

# Гомельскі Універсітэт

ГАЗЕТА ГОМЕЛЬСКАГА ДЗЯРЖАУНАГА УНІВЕРСІТЭТА ІМЯ ФРАНЦЫСКА СКАРЫНЫ

№ 1 (823)

Панядзелак, 6 студзеня 1992 г.

Газета заснавана  
у верасні 1969 года

Выходзіць раз у тыдзень

Цана  
3 кап.

## СЕСІЯ ПАЧАЛАСЯ

Якія б палітычныя і сацыяльныя змены не адбываюцца ў нашым жыцці, а ў студэнтаў ёсць, як кажуць, стабільныя моманты, непадуладныя ніякім узрушэнням. Гэта — час залікова-экзаменацыйных сесій. Тут не да палітыкі, а глядзі, каб «не заваліць» вышрабаванне на веды.

Да ўсім нам! любімага і жаданага навагодняга свята студэнты універсітэта паспелі ўжо здаць залікі. Гэта для іх пройдзены этап, а для большасці з 6-га студзеня пачаліся вышрабаванні больш сур'ёзныя экзамены. І цяпер галоўнае для студэнтаў — сістэматызацыя ўсіх набытых за час вучэбнага семестра ведаў, штурмаванне канспектаў і пад-

ручнікаў. Звычайна, правалаў і зрывалі на экзаменах не бывае ў тых, хто рэгулярна працаў у семестры, не адкладваючи ўсё на самыя апошнія дні перад экзаменам. І, натуральна, больш цяжка давядзеца тым, хто рабіў усё наадварот.

Наш фотакарэспандэнт пабываў на філалагічным, эканамічным факультэтах і на факультэце фізічнай культуры, дзе праходзілі залікі. Так, студэнты гр. ФК-31 факультэта фізічнай культуры здавалі залік па псеўдологіі і спорту, які прымаў дэкан факультэта дацент Б. М. Зайцаў. Студэнтка Ларыса Рэпіхава, якую вы бачыце на здымку ўверсе, пасплюхова яго вытрымала.

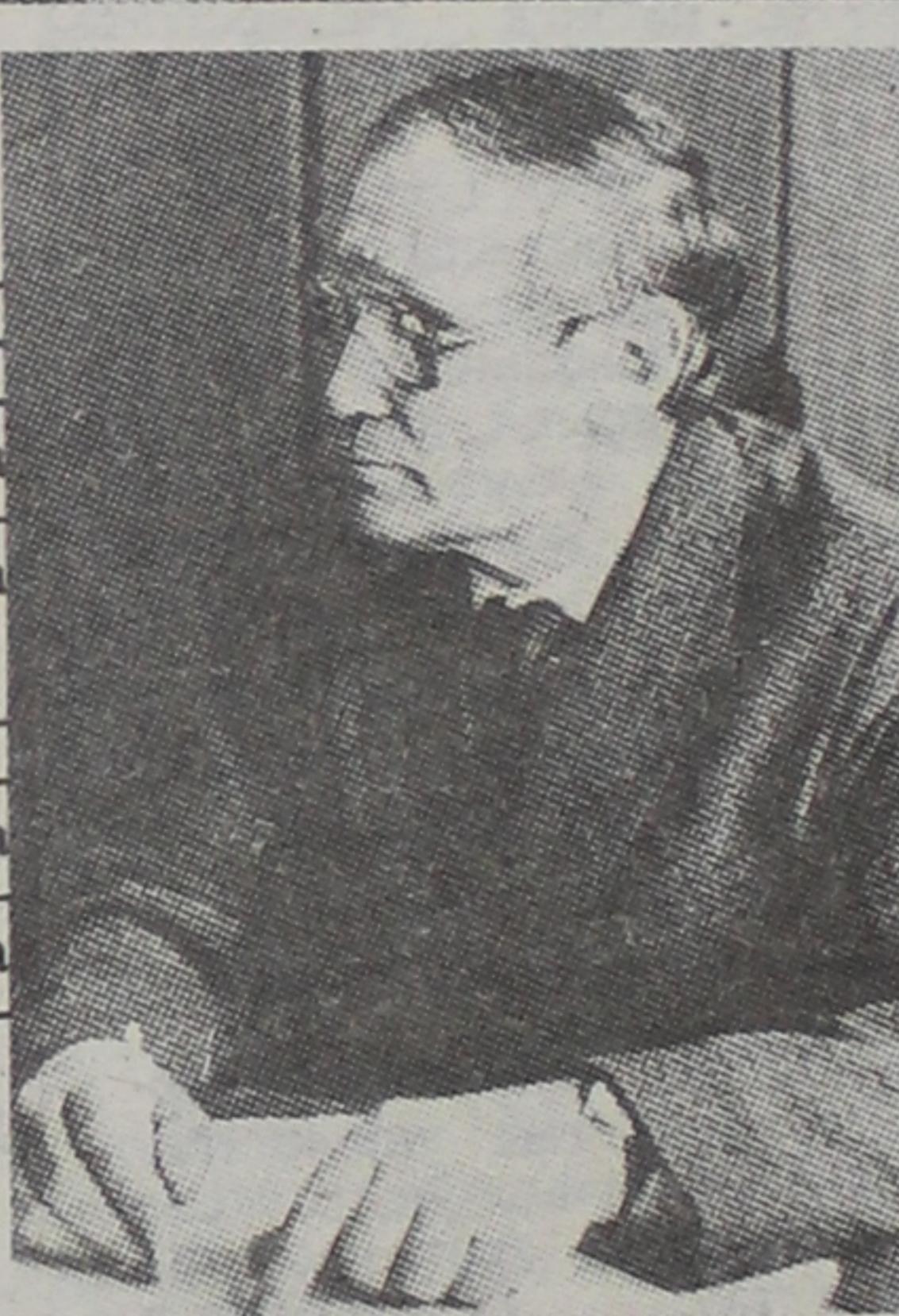


З фотакарэспандэнтам па аўдыторыях

На філфаку ў групе БР-41 дацэнт кафедры палітэканоміі У. С. Дайнека працяваў трываласць ведаў па гэтаму прадмету. На здымку яму адказвае студэнтка Святлана Галаўкова.

У трэцякурснікаў спецыяльнасці «Эканоміка і сацыялагія працы» залік па цэнтрувэрэнню прымаў дацэнт У. П. Трацэўскі. На здымку ўнізе залік атрымлівае Т. Радзько.

Фота У. Чысціка.



## АКТЫЎНЫЯ ЛЕКТАРЫ

Пераважная большасць выкладчыкаў і супрацоўнікаў універсітэта з'яўляюцца членамі таварыства «Веды». Многіх з іх добра ведаюць не толькі ў нашым горадзе, але і ва ўсёй вобласці. Вялікай папулярнасцю карыстаюцца лекцыі аб каханні, шлюбе і сям'і, з якімі выступае перад жыхарамі дацэнт кафедры філасофіі А. А. Фяськоў. За мінулы год ён прачытаў каля 400 лекцый.

Адным з найбольш актыўных лектараў універсітэцкай арганізацыі таварыства лічыцца дацэнт кафедры палітычнай эканоміі У. С. Дайнека. За мінулы год па найбольш актуальных пытаннях эканомікі ім прачытана звыш 200 лекцый.

Часта сустракаюцца з працоўнімі калектывамі загадчыкі кафедры фізічнага выхавання дацэнт В. А. Каліда, старшины выкладчыкі гэтаі жа кафедры В. З. Марчанка. Тэматыка іх лекцый закранае пытанні здаровага ладу жыцця, важнасць заняткаў фізічнай культурой і спорту.

В. СТАРАКОЖАВА,  
адказны сакратар універсітэцкай арганізацыі  
таварыства «Веды».

## КАШТОЎНЫЯ РАСПРАЦОЎКІ

Калектыв лабараторыі квантовай электронікі кафедры оптыкі пад кірауніцтвам яе загадчыка професара А. М. Сердзюкова распрацаўваў лазернае тэхналагічнае абсталяванне па прашыўцы адтулін у гадзінкавых рубіновых камянях. Яно ўкаранёна на Кусінскім (Расійская федэрацыя) заводзе дакладных тэхнічных камянёў. Ім поўнасцю заменена маральна ўстарэўшае абсталяванне.

Калектывам названай лабараторыі вядзенца актыўная распрацоўка лазернага медыцынскага абсталявання рознага прымянення. Гэтым самым уноўсцца дастойны ўклад у ажыццяўленне Чарнобыльской працграмы.

## СВАБОДНЫ УНІВЕРСІТЭТ

Група, якая распрацоўвала стратэгію Петразаводскага ўніверсітэта, вылучыла ўзроўні Свабоднага ўніверсітэта на базе ўніверсітэта ў Петразаводску і ў Йоэнсу (Фінляндия). Прадугледжваецца аблін лекцарамі, лекцыямі, стварэнне агульных кафедр, агульной газеты, развіццё матэрыяльнай базы.

## На вучоным савеце ПРЫНЯТЫЯ РАШЭННІ—ВЫКОНВАЦЬ

На заключным у мінулым годзе пасяджэнні вучонага савета ўніверсітэта разгледжана пытанне аб выкананні ім прымаемых рашэнняў. З паведамленнем выступіў вучоны сакратар дацэнт Л. Я. Паліякоў. Ен адзначыў, што ў пераважнай большасці прымаемых вучонымі саветам рашэнні выконваліся. Аднак асобы з іх па пэўных прычынах не ажыццяўлены з сеансія шыя дні. Устаноўлены

двохмесячны тэрмін для выканання гэтых рашэнняў. У адваротным выпадку да адказных асоб будуть прыняты адпаведныя меры ўздеяння.

Вучоны савет зацвердзіў на 1992 год тэматыку навукова-даследчых работ.

Па конкурсу на вакантныя пасады выбраны прафесарска-выкладчыці састаў.



# ЛІТАРАТУРНАЯ СТАРОНКА

Іван ХАРЛАМОВ

## СТИХИ О РОДИНЕ

В мрак погружаясь, глухо стонет даль,  
А беспросветность тяжкая все дюже...  
Отчизна-мать, горька твоя печаль:

Бновь грай вороний над тобою кружит.  
Бновь властолюбцы шумною гурьбой  
Свой правят бал, внося раздор и смуту.  
В беде великой ты бредешь с сумой,  
В немую пропасть низвергаясь круто.  
Зла и обмана бьется карусель...  
Гнев затая, хранит народ терпенье.  
О, Родина святая, неужель  
Падешь ты бессловесно на колени?

Ірина ХАЦКЕВИЧ

## ВОЗЗВАНИЕ К ЧЕЛОВЕКУ

Ах, как хочется жить,  
Просто жить и любить.  
Ведь ни много, ни мало,  
проверьте.  
Черный мрак покорить,  
Мирным космос творить,  
Добро сеять на всем  
белом свете.  
Ты умён, Человек,  
Как безмерно ты глуп,  
Как жестоко своими руками  
Разрушаешь свой век,  
Губишь Землю свою,  
Что природой дано,  
но не нами.  
Мирный атом... Зачем?  
Стронций, цезий... За что?  
Сам себя, Человек,  
убиваешь,  
Добрых губишь людей,  
Не рожденных детей,  
Свою мать на колени  
ты ставишь.  
ты в науке — герой,  
зидашь,творишь,  
И чего только ум не  
постиг твой!

А какою ценой,  
Ты сквозь пальцы глядишь.  
Своему ты грозишь горлу  
бритвой.  
Вскинь же голову вверх!  
В небо, в звезды взглянись  
Жизнь прекрасна, ведь  
ты понимаешь.  
Только жизнь без смертей,  
Только мир без войны —  
Вот о чем ты порой  
забываешь.  
Ты умён, Человек,  
Ты не должен быть глуп.  
Лишь задумайся:  
может успеешь  
Землю-мать сохранить,  
Быть счастливым, любить.  
И детей добротою согреешь.  
О, Господь, помоги!  
Человека прозри!  
Он ведь добрым рожден  
быть на светле!  
О, Господь, воскреси  
Всю прекрасность Земли,  
Пусть живет Человек  
на планете!

## ЗАВИСТЬ

Ты, зависть, беспредельно  
так жестока,  
Глупа, хитра и падаешь  
так низко.  
Всё зло и нечисть —  
у твоих истоков.  
К людским сердцам ты  
подползаешь близко.  
Ты, подлая, кусаешь  
ядовито.  
Ты — серенькая мышь,  
ты — черная ехидна.  
Глаза косишь и смотришь  
так сердито.  
Ты есть повсюду,  
но себя не видно.  
Чему завидовать?  
Ну что тебе  
неймется?  
А хочешь, забери мою  
удачу,  
Которая спиною  
поворнется  
ко мне. А я живу  
и радуюсь, не плачу.  
Назло тебе не упаду,  
не сгину,  
Кусайся, если зубы  
не сломаешь.  
Я смерти не боюсь.  
Я не погибну,  
Старшее смерти лишь  
людская зависть.

**И**СКУССТВО опошлено нежеланием трудиться над ним. Сегодня достаточно только выбросить перед публикой свои мысли в том хаотичном состоянии, в каком они зародились, и заставить публику делать за себя то, над чем автор сам должен был работать. В этом причина невероятного количества «талантов» на сегодняшний день. Ведь душа есть у каждого, и всякая душа прекрасна, но она только тогда станет достоянием других людей, когда ты сможешь облечь ее разумом в нужные одежды, чтобы на нее можно было без стыда глядеть посторонним. Но это делать либо ленятся, либо не умеют, и души расхаживают голыми, смущая разум.

Читая нашу литературу, чувствуешь, насколько она ненастояща. И меня лично удивляет не столько существование бездарных писателей (такие были всегда и в большом количестве), а то, что наша критика относится к ним серьезно и серьезно их разбирает и хвалит там, где хочется плакать от презрения. Ведь при желании даже в самом ничтожном можно выискать смысл. Но литература такова (я говорю о хорошей литературе), что смысл в ней должен сам нас находить. Он должен быть настолько ярко (но не навязчиво!) выраженным, чтобы нас осенило, чтобы мы были поражены им. Но сегодня чаще мы поражаемся беспомощному бессмыслию, в котором за неимением другого, более высокого, мы стараемся выискать что-то такое, по чем давно соскучились наши бедные души. И, вроде бы найдя то, что искали, мы чувствуем все-таки, что чего-то, самого главного, не хватает. А это главное отсутствует по той причине, что мы идею нашли, а не она нас.

Я могу нарисовать две точки на листе бумаги и предложить двум разным людям объяснить, что это такое. Один пожмет плечами и скажет: «Что же? Две точки здесь, ничего больше». Другой схватит лист и, сосредоточенно хмуясь и шевеля губами, станет думать... «Нашел! — воскликнет он наконец. — Эта точка — я, эта — ты. То, что между нами, существует, потому что и мы существуем. Но его и нет одновременно, так как между нами — то же самое, что и за нами. Следовательно, и нас не существует! А раз так...» И пойдет нести всякую чепуху, в которой и сам-то сомневается. Я же рассмеюсь и скажу в ответ: «Да ничего я здесь не изображал, а просто поставил две точки, и все!» Между прочим, так делают сейчас многие и многие. Делают повсюду — и в литературе, и в живописи, и в кино, где только можно. Поставят такие вот две точки (или черный квадрат нарисуют), посадят перед ними зрителей и скажут им: «Думайте! Когда зрители

подумают, их спрашивают: «Ну что, поняли?» Попробуй скажи, что не понял — дураком назовут. И тогда каждый, как в сказке про голого короля, начинает выдвигать свою версию, и ни одна при этом не будет похожа на другую. Неудача, абсурд?.. О нет! Автор двух точек, наоборот, страшно доволен. Оказывается, ему это только и надо было. Оказывается, главное для него — подстегнуть наш мозг к действию,

Александр КУЗНЕЦОВ,

студент гр. Р-21  
філологіческого факультета.

Беспечный сон её прозрачных глаз

по утреннему свету  
растворился.  
Косичка потихоньку  
заплелась;  
С ней ласковый рассвет  
соединился,  
чтоб освежить ночной  
покой волос,  
тайвшился в расслабленности  
сонной,  
А на окне букет из нежных  
блестит перед проснувшейся  
Мадонной.

Она найдет в нем искры  
волшебства  
и унесет куда-то  
в бесконечность...  
Предновогоднего подарит  
волшебства  
ее непредсказуемая  
нежность!  
Властвительница ярких  
снежных звезд  
спешит на праздник  
зимнего блаженства, —  
сводить с ума жемчужинью  
волос, которой нет предела  
в совершенстве!

## ПИСЬМО К ТЕМ,

### КТО ПИШЕТ

Он был большой враг всякой оригинальности, говоря, что оригинальность есть уловка людей дурного тона.

Л. Н. ТОЛСТОЙ,  
«Детство».

чтобы этот мозг придумал что-нибудь свое. И неважно, что это придуманное не совпадает с затеей автора. Главное — зрителю думал. Это и есть портрет современного искусства.

Да, согласен, уход от реализма не есть уход от реальности, ибо реально всё, что существует. И то, что есть в душе каждого человека, тоже реально. Но если это изобразить нереалистично, то оно станет нереальным для всех, кроме того, кто изображал. Если ты увидел красивое дерево, то и нарисуй его красивым, чтобы это поняли все. «Но я так вижу!» — скажет мне художник. «Да, — отвечу я, — а я вижу иначе, чем ты. Но и я и ты обязаны изобразить это самое дерево так, чтобы и другой понял, что это дерево и оно красиво!» Существующее убеждение, что талант — это полная свобода и что оно ни к чему не обязывает творца, в корне ложно. В этом-то и смысл и сложность искусства — творить так, чтобы твои чувства и мысли были понятны. В противном случае искусство дастестанет выполнять свою главную роль — передавать состояния души одного человека многим. Проще всего уйти от этого правила, отмакнувшись знаменитой фразой: «А я так вижу!». Проще, например, написать: «Зима, Солнце», чем: «Была зима, и солнце, гуляя над самым горизонтом, ослепляло не собою, а снегом — на снег больно было глядеть». Первая фраза своей вызывающей лаконичностью как бы говорит читателю: «А, черт с тобою! Понимай сам, как тебе удобнее». Вторая старателльно, но навязчиво, как можно точнее выписывает пейзаж, чтобы читатель увидел

точка-в-точка тоже самое, что и автор (т. е. автор серьезно озабочен тем, чтобы его правильно поняли). Но можно и перестараться. Можно написать так: «Солнце обнаглело до предела. Не хочет, мать его душу, ходить высоко, и баста! Ну чё с ним сделашь?..» Такое малому понравится, но автора это не заботит — он так видит. Что такое совершенное произведение? Это чувство меры и хороший вкус. Это гармония формы и содержания, когда первое и второе сливаются и появляется нечто третье. Это третье и воспринимается читателем с восторгом как совершенная и прекрасная вещь. Если же плоха форма или несерьезно содержание, внимание читающего постоянно отвлекается и тем, и другим, от этого не создается впечатления целостности произведения. Читателю оно может и нравиться в общем, но он вместе с тем чувствует, что что-то ему мешает восхищаться.

Найти разумную середину, уравновесить форму с содержанием — это и есть высшее искусство. Всё меньше тех людей, кто придерживается этого правила, и поэтому всё больше тех, кто «оригинально видит».

Я вовсе не хочу сказать, что раньше лучше творили. Наряду с Толстым и Лермонтовым были такие, кто напоминает сегодняшних писак. Но я говорю лишь о том, что мало сейчас талантов, а гении и вовсе перевелись на земле Российской, потому что никто не желает работать в поте лица своего, никто не заботится о читателе, а все стремятся только вытолкнуть наружу своё оригинальное «я», даже не пограничилось придать ему человеческий облик.

Дорогие мои соотечественники! Я призываю вас кончить искать в чёрном белое и наоборот, кончить переставлять буквы с одного места на другое в поисках «нового». Давайте оставим наш язык великим и прекрасным, каким он был когда-то. Вернемся же к изящному слову Пушкина и Тургенева, не внешностью, нет, не архаизмами, но душою! Как просто писать просто, но как трудно понять это. Забудьте, писатели, о себе и думайте, что вы обязаны творить для миллионов людей, истосковавшихся по русской литературе, по красивому русскому языку и живым человеческим чувствам. Люди устали от вечных гипертрофированных пародий и карикатур на чувства, они хотят жить, как живут с Наташей Ростовой и Печориным, с Рудиным и Алешей Карамазовым...

Русские соскучились по русскому...

М. ОРЛОВ,  
студент гр. Р-24  
філологіческого факультета.

Невечный хор дней Зимы...  
звонкая цепь снегов.  
Я ложусь спать, веря в тебя,  
в твой спокойный день,  
в твой Новогодний день,  
в котором ты будешь  
встречать мечту  
о будущих радужных снах,  
несбыточностью обжигающих  
сердце словно шампанским губы...  
Ничего не поделаешь —  
долг рассвет,  
даже дальше, чем даль...  
Но я уже знаю,  
Что у тебя — неземная  
печаль,

И что в ней — всего лишь  
минута нашего  
существования Душ,  
счастливейшая минута  
до Нового года! —  
сейчас ты выпьешь бокал  
И окончишь мой зимний сон...

Михаил ОРЛОВ,  
студент гр. Р-24  
філологіческого факультета.

## К ПОРТРЕТУ М. И. ЛОПУХИНОЙ

Кисти Боровиковского  
Гляжу на портрет твой —  
И отзовки страсти,  
Веселой и светлой,  
Поют мне о счастье.  
Но вміг вспоминаю  
О бездне меж нами:  
Взлетела ты к раю,  
А я — под ногами.  
И даже не знаешь,  
Не видишь, как где-то  
Меня поражаешь  
Красою с портрета...

# ЦІ ПРОЙДЗЕНА АЗБУКА ЗНОСІН?

Кажуць, што хутка ў школе, а там і ў дзіцячым садзе, будуць вучыць пра-мурасцям зносін з хітрай тэхнікай: ЭВМ і мікропра-цэсарамі, калькулятарамі і дысплеямі. Такі час — без гэтага нельга. Але нават за-своішы камп'ютерную грамату, многага не даб'ешся, не валодаючы той сумай чала-вежых уменняў, якія можна назваць адным словам — зносіны.

Час патрабуе памножыць камп'ютерную граматасць на валоданне граматай чала-вежых зносін. Гэта мінімум. Але ці пройдзена азбука зносін?

Азірнемся навокал? Як часта сталі сустракацца людзі ўпакіне нармальныя з медыцынскага пункту гле-джанія, але хваравіта раз-дражняльная, неадекватна рэагуючая на ўсё, амаль да дробязей. Аднаго нечакана штурхнулі ў аўтобусе, і ён доўга будзе марнаваць крыўдзіцеля, а за адно і ўсіх, хто едзе разам з ім. Другому зрабілі заўгаву, што ён занадта часта і па-доўгу вядзе асабістую раз-мову па службовым тэлефо-не — ён штурнуў трубку. Трэцій здалося, што ёй не

далілі ў шклянку соку, і яна накінулася на прада-шчыцу з лаянкай. Такія па-водзіны, безумоўна, вынік адсутнасці культуры і перш за ўсе культуры зносін.

Часам даводзіца чуць, што ўменне размаўляць — прыроджанае. Аднаму «на-раду напісану», другому — не дадзена. Такія меркаванія вельмі падобныя на адвар-вокі і нежаданне цвяроза паглядзець на рэчы. Рэзервы для павышэння камуні-катыўных здольнасцей амаль ва ўсіх нас такія, што реа-лізацыя нават малой іх долі можа даць выдатны ёфект.

Аднак бядя ў тым, што ўменне размаўляць мы ву-чымся яшчэ вельмі дрэнна. Лічым гэта цяжка дасягаль-ным, не першаступенным і многае ў выніку страчаем. А ў прынцыпе кожны здоль-ны навучыцца размаўляць прадуктыўна. Сучасная пси-халогія накапіла дастаткова ведаў, якія дапамагаюць вя-лодаць паводзінамі. Пры гэ-тых пажадана не абмяко-вацца сліпым следаваннем

парадам спецыялістаў, а па-спрабаваць пашырыць веды ў галіне психодзяцтва, каб свя-дома будаваць свае зносіны з людзьмі.

Для пачатку задумаемся над некаторымі пытаніямі. Ці можам мы звяр-ніцца да чалавека, спытаць яго так, каб яму было пры-емна адказаць? Ці можам уважліва выслухаць субъ-седніка і выклікаць у яго цікавасць, выклікаць пры-хільнасць да сябе, давер? Ці станем мы на грубасць, адрасаваную нам, разагаваць іншымі сродкамі, або суст-речнай грубасцю? Ці здоль-ны ў свой час пажартаваць, разрадзіць атмасферу, калі накаліяюща страсці? Ці імк-неміся настаяць на сваім тактоўна, так, каб не ад-штурхнуць людзей, а толькі ўпэўніць іх у сваёй праве? Ці ўмёмы мы гаварыць «так» і «не»?

Калі на ўсе гэтыя пытані-ны вы гатовы адказаць адна-значным «так», вывучэнне психодзяцтва зносін для вас не зусім актуальнае. Калі вы

хістаецца або цвёрда веда-це або тым або іншым на-ўменні, вам трэба ведаць: ваша манера размаўляць — гэта тое, што стаць паміж вамі і іншым чалавекам. І ў вашых сілах ператварыць зносіны ў працягнутую руку або ў непераадольны барер.

Здавалася б, перабудавацца, змяніць у сабе тое, што вам самому не вельмі сім-патычна, — вельмі склада-ная задача. Але рэальнай яе робіць наша псыхічна арга-нізацыя — сістэма, якая настройваецца. Псыхіка чалавека — складаны, даска-налы інструмент. Ён бывае частва не настроены, і, падобна свайму музычнаму са-брату, фальшивіць, бярэ не той тон, а то і «дае пеўня». Не трэба крыгудзіца на ін-струмент, калі прычына ва-німенні настройшчыка 1 выкананы.

Словам, палепшыць камунікатыўныя якасці можна, і гэта адносна не складана, калі правільна вызначыць свае хворыя кропкі. Між ін-шым, не складанасць аднос-

на; цяжэй за ўсё сябе аца-ніць, аб'ектыўна прадставіць свае вартасці і недахопы, паглядзець на сябе вачыма іншага чалавека, з боку. З гэтага трэба пачаць.

Складзіце спіс з 13 ста-ноўчых і адмоўных камуні-катыўных якасцей, якія вам цяжэй за ўсё даюцца або з'яўляюцца вашым слабым месцам, на што ўказываюць родныя, сябры. Напрыклад:

1. Вера ў сябе.
2. Ветлівасць.
3. Жыццярадаснасць.
4. Пазытыўныя адносіны да крытыкі ў свой адрес.
5. Тактуюнасць.
6. Крывадушнасць.
7. Неабавязковасць.
8. Зайдзрасць і г. д.

Абміркайце гэты спіс з сябрамі, якія вас добра ве-даюць, каб уключаны ў яго параметры былі як мага больш аб'ектыўнымі. Тым самым вы падрыхтуете сябе да пачатку працы па ўда-сканальню сваіх камуні-катыўных якасцей. Вынікі будуць становічымі, калі вы станеце паслядоўна праца-вацца над ухленнем сваіх недахопаў.

**А. ТАЛСТЫХ,**  
(«Наедыне со всеми»).

## ЯК НА САМОЙ СПРАВЕ «ХОДЗІЦЬ» ЧАЛАВЕК

Як кодаць чалавек? Вядома як, нагамі, — скажаце вы. Між іншым, наступерак гэтай кожнаму вядомай акслёму, ву-чонія сенсацыйную прапаўку: чалавек ходзіць як будзільнік — ритм яго жыцця цыклічны і залежыць ад руху Сонца, ад фаз Месяца, ад многіх з'яў прыроды.

Профіль у даследчыкаў но-вага напрамку — хранальная біялогія, і гэта наука ўстана-віла, што ўсе органы чалавека, яго мозг, цела, душа падпрад-коўваючы — ад нараджэння

да смерці — «трокахтаму цыклу». У адзін і той жа дзень прыліў і адліў фізічных сіл наступае тройчи. Тройчи насту-пае стомленасць. И твой наст-рой, кочаш ці не хочаш, падпра-радаваны гэтаму цыклу. Зы-кодзячы са свайго адкрыцця, хронабіёлагі на Захадзе сенса-ція прапаўку — над практычнымі рэкамендациямі, звязанымі з прафесіональнай дзейнасцю чалавека, з яго бытам, адпачы-кам — любымі жыццёвымі сі-туаціямі. Напрыклад, шафя-рам не рэкамендуецца сядзець за рулём з 2 да 4 гадзін раніцы, нават калі яны перад гэ-тым рыхтаваліся да начной змены і спалі 8 гадзін. Ад 2 да 4 у чалавеку «спынецца» будзільнік. Школьнікам хро-набіёлагі рэкамендуюць лепш за ўсё рыхтаваць урокі з 16:30 да 18 гадзін. Усе важнейшыя справы на работе лепш выра-шаць з 10 да 12 раніцы — гэ-та час, калі будзільнік у чалавеку стукае на поўную катушку і лепшыя фізічныя магчы-

масці можна скарыстаць на ка-рысьць прафесіі.

Такім чынам, запомнім, што ў кожнага з нас «унутры» — га-дзінік, і лепш за ўсё менавіта па ім вырашаць, што лепш ра-біць зараз, а што адкласці на потым. Рамі прачытаць і зра-біць вывады:

### ЧАС ДЛЯ РАМЯСТВА

Лепшая праца здольнасць не-шта майструючых пальцаў рук паміж 15 і 18 гадзінамі.

### КАЛІ ЗАВОДЗІЦЬ ЗНАЕМСТВЫ

Самы моцны поцік рукі ў чалавека паміж 9 і 10 гадзінамі.

### НА ПРЫЕМ ДА УРАЧА

Лепш за ўсё скора чалавека ўспрымае медыцынскія юколы ў 9 гадзін раніцы.

### ЧАС ДЛЯ СПОРТУ

Наши мускулы найбольш праца здольны ў 13:30.

### ЧАС КАХАЦЬ

Палавы гарманальны пік у 8 гадзін раніцы.

### КАЛІ АБЕДАЦЬ

Больш за ўсё страйнікавай кіслаты ўтвараецца ў 13 гадзін — нават калі пры гэтым чалавек нічога не есць.

### ВЫ ЗАХАЦЕЛІ ВЫШЦІ...

Печань лепш за ўсё ўспры-мае алкаголь паміж 18 і 20 гадзінамі.

### ЛЕГКА ДЫХАЕЦЦА

Самая высокая інтэнсіўнасць дыхання лёгкіх паміж 16 і 18 гадзінамі.

### ЛЕПШАЯ АДЧУВАЛЬНАСЦЬ

Найбольш поўная смакавы адчувані, слухавы ўспрымані,нюх — паміж 17 і 19 гадзінамі.

### ЖЫВЕМ-РАСЦЕМ

Найбольш інтэнсіўна на пра-цягу дня растуць у чалавека скора і пазногі паміж 16 і 18 гадзінамі.

### ЛЕПШЫ ІМУНІТЭТ

Найбольш моцна арганізм супраціўляецца інфекцыям у 22 гадзіны.

### НАРАДЖЭННЕ ДЗЯЦЕЙ

Большасць дзяцей нараджа-ецца на свет паміж 24 і 4 гадзінамі раніцы.

### КАЛІ ВЫ НЕ ПАВІННЫ ЗАСТАВАЦЦА АДНЫЯ

Найбольш востра чалавек адчувае адзіноцтва паміж 20 і 22 гадзінамі.

### СПЯШАЙЦЕСЯ ДА КАСМЕТОЛАГА

Найбольш успрымальная скора для касметычнага дог-ляду за ёй ад 18 да 20 гадзін.

### СЛЯПЫЯ ГАДЗІНЫ

Горш за ўсё шафёры бачаць ў 2 гадзіны ночы.

### КАЛІ АБЕДАЦЬ У НАЧНЫХ ЗМЕНАХ

Спад праца здольнасці на вы-творчасці ў начной змене ад 3 да 4 гадзін раніцы.

### ГАДЗІНЫ СЛАБАСЦІ

Найбольш слабы кравяны ціск у чалавека паміж 4 і 5 гадзінамі раніцы.

хістаецца або цвёрда веда-це або тым або іншым на-ўменні, вам трэба ведаць: ваша манера размаўляць — гэта тое, што стаць паміж вамі і іншым чалавекам. І ў вашых сілах ператварыць зносіны ў працягнутую руку або ў непераадольны барер.

Здавалася б, перабудавацца, змяніць у сабе тое, што вам самому не вельмі сім-патычна, — вельмі склада-ная задача. Але рэальнай яе робіць наша псыхічна арга-нізацыя — сістэма, якая настройваецца. Псыхіка чалавека — складаны, даска-налы інструмент. Ён бывае частва не настроены, і, падобна свайму музычнаму са-брату, фальшивіць, бярэ не той тон, а то і «дае пеўня». Не трэба крыгудзіца на ін-струмент, калі прычына ва-німенні настройшчыка 1 выкананы.

Словам, палепшыць камунікатыўныя якасці можна, і гэта адносна не складана, калі правільна вызначыць свае хворыя кропкі. Між ін-шым, не складанасць аднос-

на; цяжэй за ўсё і сябе аца-ніць, аб'ектыўна прадставіць свае вартасці і недахопы, паглядзець на сябе вачыма іншага чалавека, з боку. З гэтага трэба пачаць.

Складзіце спіс з 13 ста-ноўчых і адмоўных камуні-катыўных якасцей, якія вам цяжэй за ўсё даюцца або з'яўляюцца вашым слабым месцам, на што ўказываюць родныя, сябры. Напрыклад:

Зубрыла — студэнт, які можа аўтаматычна адказаць на-ват на незразумелае яму пы-танне. Часцей гэта выдатнік.

Ега — маства звесці ка-нец стыпендыі з канцом ме-сяца.

Кіганоша — студэнт, які камплектуе сваю бібліятэку за лік фондаў агульнай (факуль-тэта і г. д.) бібліятэкі.

Канспект — унікальная му-зейная рэдкасць, у час сесіі ацэньваецца знаўцамі сумай паўгадавай стыпендыі.

Касмапаліт — студэнт, які не атрымаў інтэрната.

Крызіс — апошні тыдзень да выплаты стыпендыі.

«Студенческі меридан» № 5, 1991 г.

(Працяг будзе).

Аўтары надрукаваных ма-тэрыялаў насыць адказнасць за падбор і дакладнасць прыведзеных фактаў, цытат, эканомічных даных, асабі-стых імян, геаграфі