязательно приводили в порядок жилища: ремонтировали и штукатурили глинобитные стены домов и глиняные заборы; тщательно убрались в самом доме. Не правда ли, существует некая аналогия с хашаром на Навруз, приведением в порядок домов и приусадебных участков? А аппетитный сумаляк по своим вкусовым качествам весьма напоминает корейский ёси, который хорошо помнят представители старшего и среднего поколения диаспоры, эта общность делает нас ещё ближе.

20 марта во Дворце корейской культуры и искусств состоялся большой праздничный концерт, в котором приняли участие звёзды узбекской и корейской эстрады, лауреаты международных и республиканских конкурсов. Песни о весне, красоте природы, любви звучали в этот день со сцены; целый калейдоскоп из ярких зажигательных танцев был представлен в праздничном концерте, а шуточная интермедия, магический номер иллюзиониста создали особый настрой у зрителей.

Следует отметить, что сумаляк удался на славу! Его могли отведают все пришедшие на праздничный концерт. Навруз – это не только праздник, объединяющий народы, но и открывающий сердца.

Наталья ЦОЙ

Джизакскому Областному Корейскому Культурному Центру – 20 лет

Сразу три памятных события отпраздновала 7 марта корейская диаспора г. Джизака в банкетном зале «Бриллиант»: это Новый год по Лунному календарю, Международный женский день и 20-летие Джизакского Областного Корейского Культурного Центра.

По случаю юбилейной даты депутат Олий Мажлиса, председатель АККЦУз Виктор Пак встретился с активом ДОККЦ в здании Дома дружбы г.Джизака, где состоялся обмен мнениями по деятельности центра, перспективах его дальнейшего развития и планах на ближайшее будущее. Актив ДОККЦ рассказал о своих проблемах, главная из которых - привлечение молодёжи в ряды центра.

Вечером того же дня состоялся праздничный вечер, юбиляров пришли поздравить председатель Ассоциации Корейских Культурных Центров Узбекистана Виктор Пак; хоким Джизакской области Эргаш Салиев; представители общественных организаций, СМИ.

- Корейская диаспора Джизака внесла большой вклад в развитие города и области. Мы по праву гордимся её представителями – председателем ДОККЦ Олегом Кимом, заместителем председателя ДОККЦ Олегом Когаем, Геннадием Цхаем, Анатолием Кимом. Разрешите поздравить вас с

ными народами. Мы считаем Узбекистан своей Родиной. У двух наших народов много схожих традиций и эта общность нас объединяет, - отметил в своём поздравлении депутат Олий Мажлиса, председатель Ассоциации Корейских Культурных Центров Узбекистана Виктор Пак.

Открыла вечер Жанна Тангрикулова, поздравившая присутствующих со знаменательной датой. От имени Ассоциации Корейских Культурных Центров Узбекистана состоялось награждение активистов ДОККЦ, которым были вручены памятные сувениры и Почётные грамоты. Хокимият Джизакской области по случаю праздника 8 Марта отметил женщин - членов ДОККЦ за вклад в развитие социально-экономической жизни Джизакской области. Памятные подарки и грамоты получили Ж.Тангрикулова, М.Эм, О.Хван, Л.Когай, Н.Когай и другие.

Концертную программу открыли Заслуженная артистка Республики Узбекистан Галина Шин и Лауреат Международных конкурсов Магдалина Ким, в исполнении которых прозвучали песни на корейском

и русском языках.

- 10 июня 2000 года был зарегистрирован Джизакский областной корейский культурный центр, - говорит первый председатель ДОККЦ Олег Ким. - Среди его основных задач – содействие упрочению гражданского

согласия и дружбы между представителями разных народов и народностей, проживающих в Республике Узбекистан; воспитание молодёжи в духе гуманизма и толерантности; сотрудничество с различными культурными центрами и обществами, учреждениями и организациями, творческими союзами; культурно-просветительская работа по возрождению и развитию национальной культуры, языка, традиций, обычаев и



обрядов и т.д.

- За двадцать лет, минувших с момента создания ДОККЦ, - продолжает Олег Антонович, - произошло много событий как в жизни нашей страны, так и самого центра. Но я хотел бы отметить, что несмотря на годы, рядом со мной – единомышленники, которые стояли у истоков создания центра и до сих пор принимают самое активное участие в его жизни и деятельности. Это Олег Когай, Олег Ким, Геннадий Цхай, Анатолий Ким, Ольга Хван, Жанна Тангрикулова и другие. За два десятка лет члены и активисты ДОККЦ принимали участие во всех городских и областных мероприятиях, отмечали национальные праздники. К сожалению, мы сталкиваемся с проблемой, характерной для многих культурных центров: уходят из жизни представители старшего поколения, а вместе с ними уходит традиционный уклад, некоторые обряды, обычаи, уникальный диалект корё сарам. Историю любого народа невозможно представить без культурной составляющей – языка, литературы, традиций, поэтому мы должны в своей деятельности стремиться сохранить богатей-



праздником и пожелать всем дальнейших успехов, - сказал в обращении к присутствовавшим хоким Джизакской области Эргаш Салиев.

- Более восьмидесяти лет на узбекской земле живут корейцы – в мире, дружбе, понимании и согласии с раз-



шее духовное наследие наших предков.

Среди корейцев – представителей старшего поколения, проживающих в Джизаке, немало людей, внесших достойный вклад в развитие социально-экономической сферы, систем народного и высшего образования, здравоохранения, строительства, энергетики, других отраслей не только нашего города, но и всей страны. Многие представители корейской диаспоры города Джизака награждены высокими правительственными наградами: кавалеры ордена «Дустлик» Олег Когай, Инесса Ким, Анатолий Ким, Олег Ким; Заслуженный мелиоратор Узбекистана, кавалер ордена «Мехнат шухрати» – Геннадий Цхай; кавалер ордена «Шухрат» Виссарион Хан; кавалер ордена «Трудовой Славы» II степени Ольга Хван.

– Мы гордимся своими земляками, ведь своим трудом и деятельностью они внесли значительную лепту в развитие и становление нашего города и области, – делится Олег Антонович. – Об этом должна знать наша молодёжь.

Олег Александрович Когай, будучи депутатом областного Кенгаша, заместителем председателя ДОККЦ, на протяжении многих лет принимает активное участие в общественной жизни: выделяет средства на проведение мероприятий, организует подписку на газету, помогает нуждающимся. При участии его строительной фирмы «Дадахон-бобо» в Джизаке

построены многие административные и общественные здания, площадь «Урда».

Геннадий Андреевич Цхай долгие годы являлся начальником участка электрических насосных станций Джизакской области.

Анатолий Алексеевич Ким – выпускник Омского политехнического института, физик-ядерщик, работал преподавателем в Джизакском лётном училище.

Инесса Коминтерновна Ким также долгие годы преподавала в Джизакском лётном училище.

Ольга Борисовна Хван из Пахтакоры Джизакской области многие годы являлась директором детского дома, возглавляла в посёлке отделение Джизакского Областного Корейского Культурного Центра, при котором функционировал молодёжный танцевальный коллектив.



– Отдельно хотелось бы отметить и других членов актива ДОККЦ, которые принимают участие в его жизни с первых дней, – рассказывает Олег Антонович, – это Олег Алексеевич Ким, кандидат филологических наук, преподающий в Джизакском педагогическом институте; Мая Вениаминовна Эм, кандидат филологических наук, сотрудник кафедры иностранных языков Джизакского политехнического института; Марина Цой, кандидат экономических наук, работающая в Джизакском политехническом институте; Висса-

рион Хан – тренер Джизакской школы бокса, один из воспитанников которого завоевал титул чемпиона мира.

Сам Олег Антонович, кавалер ордена «Дустлик», строитель по образованию, был начальником ПМК. При его участии в городе возведены такие объекты, как здание спортивного колледжа, Молодёжного Центра, кооперативного техникума и другие.

Олег Антонович Ким возглавлял ДОККЦ с момента его создания до марта нынешнего года: в связи с переездом в Россию сложил с себя полномочия председателя. Решением актива и представителей корейской диаспоры новым председателем ДОККЦ была избрана Жанна Борисовна Тангрикулова (Квак), в настоящее время являющаяся заместителем директора по начальному образованию средней школы №9 г. Джизака.

Дальнейшее будущее центра Ж.Тангрикулова связывает с молодёжью, в ближайших планах – создание танцевального и хорового коллективов, развитие работы с детьми, организация кружков по изучению корейского языка, возобновление деятельности подразделения центра, в частности, в посёлке «Пахтакор» Джизакской области.

– Надеюсь, что у нас всё получится, – сказала в завершение беседы Жанна Борисовна, – а надёжная команда, состоящая из ак-



тивистов центра, станет поддержкой в работе.

Наталья ЦОЙ,
г. Джизак



Памяти Бронислава Сергеевича Ли

8 марта 2021 года после продолжительной болезни ушёл из жизни Бронислав Сергеевич Ли, доктор экономических наук, профессор.

После защиты докторской диссертации, получения учёной степени доктора экономических наук и звания профессора Бронислав Сергеевич возглавил кафедру Института Госстроя УзССР.

Ещё одна грань деятельности Бронислава Сергеевича - подготовка и воспитание молодёжи.

С 2003-го по 2004-й гг. возглавлял кафедру корейского языка и литературы Ташкентского государственного педагогического университета имени Низами.

Прекрасно владея корейским, английским языками, Б.С. Ли в период с 1993-го по 1995-й гг. занимал должность генерального менеджера, переводчика узбекско-корейского СП «УзДЭУ электроникс», с 1995-го по 1996-й гг. являлся представителем Минтруда Узбекистана в Республике Корея, в 1996-2003 гг. вновь вернулся на должность генерального менеджера и переводчика узбекско-корейского СП «УзДЭУ электроникс».

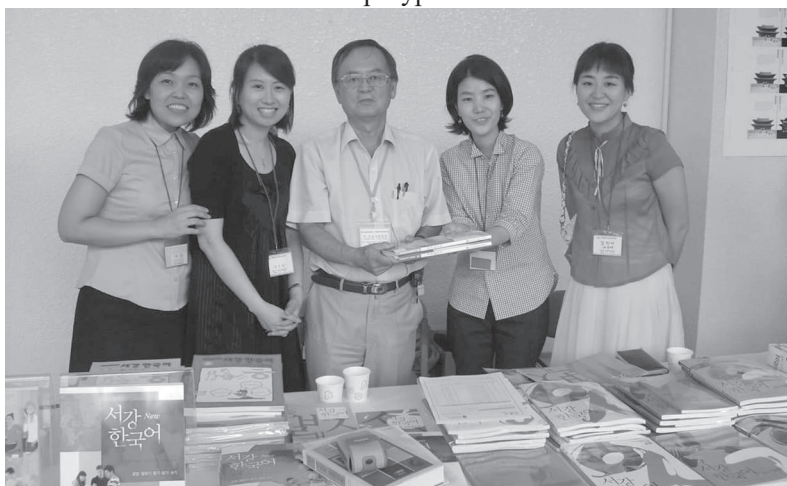
В 2003-м году Бронислав Сергеевич возглавил кафедру корейского языка и литературы Ташкентского го-

сударственного Университета Востоковедения.

Совмещая активную научную и преподавательскую работу с общественной, Б.С. Ли в 2006-2011 гг. являлся заместителем председателя Ассоциации Корейских Культурных Центров Республики Узбекистан.

Бронислав Сергеевич Ли - автор многих научных публикаций, сборников, монографий, посвящённых проблемам изучения народного хозяйства Узбекистана и экономическим исследованиям, а также вопросам корееведения, изучения корейского языка, сопоставительного анализа корейского и узбекского языков. Он являлся участником и инициатором многочисленных международных конференций.

За многолетнюю деятельность Брониславом Сергеевичем Ли подготовлены специалисты в области экономики, языкознания, корееведения, которые в настоящее время работают в разных отраслях народного хозяйства и системе образования. Его личной заслугой является установление партнёрских отношений между педагогическим университетом им. Низами и десятью университетами Республики Корея. Он внёс неоценимый вклад в развитие научных, культурных, общественных и духовных связей Узбекистана и Кореи. Б.С.Ли всегда считал, что народы Узбекистана и Кореи ментально очень близки друг другу и видел большие перспективы в углубленном экономическом и культурном сотрудничестве.



Бронислав Сергеевич Ли родился 29 мая 1939 года в колхозе «Авангард» Среднечирчикского района Ташкентской области в семье сельских интеллигентов. С детства в семье основным языком общения был корейский, владение которым в будущем весьма пригодится в его деятельности. Окончив среднюю школу на медаль, Бронислав Сергеевич поступил в Киевский политехнический институт, получил специальность инженера по промышленной электронике в 1962 году. Свою трудовую деятельность он начал на Ташкентском авиационном заводе инженером по ЭВМ.

Без отрыва от производства Бронислав Сергеевич получил второе высшее образование в Ташкентском государственном педагогическом институте иностранных языков (ныне УзГУМЯ) по специальности английский язык, английская филология.

После окончания вуза продолжил обучение в аспирантуре Института экономики АН УзССР, в 1972-м защитил диссертацию на соискание научной степени кандидата экономических наук. С 1969-го по 1990-й гг. Б. С. Ли являлся заведующим сектором, заведующим отделом, заместителем директора по науке НИЭИ при Госплане УзССР.

После окончания аспирантуры Бронислав Сергеевич продолжил обучение в аспирантуре Института экономики АН УзССР, в 1972-м защитил диссертацию на соискание научной степени кандидата экономических наук. С 1969-го по 1990-й гг. Б. С. Ли являлся заведующим сектором, заведующим отделом, заместителем директора по науке НИЭИ при Госплане УзССР.

Светлая память о Брониславе Сергеевиче Ли - учёном, педагоге, общественном деятеле навсегда сохранится в сердцах его родных, близких, учеников и последователей...

**Ассоциация Корейских
Культурных Центров
Узбекистана**

Добрые традиции



В эти дни по всей стране проходят мероприятия, посвящённые весеннему празднику Навруз: проводились всенародные хашары, ведутся работы по благоустройству городов и посёлков. Одной из неотъемлемых составляющих Навруза являются помощь и добрые дела. 13 марта во Дворце культуры г.Нурафшона (Ташкентская область) депутат Олий Мажлиса, председатель Ассоциации Корейских Культурных Центров Узбекистана Виктор Николаевич Пак от имени АККЦУз передал гуманитарную помощь своим избирателям от 94-го избирательного округа из городов Нурафшон, Тойтена, махаллей Уртачирчикского района.

В.Н. Пак обратился к собравшимся с пожеланиями здоровья, отметив, что в нашей стране уделяется большое внимание уровню социальной жизни населения, проблемам инвалидов,

поддержке малоимущих. В состав привезённого гуманитарного груза вошли инвалидная коляска, костыли, ходунки, предметы первой необходимости, одежда. Для многих из присутствовавших в зале, как для Рано Султановой из Нурафшона, по её признанию, полученная коляска станет шагом в новую жизнь, т.к. сделает её мобильной, не зависимой от помощи посторонних. Эти слова признания и благодарности звучали от Акбара Душанбаева, Фарогат Фармоновой, Акмала Равшанова, Дильшода Ботирова, Мухаббат Тулагановой, Сунната Эргашева и других. Полученные костыли и ходунки для людей с ограниченными возможностями и инвалидностью – большое подспорье в повседневной жизни, шанс передвигаться самостоятельно. Праздничным сюрпризом



для присутствующих в зале явилось выступление артистов - Лауреатов Международных конкурсов Магдалины Ким и Нуриддина Камалова, в исполнении которых прозвучали песни на узбекском и корейском языках, а под звуки зажигательного «Лязги» проходы между рядами заполнились танцующими.

После встречи с жителями избирательного участка №94, представители

АККЦУз посетили жителей махалли «Ойбек» и побывали в домах Фархода Бухарова, Веры Исмаиловой, Ходжаакбара Хасанова. Их фамилии были внесены в «Железную тетрадь» во время карантина. Какие проблемы удалось решить за минувший период, вопросы занятости и трудоустройства, кредитования, социальной поддержки, что необходимо сделать в первую очередь, – эти вопросы обсуждались во время посещения малообеспеченных семей,

учтены их просьбы и пожелания. В рамках выездной акции в Центре молодёжи г.Нурафшона состоялась встреча депутата В.Н.Пака с активистами молодёжного движения. Молодые люди, в частности, студент 1-го курса Института культуры Ибро-



гим Омонбоев поделился мнением о том, кем хочет стать в будущем, какие шаги планирует предпринять в этом



направлении, что нужно сделать для того, чтобы добиться поставленных целей. В свою очередь, депутат Олий Мажлиса В.Н.Пак сказал: «Будущее любой страны связано с молодёжью, и это будущее во многом определяется воспитанием и уровнем образования юношей и девушек. Наша республика богата природными недрами и ресурсами, но, чтобы разумно распоряжаться ими, необходимы подготовленные квалифицированные кадры. В Узбекистане создаются благоприятные возможности для того, чтобы молодые люди получали образование, а также продолжали свое дальнейшее обучение в магистратуре, занимались научно-исследовательской деятельностью. Важно только не лениться, а ставить перед собой определённые цели и задачи и достигать их».

Весенний праздник Навруз отмечается не одну тысячу лет, а вместе с ним до сих пор живут традиции доброты, милосердия, взаимопомощи.

Олег Нам: «Однажды в Доме культуры я огрѐб от тхэквондиста по самое „не могу“»

В 90-е годы Олег Нам эмигрировал из Узбекистана в Украину. Сейчас он Заслуженный тренер, который растит чемпионов и добывает своей стране медали. А ещё у Олега есть государственные награды и швейцарские часы с гравировкой «От президента Украины», которые он скромно не носит. И самое главное - тренер украинской сборной по тхэквондо умеет улыбаться глазами, очень искренне и доброжелательно.

- Олег, давайте начнём с самой приятной темы для тренера - с достижений. Расскажите, каких успехов добились ваши ученики?

- Например, два взрослых золота и серебро на чемпионате Европы. Первой чемпионкой Европы из Украины стала в 2006 году моя ученица Анна Сорока. Через 10 лет этот результат повторила другая воспитанница - Ирина Ромолданова. В декабре 2020 года Влад Бондарь стал бронзовым призѐром на чемпионате Европы в Боснии и Герцеговине. Не хватает только Олимпийского золота.

- А есть ли разница в подходах к тренировкам девушек и парней?



- Конечно. Девочкам нужно внимание: лапу поддержать, удар поправить. Плюс они любят, когда с ними сове-

туются: спрашиваешь, как выставить лапу, какой удар хочет попробовать. В Украине девчонки очень сильные и добиваются больших успехов. В некоторых характера даже побольше, чем в парнях.

- Если анализировать национальные особенности: отличаются ли тренировки сборных Украины и Узбекистана?

- Узбеки более дисциплинированные. Здесь царит некий тоталитаризм. В Европе дела обстоят мягче. Например, построение и поклоны залу не обязательны. В первую очередь ценятся профессионализм и результаты, а этикет на втором плане.

Но так как я выходец из узбекской школы, то в моей секции царит тот же тоталитаризм. Моя команда - это украинцы с восточным менталитетом. Ребята уже по 15-18 лет занимаются тхэквондо. Многие, будучи из малообеспеченных семей, видят в спорте возможность самореализации. Если я нахожу талант, то беру над ним шефство. А вообще требования в тхэквондо различаются по регионам. В Африке нормой считается тренировка без даянга на бетонном полу, а спортсмены пинают грушу, набитую гравием. В Европе этот вид спорта более мягок и адаптирован под широкие массы.

- Один мой знакомый сказал, что пошёл в тхэквондо, потому что любил Брюса Ли и хотел научиться красиво драться. А какая у вас была мотивация?

- В первом классе меня побрили. Начальная школа - это когда ты щупленький мальчик с портфельчиком, самый низкий в классе. Этот



возраст не знаком с понятием «дипломатия», там или бить, или получать. Ясное дело, я побежал за защитой к отцу. Но не тут-то было! Он меня поругал: «Как ты можешь жаловаться? Мужчины не жалуются. Ты же старший, как собираешься защищать своих братишек?». На следующий день папа взял меня за руку и отвел в школу бокса. Года через три притязания в школе прекратились.

- Как же получилось, что вы перешли из бокса в тхэквондо?

- Это случилось в 80-х годах, когда боевые искусства в Узбекистане находились под запретом. Целая вечность прошла, чувствую себя динозавром. После бокса пошли занятия самбо, потом карате. Лето я проводил у бабушки с дедушкой в колхозе «Узбекистан». Человеком, который показал, как тхэквондо выглядит в реальной жизни, стал мой дядя. Между нами всего 5 лет разницы. Помню, как он разбежался, прыгнул и сбил ногой гроздь винограда с высоты 2,5 метра. Это так шокировало 14-летнего меня! А дальше я все каникулы выступал в роли живой мишени. Он мог приказывать:

- Бей, как можешь!

Я колотил, дядя уворачивался и попасть по нему никак не получалось. Зато он успешно попадал по мне, отрабатывая удары. Второе соприкосновение с этим видом спорта произошло в 16 лет. Я тогда занимался в секции карате и считался лучшим учеником. Земли

под ногами не чувствовал, считал, что одним махом способен победить любого. Соревнования в то время не проводились, зато была распространена практика кататься по залам и спарринговать. И вот однажды в местном Доме культуры я огрѣб от тхэквондиста по самое «не могу». Дальше события развивались по всем законам жанра: я оправился и продолжил тренироваться с теми ребятами.

- Почему вы приняли решение эмигрировать в Украину? Подтолкнуло ли вас к этому конкретное происшествие?

- Решение возникло спонтанно. В 90-е годы мой тренер уехал в другую страну, а я не захотел менять клуб и застрял на распутье года на три. Успел поработать фотографом: бегал с «Полароидом» по парку, фотографировал детей и парочки. Работы я никогда не боялся и занимался чем придётся. Даже разнорабочим был. Родители тогда уехали в Россию, чтобы присмотреться и принять решение о переезде на ПМЖ, а я остался сторожить квартиру. Сейчас сижу и думаю, как мама с папой не побоялись оставить меня одного? Но, наверное, так сложились обстоятельства. А потом произошла случайность: знакомый позвал на работу в киевский клуб, которому не хватало моей ве-

лице Узбекистана. Увы, ожидания не оправдались. В 22 года я остался один на один с проблемами в чужой стране. Пришлось выкручиваться.

- Как выкручивались?

- Слава богу, повезло на добрых людей. Украина вообще гостеприимная и добрая страна. Мне помогли с залом, где я начал тренировать в надежде заработать на обратный билет. И стало получаться! По району прошѣл слух о «летающем китайце», который бегаёт по стенам и хорошо говорит по-русски. Пробегаться по стене и ударить по лапе мне было несложно, а ребята такое видели только в боевиках.

Украина тогда переживала бум на боевые искусства, поэтому группа набралась моментально. Правда, некоторые приходили на тренировку как на экскурсию. Постепенно набрались деньги на билет и, вроде, можно уезжать, но появились подающие надежды ученики. В голове билась мысль: «Какие воспоминания я оставляю после себя? Ребята мне поверили, вдохновились, строят планы. Я столько рассказывал про целеустремленность и предан-

продолжить работу. Так и доработал до Заслуженного тренера Украины.

- Насколько жѣсткую дисциплину вы поддерживаете на занятиях? Какие наказания получают ученики за проступки?

- За опоздание в детских группах



наказание классическое - отжимания. Количество зависит от желания наставника. Опоздал на 10 минут - отжимаешься 10 раз. Если у тренера плохое настроение - 10 умножить на 10. Но, работая с детьми, даже наказание нужно превращать в челлендж, игру, шутку, чтобы у ребёнка не откладывался негатив.

А во взрослых группах ходит поговорка: «Если не пришѣл на тренировку, значит умер». Спортсмены пропускают занятия по уважительным причинам - экзамен, завал в университете и т. п. На зарплате в сборной всего три тхэквондиста, у них дисциплина как часы. В отношении остальных членов команды приходится быть гибким.

- А есть ли в вашей практике пример того, как тхэквондо меняет жизнь человека?

- Много лет назад меня спросили в интервью: «Каким спортивным достижением вы больше всего гордитесь?». Тогда у сборной Украины ещё не было медалей, но и сейчас я бы повторил тот старый ответ. Однажды в мою секцию привели подростка, который подсел на наркотики. Парнишка был заводилой и грозой школы, и родители возлагали большие надежды на спорт. Я проникся историей и решил попробовать, даже завѣл тетрадь, где аккуратно отмечал посещения нового воспитанника. Но



совой категории. Обещали золотые горы. Моя золотая гора выглядела так: заработать, купить квартиру в Ташкенте и зажить счастливо в сто-

ноть, а теперь брошу?». Тренер не сѣт не меньшую ответственность, чем врач, ведь мы работаем с человеческими душами. Эта мысль заставила

одними тренировками делу не поможешь. Я вычислил его одноклассников, провёл с ними мирную беседу и потихоньку вытащил парня из той

- Пригодились ли вам наградные часы по жизни?

- Как-то друг подарил мне на день рождения пневматическую винтовку.

Я с командой уехал на сборы в другой город, где и решил опробовать подарок. Нашёл заброшенную стройку, поставил пустые банки, начал пристреливаться. И тут оказалось, что неподалёку расположена резиденция президента Петра Порошенко! Внезапно слышу окрик: «Руки в гору!». Ну, то есть «руки вверх». Оборачиваюсь - лежит человек в полной экипировке с автоматом. Следующие полчаса я провёл, уткнувшись лицом в землю и с чужим ботинком на спине. Приехал специальный отряд, отвечающий за безопасность президента. Они прогоняли меня по базе, проверяли, что в городе действительно идут сборы, звонили в Федерацию

даже ребёнка привел заниматься в мою секцию. Тогда меня отпустили, сказав на прощание: «Хорошо, что вы на крышу с винтовкой не залезли!».

- На соревнованиях случается масса происшествий, которые потом переходят в раздел баек для дружеских застолий. Есть ли в вашей копилке подобные случаи?

- Сейчас поймал себя на мысли, что тренеры скучные люди, которые разговаривают в основном о работе. Вспоминается один случай: Китай, Гран-при, финал. Выходим с учеником из гостиницы, в руках - сумки с экипировкой. Называем девушке на ресепшен адрес, та кивает головой, вызывает такси. Мы едем-едем, и я чувствую неладное. По расчётам до зала добираться минут 15, а таксист едет уже полчаса! Знаете, куда мы в итоге приехали? В аэропорт! Водитель решил, что пассажиры с сумками спешат на самолёт! Я начинаю объяснять на английском, показываю карту, бейджик с названием зала, а собеседник не понимает ни слова! Вытаскиваю гостиничный ключ и жестаи прошу ехать обратно. Возвращаемся на ресепшен, находим англоязычного сотрудника, объясняем, снова садимся в машину и понимаем, что до боя осталось 15 минут. Спортсмен, ругая всё на свете, прямо в такси натягивает экипировку, по приезду быстро проходит проверку, выходит на даянг без разминки и на-

компании, поменял его жизненные приоритеты, помог поверить в себя и спорт. Чемпионом мира мальчик не стал, хотя у него хорошо получалось. Сейчас он женат, занимается сборкой мебели, приводил дочку на занятия. Я был на его свадьбе в качестве почётного гостя. Знаете, когда ученик на ухо говорит, что любит тебя больше всех на свете - это дорогого стоит.

- Олег, вы заслуженный тренер Украины. Доводилось ли вам встречаться с первыми лицами страны?

- Видел Кучму. Это было в Киевском суворовском военном училище (сейчас Киевский военный лицей имени Ивана Богуна), куда президент приехал с визитом. Меня попросили подготовить показательное выступление. А секция тхэквондо там только открылась! По сути, требовалось за неделю научить ребят ломать доски. То ещё показательное получилось! Доски-то мы поломали, весь вопрос как. Специалист бы много чего сказал, но Кучме понравилось. Также за юношеские Олимпийские игры, где моя воспитанница взяла серебро, Виктор Янукович отметил меня швейцарскими часами с гравировкой «Від президента України» («от президента Украины»).

тхэквондо Украины с вопросом работаю ли я там. Затем подъехала чёрная тонированная машина с криминалистами, и снова допрос. В какой-то момент я останавливаю взгляд на руке охранника и вижу президентские часы.

- За что? У меня такие же.

- За доблесть. А у тебя?

- За спортивные достижения.

Разговорились. Потом один из ребят



Часы президента Януковича



строю, дерётся и проигрывает. Представьте, какой это стресс: долететь из Украины до Китая и вот так попасть!



Теперь, заказывая такси, я несколько раз перепроверяю, правильно ли меня поняли.

- Олег, а приходилось ли вам испытывать пиковые уровни эмоций: отчаяния, благодарности, страха?

- Финал чемпионата мира. Мы дрались с сильнейшей тхэквондисткой из Таиланда и при счете 0:0 проиграли по решению судей. Это стоять от победы даже не в миллиметре, а в долях миллиметра. Что в этот момент творится в душе? Опустошенность. Всё внутри обваливается и перед глазами пролетает вложенный труд. Ты словно карабкался на гору и скатился вниз. Теперь придется карабкаться снова, другого варианта нет. Спортсменку я пытался успокоить шуткой: «Ируся, серебро — тоже благородный металл. И полезный. Когда борются с вампирами, то берут серебряные наконечники».

- Олег, давайте поговорим о семье. Поделитесь, как познакомились с супругой и чем она запала вам в душу?

- Отношения с женой развивались по всем жанрам индийского кино: много музыки и драк - не с ней, а за неё. Познакомились мы в Ташкенте, она узбечка и сейчас носит мою фамилию - Дора Шавкатовна Нам. Тот отъезд в Киев — это, по сути, попытка найти себя. Я не видел в Узбекистане перспектив, а оставаться вечно

вторым номером не хотел. Но всего этого я не сказал Доре. Вместо этого соврал, что уезжаю на неделю в

колхоз помочь бабушке с огородом. Позвонил, чтобы объяснить, только через неделю. Ох, сколько ругани было! Но теперь вы понимаете, почему мне так хотелось заработать на квартиру в Ташкенте? Три месяца мы общались по международной связи. Это сейчас есть Viber, IMO, Whatsapp,

звонок, и её голос в трубке произносит: «Я в Киеве». С этого момента и начались наши отношения. Родители Доры были против. Когда дочь тайно улетела в Киев, они отказались от неё, но потом смирились. Сейчас даже говорят, что я их любимый зять.

- Вы с женой воспитываете 16-летнюю дочь. Её жизнь также связана с тхэквондо?

- Я с четырёх лет водил Диану в зал, купил добок (разновидность кимоно), строил планы на её спортивную карьеру. А дедушка, который всю жизнь мечтал о дочке, но воспитывал трёх сыновей,

без конца повторял: «Девочки драться не должны. Девочки должны танцевать». И это стало её козырем! Мы не стали ломать Диану и разрешили заниматься тем, к чему лежит душа. Да и тренировать собственного ребёнка - дело неблагодарное. Представьте, в зале ты строгий тренер, а дома - добрый папа. Нет воспитательного эффекта, ведь ты должен быть одинаков везде.

Мы пришли к соглашению, что дочь занимается тхэквондо в своё удовольствие. Диана выполнила норматив чёрного пояса «чтобы папа был доволен», но увлекается танцами и музыкой, пробует себя во фристайле. Питаю надежду, что всё у неё получится.

- Подозреваю, что первые годы в Киеве выдались сложными. Что вы помните из того периода жизни?

- Тот период укрепил нашу семью. Приходилось мотаться по съёмным квартирам, меняя их в лучшем случае раз в три месяца. Но запомнились почему-то сдобные булочки, которые мы с супругой каждый вечер покупали к чаю. Они были такие вкусные, что не описать. Будете в Киеве - обязательно попробуйте!

Екатерина ЦОЙ,
фото из личного архива О.НАМА



Анна Ким: «Я считаю, что, прежде всего, я личность»

Анна не идёт, а порхает по жизни – лёгкая, улыбчивая, стремительная, но при этом такая сильная и успешная. Как хрупкой женщине удастся совмещать в себе роли бизнес-леди, жены и мамы трёх очаровательных девочек – читайте в нашем интервью.



- Как Вы пришли к идее создания кофейни LeBuffet?

- Когда я была подростком, мы с мамой и папой впервые поехали в Париж. Для меня это стало настоящим вдохновением! Узкие французские улочки, маленькие, но такие уютные кофейни, запах свежей выпечки и кофе... Именно тогда и загадала, что у меня будет кофейня с французским флёром! (Улыбается).

- Кто помогал Вам в открытии кофейни, подборе персонала, налаживании работы?

- Моим помощником и партнёром является родной брат Андрей, который посчитал эту идею успешной. Мы собственники своего бизнеса, не привлекали инвестиции извне. Нас с братом в тот момент очень поддерживала семья, мне по сей день помогает моя любимая свекровь Светлана. У нас собралась команда единомышленников: близкая подруга Кристина стала шефом-кондитером и работала нам фирменные десерты, познакомились с опытным бариста Антоном и наладили работу бара. Мы помогли друг другу во всём, создава-

ли проект вместе. Это командная работа, потому что без Антона, Кристины, шеф-повара Джубы, а теперь Сунната, мы бы не пришли к тому, что у нас есть сейчас!

- С какими трудностями пришлось столкнуться на этапе открытия кофейни?

- Буду говорить откровенно: бюджет, который мы заложили в этот проект, в итоге сильно изменился. Как выяснилось, кухня – это такая вещь, где всё приходит с аппетитом. Хочется и посуду получше закупить, и кофемашину посерьёзнее. Ну и второй момент – кадры. Мы долго не могли найти себе администратора, который бы грамотно выстроил процессы.

- Был ли момент, когда хотелось всё бросить и сказать, что Вы больше не хотите этим заниматься, что это не нужно, остановить всё и продать бизнес?

- Честно говоря, такое было не раз! Это довольно непростой бизнес, на самом деле. Здесь ты ежеминутно зависишь от мнения гостей, от того, что и кому они в дальнейшем скажут. Мы ведь живём в Узбекистане, здесь самая действенная реклама – «сарфанное радио». В карантин состояние «бросить всё» особенно остро ощущалось, поэтому да, лукавить не буду, бросить всё и сбежать от проблем хотелось и не раз.

- С момента карантина прошёл почти год. Анна, чем стал карантин для Вашего бизнеса?

- В период карантина мы многое поняли. Например, не были готовы к «take away», у нас элементарно не было telegram-бота. Пандемия стала для нас лакмусовой бумажкой - показала, на что нужно обратить внимание,

какие позиции добавить в меню, например. Но знаете, мне грело душу то, что гости скучали по нашему заведению. В такие моменты, приходит осознание, что всё не зря и нужно продолжать делать своё дело. Да, этот год был очень нелёгким для нас, как и для всех. Но мы серьёзно обдумали дальнейший план, поэтому только вперёд и не сдаваться!

- Анна, Вы также работаете и в компании по производству мебели, как удастся всё совмещать?

- На самом деле, мне очень часто кажется, что мне совсем это не удаётся! (Смеётся). Большую часть своего времени провожу в Progress Impress. И в кофейне, и в мебельной компании я занимаю руководящие должности, это накладывает серьёзную ответственность. Чтобы держать себя в тонусе, пишу планы: на год, на месяц, на неделю и на день. Мой секрет – это планирование.

- Кто вы в первую очередь: бизнес-леди или всё-таки мама и жена?

- Я считаю, что, прежде всего, я личность. Просто Аня, которая постоянно стремится к развитию. Не бизнес-леди и не мама, а человек, который старается быть хорошим. Наверное, именно в этом и кроется мотивация моих поступков.

- Находится ли в Вашем плотном графике время на то, чтобы проверять домашние задания у детей?

- Из трёх моих дочерей только старшая ходит в школу, её успеваемость я



проверяю через онлайн-дневник. Это очень удобная система, которая позволяет родителям всегда точно знать,

как обстоят дела в школе на самом деле! (Улыбается).

- Какая Вы мама: добрая или строгая?



- Считаю, что добрая. Но вот моя мама говорит, что надо быть строже, потому что я расслабляю своих детей. Но стараюсь объяснить детям и показать своим примером, что начатое надо доводить до конца. Если, например, они начали заниматься каким-то факультативом или видом спорта, то не нужно бросать на половине пути. Я сама такой человек – если

начала, то непременно должна закончить.

- Поделитесь секретом: как сохранять баланс между работой и личной жизнью?

- Я не работаю по вечерам. У меня строго выстроенный режим дня – на работе нахожусь с 9:00 до 18:00. После чего забираю младшую дочь из детского сада, мы приезжаем домой, готовлю ужин и дальше принадлежу только своей семье. Мне стараются даже не звонить по работе – знают, что не отвечу. Я считаю, что в этом и есть мой баланс – планировать время и никогда не обделять семьей и саму себя.

- Что Вас вдохновляет и заставляет постоянно развиваться и двигаться вперед?

- В первую очередь, меня вдохновляют и мотивируют мои дети. Хочется дать им только лучшее, в первую очередь, образование. Также меня вдохновляет то, чем я занимаюсь – кофейня, производство. Даже если что-то не получается с первого раза, стараюсь довести это до совершенства, чтобы насладиться полученным результатом. В такие моменты понимаю, что могу ещё больше и лучше, поэтому вновь двигаюсь вперед. Я

вообще такой человек – могу во всём найти вдохновение.

- Пожелайте что-нибудь женщинам, которые только начинают совмещать роли жены, мамы и бизнес-вумен?

- Хотела бы пожелать всем женщинам, начинать уже сегодня. Часто, не смотря на то, что мы хотим добиться результата, мы всё равно откладываем «на завтра». А завтра всё никак не наступает. Если появилась идея, нужно так её развить, чтоб вдохновиться и начать действовать. Я хочу пожелать всем женщинам, чтобы они вкла-



дывали силы не только в семью и детей, но и в себя, в свои знания, в своё развитие. Чтобы, просыпаясь по утрам, они думали не только о том, какой приготовить завтрак и как не опоздать с детьми в школу, а думали о своём «Я», которое многого может добиться уже сегодня.

Вероника САМОЙЛОВА,
фото из личного архива
Анны КИМ

Праздник весны

Весна – праздничное время года, с наступлением которого у каждого из нас всегда поднимается настроение, дни становятся длиннее, ярче светит солнце.

Международный женский день отметили в Ташкентском городском отделении Мирзо-Улугбекского района. Мероприятие прошло в зале кафе «Бухара». На долгожданную праздничную встречу собрались представители Мирзо-Улугбекского корейского культурного центра.

С приветствием к присутствующим обратилась председатель центра Клавдия Ким-Бикинова. Со словами поздравления, пожеланиями здоровья и благополучия она обратилась к

женщинам, находившимся в зале. Музыкальный подарок – песню «Мама» преподнёс женщинам певец и музыкальный руководитель Валентин Хан. Присутствующие на мероприятии тепло поздравили с днём рождения



Софью Ким, 1 марта ей исполнилось 83 года. Софья Сергеевна родилась в Казахстане, после окончания школы поступила в Алмаатинский педагогический институт на факультет русского языка и литературы и проработала учителем в школе.

Под мелодии разных времён и народов: русские, татарские, еврейские, кавказские, корейские и узбекские, – присутствующие не покидали танцевальную площадку.

На празднике все смогли не просто прекрасно провести время за богатым столом в приятной компании, но и зарядиться отличным настроением на все праздничные дни.

Леонора НУРИЕВА,
фото автора

На Хесок — первая в истории Кореи профессиональная художница, литератор и борец за права женщин



На Хесок

В последнее десятилетие в Республике Корея растёт интерес к изучению творчества первой в истории профессиональной корейской художницы, литератора На Хесок (나혜석, 1896–1948). Она родилась в семье состоятельного чиновника с прогрессивными по меркам того времени взглядами, что дало ей возможность получить современное образование и учиться живописи в Японии. При поддержке семьи поступила в Токийскую женскую академию искусств, стала первой женщиной и четвёртым корейцем, получившим диплом по специальности «Западная живопись». На Хесок – первая дипломированная художница в истории Кореи. Её личному примеру последовало немало корейских девушек, закончивших академии искусств в Японии, но, как правило, после замужества они оставляли живопись.

На Хесок, став женой и матерью, не перестала серьёзно заниматься творчеством, а после развода выбрала путь профессионального художника, решив зарабатывать на жизнь продажей картин и литературой. Средствами литературного слова она стремилась просвещать современниц. Со страниц газет женщина заявляла о том, что её

соотечественницы должны перестать существовать в рамках, отведённых им обществом, что они прежде всего личности, а только потом женщины. В стихотворении «Кукольный дом, 인형의 집» (1921), опубликованном в одной из газет, она писала, что женщина не кукла, принадлежащая отцу, мужу, а прежде всего человек, и заявляла о необходимости предоставления им права выбора и свободы. В стихотворении «Нора, 노라» (1922) словно манифест звучат слова:

*Я – человек. Прежде чем
быть женой и матерью,
Я – человек.*

На Хесок требовала равного отношения к женщинам, не боялась бросить вызов существующей системе и обществу, открыто критиковала понятие хёньмоян-хо («добрая жена и мудрая мать»), превращающее, по её мнению, женщину в домашнюю рабыню. В живописи и печатной графике также нашли отражение феминистские взгляды На Хесок.

В 1919 году вскоре после возвращения из Японии она опубликовала в газете серии графических работ, в которых показала, как происходит подготовка ко дню Нового года по лунному календарю. На Хесок изобразила процесс приготовления к празднованию, важной частью которого является обряд поминовения предков. На рисунках все женщины без исключения в семье заняты приготовлением еды, стиркой, шитьём, торопятся успеть подготовить всё необходимое, подгоняемые друг другом, организуют пространство для проведения обряда, одевают сыновей для участия в нём,

а сами вместе с дочерьми остаются «за кадром». На Хесок показала, что, являясь двигателем процесса, женщины не принимали участия в событии, для подготовки к которому они несколько дней работали не покладая рук. Она проиллюстрировала тот факт, что в традиционной семье им отведена роль домашних рабынь. На Хесок призывала современниц заниматься искусством профессионально, указывая на то, что женщина может успевать выполнять семейный долг и быть активным членом общества. Эти идеи раскрыты в работе «Один день Ким Ирёп, 김일엽의 하루» (1920). На Хесок изобразила один день современной женщины, которая читает по ночам, пишет стихи, пока варит обед, а вечером готовит рукопись. Художница представила идеал женщины нового типа, которая не пренебрегает долгом по отношению к семье и успевает заниматься творчеством.

На Хесок создала более трёхсот по-



『신여자』 제4호(1920.4)에 실린 나혜석의 연수 목판화—김일엽 선생의 가정생활 '신여자'를 주재했던 김일엽의 바쁜 하루를 일러하기 묘사했다.

лотен, однако до нас дошли лишь двадцать из них. В масляной живописи сложно найти отражение прогрессивных взглядов художницы. Хотя

само по себе занятие живописью профессионально было явлением социальной значимости и отражением передового сознания художницы. На Хесок на протяжении жизни создавала в основном импрессионистические пейзажи. Во время путешествия по Европе она познакомилась с авангардными направлениями и недолгое время экспериментировала с кубизмом и фовизмом. Находясь в Париже, На Хесок нарисовала первый в истории Кореи женский автопортрет, который является самой известной из её картин. При первом же сравнении фотографии художницы с знаменитым «Автопортретом», бросается в глаза, насколько сильно она изменила свой внешний вид. Нарисовав острый подбородок, изменив разрез глаз и увеличив их размер, На Хесок словно попыталась придать своему лицу более европейский вид. Можно высказать предположение о том, что, находясь в Европе, художница стремилась понять и принять западный образ жизни, что выразилось в желании быть похожим на европейку не только способом мышления, манерой одеваться, но и лицом. Столкнувшись с неприятием и резкой критикой корейского художественного сообщества и публики после громкого развода, На Хесок отказалась от экспериментов и продолжила писать пейзажи в манере импрессионистов. Стоит отметить, что почти на всех её пейзажах изображены здания традиционной корейской архитектуры. Художница не раз заявляла о том, что корейская масляная живопись должна отличаться от западной. Не смотря на то, что На Хесок рисовала маслом и выбирала традиционные для западных художников сюжеты, она стремилась найти способы выразить национальное средствами западной живописной техники.

После развода На Хесок лишилась возможности видаться с детьми, поскольку по закону дети должны были оставаться с отцом. Это вынудило её

опубликовать в газете «Признания о разводе, 이혼 고백장» (1934), в которых она резко раскритиковала корейское общество, требующее от женщины по старым обычаям приносить себя в жертву и беспрекословно подчиняться мужчине. В результате На Хесок оказалась в изоляции, реакция на её выставки была очень холодной, художница осталась без средств к существованию, несколько лет скиталась и скончалась в одной из сеульских больниц.

Сегодня южнокорейские специалисты в большей степени интересуются литературным творчеством На Хесок, находя в нём истоки корейского феминизма. В скором будущем, наверняка, появятся исследования с переосмыслением значения её живописи. Не смотря на то, что На Хесок не смогла разработать индивидуальный художественный язык, она по праву занимает отдельное место в истории корейского искусства XX века. Художница сыграла важную роль в становлении традиции масляной живописи в Корее и распространении среди широких масс насе-

Автопортрет



вала, что женщина может заниматься творчеством профессионально и наравне с мужчиной. Она прежде всего просветитель, посвятившая жизнь и творчество борьбе за права женщин и права творческой личности, а также реформированию сознания современников средствами живописи и литературы.

Непоколебимая в правоте своих убеждений, На Хесок вызывает бесстрашие и восхищение, а порой и недоумение современных корейцев. Она является символом независимой образованной женщины. Однако трагический поворот в её судьбе сегодня служит предостережением женщинам-интеллектуалкам, которые стремятся выйти за рамки предписанных обществом правил существования. Чувство неуверенности, испытываемое женщиной, которая хочет посвятить себя профессиональной деятельности, но при этом боится пренебречь выполнением обязанностей жены и матери, называют комплексом На Хесок (나혜석 콤플렉스).



ления представлений о характере западной живописи, как классической, так и более экспериментальной. Её первую персональную выставку, открывшуюся в 1921 году, посетило более пяти тысяч человек. Кроме того, личным примером На Хесок доказы-

Елена ХОХЛОВА,
г. Москва

Ли Орён

Что скрывается за пейзажем

В нашей традиционной рубрике «Литературная страница» начинаем публикацию рассказов, принадлежащих перу Ли Орёна (псевдоним Нынсо) - южнокорейского педагога, романиста и писателя, литературного критика и министра культуры (1990-1991 гг.). Впервые автор обратил на себя внимание после того, как в 1956 году в газете «Хангук Ильбо» было опубликовано эссе «Разрушение идола», в котором он утверждал, что в ситуации абсолютного «бесплодия» культуры, непременно нужно закладывать её новый фундамент; а также подчёркивал, что, стоя лицом к запретам идеологии и диктаторского режима, культура должна давать им отпор и осуществлять сопротивление. Хотя Ли Орён и получил признание в обществе как «наивысший разум этого поколения» и «Самая выдающаяся и творческая личность во всей 5000-летней истории Кореи», однако он был раскритикован за врождённую вольность в высказываниях.

Это была просёлочная дорога, не отмеченная на географической карте. Обычная дорога, усыпанная мелкими камешками попеременно с песком, с цветущим тут и там подорожником, которую можно увидеть в любой корейской деревне, если немного отойти в сторону от шоссе.

Эта безлюдная дорога, огибавшая голую, лишённую растительности гору, представляла грустную картину. Обычно деревенские жители называют её «дорогой для лошадиных повозок».

Я тогда ехал по ней на джипе. Моя родина и моя родная деревня, которую я видел из окна машины, представляла передо мной какой-то очень заурядной, тесной, бедной и печальной.

Перед глазами мелькали забытые за долгие годы картины, тихие и однообразные: соломенные крыши покосившихся лачуг, каменные ограды и потрескавшиеся от времени надгробия, речка с тополем на берегу, алтарь для духов-покровителей деревни, заросшие травой заброшенные могилы, заросли акации, поляны клевера, поля ячменя...

Там царил покой, которое можно почувствовать во взмахе крыла белой цапли, в легкой ряби небольшого прудика, в тихом кружении опадающих листьев, в прохладной тени горного ущелья. Но это было спокойствие, близкое к запустению. Это была тишина, которая вызвала во мне что-то более глубокое, чем просто ностальгию.

Это было не любовное окружа-

ющей красотой, а какая-то смутная боль, неясная тоска, застывшая неподвижность – как огромная ноющая рана, как пугающая пустота. Но без этой боли и пустоты, казалось, невоз-



Ли Орён в 60-е годы

можно было почувствовать истинную неяркую красоту открывавшегося передо мной пейзажа. Неотъемлемой частью этой картины были деревенские дети с распухшими от голода животами, крестьянки с осунувшимися потными лицами, их песни и незатейливые житейские разговоры.

Всё это предстало передо мной, когда мой джип начал спускаться с невысокого холма.

То, что произошло чуть позже, нельзя назвать происшествием. Это был обычный случай, но он глубоко

запал мне в душу.

Впереди джипа шли два старика, муж и жена. Услышав неожиданный сигнал машины, они хотели уйти с дороги, но так испугались, что не знали, куда им бежать. И вдруг, взявшись за руки, неуклюже помчались вперед. В спешке один из супругов потерял башмак, и тогда, чтобы поднять его, они бросились назад и чуть не попали под машину. Вот, собственно, и вся история.

Всё происшествие заняло какой-нибудь десяток секунд, и машина, как ни в чём не бывало, помчалась дальше. Водитель сначала смеялся, глядя на убегающих от машины стариков, но потом, когда чуть не сбил их, ругался, однако и это не заняло много времени. Дальше он ехал спокойно, напрочь забыв о недавнем происшествии. Я же, наоборот, всё это запомнил, и эта сцена ещё долго стояла у

меня перед глазами – огрубевшие тёмные лица, растерянный вид и согбенные спины стариков, словно испуганные утки, неуклюже убегающие от машины; дрожащие костлявые старческие руки, крепко сцепившиеся в минуту опасности; ещё рука, державшая ветхий узелок с торчащим из него сухим минтаем; рука, схватившая соскочивший башмак...

Я смотрел на этих корейцев и видел в них своих предков, живших так веками, предков, вечно от кого-то спасавшихся.

Да. Они не были похожи на тех чужеземцев, выросших на асфальте, которые безбоязненно уступают дорогу машинам. Старика, спасающегося бегством, над которыми смеялся мой водитель, ничем не отличались от стаи уток

или кур, которые в испуге неслись впереди машины, неуклюже размахивая крыльями.

Почему же корейцы, когда их настигали многочисленные беды и несчастья, только безоглядно убегали от них как глупые домашние птицы? Почему всегда были испуганными и растерянными?

Ответ надо искать в тех краях, где испокон веков жили корейцы, и на тех ветрах, которые проносятся над ними.

우즈베키스탄 태권도 국가대표팀 감독 알렉산드르 김, 《좋아하는 일을 하고 있는데, 다른 일을 찾을 필요가 있는가?》

1991년 알렉산드르 김은 세계태권도연맹 WTF 대회에서 우즈베키스탄에서 처음으로 챔피언이 되었고 2001년 우즈베키스탄의 영예로운 트레이너로 합류하였고, 2014년 정부에서 주는 상인 «Ўзтироф» 를 수상했다. 현재 알렉산드르는 올림픽을 준비하며 대표팀의 훈련을 담당하고 있다. 인터뷰를 통해 태권도가 어린이들에게 이로운 점과, 각종 국제 경기에 대한 이야기와 함께 희생을 하는 남자들을 혼내준 태권도 선수 굴사 남 알리자노바에 대한 이야기도 나왔다.

어떻게 해서 태권도를 시작하게 되었는가? 이 특별한 무술을 하게 된 계기가 있었나?

우즈베키스탄 태권도의 개척자인 박 올렉 리보비치와 리 아딕 발렌티노비치로부터 1989년 러시아의 트베리에서 열리는 전 러시아 태권도 대회에 참가해보라는 제안을 받았다. 태권도는 나에게 낯선 새로운 스포츠였고 심지어 한국의 스포츠였기 때문에 흥미를 느꼈다. 당시 많은 젊은이들이 동양 무술을 좋아했었다. 예를 들어 나는 가라테를 했었다. 그리고 첫 번째 챔피언십에서 나는 금메달을 획득했다! 그렇게 해서 태권도와 관련된 나의 미래가 열리게 되었다.

2002년에 당신은 우즈베키스탄 국가대표팀의 감독이 되었다. 선수지도에 끌리는 이유는 무엇인가?

나는 다른 분야에서 일한 적이 없다. 좋아하는 일을 하고 있는데, 다른 것에 기웃거릴 필요가 있는가? 대표팀 코치는 큰 목표를 두고 성공을 위해 가는 의미 있는 일이다. 초심자나 재능 있는 선수들을 챔피언으로 성장시켜야 하는 일이다. 코치의 임무는 적절한 공격 아이디어 또는 기술을 설명하고 전달하는 것이기 때문에 학생들에게 큰 소리를 지르지 않으려고 노력한다.

물론 감독의 지위는 책임이 막중하지만, 팀을 어디로 어떻게 이끌어야 하는지 알고 지도하면 바른 길을 찾아 갈 것이다.

팩트1

국제 태권도 조직에는 WTF (세계태권도연맹)와 ITF (국제태권도연맹)가 있다.

ITF는 군인을 위해 최후회 장군이 개발한 정식 태권도 스타일을 고수한다. 여기에서는 팔과 다리가 똑같이 사용되며 손 대 손 대결의 효율성이 우선이다.

WTF는 올림픽 경기를 하기 위해 만들어졌다. 선수는 주로 발로 치고 손은 거의 사용하지 않는다.

우즈베키스탄 태권도 상황은 어떠



한가?

스포츠는 국가로부터 많은 지원을 받는다. WTF에 포함된 국가는 광범위하며 210 개국에 달한다. 우즈베키스탄 국가 대표팀은 토너먼트에 참가하기 위해 세계 어떤 대회든지 나갈 수 있다. 우리 팀은 1년에 10-12 번 국제 대회를 나간다. 우리는 올림픽에 진출하는 것에 필요한 등급 포인트를 획득할 수 있는 대회를 선택해서 나간다.

대유행 기간 동안에도 우리 선수

들은 지속적인 훈련을 위한 필요한 조건을 제공 받았다. 우리는 적극적인 훈련을 위해 타슈켄트 훈련 기지에서 록다운 기간을 보냈다. 태권도 협회는 타박상, 탈구, 골절이 자주 발생하는 스포츠이기 때문에 의사와 마사지 치료사도 배정된다.

또한 우즈베키스탄 대표팀은 정기적으로 산에서 훈련을 실시한다. 처음에는 저혈압과 낮은 산소 농도 때문에 운동 결과가 좋지 않다. 그러나 선수들은 점차 적응하게 되고 지구력도 좋아진다. 폐활량이 증가하고 심박수와 근육 산소 포화도가 정상으로 돌아간다. 결과적으로 도시로 돌아온 후 몸은 산에서 적응한대로 최대한 효율적으로 작동하게 된다.

패배와 같이 스포츠에서 불가피한 요소에 대해 이야기를 하자. 운동 선수가 자신에 대한 확신을 잃지 않고 어떻게 살아남을 수 있을까?

이전에 나는 패배에 대해 스스로 심하게 화를 내며 나 자신을 비난했다. 그러나 수년에 걸쳐 승리와 함께 패배의 경험을 통해 패배한 이유와 이기기 위해 필요한 것이 무엇인가에 대해 깊게 연구하게 된다는 것을 이해하게 되었다. 나는 다른 사람이나 상황이 아니라 스스로에게서 이유를 찾아야 한다는 생각으로 학생과 코치 모두를 교육하고 있다. 패배했는가? 무엇이 패배를 야기했는지 이기기 위해 필요한 것이 무엇인지 생각하는 것이 중요하다.

다.

예를 들어, 우리 선수들은 오랫동안 올림픽 챔피언인 한국 태권도 선수 차동민을 이길 수 없었다. 우리는 4 번의 대련으로 만났지만 계속 패배했다. 그리고 마침내 다섯 번째, 그의 대련 모습을 분석한 후 오랜 동안 훈련을 하여 결국 우즈베키스탄에 승리를 가져왔다!

수많은 해외 대회에 대해 언급하였는데, 그 중 어느 나라가 가장 인상에 남는가?

선수들의 경우 가장 중요한 경기는 올림픽이다. 따라서 2008 년 올림픽을 개최한 베이징과 2016 년 리우데자네이루의 올림픽이 기억에 가장 남는다. 베이징에서 우즈베키스탄 대표팀은 메달권에 가깝게 갔다. 지금까지 그 게임 참가자들을 만나면 승리를 놓친 이유가 무엇이었는지에 대해 여전히 논쟁을 벌인다. 그리고 리우데자네이루는 활기차고 잊을 수 없는 카니발 도시였다.



브라질은 높은 범죄율로 유명하다. 경기에 어떤 영향을 미치지 않았나?

우즈베키스탄 대표단은 다행히도 위험한 상황을 피해갔다. 초창기에 우리는 자유롭게 도시로 나가 명소를 방문하고 ‘설탕빵’ 이라 불리는 ‘팡지아수카르산’ 에도 올라갔었다.

그 후 주최측은 리우데자네이루에서 택시에 탄 관광객을 택시에서 내리게 하고 구타하고 금품을 강탈하기도 하기 때문에 올림픽 선수촌을 자주 나가지 말라고 조언했다. 다음과 같은 공식 지침이 있었다. “범죄자들이 요구하는 대로 모든 것을 다 주어라. 대회 운영위에서 나중에 손실을 본 부분을 보상할 것이다. 가장 중요한 것은 다치지 않는 것이다. <팩트2

2017년 세계 태권도 연맹 WTF는 세계 태권도 연맹에서 세계 태권도로 개명하였다.

그 이유는 인터넷 사용자들이 종종 영어로 된 욕설과 일치하는 약어 WTF에 대해 농담을 했기 때문이다. 새로운 ‘세계 태권도’ 명칭과로고는 한국에서 열린 세계 선수권 대회

에서 발표되었다.

태권도는 한국의 전통 무술이다. 우즈베키스탄에 태권도를 배우는

고려인들이 많은가?

우즈베키스탄에서 태권도가 퍼지게 된 초창기 5 ~ 10 년 동안에는 동포들이 많았지만 이제는 거의 사라졌다. 사람들은 흩어지고 다른 것에 관심을 가지게 되었다. 하지만 최근 우즈베키스탄 선수권 대회의 청소년 경쟁부문에 고려인들이 나타났다. 이들이 우리의 미래 스타가 되기를 바란다.

태권도에도 어떤 흐름이 있나?

이전에는 대련을 하기도 전에 한국 선수들에게 정신적으로 패배했

기도 급격히 증가하였고, 오늘날 여러 국가들은 기술면에서 많이 동등해졌다.

우즈베키스탄의 태권도는 아시아 5 위, 세계 20 위권에 속한다. 우리 선수들은 이미 이기는 방법을 알고 있으며 이전에 존재했던 한국 참가자들에 대한 두려움도 극복했다. 물론 초보자로 챔피언과 맞서면 심리적 부담을 가지게 된다. 그러나 여기에는 단 하나의 해결책이 있다. 필요한 경험을 쌓고 실력을 강화하기 위해 국가 대표팀을 국제 토너먼트에 출전시키는 것이다.

여성 태권도 선수들의 움직임은 어떠한가? 그 수가 늘어나고 있나?

힘든 스포츠임에도 불구하고 많은 소녀들이 와서 진지하게 훈련하고 좋은 결과를 얻고 있다. 그들의 목표는 올림픽에 나가는 젊은 남성 동료들과 같다.

지난해 말, 언론은 나망간의 어느 버스 정류장에 서있는 소녀를 조롱하고 모욕하기 시작한 두 남자가 태권도 선수인 소녀에게 제압되었던 사건이 널리 보도되었다. 그 사건으로 그녀는 형사 재판을 받았는데 대통령의 딸 사이다 미르지요예바 등이 보인 대중적인 지지로 형사 사건이 무난히 종결될 수 있었다. 그 사건이 소녀들의 무술 대중화에 영향을 미쳤다고 생각하는가? 이 사건으로 그들은 자신을 방어할 수 있는 것이 얼마나 중요한지 생각하게 되었



다. 우즈베키스탄과 전세계 모두에서 그들은 최고였으며 동등하지 않다는 생각이 지배했다. 그러나 태권도가 2000 년 올림픽 프로그램에 도입된 이후 이러한 유형의 무술의 인

을까?

나도 이 사건에 대해 알고 있다. 굴사남 알리자노바는 뛰어난 신체적 특성과 좋은 유연성을 가진 매우 진지하고 열심히 훈련하는 소녀이다.

태권도 협회는 우리 훈련 기지에서 훈련을 받도록 그녀를 타슈켄트에 초청했다. 하루 3 번의 운동을 견

다. 논쟁이 아니라 설명을 해야 한다. 10-15 세인 아이가 운동을 하는 동안 부모는 우리의 친구이자 같은



낸 굴사남은 단지 2~3 개월 만에 레벨을 여러 단계 높여 우즈베키스탄의 챔피언이 되었고 국가 대표팀에 당당히 합류하게 되었다.

나는 소녀들이 스스로를 방어 할 수 있어야 한다고 믿지만 이런 일이 일어난 것은 부끄러운 일이다. 다행히도 그 사건은 잘 끝났지만 상황이 달라졌을 수 있다.

팩트3

WTF의 태권도는 10 개의 색의 급과 9 개의 검은 단이 있다. 9 단 <고수>는 이 스포츠를 홍보한 성과가 있는 사람에게 수여된다. 이 상은 블라디미르 푸틴 러시아 대통령, 후안 안토니오 사마란치 국제 올림픽 위원회 위원장, 자크 로게, 토마스 바흐, 반기문 전 유엔 사무 총장 등 전 세계 소수의 사람들에게만 수여되었다.

태권도를 하면 아이에게 어떤 자질이 생기나?

이 스포츠의 철학은 연장자에 대한 존중, 규율 준수 및 성실한 노력에 기반을 두고 있다. 신체적으로 태권도는 유연성, 근력 강화 및 점프 등을 결합한 프로그램으로 신체가 조화롭게 발전하도록 돕는다. 수업이 시작되는 연령은 개인에 따라 다르다. 경험상, 3 살짜리 학생도 있었지만 보통은 5-6 살에 시작하는 것이 좋다. 아이가 자각이 있고 움직임이 자유롭고, 몸이 훈련에 익숙해 질 정도로 튼튼할 때 시작하는 것이 좋다.

학생들의 부모와 불편한 논쟁을 한 적이 있나?

코치는 논쟁할 수 있는 사람이 아

니다. 논쟁이 아니라 설명을 해야 한다. 10-15 세인 아이가 운동을 하는 동안 부모는 우리의 친구이자 같은 생각과 목표를 갖는 동지가 된다. 물론 걱정이 생기는 것은 당연하다. 아들이 5 년 넘게 태권도를 했는데 어떤 대회에서도 이기지 못해 그 선수의 아버지가 화를 낸 경우가 있었다. 나는 모든 이에게는 각자의 때가 있다고 설명했다. 어떤 운동 선수는 즉시 결과를 볼 수 있고 다른 어떤 운동 선수는 대기 만성으로 더 많은 훈련과 관심이 필요한 경우도 있다. 재능이 없는 아이들은 없다. 모두 재능이 있다. 훈련 과정이 올바르게 구축 되면 아이는 승리할 것이다.

말 그대로 이런 대화가 있는 지 1 년 후, 소년은 우즈베키스탄의 챔피언이 되었다.

코치가 특정 운동 선수의 지도를 거부하기도 하는가?

아마 그런 일도 생기지만 개인적으로 나는 한번도 그런 적이 없었다. 매우 드문 경우에 학생은 다른 코치로 전환하기도 한다. 물론 기분이 좋지 않을 수 있지만 나는 그런 경우, 그런 결정을 이해하고 조용히 가게 한다. 때로는 부모님에게 다른 코치의 지도를 받으라고 조언하기도 한다. 아이는 자신의 재능을 극대화하고 잠재력을 찾아 발전시킬 자신에게 맞는 멘토를 찾을 권리가 있다.

팩트4

WTF 태권도 경기는 남자 3 분, 여자와 청소년 2 분 3 라운드로 진행된다. 승급 시험은 3 개월마다 이루어진다. 첫 번째 급에서 첫 번째 단까지 따는데 6 개월 이내에 한꺼번에 하지 못하도록 되어 있다.

번 아웃을 경험한 적이 있나?

물론 있다. 여기서 가장 중요한 것은 바로 그것을 알아 차리는 것이다. 경험 많은 코치는 학생이 부주의 해지고 갑자기 부상당하는 것을 알아챈다. 태권도를 그만두고 싶어지거나 되는 게 없다고 말하기도 한다. 이것은 피로가 쌓이고 휴식이 필요하다는 의미이다. 그런 경우에는 선수가 그런 상태에서 빠져 나올 수 있도록 도와야 한다. 그를 자연으로 데

리고 나가 맛있는 식사를 하고 마음을 맞대고 대화를 나눈다.

또한 팀워크도 도움이 된다. 수석 코치뿐만 아니라 개인 트레이너와 협회의 다른 직원들도 어려움을 겪는 선수에게 긍정적인 말을 하게 되면, 그 선수는 사람들의 믿음과 격려로 힘을 얻는다.

팩트5

얀텍스 통계에 따르면 태권도를 러시아어로 어떻게 표기하는지 한 달에 천 번 이상 검색한다고 한다. 러시아어 철자 사전 4 판, ed. V.V. Lopatina와 O. E. Ivanova (2012) 는 'тхэквондо' 와 'таеквондо' 의 두 가지 옵션이 허용되었다. 차기판 (2018) 은 'тхэквондо.' 하나로 남겼다.

기사의 주인공은 우즈베키스탄에 서역사적으로 사용해온 <Таэквондо> 식의 표기를 사용한다.

스포츠에서 가장 중요한 것은 무엇입니까?

큰 스포츠 무대에서는 승리가 가장 중요하다. 우즈베키스탄 국가 대표팀은 세계 선수권 대회, 아시아 선수권 대회, 아시안 게임 등 모든 주요



메달을 획득했다. 올림픽만 남았다. 2021 년 도쿄에서의 출전으로 성공적으로 메달을 획득하는 것이 태권도 협회가 달성하고자 하는 현재의 목표이다. 팀의 역량을 강화하는데 도움을 받기 위해 한국의 김진윤 감독을 초청했다. 우리 선수들이 우즈베키스탄을 빛낼 수 있기를 바란다.

글: 에카테리나 초이

번역: 김숙진

ИЗМЕНЕН ПОРЯДОК ПРОХОЖДЕНИЯ ТО

Кабинет Министров принял постановление от 09.03.2021 г. № 125 «О дополнительных мерах по совершенствованию порядка проведения обязательного технического осмотра транспортных средств».

Документ принят в соответствии с Указом Президента от 03.02.2021 г. № УП-6155 «О государственной программе по реализации стратегии

• требования к помещениям и площадям, в которых размещается производственно-техническая база, предназначенная для проведения ТО ТС;

• сроки и периодичность проведения ТО ТС.

МВД поручено до 01.07.2021 г. создать возможность для доступа предпринимателей, занимающихся в установленном законодательством порядке, проведением обязательного ТО ТС, к автома-

• организация эффективного контроля за техническим состоянием ТС, за соблюдением норм и правил их эксплуатации;

• оценка соответствия технического состояния ТС и их устройств техническим регламентам, стандартам, правилам и нормам безопасности дорожного движения;

• уточнение количества, состояния, наличия, регистрации и других необходимых сведений о ТС;

• организация профилактических работ по организации БДД;

• предупреждение, выявление, ликвидация правонарушений и преступлений в сфере дорожного движения и эксплуатации ТС.

Транспортные средства, с даты выпуска которых прошло не более 6 лет (ранее – 5 лет), проходят техосмотр каждые 2 года, а транспорт, выпущенный более 6 лет назад или год выпуска которого не установлен – 1 раз в год.

Легковые автомобили, используемые для перевозки пассажиров на коммерческой основе, автобусы, троллейбусы, трамваи и грузовые автомобили, оборудованные для систематической перевозки людей, с



действий по пяти приоритетным направлениям развития Республики Узбекистан в 2017–2021 годах в «Год поддержки молодежи и укрепления здоровья населения».

Документом одобрены предложения МВД о внедрении:

• порядка использования в подразделениях ГСБДД передвижных мобильных линий технического контроля для проведения обязательного технического осмотра транспортных средств, принадлежащих физическим и юридическим лицам;

• с 1 сентября порядка использования предпринимателями - юрлицами передвижных мобильных линий технического контроля для проведения обязательного техосмотра транспортных средств категории М1, принадлежащих физлицам.

Постановлением утверждено Положение о порядке проведения обязательного технического осмотра (далее – ТО) транспортных средств (далее – ТС), которое предусматривает:

• порядок проведения ТО автотранспортных средств, электромобилей, их прицепов, принадлежащих физическим и юридическим лицам, а также трамваев и троллейбусов;

тизированной информационной системе «Технический осмотр» ГСБДД.

С 1 сентября 2021 года отменяется практика выдачи талонов о прохождении техосмотра для всех видов транспортных средств, за исключением транспорта, выезжающего за рубеж.

Обязательный ТО ТС проводится в соответствии с настоящим Положением Государственной службы безопасности дорожного движения МВД и субъектами предпринимательства – юридическими лицами.

Обязательный техосмотр транспортных средств категории М1, принадлежащих физлицам, проводится только субъектами предпринимательства.

Основными задачами проведения обязательного ТО являются следующие:



числом мест для сиденья 8 и более (кроме места водителя), специальные транспортные средства и прицепы к ним для перевозки крупногабаритных, тяжеловесных и опасных грузов, проходят техосмотр, как и раньше, 2 раза в год.

Баходир БУХОРИЙ,
эксперт Norma.uz

Весенняя усталость

Для многих весна – самое желанное и прекрасное время года. Природа балует лучами солнца, зелёной травкой и долгожданным теплом. Однако есть люди, которые совсем не рады этим переменам. Длительное отсутствие солнечного света, нехватка овощей, фруктов и зелени в рационе, снижение физической активности зимой часто приводят к истощению организма.

Если вы быстро устаете, испытываете чувство тревоги, раздражительности и даже подавленности, то, скорее всего, у вас – весенняя усталость. Эффективные способы избавиться от неё предлагают специалисты.

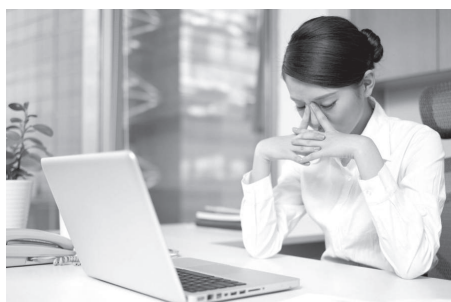
Зимой мы стараемся свести к минимуму свои перемещения по городу и контакты, к тому же ситуация с пандемией тоже тому поспособствовала. Обычные люди, постоянно пребывая в замкнутом пространстве, в полной мере испытывают негативные последствия для физического и психического здоровья. Поэтому старайтесь как можно чаще гулять. Особенно хорошо, если удастся погулять в сквере или парке.

Зачастую, чтобы поднять настроение, достаточно просто включить заборную мелодию. Хорошая музыка влияет на настроение человека, её прослушивание снижает усталость и раздражительность, а также улучшает настроение и помогает расслабиться. Так что не забывайте включать воодушевляющую вас мелодию не только когда душа поёт, но и когда кошки на душе скребут.

Нам хорошо – мы смеёмся. Но существует и обратная связь: стоит засмеяться, как настроение улучшается. Это подтверждают многочисленные исследования, начавшиеся ещё в 70-х годах прошлого столетия в США. Учёные выявили целебное влияние смеха на организм человека. В результате он ощущает приток энергии и хорошего настроения.

Влияние спорта на физическое состояние человека ни у кого не вызывает сомнений. Однако последние исследования свидетельствуют ещё и о том, что существует связь между упражнениями и эмоциональным состоянием. Было установлено, что во время физических нагрузок включается специальный компенсаторный механизм, стимулирующий в мозге участки, отвечающие за ощущения радости и удовольствия. Он достался

нам в наследство от предков. Хорошая новость заключается в том, что для активации этих биохимических процессов вовсе не обязательно гоняться целый день за антилопой или убегать от саблезубых тигров. Как утверждает Г.Рейнолдс (журналист газеты «Нью-Йорк Таймс») в своей книге «Первые 20 минут: удивительные научные открытия о том, как мы можем тренироваться лучше, умнее



и жить дольше», чтобы значительно улучшить свое здоровье и моральное состояние, совершенно не нужно становиться профессиональным атлетом. Рейнолдс поясняет, что для хорошего настроения, снижения тревоги и уровня стресса достаточно энергично упражняться хотя бы 20 минут в день, но регулярно.

Целительная сила объятий тоже не осталась без внимания современной науки. Учёные отмечают, что в минуты наивысшего эмоционального потрясения – как положительного, так и негативного характера – мы всегда стремимся обняться с близким нам человеком. Этот инстинкт имеет точное научное объяснение: во время объятий в организме выделяется окситоцин, который ещё называют «гормон удовольствия». Именно благодаря ему снижаются артериальное давление, уровень стресса и беспо-

койства. Однако этот эффект наблюдается, только если вас обнимает человек близкий и приятный. В противном случае объятия могут привести к противоположному результату.

Ещё древние греки подметили: мы – то, что мы едим. Разумеется, это касается не только телесной оболочки, но и душевного здоровья. Не стоит забывать, что многие перепады настроения, душевные терзания и неясные устремления порой объясняются банальным недостатком в организме каких-либо веществ. Так, доктор Д.Холл-Флавин, психиатр одной из крупнейших в мире американской медицинской клиники Майо, доказал, что фолиевая кислота и витамин B12 играют настолько важную роль в формировании настроения, что их низкий уровень может привести к повышенной тревожности и даже депрессии. Поэтому в весенний период в рационе обязательно должны присутствовать рыба, постное мясо, яйца, молоко, а также цельнозерновые продукты.

Здоровье некоторых людей очень сильно зависит от времени года. Специалисты даже придумали название для подобного явления: «сезонное аффективное расстройство». Его признаки, систематически повторяющиеся в одно и то же время года (чаще зимой или весной), – повышенная сонливость, недостаток энергии, беспричинная грусть. В качестве основных причин такого расстройства ученые Копенгагенского университета называют колебания длительности светового дня и связанный с этим недостаток солнечного света. Как быть? Прибегнуть к светотерапии – использовать любую возможность для пребывания на воздухе, особенно в солнечные дни.

К счастью, сезонные колебания эмоционального состояния довольно редко перерастают в серьезные депрессивные расстройства. В большинстве случаев приведённых выше советов вполне достаточно для того, чтобы человек опять воспрянул духом и начал радоваться жизни. Если же хорошее настроение так и не возвращается, то правильнее всего обратиться к психотерапевту.

Андрей ДИДЕНКО,
врач-терапевт

... ЭТО НУЖНО ЖИВЫМ

5 апреля корейцы будут отмечать традиционный праздник «Хансик» (День холодной пищи). Одна из главных и неотъемлемых частей этого дня – поминальная: миллионы наших соплеменников по всей земле приходят в этот день на кладбища, чтобы поклониться могилам родных и близких.

Первые корейские захоронения, говорят, появились в республиках Средней Азии и Казахстане в 1937 году, в год насильственной депортации с Дальнего Востока. Поначалу хоронили усопших на общих кладбищах, ставили на могиле деревянный крест с именной табличкой и лоскутками белой ткани. Затем постепенно в местах массового проживания переселенцев (колхозах, поселках и городах) появились чисто корейские кладбища, благодаря которым мы, наверное, и сохранили, в той или иной степени, наши национальные ритуальные обряды. Лет тридцать назад, если помните, кладбища в летнюю пору утопали в пышной зелени и цветах. Сегодня же могилы усопших чаще всего замуровываются в бетон, а надгробные памятники отливают

на солнце гранитным изыществом и мраморной изысканностью. Вокруг могил на десятки, а то и сотни метров – ни единого деревца, ни даже захудалого кустика. Такая вот современная, чисто «железобетонная» картинка. Я помню далекие пятидесятые прошлого века, когда переселенцы-хуторяне хоронили своих умерших родичей на ближайших от их саманно-камышовых жилищ невысоких холмах. Сажали у этих мини-кладбищ декоративные кусты и деревья, ежегодно, 5 апреля, скашивали вокруг могил пожухшую траву, красили проржавевшие оградки из тонких металлических прутьев. Затем накрывали надгробный поминальный столик обязательными для такого обряда национальными кушаньями и троекратно били поклоны. Приучали к этому обряду и нас, десятилетних пацанов и девчушек. В те годы холмики эти были во множестве разбросаны на огромных камышовых просторах

рисосеющих хозяйств, раскиданных вдоль могучих тогда ещё рек Сырдарьи и Амударьи. Шло время, сменялись поколения, и так случилось, что молодёжь навсегда покинула те памятные для переселенцев места, а холмики с могилами близких или совсем исчезли, или безнадежно заросли бурьяном и стали безымянными. В последние два-три десятилетия проблемы сохранения обычаев и традиций в корейских диаспорах бывших



советских республик стали жизненно актуальными. Развал Союза резко подхлестнул миграционные процессы, и теперь единокровные члены одной семьи (родители, братья, сестры, их взрослые дети и внуки) вдруг в одночасье оказались в разных странах на огромном евразийском пространстве. Теперь, если, не дай бог, в ближнем или дальнем зарубежье умрёт родственник, не то что на похороны не попадешь (визовой режим, материальные затруднения, и т.д. и т.п.), но и даже отправка телеграммы с соболезнованиями в некоторые страны – задача отнюдь не из лёгких. Лет двадцать тому назад, когда в Узбекистане была разрешена миссионерская деятельность, в городах и селах республики, как грибы после дождя, стали появляться христианские молебные дома, где работу с новоявленными верующими вели в основном пасторы из Южной Кореи. Наши соплеменники, ещё вчера

(при советском строе) убежденные атеисты, вдруг массово потянулись в церковь, активно участвуя во всех проводимых здесь мероприятиях. Многие из прихожан были людьми пожилого возраста, пенсионерами. А потому в завещаниях просили похоронить их по церковным обрядам. И вполне естественно, что похороны эти наталкивались на непонимание и откровенное осуждение местных корейцев, тех, кто привык к давно устоявшимся, традиционным похоронным ритуалам, «завезенным» из Кореи в Россию нашими предками ещё в середине XIX века. Многие из нас были свидетелями того, как на похоронах между самозванными «знатоками» ритуальных обрядов возникают нешуточные споры. Например, как выносить из квартиры (дома) тело усопшего, когда и как накрывать поминальный столик, в каком порядке должна двигаться похоронная процессия, с какой стороны (у изголовья или у ног) устанавливать на могиле памятник и так далее и тому подобное. Причем, спорят вовсе не столетние старцы – живые очевидцы нашего ритуального прошлого, а пред-

ставители третьего и даже четвертого поколений переселенцев, коим сегодня всего около сорока-пятидесяти лет. Наверное, это хорошо, что спорят – ведь в спорах рождается истина. Печально другое. Условия, в которые мы попали после развала Союза (территориальная разобщенность, утеря компактности проживания), обрекли многие наши традиционные (в том числе и ритуальные) ценности на постепенное забвение. Нынче в больших среднеазиатских мегаполисах, а также в сельской местности, где еще компактно проживают корейцы, оказание ритуальных услуг взяли на себя специализированные похоронные бюро. Они предоставляют клиентам широкий набор услуг, так сказать, «с доставкой на дом», по принципу «всё включено». Здесь и гроб, и катафалк, и венки, и написание надгробной надписи на корейском языке, и даже традиционная национальная пища для поминок... Правда, многое

из того, что мы видели на похоронах лет тридцать – сорок назад, подверглось значительному упрощению, а часть ритуалов – откровенной европеизации. Наверное, это потому, что мы, увы, не властны над временем, и оно неизбежно диктует свои правила. Но то в мегаполисах. А что делать тем, кто после распада СССР, под воздействием возникших вдруг непредвиденных обстоятельств, переехал из Средней Азии (к детям, родственникам, друзьям) куда-нибудь в российскую глубинку, за многие тысячи вёрст от мест, где родился и вырос? Их ведь, по некоторым подсчетам, почти треть от численности всей бывшей советской корейской диаспоры. И, конечно же, многие из них уже не

придерживаются так строго наших обычаев и правил: отчасти – по незнанию, отчасти, подчинившись, так сказать, новым жизненным реалиям. Однажды был свидетелем того, как бывший житель Ферганы, а ныне российский гражданин, обитающий последние десять лет под Томском, Виталий Ким, выговаривал своим детям и братьям, приехавшим к нему на 70-летие из Ташкента и Алматы: – Если помру, на похороны приезжать запрещаю. По нынешним временам это бессмысленно, затратно и, по сути, никому не нужно. Чтобы не создавать проблем с ночными бдениями близких у гроба в течение трёх суток, похороните меня сразу же в день моей смерти. Если это случит-

ся зимой, поминки по мне запрещаю справлять, потому что холода здесь арктические – и без этих трудностей человеку нынче приходится нелегко. А кладбище можете посещать не только в те дни, каковые предписывает наш древний обычай, а в любое, удобное для вас время. Главное, чтобы всем было комфортно. Считайте это моим завещанием...

Вот такое необычное и, скорее всего, глубоко выстраданное решение пожилого человека. Имеют ли право его игнорировать те, кому оно адресовано? И как к этому должны относиться мы с вами? Вопросы не праздные.

Владимир ЛИ

День холодной пищи (Хансик)

Большим праздником в календарной обрядности корейцев являлся и является День холодной пищи (*Хансик*). Его отмечали в 1-й день 5-го из 24 сезонов года, или на 105-й день после зимнего солнцестояния (5 апреля). По лунному календарю он приходился на весеннее равноденствие, иногда совпадал со 2-м, реже с 3-м месяцем лунного календаря. Надо отметить, однако, что описание этого праздника в «Тонгук сесиги» приурочено к 3-му месяцу. Время весеннего равноденствия – середина весны, когда бурно обновляется природа, распускаются цветы, поют птицы, начинаются полевые работы. Это земледельческий праздник плодородия. Древнейшей его основой является почитание огня, выступающего в народном мировоззрении как источник плодородия и благополучия. В этот день (а в некоторых местностях и в течение трёх дней до праздника) по традиции никто не зажигал огня, не топил печей; ели холодную пищу, приготовленную накануне. На другой день совершался ритуал добывания нового огня примитивным трением друг о друга ивовых прутьев. Этот древний способ его добывания считался священным и сохранялся в Корее до конца XIX в. Значительно позднее произошло переосмысление праздника холодной пищи. Согласно конфуцианской традиции, в этот

день происходит поминовение Цзе Цзытуя. Обычай чествования памяти стойкого и преданного Цзе Цзытуя перешёл в Корею. Однако официальная конфуцианская версия происхождения этого праздника не вытеснила в сознании корейского народа древних представлений о весеннем празднике как празднике плодородия. Многочисленные этнографические материалы свидетельствуют о том, что представление о плодородии и благополучии у многих народов связано с поминовением предков. В День холодной пищи корейцы готовили вино, фрукты, куксу, овощи и другие разнообразные блюда, а затем отправлялись на могилы предков. Каждый год, когда наступал этот день, кладбище наполнялось людьми, пропалывавшими сорные травы, прибиравшими и подновлявшими могилы, сажавшими вокруг них деревья. С торжественными церемониями возлагали на могилы угощения. Плакальщики перед могилами исполняли грустную песню. Жертвоприношения предкам – корм-

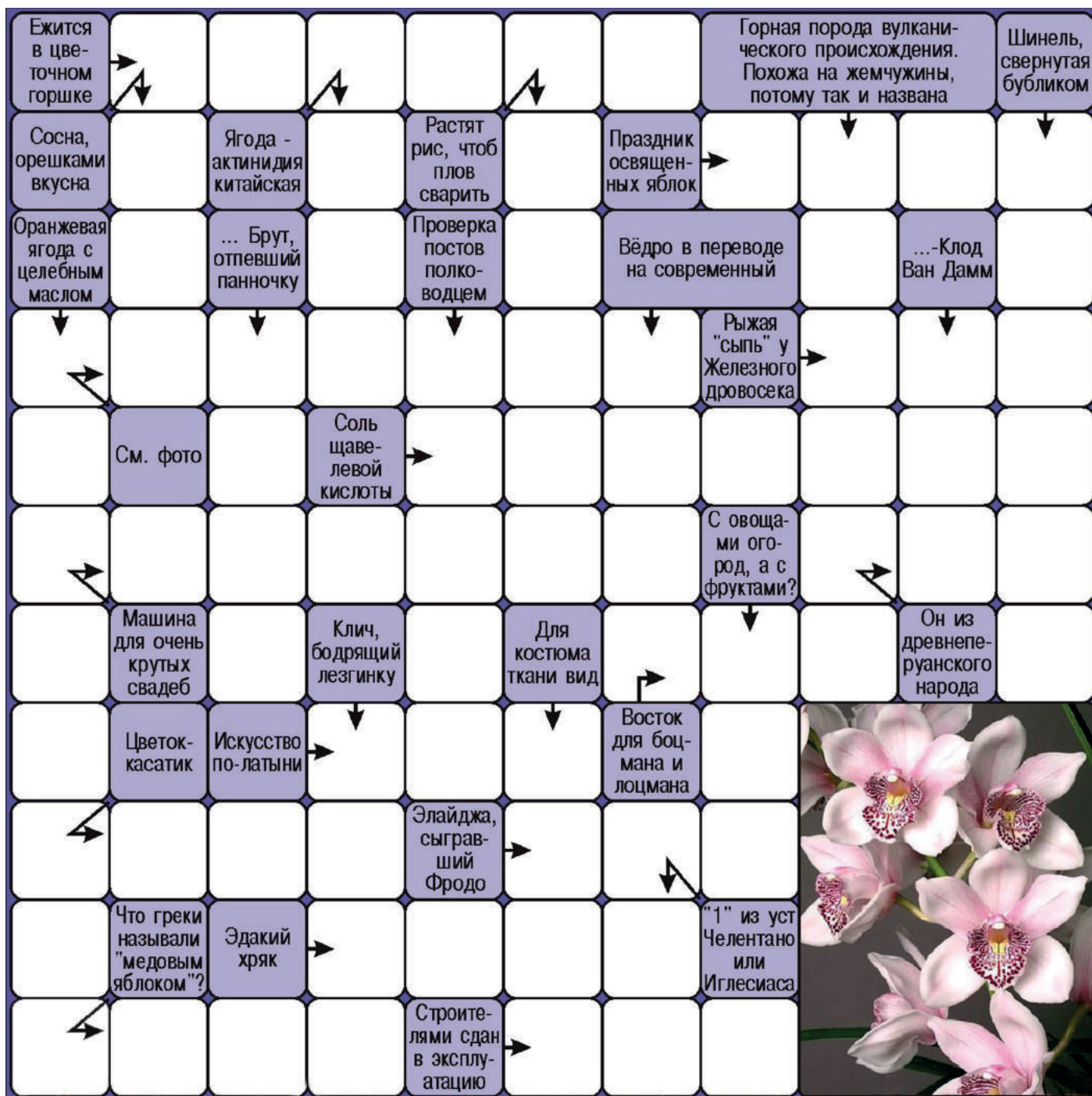
ление покойников – совершались для того, чтобы задобрить, оказать внимание бывшим членам семьи, получить от них помощь, а в период, когда крестьяне шли с плугами на поля, наиболее желаемой помощью было, конечно, получение хорошего урожая.

В провинциях Южный Хамгён, особенно в уездах Синчхон и Пукчхон, с давних времён среди женщин бытовал обычай отмечать День сбора дикого лука (*Толлидэ*). Дата этого праздника была переменной, так же как и дата Праздника холодной пищи. Толлидэ отмечали на второй день праздника Хансик. В этот день девушки и женщины уходили в горы собирать дикий лук и лекарственные растения. Поскольку в день холодной пищи по традиции не разрешалось зажигать огонь, один из первых дней после его наступления был в прошлом посвящён Дню нового огня. В некоторых районах он считался днём начала пахотных работ.

Из книги
«Обычаи и обряды
народов Восточной Азии»

Ассоциация Корейских Культурных Центров Республики Узбекистан, редакция газеты «Корейцы Узбекистана» выражают глубокие соболезнования председателю Самаркандского Областного Корейского Культурного Центра **Николаю Петровичу Киму** по поводу кончины супруги -

Ким Любови Дмитриевны



С 03. 04. 2021 г. во Дворце корейской культуры и искусств начинается вести приём глобальный врач по сотрудничеству в международном агентстве KOICA Республики Корея, специалист-реабилитолог, доктор по восточной медицине **Сонг Ёнг Иль**.

Приём пациентов осуществляется по предварительной записи.

Запись по телефонам: (71) 230-70-51; +998 (99) 843-97-86;
+998 (90) 805-45-36

Уважаемые читатели!

Продолжается подписка на газету «Корейцы Узбекистана». Подписной индекс издания -142, оформить подписку можно в представительствах АК «Матбуот таркатувчи» и в почтовых отделениях связи Республики Узбекистан.

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

Главный редактор: Владислав Хан Редактор: Наталья Шек Компьютерная вёрстка: Владислав Гилиязетдинов	Лицензия № 1038 Издание зарегистрировано УЗАПИ 03.10.2019 г. ISSN 2181-0621 Подписной индекс 142	Учредитель АККЦ РУз Объем 6 п/л фАЗ Тираж 1000 экз.	АДРЕС РЕДАКЦИИ 100116, Ташкент, ул. Ахангаранское шоссе, 11 Телефон для справок: (71) 230-70-57 Присланные материалы не рецензируются и не возвращаются
Газета отпечатана в типографии ООО «Kolorpak» Адрес: Ташкент, Юнус-Абадский район, 17-квартал, ул. Янги-шахар, дом 1а		Заказ № _____	Наш сайт: koryo-saram.ru E-mail: uz.koryoin@gmail.com Подписано в печать: 24. 02. 2021 г.