

КАК ОБЫЧНО НЕ О | ВЛАСТИ | БОЛЕЗНЯХ | РЫБАХ | МАШИНАХ | MMORPG | ДЕНЬГАХ

# В ногу с жизнью

## monthly

газета  
факультета  
ВМК МГУ

09.2010(11)

**ГОТОВ  
БОТАТЬ?**

УСЕРДНО,  
ЗАБЫВ ОБО ВСЕМ,  
ОТДАВАЯ ВСЕГО СЕБЯ,  
КАК ТЫ ОБЕЩАЛ САМ СЕБЕ

**Здоровый  
образ жизни**

**СТР. 6**

**Альтернативный  
буревестник**

**СТР. 8**

**Чистим мозг**

**СТР. 14**



**Главный редактор:**  
Екатерина Верхотурова

**Зам. главного редактора:**  
Ксения Молоканова

**Дизайн, вёрстка:**  
Никита Богданов

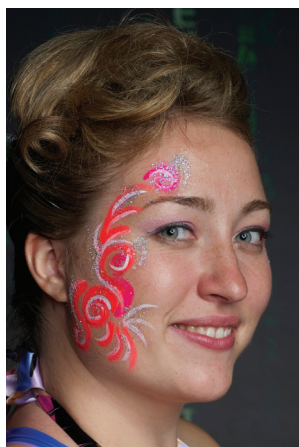
**Фотография на обложке:**  
Никита Богданов

**Корреспонденты:**  
Евгений Морозов,  
Елена Малинина,  
Тима Орсини

**Корректор:**  
Татьяна Шишкова

**Над номером работали:**  
Дарья Кафтан,  
Евгений Донцов,  
Татьяна Воробьева

E-mail: [gazeta@cs.msu.su](mailto:gazeta@cs.msu.su)  
ЖЖ: [vmk\\_journal.livejournal.com](http://vmk_journal.livejournal.com)  
<http://vkontakte.ru/club5805307>



Замечали ли вы, что с каждым годом лето пролетает всё быстрее. Только-только окупёшься в атмосферу лёгкости бытия, расслабишься, как уже через пару мгновений календарь готовится известить о начале следующего учебного года. Но впечатлений от знойной поры в дымовой завесе у каждого хватит на небольшую энциклопедию. Мне особенно запомнилось,

как в июле русское слово *дождь* попало в десятку самых популярных тэгов Твиттера. Весть о коротком ливне в Москве мгновенно стала настоящей мировой сенсацией. Интересно, что ждёт нас осенью :)

Очевидно, что в сентябре для всех обитателей Университета одним из самых популярных слов будет слово *новый*. Курсы, предметы, преподаватели, друзья, цели, задачи и многое другое будет употребляться именно с этим определением. И самое время со следующего понедельника (или субботы) после свежей дюжины клятвенных обещаний самому себе («Да! Решено! Я обязательно с этого дня буду... или не буду...») наконец-то начать *новую* жизнь. А что можно изменить – читайте в номере! Устроиться на работу, увлечься здоровым образом жизни, познакомиться с южной йогой в Буре или клубом логических игр МГУ – чем заняться будет. А для начала – прочесть *новый* выпуск газеты с *новым* дизайном! Вот уже сколько *нового* набралось лишь за одно слово редактора (желающие могут заняться статистикой и посчитать число вхождений этого слова в свежем экземпляре «В ногу с жизнью»). Так, глядишь, осенью *новый* побьёт рекорды и займёт первое место в рейтинге Твиттера.

Екатерина Верхотурова

Выражаем благодарность заместителю декана факультета ВМК **Березину Б.И.**, **Матвеевой А.Н.**, издательству «МАКС Пресс» и лично **Гутенёвой И.Н.** за моральную поддержку и помощь в публикации. Печатается при поддержке студкомиссии Профкома ВМК. Распространяется в учебных корпусах МГУ. Отпечатано в типографии МГУ. Тираж 999 экз.

## СОДЕРЖАНИЕ

- |           |   |
|-----------|---|
| <b>3</b>  | <b>Made in ВМК: Кто круче?</b>                            |
| <b>4</b>  | <b>История успеха: Основа для профессии</b>               |
| <b>6</b>  | <b>На заметку: НЕ ВРЕМЯ БОЛЕТЬ – ВРЕМЯ ЖИТЬ!</b>          |
| <b>8</b>  | <b>Записки путешественника: «Искусство жизни» НА МОРЕ</b> |
| <b>12</b> | <b>Studlife: Главный вопрос</b>                           |
| <b>14</b> | <b>Studlife: Ум в порядок приводят здесь</b>              |
| <b>16</b> | <b>Анонсы: События</b>                                    |

Made in BMK

# КТО БОТАТЬ КРУЧЕ?

Евгений Морозов

**В**МК-шники, как и другие люди, любят поспорить. О чём? Как ни странно, обо всём. Но есть у нас несколько излюбленных тем, от которых у старшекурсников уши вянут, зато вчерашние абитуриенты их рьяно обсуждают. Итак, готовы взглянуть на себя со стороны?

## МЕХМАТ – ВМК

Наверно, все студенты этих факультетов в своё время задумывались, куда поступать. И хотя ВМК-шники выбрали (кто бы мог подумать?) ВМК, где лучше учиться, так и не поняли. Стандартная точка зрения такова: наш факультет готовит практиков, даёт больше программирования, а «вражеский» – теоретиков и дальше углубляется в царицу наук. Патриоты делают вывод: круче мы! Однако оппоненты возражают: «На Мехмате больше математики, она развивает мозги, его учащиеся – победители многих олимпиад по программированию!» Приверженец ВМК парирует: если посмотреть экзамены Мехмата, среди топологии, высшей алгебры, комплексного анализа, места программистским курсам как-то не находится, и что же делать обычному студенту, который хочет заниматься жизненными, прикладными вещами? Но гении программирования всего достигают сами и выбирают Мехмат, потому

что на нашем факультете им скучно учить информатику с нуля... И дискуссия понеслась.

## СИ – ПАСКАЛЬ

Ко второму курсу вопрос становится неактуальным, потому что все студенты знают и то, и то. Однако на первом – как любят похвастаться своими знаниями ученики спецшкол, выучившие Си! Главный аргумент: «Си круче!» За Паскаль вступаются обычно те, кто программирование учит на факультете с нуля. Потому что на этом языке проще учиться. Хотя откуда им знать, о Си-то представления не имеют? С такими аргументами на вооружении первокурсники могут долго переубеждать друг друга.

## МАТЕМАТИКА – ПРОГРАММИРОВАНИЕ

Что лучше, что больше пригодится? Это немного напоминает спор Мехмат – ВМК. Только за программирование обычно выступают те, кто вообще не любит математику и о Мехмате даже не думали. Спорить с ними нелегко: куда идти математиком непонятно, зато программисты нужны везде. С другой стороны, будущие третьепоточники часто признаются, что писать километры кода им не хочется. К 3 курсу, когда большинство попадают туда, куда хотят, тема теряет актуальность.

## БОТАТЬ – НЕ БОТАТЬ

Наверное, самая яркая проблема. Учиться на нашем факультете тяжело. Непонятно, нужны ли многие вещи. Зато сколько соблазнов вокруг... Но ты лелеешь свою мечту о светлом будущем и идёшь в читальный зал. «Ботан!» – презрительно говорит идущий навстречу раздолбай. Возможно, через полгода его с нами уже не будет. Сидишь, учишь день за днём. Сессия на «отл», но тот раздолбай веселился весь семестр и тоже сдал! Причём неплохо. Твоя же молодость проходит зря. Поэтому на следующий год ты больше отдохнешь, чем занимаешься. И попадаешь на первую комиссию, передачу. С тоской смотришь на лучших студентов группы, до которых отныне тебе далеко. Эх, была мечта... А теперь и на желанную кафедру могут не взять. Мучаются ВМК-шники, лавируют, лавируют, да вылавировать не всегда могут. Правда, к 3 курсу ужасы первых двух лет уменьшаются и учиться становится легче. Так что не отчаивайтесь, ботаны: молодостью насладиться успеете!

На жаргоне интернета человек, затевающий подобный спор, зовётся «троллем». Подумайте, может, стоит потратить время на что-то более полезное, чем решение вечных проблем?



ОСНОВА  
ДЛЯ

## ПРОФЕССИИ

Беседовали Екатерина Верхотурова и Елена Малинина

За 40 лет существования ВМК из его стен вышла не одна тысяча молодых ребят, для которых факультет навсегда остался родным домом. И если есть возможность, то они стараются не терять с ним связи. В марте–апреле 2010 г. преподаватели учебного центра компании «Консультант Плюс», основу которой составляют выпускники ВМК, провели на факультете цикл лекций по правовой информатике для студентов 4 курса. Спецкурс вызвал большой интерес, поэтому сотрудничество в области правового образования между факультетом и компанией «Консультант Плюс» решено было расширять. И сегодня на наши вопросы отвечает выпускница факультета ВМК, руководитель Департамента некоммерческих программ и учебного центра компании «Консультант Плюс», – **Королева Марина Феликсовна.**



### Q Каким был факультет в Ваши студенческие годы?

Во-первых, на курсе училось меньше студентов – порядка 250–260 человек, из них девушек около 50%. Половина студентов были иногородними. Программа обучения примерно совпадала с нынешней, только мы работали не на персональных, а на больших БЭСМ-ах, стоящих в отдельных помещениях, куда студентам доступа не было. Работали на них удалённо, с использованием перфокарт.

### Q Что особенно запомнилось из студенческой жизни?

У меня студенческая жизнь вспоминается исключительно в хороших и приятных тонах. Всё было замечательно, несмотря на то, что сначала учиться было очень трудно: я пришла не из математической спецшколы, поэтому первые три экзаменационные сессии – «на зубах», но только с двумя тройками. Да и на зачётах в эти сессии гоняли нас всюю: несколько человек – автомат, а остальные – по 3–4 пересдачи. Потом стало легче, дальше училась без троек, на старших курсах даже стала отличницей.

Во время учебы со мной произошла поучительная история, после которой я зареклась списывать: это было на экзамене по мат. анализу в весеннем семестре 1 курса. Прогуляла я несколько лекций **В.А. Ильина**, лекции пришлось переписать у кого-то, но разобраться в них я так и не смогла до конца. Заготовила огромные шпоры, пришла сдавать экзамен, но сесть удобно на последней парте не получилось. Пришлось сесть на первый ряд. Села и понимаю, что достать шпаргалку не могу: передо мной сидит преподаватель. Принимал у нас **Панфёров Валерий Семёнович**. Он смотрит на меня и спрашивает: «Вы что, никак не можете написать?». Я говорю:

«Никак». «Ну, тащите второй билет». Я взяла второй билет, написала его без шпаргалок. Ответила на 4, но минус балл, в итоге получила тройку. Тогда я поняла, что подобное списывание не для меня, наглости не хватает или чего-то ещё, и в итоге со шпаргалками было покончено ещё на первом курсе.

### Q А какой была внеучебная деятельность на факультете?

Не менее интенсивная, чем учебная. При комитете комсомола факультета работал Пресс-центр. Мы выпускали две газеты: «В ногу с жизнью» и «Листинг», редактором которой я была в течение 4,5 лет. Выпуск газеты, как песня: шестиметровая простыня из ватмана, много материалов; приходилось вручную писать и рисовать, поэтому получалось где-то 4 выпуска в год. Была очень мощная агитбригада, основу которой составили ребята с нашего курса и те, кто на год младше. Она была своеобразным клубом по интересам: представления по всей стране, своя газета. Работал литературный клуб «Ваганты», которым руководил **Валерий Иванович Родин**. В гостиной Б-10 Главного здания он проводил литературные вечера, посвящённые, в частности, **Г. Малеру, М. Цветаевой**. Устраивались спортивные мероприятия, студенты занимались в разных спортивных





секциях. Были у нас строительные и так называемые сервисные студенческие отряды, картошка, субботники, овощные базы, но всё это заслуживают отдельного рассказа.

### Q Что для Вас факультет ВМК?

Альма Матер. ВМК – это всё: личная жизнь моя связана с факультетом, дочь закончила, муж работает. Путёвка в жизнь, которую он даёт, – очень надёжная вещь. Даже если ты не работаешь по профилю, образование, полученное на факультете – это основа, на которой потом строится вся твоя профессиональная деятельность.

### Q Отдаёт ли Ваша компания предпочтение выпускникам ВМК при приёме на работу?

Да, потому что есть большое доверие к голове и мозгам выпускников ВМК.

### Q Что отличает наших выпускников?

Системность мышления, умение ставить задачи, формулировать их, выделять начальные условия и понимать то, что ты хочешь получить. Потом алгоритмизация процесса

(весь процесс человек может разделить на этапы). Безусловно, общий уровень развития.

### Q Что пожелаете факультету в связи с сорокалетием?

Чтобы ещё были 40 лет, и ещё! Так держать!

### Q А студентам?

А студентам, чтоб ценили то, что есть. Чтоб время не теряли! Понимали, где они учатся, что им многое могут дать на факультете, и это многое надо брать пока не поздно!

## О «КОНСУЛЬТАНТ ПЛЮС»

Компания «Консультант Плюс», созданная в 1992 году группой выпускников факультета ВМК МГУ, является разработчиком и производителем компьютерной справочной правовой системы (СПС) КонсультантПлюс. Над её созданием работают представители различных специальностей: математики, программисты, юристы, экономисты и многие другие. Всего в Сети КонсультантПлюс в настоящее время работает более 12 000 человек.

Генеральным директором компании является выпускник ВМК, к.ф.-м.н., Новиков Дмитрий Борисович. В 2005 г. в связи с 250-летием МГУ он был награжден «Звездой Московского университета» в номинации «За создание новых технологических отраслей».

Система КонсультантПлюс сегодня используется в работе юристами, бухгалтерами и руководителями предприятий. Её клиентами в настоящее время является более 300 000 организаций во всех российских регионах.

С появлением на российском рынке компании КонсультантПлюс стало возможным вести речь о создании новой, наукоемкой отрасли информационной индустрии – производство и распространение СПС. Новая отрасль была создана на стыке нескольких отраслей: программирования, телекоммуникаций и юриспруденции. Многие технологические и организационные решения компании «Консультант Плюс» стали общепринятыми.



# НЕ ВРЕМЯ БОЛЕТЬ – ВРЕМЯ ЖИТЬ!

Евгений Морозов



**И**звестный американский бизнес-тренер Джим Рон считает индустрию здорового образа жизни самой перспективной на сегодняшний день. Почему? Пока уважаемый обыватель пьёт колу, смотрит телевизор, собирается с силами, чтобы встать с дивана или ждёт врача, человек здоровый и бодрый найдёт новых друзей, погуляет на вечеринках, выучит иностранный язык, опровергнет гипотезу Римана и раскрасит граф в 4 цвета. Будьте в форме – никто не выдержит конкуренции с вами! Разбираться с загадками здоровья будем в самом начале учебного года специально для любителей начинать новую жизнь с понедельника или с первого числа :)

Как вы думаете, часто ли болела голова у солдат во время Второй мировой войны? Кто чаще страдает ангиной: вы или тот мужчина, который внимательно изучает содержимое мусорных баков? А миндалины у вас удаляли, обещая, что болеть больше не будете? Если захотите, то можете сами найти много подобных вопросов...Задачи сложные. Посмотрим же, что влияет на наше здоровье.

## НЕКОНТРОЛИРУЕМЫЙ СТРЕСС

Его надо избегать. Но как? Например, разобравшись с некоторыми студенческими проблемами. Встаньте утром на 10 минут раньше, чтобы собираться не в панике. Не засиживайтесь до ночи! Ведь на следующий день у вас будет не только разбитое состояние и ненависть ко всему живому (что не самое опасное), но и уйма стресса. Уберитесь в комнате! Страшно не то, что потом потеряете много времени на поиски нужных вещей, а то, сколько нервов потратите. Планируйте день, неделю. Если этого не делать, то не только будете недовольны сессией, но и, может быть, больше не встретитесь с той красивой девушкой с вечеринки...

## ДИСТРЕСС

Слышали ли вы о людях, которые быстро состарились, «сдали», уйдя на пенсию, бросив любимую работу? Человеку нужно к чему-то стремиться, радоваться результатам, чувствовать смысл своей деятельности. Любители однообразной и стабильной жизни, задумайтесь, чувствует ли организм, что ему нужны силы для развития?

## ПСИХИКА

Возможно, вы слышали, что человека тянет болеть, когда он хочет ласки. Ведь стоит заболеть, и близкие забывают обо всём, чтобы доставить радость бедному, несчастному, измученному... Правда это или нет, решайте сами. Но, наверно, не будет ничего страшного, если вы станете добрее, снисходительнее к самому себе. Полюбите того маленького ребенка, который внутри вас... Скажите, что никогда его не бросите... И приятно удивитесь возникшим эмоциям :)

Негативные эмоции быстро разрушают нас. Поэтому, если начинаете расстраиваться, «грузиться», сходите лучше в кино! Радость всегда излечивает. Или вспомните эффект плацебо. Верить, верить надо в лучшее!

## ФИЗКУЛЬТУРА

Что надо спортом заниматься, знают все. И выходят на асфальт бегать по утрам, думая, что этого хватит, что дань физкультуре отдана. А ведь надо развивать 3 основных параметра: гибкость, силу и выносливость. Бег тренирует только последнее. Есть мнение, что физические нагрузки с утра вредны, так как организм ещё не проснулся. В последнее время об этом говорят всё больше. Также опасно много бегать по асфальту, после этого могут болеть колени, позвоночник. Лучше выби-





рать более мягкую землю.

И везде надо знать меру. А то после упорных тренировок по бегу придётся всю жизнь лечить суставы, после силовых упражнений – спину, перегруженное сердце...

### **ПИТАНИЕ**

Все мы представляем, как надо питаться. Но продолжаем покупать продукты, в составе которых ни одного знакомого слова. Предлагаю подумать о следующем. В старину пища бедных и богатых людей сильно различалась. Бедняки не могли себе позволить полноценного питания. В результате простолюдины выглядели лет на 10 старше своих более удачливых ровесников. Сейчас полноценную пищу себе может позволить почти каждый горожанин. Однако многие всё ещё предпочитают пищу низших классов: крахмал, искусственные ароматизаторы, красители, жир, сахар. Человек внимательный к своему здоровью закажет салат из свежих овощей с постной куриной грудкой, другой же – пельмени, беляши, картофель с майонезом. Подумайте, неужели так необходимо, чтобы по внешнему виду в вас можно было распознать крестьянина...

### **ОТРИЦАТЕЛЬНЫЕ И ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ ИОНЫ**

Знакомо ли вам состояние, когда неожиданно наваливается усталость? Если да, то вы, как и многие вокруг, страдаете «болезнью хронической усталости». А представители примитивных босоногих народностей такой проблемы не испытывают. Не секрет, что на стопе представлены все наши внутренние органы. И когда мы ступаем на землю голыми ногами, тут же уходит заряд положительных ионов, накапливающихся от трения одежды и соприкосновения с «материалами цивилизации». Именно эти положительные ионы и ответственны за усталость. Отрицательные ионы, наоборот, полезны организму. Каждое рабочее помещение и каждая квартира, в которых человек проводит основную часть жизни, представляют собой камеры с громадным дефицитом отрицательно заряженных ионов кислорода. Чтобы этого избежать, выработайте привычку держать свои окна постоянно открытыми. Если к тому же начнете несколько часов в неделю проводить в настоящем лесу, вы почувствуете мощную подпитку настоящей природной Силой живительного воздуха.

Вернёмся к вопросам, заданным в начале статьи. Разве могли болеть солдаты, когда у них была великая цель: бороться за победу? Разумеется, нет. Организм всё понимает :). А уличные жители? Как же они заболеют, если совсем не переживают, что можно подхватить ангину, не знают, что идёт эпидемия гриппа? А вместо миндалин появляется хотя бы одна предпосылка здорового образа жизни? Перечислено далеко не всё. Ни слова не сказано про закаливание, занятие йогой или цигун, необходимость бывать на свежем воздухе. Потому что главное – начать. На что тратится большая часть энергии при полёте космических кораблей? На отрыв от Земли, на первые минуты. Дальше гораздо проще...

Некоторые считают, что наибольшая выгода от занятий спортом, правильного питания – развитие силы воли. Если на улице моросит дождик, когда вам надо выходить на пробежку – это отличный шанс закалить свой дух!

Успехов! Сделайте что-то для себя, пока есть время.

Успехов! Сделайте что-то для себя, пока есть время.

Успехов! Сделайте что-то для себя, пока есть время.

Успехов! Сделайте что-то для себя, пока есть время.

Успехов! Сделайте что-то для себя, пока есть время.

# «ИСКУССТВО ЖИЗНИ» НА МОРЕ

Ксения Молоканова

**ОТПРАВЛЯЯСЬ В БУРЕВЕСТИК НА ПЕРВУЮ СМЕНУ, Я ДУМАЛА, ЧТО БУДУ ТАМ ЧЕСТНО ЖАРИТЬСЯ НА ПЛЯЖЕ ДВА РАЗА В СУТКИ, ХОДИТЬ НА МЕСТНЫЕ ДИСКОТЕКИ «У САНЫЧА» И УЧАСТВОВАТЬ ВО ВСЕХ РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЯХ КУЛЬТАКТИВА. НО НЕ ТУТ-ТО БЫЛО!**

**Н**а следующий день после прибытия отдыхающих ожидало общее собрание по технике безопасности и культурной программе. Здесь и началось всё самое интересное. После собрания я увидела, как к начальнику лагеря подошли мужчина и девушка с характерными для определённого круга людей *глазами, изливающими свет*. Эта парочка оказалась из недалёкой от Буревестника академии «Йога-Юга» и изъявила желание проводить по утрам йогу. Моей радости не было предела и я подошла к ним узнать что-нибудь подробнее про их деятельность. Разговор завязался достаточно быстро, и такие общие темы как восточная философия, медитации, работа с энергиями, дыхательные практики, йога, книжки... – не замедлили выявиться. Ребята рассказали о четырёхдневном «лидерском» курсе «Yes+», который пройдёт в их центре с 7 по 10 июля. Стоимость курса – 1900 рублей без питания и проживания, а в программе – американский индус Камлеш, молодёжь со всей России, позитив, «движуха» – или движение и драйв, йога, дыхатель-

ные практики, «такоооооо»... Собственно, что «такое» я поняла мало, но предчувствие подсказывало, что это будет что-то действительно интересное.

Обычные «лагерные будни» продолжились, правда ещё с йогой в 10 утра после завтрака. Как нам рассказывал тренер, йога – это любое движение, приносящее удовольствие. И после этого определения туда можно добавить как минимум разные *асаны* (упражнения) и дыхание: *с улыбкой*, не на боль, а на гармонию с телом.

## ЦЕНТР В ЮЖНОМ

А 7 июля я и ещё трое любознательных из Буревестника сели на электричку до станции «Южный», где находился тот самый центр. На «Южном» дверь электрички заклинило, и нам пришлось проехать на станцию больше. Когда мы вернулись, встречающих, конечно, уже не было. Это было даже хорошо, так как у нас появилась возможность посмотреть на центр со стороны. Он оказался санаторием, в котором проходит куча тренингов и семинаров от организации «Искусство жизни». Собственно, санаторий для этого и создавался, но в



нём много и просто отдыхающей публики, которая гуляет там между занимающихся, блуждающих в этнических одеждах, питается в кафе с ведической кухней и «олдовым» хиппи в качестве шеф-повара, а также загорает на местном пляже рядом с массовыми занятиями по йоге ранним утром и другими странными мероприятиями...

Наконец-то, я дозвонила до организаторов и нас всё же проводили в зал с примерно 70 людьми околостуденческого возраста, в чьё число сразу влились и мы. В программе были игры на «движуху», танцы, беготня... Принимал в этом участие и радостный Камлеш – индус с чёрными кудрями, в цивилизованной одежде, говорящий только на английском, но с переводчиком.

И потом – *шава асана* – «поза трупа». Типичная йогическая асана на полное расслабление после упражнений. И нас, теперь абсолютно отдохнувших, собрали в круг и Камлеш не в двух словах выразил мысль о том, что мы на 100% «поработали» и на 100% «отдохнули» – и теперь мы себя чувствуем прекрасно. И такое состояние достигается только при отдаче данному действию *сейчас* на 100%.

За *шава асаной* последовал следующий несложный тренинг, напомнивший нам о наших желаниях, беспокойствах, о том, что *сейчас* этого нет, и чтобы что-то

реализовать, надо всецело *жить сейчас*, не тратя эту минуту на мысли о том, чего нет *сейчас*, и только тогда вы полностью отдаётесь жизни, работе и отдыху.

После этих, тогда не слишком понятных выводов, нам объяснили очень древние дыхательные практики или просто «voodoo stuff» (так Камлеш, повторяя выражение американцев, в шутку называл все для обычного человека странные действия типа дыхания, медитаций и т.д.) – *пранаяму* и *бастрику*, а также – суть мантры *ом*. Первое дыхание – приводит в гармонию ваши мысли, «устоканивает» их, а второе пробуждает не хуже чашки кофе.

День закончился сальсой и доставкой нас до лагеря на автомобиле, ибо электрички в 10 вечера не ходят. Впечатления были слишком неоднозначными, и я сомневалась, стоит ли продолжать.

С другой стороны – это первый день, и предчувствие говорило, что дальше что-то будет.

### ПЕРЕЛОМ

На следующий день после «движухи» и повторения истории про 100% нас познакомили с техникой дыхания *сударшен крийей*. Как нам сказали, это очень древняя индийская практика. Вы просто сидите на ковриках и дышите определённым образом 40 минут. В это время играет аудиозапись переменного ритма дыхания. Вас скручивает, сводит

пальцы, вы не контролируете свои движения, может произойти любой выплеск эмоций. Вы можете расплакаться, рассмеяться или просто уйти в себя. Вы можете пережить, переработать какую-то важную для вас проблему. А потом... Отпускает. Всё отпускает. И вот тогда вы понимаете, что такое *эйфория*. Вы действительно смотрите на жизнь другими глазами. Вы живёте *сейчас*, вы перерождаетесь и переосмысливаете *всё*.

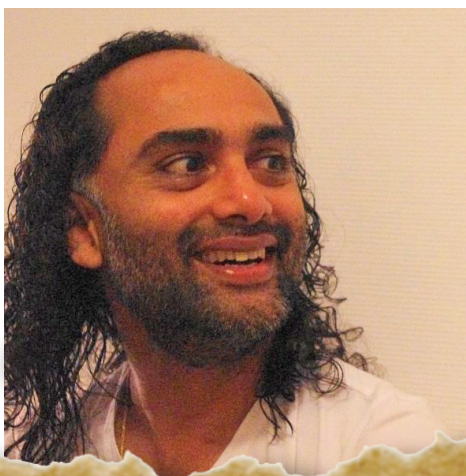
После небольшого перерыва нас ждало несколько тренингов. Один из самых запоминающихся – это тренинг с секретами. В каждом из нас есть что-то, что мешает нам жить. Тайны, которые сидят в нас, периодически создавая зажимы. И... их нужно было рассказать перед публикой в разных этапах данного тренинга. Те люди, которые подходили к этому заданию искренне и всецело, действительно освобождались от многих «камней на душе», да и комплексов. Драмы, трагедии в детстве и юношестве – это всё переживалось заново, поднималось и выливалось совсем, порой открывая перед человеком новое восприятие жизни.

### ОСОЗНАНИЕ

На третий день после похода-фотокросса по колючему и каменному лесу, который я решила пройти босиком для тренировки «йоговских» навыков, нас собрали в зале. Там Камлеш показал оче-







редной «voodoo stuff» – технику на быструю концентрацию, эффект от которой действует полтора часа (что немаловажно для студента перед учёбой за 7 часов до экзамена). А затем с нами провели несколько весёлых и полезных тренингов-игр на открытость и борьбу с ненужными стереотипами и комплексами. Например, с понятной сложностью для парней перевоплощаться «на сцене» в женщину :)

На следующий день по программе сначала у нас были проекты. Цель: сделать безвозмездно что-то хорошее людям. Например, одна команда убирала пакетами местный мусор вдоль железной дороги. Кто-то к ним подошёл и спросил «сколько вам за это платят?», а проходящая бабушка просто поблагодарила ребят – и ведь именно ради этого стоило убираться.

Днём в центре – объяснение того, как делать *сударин крию* дома, как и почему нельзя переборщить. Потом – небольшая лекция, итоги, обсуждение впечатлений, беседа

с Камлешем (а заодно и практика английского) и... «Этническая дискотека» с песнями на санскрите, умиротворяющими и сливающимися вас со всем потоком музыки, танцев, атмосферы – в одно целое.

Для меня весь этот семинар открыл совершенно новый мир и совершенно новый взгляд на жизнь. Это – абсолютная ломка в понимании *всего*. Я поняла, как *реально можно быть счастливой здесь и сейчас не смотря ни на что*. Я прочувствовала великую фразу Воюнда: «Всё будет правильно, так устроен мир». Это действительно так, а поэтому не нужно лишний раз суетиться и совершать бесполезные поступки. Надо радоваться мгновению – и это будет Жизнь. И именно тогда у вас будет всё, и будет *правильно*.

### ВОЗВРАЩЕНИЕ В БУР

Остаток Буревестника прошёл на одном дыхании. Йога с нашими тренерами, море, далёкие заплывы, волны и бордовое от заката небо. Экскурсия-прогулка на дольмены,

## БУРЕВЕСТНИК



### ТЕРРИТОРИЯ ЛАГЕРЯ

Лагерь разделен на 2 части: Буревестник-2 и Буревестник-3 (неподалеку располагался Буревестник-1, который сейчас не функционирует).

На территории Буревестника-3, а именно туда заселяют большую часть студентов, находится 4 основных корпуса: два жилых, столовая с актовым залом и медпункт. Прибывших разбрасывают в желаемых компаниях по корпусам: либо в блоки по два и три человека в комнатах, либо в отдельную комнату по четыре. Здесь царит атмосфера света и чистоты: трёхметровые белые потолки, массивная парадная белая лестница – не зря когда-то здание строилось для отдыха труппы Большого театра. На первый этаж корпуса заселяют молодых людей, на второй – девушек и администрацию. Душ находится на этажах и работает круглосуточно.

Буревестник-2 находится недалеко от третьего. Здесь расположены 4 одноэтажных деревянных корпуса с комнатами по 2–3 человека, столовая и несколько каменных, более благоустроенных домиков.

Безопасным местом для отдыха лагерь, к сожалению, не назовёшь. Через дорогу от лагеря расположена деревня, где в «частном секторе» сдаётся жильё всем желающим. Часть нелегальных отдыхающих – это студенты МГУ, друзья студентов из «Буревестника», но большое число и неизвестных людей. В лагере царит «проходной двор», так как ни входные ворота, ни двери никак не закрываются. Гулять поодиночке в тёмное время – довольно рискованное занятие.

### МОРЕ

Море тёплое и красивое, особенно на закате. Правда, каждый раз приходится преодолевать 200 ступенек вниз (назад – вверх) по полуразрушенной лестнице, зато – небольшой чистый пляж с буйками, спасательной станцией, лежаками, «бананами» и катамаранами. Уплывать за буйки нельзя, как и купаться после 9 вечера, однако уйти за границу пляжа можно: не забыв с собой голову и умение держаться на воде.

### СПОРТ И РАЗВЛЕЧЕНИЯ

Каждую смену в Буре проводится спартакиада, в которой может участвовать любой желающий. Все соревнования кроме водных проводятся на спортивных площадках лагеря: в «Буревестнике-3» есть площадка





Анатасьевские поляны и невероятные водопады... Самостоятельное проведение йоги в предпоследний день. Из мероприятий Бура я попала на закрытие и участвовала в танцевальном конкурсе.

А вечером 16 июля уже был поезд. Моими спутниками в купе были, на первый взгляд, совершенно обычные люди: пара средних лет, отдохнувшая в санатории. Они читали журналы, разгадывали кроссворды и вспоминали валяние на пляже... Я обрадовалась: наконец-то я смогу обдумать всё происшедшее в нейтральной

обстановке. Ничего подобного. Когда Оксана, моя спутница, увидела у меня в руках книжку «Русь ведическая», она заметила: «Какая редкость, кто этим сейчас интересуется». Через 15 минут мы уже обсуждали с ней по полной программе дыхательные практики, веды, йогу и прочий «voodoo stuff». И я поняла, что «Искусство жизни» продолжается.

Полную, «voodoo-stuffed» версию статьи ищите в группе газеты ЖЖ или vkontakte.ru



для игры в теннис, баскетбол и волейбол, столы для настольного тенниса и футбольное поле. В «Буревестнике-2» со спортом несколько хуже. Столы для настольного тенниса расположены на танцевальной веранде, и иногда мешают. Асфальтированная огороженная площадка для игры в футбол заросла травой.

Также ежедневно один из танцевальных коллективов МГУ проводит утренние пробежки, зарядки и занятия по танцам.

Дневное и вечернее время частично занимает культурный отдых. Фотокроссы, тимбилдинги, конкурсы пьяной песни, пляски на воде, дискотеки и многие другие мероприятия, в которых может принять участие любой отдыхающий.

После 23:00, если остаются силы после насыщенного дня, вечеринку до утра можно продолжить в баре «У Саныча» в Буревестнике-2 или «У Давида» в Буревестнике-3.

### МЕСТНЫЕ ДОСТОПРИМЕЧАТЕЛЬНОСТИ

Буревестник расположен между городами Лазаревское и Туапсе. Полчаса маршрутки или электрички – и вот уже маленький прибрежный городок со множеством магазинчиков, кафе и своими достопримечательностями. Так, в Туапсе можно посетить Историко-краеведческий музей имени М. Г. Полетаева, а в Лазаревском – целых два аквапарка. А ещё на электричке за 2 часа

можно добраться до олимпийского Сочи, который с каждым днём все больше становится похожим на европейский курортный город. Также ежедневно от местной фирмы проходят экскурсии в сказочные уголки Кавказа: 33 водопада, Анастасьевские поляны, дольмены, пещеры Абхазии и многие другие.

### ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ

Смена заканчивается подведением спортивных результатов, вручением призов (шоколадок и бутылок шампанского), «Балом под пальмами» и дискотекой. «Бал под пальмами» – это танцевальный вечер от студии «Грация» (в 1-ю смену). В него входят показательные выступления на профессиональном уровне постоянно занимающихся в студии, а также танцевальный конкурс для тех, кто успешно выучил программу минимум из европейской и латинской программы на ежедневных занятиях в лагере.

«Буревестник» даёт отдыхающим настоящую свободу и самый разнообразный отдых на любой вкус: от солёного моря и спортивных соревнований до зажигательных вечеринок и сказочных путешествий.

**FAQ ПО БУРЕВЕСТИКУ:  
HTTP://BUR.WIKI-WIKI.RU**



# ГЛАВНЫЙ ВОПРОС

Тима Орсини

**Ш**ум ветра в ивах мягко щекотал мои уши. Осока острыми краями касалась босых ног, оставляя мелкие царапины. Мы сидели с Гонсо на стволе старого дуба и наслаждались красотой мгновения. Время текло медленным густым потоком, словно кедровая смола. Вдруг Гонсо прервал молчание:

– Как же хорошо проработать полдня на плантации, пока всё тело не начинает ломить от усталости, а потом просто присесть, замереть и не двигаться.

– Ты абсолютно прав. В такие минуты полностью сливаешься с окружающим космосом. Освобождает голову от мыслей, расслабляешь конечности и вот ты уже не часть природы, ты – сама природа.

– Знаешь... – Гонсо несколько приглушил голос, – Вчера у старого шамана Бууну мне удалось поменять кое-какие побрякушки на один отвар...

Он вытащил из кармана

фляжку и протянул мне. Я сделал глоток. Через секунду небо стало сливаться с Землёй, предметы вокруг расплываться. Чья-то рука меня трясла, но я никак не мог сконцентрироваться на ней. С огромным трудом я разлепил тяжёлые свинцовые веки. Рядом со мной стоял и легонько тряс меня Вася.

– Чёрт побери. Я будил тебя минут 10. Уж думал, что-нибудь случилось.

– Мне снился какой-то ужасный психоделический сон. Настолько же бредовый, насколько реалистичный.

– Собственно, зачем я пришёл: ты готов к экзамену?

Медленно пришло осознание текущей ситуации... Завтра экзамен по матану... Завтра наступит через полтора часа... Я ещё даже не открывал материал...

– Эээээ... Я даже не начинал. Что будем делать?

– Пошли в боталку. За ночь без проблем подготовимся.

«Выбора нет», – подумал я. Ни разу не пробовал готовиться за ночь. С большим трудом я нашёл учебник по матану – оказалось, что он подпирал стол.

– Досадно, теперь стол будет шататься.

– Вряд ли грязная посуда на нём сильно расстроится.

Табличка «читальный зал» на двери боталки отдавала чем-то библиотечным и не предвещала веселья. Боталка встретила нас гудением ламп и недовольными взглядами местного населения. Я осмотрелся: все парты заняты, какой-то парень даже пытался уместить толстую книгу с конспектом на крышке фортепиано. Впрочем, учебные материалы ежеминутно соскальзывали и падали на пол, чем парень был расстроен не меньше инструмента. Вдруг я заметил за дальней партой возле окна своего старого знакомого халявщика Сергея, который что-то писал на желтоватом листе бумаги. Я подошёл к нему



и поинтересовался:

– Что ты здесь делаешь? У тебя же нет завтра экзамена! Взялся наконец за ум?

– Шутишь? Не видишь, что ли, я разгадываю кроссворд.

Я глянул на стол. Действительно, наполовину решённый кроссворд. Я схватил газету и поднёс поближе к своим близоруким глазам. Сверху листа значилось название «Газета Христианской лиги». Первый попавшийся вопрос кроссворда: «Допустимо ли прелюбодеяние (заповедь 7)?». Три буквы, вторая Е. Что же это может быть? Несколькими росчерками карандаша я дописал У и S и вернул газету владельцу.

– Когда же ты, наконец, займёшься чем-нибудь полезным? И вообще, проваливай из боталки. У нас приоритет на этот стол: завтра экзамен.

– Но я же первым пришёл!

– Самая справедливая система в мире – это очередь. First in, first out – первым пришёл, первым уйдёшь. Так что, счастливого пути.

Сергей нервно схватил свой типографский выкидыш и, громко топая и сопя, скрылся за дверью. Мы с Васей сели за освободившуюся парту и погрузились в учебники.

Через некоторое время наше чтение было прервано тихим бормотанием с соседней парты. «Выражение должно стремиться к бесконечности. Это выражение не может стремиться к чему-то другому. Всё стремится к совершенству. Всё стремится к Богу. Но почему в правой части всё же ноль? Неужели функция при  $x = 1$  безбожна?»

«Кто-то явно переботал,» – прошептал Вася и снова уткнулся в конспект. Время тянулось медленно. И вот, когда я дошёл до главы «Заключение», время нашего заключения подошло к концу. По радио заиграл гимн. Мы прервали чтение материала. Динамик потрескивающе затянул «Слааввьсяааа отеее...». «Да... в такие моменты я преисполняюсь патриотизмом», – признался Вася – «но потом вспоминаю про низкие зарпла-

ты бюджетников, голодающих пенсионеров, чудовищную коррупцию, и скептицизм снова берёт верх».

– Ладно, – сказал я – пойдём уже. Надо бы ещё в душ сходить и подкрепиться.

Мы вышли в коридор. Было по-утреннему пустынно.

– Видимо пол только что помыли. В цивилизованных странах в таких случаях ставят табличку: «Осторожно! Мокрый пол», чтобы никто не упал, – заметил Вася.

– Да ладно, и так никто не упадёт.

Фортуна не любит оптимистов, не проявляющих должного уважения к троекратному стуку по дереву, так что на третьем шаге я поскользнулся и шлёпнулся на спину. Ужасная боль пронзила черепную коробку. Сознание вывернулось наизнанку. Затем свернулось обратно. Просветление. Я распластался на земле, оголённые участки тела чувствуют осоку, доносятся звуки ветра, играющего пышными кронами деревьев. Я открыл глаза. Надо мной стоял

Гонсо с большой палкой и несколько растеряно заговорил:

– Слава Богу, ты очухался. Я уже думал, рассудок полностью покинул тебя. Ты подскочил и стал бегать, размахивая руками. Вот, – он смущённо потряс палкой, – пришлось тебя огреть слегка. Обманул меня, видимо, шаман. Подсунул какой-то яд.

Я потёр шишку на голове, тщетно попытался осознать произошедшее и сказал:

– Не обманул. Я чувствовал себя в теле другого человека. Но сейчас не время обсуждать, пора работать.

Я поднялся, отряхнул с себя комья грязи, подобрал с земли лежащее в стороне мачете и направился на запад. Туда, где мне предстоит работать на сахарную компанию. А в часы отдыха я буду много размышлять над вопросом: «кто я: сошедший с ума молодой учёный, которому всё это кажется, или работник плантации, уместивший вечность в пять минут?»



# УМ В ПОРЯДОК ПРИВОДЯТ

Дарья Кафтан

# ЗДЕСЬ



Июнь подходил к концу, завершился первый курс и летняя сессия. Оставалось только сдать книги в библиотеку и проститься с МГУ на целых два месяца. Письменный стол пустовал без учебников, будничные дни пустовали без пар. Студенты из общежития разъезжались по домам, москвичи – по дачам и курортам. Казалось, только мне одной не хочется покинуть Москву и забыть университетские коридоры до сентября.

Обходя странички друзей во «ВКонтакте», я бродила из группы в группу в надежде набрести на что-то интересное. Одно из названий привлекло моё внимание: группа «Рэндзю в МГУ». «Очередная МГУ-шная секция» – подумала я. «Чего только люди не напридумывают: какое-то рэндзю!», – и из чистого любопытства оставила на стене группы вопрос, а что же такое рэндзю. В тот же день мне пришёл ответ: рэндзю – это аналог крестиков/ноликов на бесконечном поле, только с несколькими дополнительными правилами. Стёпа, один из администраторов группы, рассказал, как, когда и где

работает секция и пригласил в гости.

И на следующий день я уже сидела за разлинованной дощечкой в окружении чёрных и белых камушков и интересных собеседников. Поначалу я боялась, что, придя в клуб, увижу сухую и строгую атмосферу «шахматного турнира»: пыльную тишину, нарушаемую лишь звуком перемещаемых фигур, шелестом книжных страниц и лаконичным перешёптыванием погружённых в игру людей в очках. Каково же было моё удивление, когда я поняла, что тишина в этом клубе – явление редкое, сопутствующее лишь серьёзным партиям, требующим действительно большой концентрации. Большую же часть времени в секции идет активное общение, в которое входят как обсуждение партий и задач, так и весёлые шутки и смех, и никто не ругается, если вы ведёте себя недостаточно тихо и серьёзно. А всё потому, что главное здесь – провести время в приятной компании за интересным занятием.

Оказалось, что секция рэндзю существует совместно с секцией го, а поиграть здесь можно еще и

в сёги – японские шахматы, и в маджонг – восточную игру, чем-то напоминающую покер. Каждая из этих «восточных» игр по-своему интересна: рэндзю – дискретной чёткостью и лаконичностью, го – простором и разнообразием, сёги – изошрённой стратегией и возможностью возвращать съеденные фигуры на доску, маджонг – светской неторопливостью и красотой фишек. Изящные и увлекательные, они – как математика, которая «ум в порядок приводит» – способны научить нас важным вещам: рэндзю – видеть последствия наших поступков на несколько шагов вперёд, го – занимать своё место и защищать территорию, сёги – что наши враги могут стать нашими друзьями, маджонг – учитывать волю случая и верить в удачу.

Вот так состоялось моё знакомство с секциями рэндзю и го, а точнее – Клубом Логических Игр МГУ. Кто бы мог подумать, что, заглянув сюда «на пару минут, пока нечего делать», я захочу приходить сюда снова и снова, к чёрно-белым камушкам и замечательным людям.

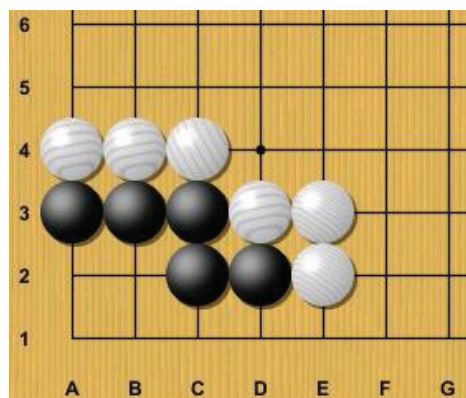




## ЧТО ТАКОЕ ГО?

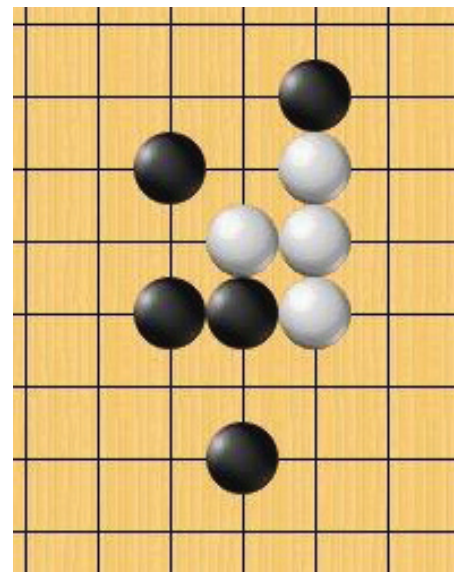
Го – это одна из древних восточных игр, пришедшая из Китая, чем-то похожая на знакомую игру «точки». Но цель го – не только «скушать» побольше камней противника, но и постараться захватить как можно большую территорию на доске, защищая её своими камнями. Чья территория в конце игры окажется больше, тот и победил. Игра отличается простыми правилами, но предоставляет немалое количество возможностей, приёмов, позиций. «Скушать» камень противника можно, окружив его своими камнями, причём так, чтобы у противника не осталось возможности поставить свой камень вплотную (сверху, снизу или по бокам) к этому. Такие возможности называются «свободами». Если стоят вплотную два или больше камней одного цвета, то их «свободы» объединяются, и тогда «съесть» такую группу камней можно лишь заняв все свободы своими камнями. Из этого следует правило, что нельзя делать ход в клетку, в которой у камня не будет «свободы» (если при этом ты не «съедаешь» группу и не освобождаешь хотя бы одну «свободу» для этого камушка).

На закуску – простая задача «на выживание». Чёрные ходят первыми и хотят выжить.



## ЧТО ТАКОЕ РЭНДЗЮ?

Рэндзю – это древняя японская игра, напоминающая обычные крестики-нолики пять в ряд на бесконечном поле. Но отличается от крестиков-ноликов тем, что играется на доске 15\*15 клеток шашками или камнями, а на чёрных налагаются дополнительные ограничения: им нельзя ставить вилки три на три, четыре на четыре (так называемые «фолы»). Также запрещена постановка «длинного ряда» – 6 или больше камней в ряд. Эти ограничения существуют для того, чтобы у чёрных нивелировалось преимущество, связанное с правом первого хода. Однако, казалось бы, как тогда вообще выигрывать чёрными? Им остаётся только вилка 4\*3, но даже она одна обеспечивает чёрным статистическое преимущество.



«Фолы» и длинные ряды придают игре дополнительную красоту, так как белые могут использовать их для выигрыша. В качестве примера использования «фолов» – задача. Белые ходят первыми и выигрывают.



**Клуб Логических Игр МГУ всегда можно найти в понедельник, среду с 18:00 до 23:00 и в субботу с 11:00 до 18:00 в холле 17-го этажа корпуса Б главного здания МГУ.**  
**«Вконтакты» клуба:**  
<http://vkontakte.ru/club292820> – «Рэндзю в МГУ»,  
<http://vkontakte.ru/club419373> – «Го в МГУ».

## ПОСВЯЩЕНИЕ В СТУДЕНТЫ 2010

Ежегодно в середине сентября на нашем факультете проходит Посвящение в студенты ВМК. Посвящение – это выход с ночёвкой в палатках в одну из лесопарковых зон Подмосковья. Это романтика атмосферы песен у костра с гитарой, общение с однокурсниками и преподавателями в неформальной обстановке, конкурсы, эстафеты, игры и позитив! Как всегда вас ждёт концерт зажигательных музыкантов, фейерверк и волшебство вокруг!

Дорогие первокурсники, специально для вас будет проводиться Обряд Посвящения – такое бывает раз в жизни и именно сейчас! По-настоящему проникнуться духом факультета, узнать ближе одногруппников, повеселиться и отдохнуть – всё это на Посвяте ВМК!



## НАБОР В РЕДАКЦИЮ ГАЗЕТЫ «В НОГУ С ЖИЗНЬЮ»

Уже третий год на нашем факультете выпускается печатное издание «В Ногу с Жизнью». У нас разные интересы и увлечения, но всех объединяет желание донести до людей своё слово и мысли. Нам всегда нужны люди, готовые принести в газету новые идеи, вдохновение и творчество!

От ваших сочинений были без ума учителя литературы, и вы не готовы на этом остановиться? Вас не пугает слово «верстальщик» и в душе вы прирождённый дизайнер? Вы полны новых идей и план покорения мира вам не чужд?..

Если хотя бы на одно из этих утверждений вы ответили «да», то вам открыта дорога в редакцию газеты «В Ногу с Жизнью»!



## ТЕАТРАЛЬНАЯ СТУДИЯ ВМК МГУ

На нашем факультете функционирует своя театральная студия. Уже третий год из её стен выходят мюзиклы и пьесы на хорошем уровне. Труппа театра периодически меняется, и туда всегда можно попасть.

Вы всю жизнь мечтали оказаться на сцене, вы танцуете, поёте или прекрасно входите в роль? Тогда это возможность именно для вас наконец-то проявить себя.

Еженедельно студия проводит занятия по Актёрскому мастерству для всех желающих. Посещая эти занятия, вы научитесь играть, держаться на сцене, а также чётко и понятно излагать свои мысли. В начале этого учебного года появится информация о новом наборе!



Анонсы подготовила Ксения Молоканова.

# СЛЕДИТЕ ЗА ОБЪЯВЛЕНИЯМИ И НИЧЕГО НЕ ПРОПУСТИТЕ!



## Спецвыпуск: День Факультета ВМК 2010

У всех нас есть свой День Рождения. И наш факультет – не исключение! В начале апреля каждого года факультет преображается, наполняясь красками и праздничным настроением. Традиционно проходят такие мероприятия как Шоу на ступеньках, мюзикл, фотокросс, творческая выставка и многое другое... Давайте вспомним, как это было!

Спецвыпуск газеты «В Ногу с Жизнью» освещает сорокалетие факультета специально к 1 сентября для первокурсников.

В сентябре в Научном Парке МГУ открывается программа «Формула Успеха 2010» – образовательная программа для всех, кто хочет создать свой бизнес. Отбор участников уже начался!  
 Подробности: [sf2010.ru](http://sf2010.ru)