

Скворец

№ 25 (декабрь 2024)



Вы когда-нибудь поднимали голову к ночному звёздному небу? Уверены, что да... О чём же думает в этот момент человек? Наверное, молодёжь ждёт падающую звезду (на самом деле это никакая не звезда, а сгорающий метеор, но все равно очень красиво) в надежде загадать желание; люди зрелого возраста, созерцая, просто отдыхают; «бархатный» возраст думает о вечном... Зимнее звёздное небо, особенно предновогоднее, ярко, загадочно и маняще.



У КАЖДОГО В ЖИЗНИ
БЫВАЕТ МОМЕНТ,
БЫТЬ МОЖЕТ НЕ ЧАСТО,
РАЗОК ИЛИ ДВА...
СЕГОДНЯ, ВЧЕРА,
ЧЕРЕЗ ТЫСЯЧУ ЛЕТ...
В ДУШЕ ЗАГОРАЕТСЯ
СВЕТ ВОЛШЕБСТВА.

И. Шляпка



КАК РОЖДАЮТСЯ ЗВЕЗДЫ

Если бы на Земле было только одно место, откуда можно было бы видеть звезды, то люди толпами стекались бы туда, чтобы созерцать чудеса неба и любоваться ими
Сенека, 1 век н.э.



Прямо сейчас, когда Вы читаете эти строки, в бесчисленном количестве мест во Вселенной рождаются звезды. Бездонность и необъятность звездного неба по-прежнему необъяснимым образом притягивает к себе взгляды людей, завораживает, гипнотизирует, наполняет душу тихой и нежной радостью, ощущением единства со всей Вселенной.

✚ В нашей Вселенной есть более 100 миллиардов галактик, и каждая из них может иметь более 100 миллиардов звезд. В ясную, темную ночь небо Земли раскрывает нам не более чем 3000 звезд, которые можно увидеть невооруженным глазом.

✚ Звезды бывают разных размеров и цветов. Более горячие звезды излучают белый или синий свет, тогда как более холодные испускают оранжевый или красный свет.

✚ Звезды производят свой собственный свет и энергию благодаря ядерному синтезу. Когда это происходит, создается огромное количество

энергии, заставляя звезду нагреваться и сиять. Светимость звезды зависит от количества энергии, вырабатываемой звездой, и от того как далеко от Земли она находится.

✚ Каждая звезда не вечна. Со временем она исчезает, но на это уходит миллионы и миллиарды лет. Чем больше масса звезды, тем короче будет ее продолжительность жизни.

✚ Согласно нынешней теории образования звезд, звезды рождаются как скопления в гигантских газовых облаках, в которых 75%



вещества - это водород, а 23% - гелий. Газ крутится в пространстве в космических пылевых облаках, называемых туманностями. Со временем гравитация заставляет эти облака конденсироваться. По мере того как они становятся меньше, облака вращаются быстрее из-за сохранения углового момента – того же самого принципа, который заставляет вращающегося фигуриста ускоряться, когда он тянет руки. Большая часть массы собирается в центре. Быстрое вращение облака заставляет его сглаживаться в протопланетный диск. Газ облака нагревается,

когда он попадает внутрь под действием собственной силы тяжести. Когда газ достигает температуры около 15 миллионов градусов по Цельсию, ядра водорода начинают сливаться в ядра гелия, зарождается новая звезда. Молодые звезды на этом этапе называются протозвездами. Протозвезда в центре облака нагревается от гравитационного коллапса водорода и гелия и становится все более горячей. По мере своего развития они накапливают массу из облаков вокруг них и превращаются в так называемые звезды главной последовательности.



ЛЮДИ И ЗВЁЗДЫ

Человек как звезда рождается
Средь неясной тревожной
Млечности,
В бесконечности начинается
И кончается в бесконечности.



Поколениями создается
Век за веком Земля нетленная...
Человек как звезда рождается,
Чтоб светлее стала Вселенная!

Д.Голубков

Друзья, есть ли сходства человека и звезды? Постойте, не торопитесь с ответом, подумайте. Оказывается, что да! Вот некоторые из них:

Уникальность. Каждый человек и каждая звезда во Вселенной уникальны. Каждый человек имеет свои собственные мечты, цели и потенциал, так же как каждая звезда имеет свою уникальную характеристику, размер и яркость.

Сияние. Как звезды, которые светят на небе, люди также могут сиять своим присутствием и достижениями. Каждый человек может внести свой вклад в мир и оставить след в сердцах других людей, так же как звезда светит и оказывает влияние на окружающую среду.

Развитие. Звезды на небе проходят через различные стадии развития, начиная с образования и заканчивая своим существованием. Аналогично, жизнь человека проходит через различные этапы - от рождения до старости. Оба процесса характеризуются постоянными изменениями и ростом.

Удалённость. Звезды на небе кажутся нам далекими и недостижимыми, так же как и некоторые цели и мечты, которые мы ставим перед собой. Однако, так же как астрономы изучают и измеряют звезды, люди могут преодолевать преграды и достигать своих целей.

Красота и величие. Звезды на небе поражают нас своей красотой и величием. Они наполняют наши сердца восхищением и вдохновением. Аналогично, жизнь человека может быть полна красоты и величия, особенно когда мы стремимся к саморазвитию и счастью.

Хотя жизнь человека и звезды на небе имеют свои сходства, они также имеют свои уникальные особенности. В конечном итоге, каждый человек и каждая звезда играют свою роль в этом огромном космическом спектакле, делая его богаче и разнообразнее.

Внешний вид. Обычно, мы изображаем звезду пятиконечной. Если человек встанет, разведя руки и ноги в стороны, то будет напоминать изображение пятиконечной звезды.

Состав. Профессор астрофизики из университета Торонто Ди Сэк Муна не первый утверждает, что люди состоят из звездной пыли. О том, что фосфор и железо в нашей крови имеют звездное происхождение, говорил еще в 20 веке американский астроном Карл Саган.

*Друзья, значит каждый из нас ЗВЕЗДА?!
Значит, в каждом из нас есть внутренний свет,
способный осветить любую тьму.*



ЗВЁЗДНАЯ БОЛЕЗНЬ

Взращивая в себе и наслаждаясь статусом «звезда», мы порой слишком уж увлекаемся этим. И тогда наша «звёздность» понемногу начинает перерастать в нечто иное. Во что? Чем успех отличается от звёздной болезни? Поговорим...



Звёздная болезнь наступает не каждого, кто добился успеха и стал известным. Большинство артистов, певцов, актёров, политиков и других медийных личностей сохраняют человеческое лицо и не впадают в крайности. "Зазвездившиеся" люди зависимы от рейтингов, поэтому привыкли разделять окружающих на ранги и категории. Их цель - всегда и во всём быть первыми, и ради этого они готовы на многое.

В отличие от "звезды" обычный успешный человек стремится реализовать себя, получить новый опыт, знания. Им движет интерес и практическая составляющая, которая поможет ему подняться на следующую ступень развития. Люди, страдающие звёздной болезнью, живут и работают ради хайпа, ощущения славы, превосходства, собственного величия.

Звёздной болезнью заболеть можно в любом возрасте, а сами "звёзды" находятся во всех сферах человеческой деятельности: в спорте, бизнесе, политике, образовании, искусстве и т.д.

Человек, страдающий звёздной болезнью, демонстрирует нарциссическую модель поведения. Поскольку это расстройство невротического характера, нарцисс испытывает серьёзные трудности с самоконтролем, что негативно отражается на его взаимодействии с окружающими.

"Звезду" можно отличить по следующим признакам:

✓ критика провоцирует ярость, поэтому в отношении критикующего могут быть угрозы,

физическое насилие, оскорбления, неадекватные реакции и пр.;

✓ эксцентричное, вызывающее поведение, акцент на вещах, аксессуарах, символизирующих величие, славу, принадлежность к элите;

✓ завышенные требования к окружению, условиям труда и проживания;

✓ деление людей на касты, ранги и т.д.

✓ в стремлении к вершине "звезда" не обращает внимания на моральные, духовные ценности, мнение общества, способна идти "по головам".

Почему же человек начинает "звездеть"? Смысл жизни "звезды" - в её успехе и величии. Несмотря на глубокое убеждение в своём превосходстве, люди, страдающие звёздной болезнью, в действительности очень уязвимы и слабы.

Нарциссизм является способом защиты их психики, который направлен на внешние раздражители. Вместо того чтобы осознать свою беспомощность и работать над собой, "звёзды" предпочитают крайности. Основные приёмы их защиты - это идеализация и обесценивание.

В первом варианте "звезда" обесценивает себя и идеализирует других. Во втором, наоборот, происходит обесценивание других людей и возвеличивание собственной персоны. Когда "звезда" сталкивается с трудностями реализации этих программ, то погружается в депрессию.

На самом деле "завзвездившиеся" люди завидуют успешным, интересным личностям, которые не стремятся к славе и величию. Их гнетёт негатив, который отталкивает от "звезды" окружение, но по-другому жить они не могут.

Удачи в понимании себя и других!

ТЕСТ «ВАШИ ЖИЗНЕННЫЕ ЦЕННОСТИ»

Продолжаем знакомиться с собой и предлагаем нарисовать на листочке вот такую фигуру человека. Она очень похожа на звездочку, не правда ли?



Фигурка на рисунке сознательно лишена всех внешних деталей. Вам нужно сделать из этой «заготовки» человека, снабдив его всем необходимым для жизни.

Рисуйте всё, что вы сочтёте нужным, не забудьте про фон.

Интерпретация:

Внимательно посмотрите на характер линий рисунка.

- Если вы сильно нажимали на карандаш или ручку, старательно (возможно, несколько раз) обводя каждую деталь, то можно предположить, что вы приверженец традиций и всегда строго соблюдаете все правила и предписания. Бойтесь попасть в неловкое положение и выставить себя в дурном свете. Поэтому часто ведёте себя не так,

как вам хотелось бы, предпочитая официальность и регламентированность естественности и простоте.

- Если все линии на вашем рисунке тонкие и небрежные, то, скорее всего, вы легкий в общении и веселый человек.

- Если линий очень много и они неряшливо путаются и налезают друг на друга, то это значит, что вы слишком легкомысленная и ветреная персона, что называется, без царя в голове.

Теперь остановимся на деталях, которыми вы снабдили свой рисунок.

- Если сделали главный упор на внешности человека, тщательно прорисовав все детали лица и тела, то это говорит о вашем желании нравиться противоположному полу.

- Если основное внимание уделили одежде человека, то это означает что вы оберегаете от

окружающих свой внутренний мир, поскольку это ваше главное богатство.

Если нарисовали рядом с человеком другого человека или животное, то вы нуждаетесь в общении. Для вас главная жизненная ценность - это отношения с другими людьми, любовь, дружба, взаимопонимание.

- Если изобразили рядом с человеком дом, то это говорит о вашем стремлении достичь хорошего положения в обществе и о том, что для вас очень важен социальный статус.

- Все предметы быта, изображенные рядом с человеком, говорят о том, что ваши жизненные ценности лежат в материальной плоскости.

Что ж, вот и познакомились... с собой!

ПРИТЧА О ЗВЁЗДАХ

Что мы можем изменить в нашем огромном мире? Что мы можем сделать для нашего города? Как дальше работать в условиях постоянно меняющихся требований? И что я могу сделать для своей собственной семьи и жизни? Если вы задаёте себе подобные вопросы, прочтите короткую притчу про девочку и морские звезды.



Жила-была на свете девочка. Её дом стоял на берегу огромного океана, и она любила прибегать к нему и играть с морской звездой. Звезда была забавная. Она всегда приплывала в одно и то же время, как будто знала, что сейчас появится девочка. Звезда не умела говорить, танцевать и бегать. Но девочке ничего этого было не надо. Она просто играла с ней и разговаривала. Они дружили.

Но однажды в океане поднялся страшный шторм. Небо и землю сотрясало разбушевавшимися волнами. Девочка спала, и только её мама не выключала лампу, боясь за стены, крышу и дерево во дворе. Утром девочка проснулась и первым делом побежала к океану.

На всём протяжении береговой линии лежали, задыхаясь, умирая от прямых лучей солнца, морские звёзды. Их было много, тысячи, десятки тысяч! Её звезда, наверное, тоже была здесь, на берегу, среди умирающих звёзд.

Друзья!

Впереди зима со своими длинными, наполненными светом торшера, вечерами; тихие снегопады с россыпью бриллиантов; настроение мандаринового волшебства... И как будто некуда больше спешить... Всё успеется, сбудется, случится. Только любви побольше в дела свои будничные добавлять, да замечать её всюду...

С НАСТУПАЮЩИМ НОВЫМ 2025 ГОДОМ!

Автор-составитель: Вавилина И.П.

Компьютерная верстка: Ткаченко Т.В.

И тогда девочка стала брать морские звёзды одну за другой и бросать их в море. Она бросала их в волны, не останавливаясь и не отдыхая.

Вскоре подошли люди, они стали смеяться над девочкой и спрашивать: “Ты что это, глупая, делаешь? Зачем? Ты что, надеешься, что сможешь спасти их всех?” Тогда девочка, не прекращая своей работы, ответила им: “Понимаете, здесь, в лагуне, жила моя звезда. Я с ней дружила. Если я спасу эти звёзды, может быть, среди них окажется и моя”.

Люди задумались. Они посмотрели на её маленькие руки, продолжавшие возвращать в море звёзды. А потом один из пришедших взрослых наклонился, взял в руки звезду и бросил её в море. Другие люди последовали его примеру. Они стали брать звёзды с песка и бросать их в море. И каждый думал: “Я что-то изменил в жизни этой звезды. Я что-то сделал!”

«Тот, кто ждет возможности сделать сразу много хорошего, никогда ничего не сделает.

Жизнь состоит из мелочей. Очень редко появляется возможность сделать сразу очень многое. Истинное величие состоит в том, чтобы быть великим в мелочах». (С. Джонсон, английский поэт)

