

НАСТІЛЬНА
ГРА

БОНУС

ЗАХОПЛИВІ
ЗАВДАННЯ ДЛЯ
ТЕБЕ



ТАМ, ДЕ МИ НЕ БУВ...

Випуск 12 (91)



Китай

Незабутні пригоди в пошуках ГОЛОВНОГО

Щоб розкрити таємниці Дружболандії та стати її Вартовим, тобі знадобляться спеціальні КЛЮЧІ. Ось вони:

ДРУЖБОЛАНДІЯ - прекрасна Небесна країна, у якій панують добро та любов.

ТВОРЕЦЬ І ПРАВИТЕЛЬ країни - Бог.

СТАРОДАВНЯ КНИГА - це Біблія, у якій зберігаються головні закони Дружболандії.

СЛІДИ ДРУЖБОЛАНДІЇ - це все добре й прекрасне на нашій планеті, що нагадує нам про Небесну країну.

ВАРТОВІ ДРУЖБОЛАНДІЇ - люди, які шукають і зберігають у своєму серці ці сліди.

Шкільна їдальня під час великої перерви, напевно, найвідвідуваніше місце. Сніданок уже давно засвоївся, до повернення додому ще декілька уроків, а їсти «ой, як хочеться»!

– Михайлику, хутчіш! Там уже, мабуть, зібралася довжелезна черга! – квапили друга Яша й Тишка. – Якщо не встигне-

мо, доведеться ще цілий урок терпіти, а ми після сніданку ще нічого не їли.

А сніданок у хлопців був легкий. Матусі Яші й Тишки на тиждень поїхали до санаторію, тому друзі жили з Тишковим татом. Мамині борщі, пиріжки й котлети, наготовані перед від'їздом, уже закінчилися, а тато був дуже завантажений на роботі. Він повертався пізно й не встигав готувати, тому обідали й вечеряли хлопці в Марійки з Михайликом. А сніданок був завжди однаковим: яєчня, бутерброд і склянка молока.

– Не повіриш, – розповідав Михайликові Яша, поспішаючи до їдальні, – мені вже каші хочеться! Раніше мама змушувала мене її їсти, а виявилося, що після каші справді довше не відчуваєш голоду.

– Тато пообіцяв, що сьогодні точно приїде раніше, – радів Тишка. – Буде в нас королівська вечеря: плов, салат і млинці.

Цієї миті друзі вже підійшли до їдальні й здивувалися, що біля дверей досі юрмилося стільки дітей.

– Невже справді така довжелезна черга? – здивувався Михайлик і навіть не намагався протиснутися: перед ним щільною стіною стояли старшокласники.

– Що там? – перепитували в юрбі.

Хлопчики намагалися визирнути, прислухалися й тільки з окремих уривків розмов зрозуміли, що якомусь школяреві стало зле й зараз біля нього перебуває медсестра.

На подвір'ї пролунав звук сирени.

– Карета швидкої допомоги приїхала! – вигукнув хтось.

До вестибюля увійшли лікар, медсестра та водій з ношами. Натовп розступився, пропускаючи їх до їдальні. Михайлик устиг розгледіти на підлозі хлопчика, а біля нього – шкільну медсестру.

– Так це ж Іванко Товстенко! – вигукнув Яша. – Я ж йому казав, щоб він не сперечався. Невже через це йому стало зле?

– Через що – «це»? – прозвучав поруч знайомий твердий голос. Це був їхній вчитель фізкультури Леонід Феодосійович. Хлопцям подобалися його уроки. Леонід Феодосійович був вимогливим, але ніколи не сварився й допомагав кожному. Іванкові він допомагав з нормативами, які той не міг виконати через зайву вагу.

– Що за суперечка, Яшо? – повторив учитель своє запитання. – Розумієш, твоя інформація допоможе лікарям встановити діагноз.

– Вони з шестикласником Лесиком посперечалися, хто за п'ять хвилин з'їсть більше чипсів. Лесик з'їв одну пачку, а Іванко, здається, три або чотири. Я точно не знаю. Я його відмовляв, але він сказав, що це для нього дрібниця, він і більше може з'їсти. Іще й кока-колою все запив.

– Ех! Скільки я вам розповідав, що чипси й кока-кола – це не їжа. Краще взагалі їх не вживати. Тепер зрозуміло, чому в нього судоми й блювота. Підумай, скажи лікарям.

На уроці вчитель розповів, що через непомірне вживання шкідливих продуктів у Іванка стався збій у роботі підшлункової залози, і тепер він ще довго лікуватиметься.

– Таке може трапитися, навіть якщо ви вживатимете здорову їжу, але у великих кіль-

костях. Усе має бути в міру, інакше їжа не живитиме ваш організм, а отруюватиме.

Удома під час вечері хлопчики все розповіли Тишковому татові.

– Шкода хлопчика. Сподіваюся, він більше не шкодитиме сам собі. Запам'ятайте, хлоп'ята: у всьому потрібна помірність – і в сні, і у відпочинку, і в роботі, і в русі, і в навчанні, і в спорті, і в їжі, і в ставленні до природи. Інакше буде те, що в Китаї.

– А що було в Китаї? – зацікавилися Яша й Тишка.

– О, ви ще не чули цієї історії? Тоді я її вам розповім. І про країну теж.

– Вартові презирнулися – їхні...

**ПРИГОДИ
У ПОШУКАХ
ГОЛОВНОГО**
тривають!»



КИТАЙ

China



Юань



Китайська шкатулка



Півонії



ПЕКІН



Ківі



Порцеляна



Зизифус



Суші



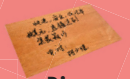
Китайський шовк



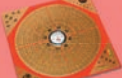
Пельмені



Чай



Візитки



Компас



Палички

中国

Ієрогліфи



Гігантська панда



Локшина



Повітряний змій



КИТАЙ

Китай – дуже велика країна. За площею – третя у світі. Тут усе величезне: пустелі Такла-Макан і Гобі, найвище у світі Цінхай-Тибетське плато, оточене Гімалаями з їхніми високими вершинами, Велика Китайська рівнина, безкраї плоскогір'я й западини, порослі лісами, нескінченні рисові поля, тиша стародавніх храмів і безперервний шум мегаполісів. Усе це – Китай!

КИТАЙ?

Китай, Чайна, Джунго – це назви однієї країни. У давнину на її півночі жили кочові народності «китаї», які доволі часто воювали з племенами більш південних країв. «Китаєм» у слов'янських мовах спочатку називали північну частину, а потім і всю країну. Слово «Чайна» використовували перси, потім римляни, а зрештою – й інші народи колишньої Римської імперії. «Джунго» означає «центральна країна» – так її називають самі жителі. Ця назва позначається ієрогліфом зі стрілою, яка влучила в центр.

中国

СИМВОЛИ

Півонія – квітка імператорів, символ процвітання. У давнину їх висаджували в імператорських садах, а коріння цінували на вагу золота.



Червоний королівський журавель – символ мудрості та довголіття, а якщо він зображений разом з оленем, то це побажання багатства.



ГОРА ТЯНЬМЕНЬ

Давним-давно від цієї гори відколовся шматок скелі. Так утворилася невелика, але дуже гарна печера «Ворота в небо». Дістатися до неї сьогодні можна трьома способами: пішки, автомобілем або найдовшою у світі канатною дорогою. Довгий шлях вузькою та звивистою трасою з 99 поворотами й канатна дорога над прірвою – це для сміливців. Пішки дійдуть тільки витривалі, адже, подолавши 11 км шляху, їм ще доведеться піднятися 999 сходинками. Нагорі є «стежка жаху» – скляний міст над прірвою. Неймовірно страшно, а люди однаково ідуть і ідуть!



КИТАЙСЬКА ШКАТУЛКА

Шкатулки в Китаї з'явилися понад 2000 років тому. Дерев'яні коробочки вкривали смолою цінних дерев, оздоблювали різьбою, малюнками, використовували для зберігання прикрас, а пізніше – і важливих документів. Для захисту від крадіжки майстри вигадували дедалі нові секрети: подвійне або потрійне дно, таємні відділення, хитромудрі замки, відімкнути які можна було, тільки знаючи секрет, місце потаємної стінки або місце натиснення. Як правило, майстер ніколи не робив двох однакових шкатулок.

Згодом такі шкатулки почали виго-

товляти в інших країнах, але чомусь за всіма шкатулками із секретами закріпилася назва «китайська шкатулка».

Жеміньбі – «народні гроші» – валюта країни, але частіше використовують слово **юань**.

Гігантська панда – національна тварина. До речі, УСІ гігантські панди належать Китаю.

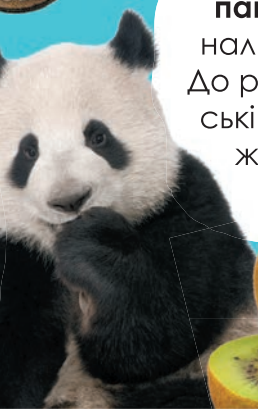
Ківі – китайською «ян тао» – звичайний, але дуже корисний китайський аґрус. Так само, як і зизифус – **китайський фінік**.

УСІ ДОДОМУ!

Це гасло будь-якого китаєця під час святкування Нового року.

Півтора мільярда китаєців їдуть додому в переповнених потягах, інколи стоячи або сидючи буквально на колінах чи на голові одне в одного. Новий рік – сімейне свято, тому кожен китаєць повинен бути вдома.

Це час веселощів, салютів і пельменів. Цими днями пельмені – головна страва на святкових столах.



ЩО В КИТАЇ ПОДИВИТИСЯ?

У Китаї стільки всього цікавого, що просто очі розбігаються, а деякі пам'ятки навіть неможливо охопити очима.

Велика Китайська стіна справді ВЕЛИКА! Завдовжки понад 8000 км, заввишки до 10 м, а завширшки така, що на ній вміщалася шеренга з декількох вершників. Розпочав будівництво стіни ще в III ст. до н. е. імператор Цинь, щоб захистити північ країни від нападів ворогів, а імператори Хань і Мін її ремонтували, добудовували й продовжували на захід країни. Так тривало майже 2000 років! Нарешті будівництво Великої стіни завершилося, але кількість туристів щороку зростає.

Це найбільша у світі **гребля «Три ущелини»**.

Цю гідроелектростанцію зводили майже 20 років і таки досягли мети: тепер прилеглим територіям не страшні паводки на річці Янцзи, а більшість Китаю забезпечена електрикою. Однак через такі зміни постраждали риби, рослини, звірі, та й вода в річці стала брудною. Знову порушили баланс, тож невідомо, якими будуть наслідки...

Цзицзіньчен – у перекладі «Пурпурове заборонене місто» – пам'ятка, розташована в самісінькому центрі столиці Китаю. Це велике спорудження, найбільший у світі палацовий комплекс, який неможливо обійти навіть за два дні. Ще б пак, адже він складається з 980 будівель, у яких 9999 кімнат і ще одна половинка кімнати. Раніше тут мешкали тільки імператор із сім'єю та їхні слуги. Примітно, що слуг було близько 20 тисяч, і для кожного з них була робота.



Це дивовижні **рисові поля провінції Юаньян**. Рис має рости у воді, але як зрошувати ці тераси? Китайці придумали складну систему каналів, завдяки яким вода з гірських вершин стікає на поля до самого кінця весни. У цей період усі пагорби виблискують під сонцем, відображаючи, як у дзеркалі, ніжний світанок, блакить денного неба або вогняний захід. Таку красу рідко де побачиш!

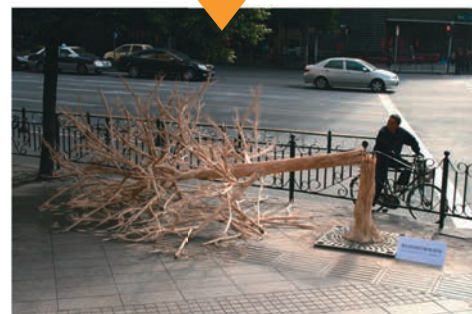


Сад Юй Юань розташований у самому центрі Шанхая. Але ж юань – це гроші? Так, але це слово має також значення «сад», «стіна», «круглий» і ще кілька інших варіантів. Ось така вона – китайська мова! Юй Юань – це «сад радості», а ще його називають «садом неквапного відпочинку». Будівель і ставків тут не менше, ніж рослин: в одних – грають у го, в інших – навчаються красиво писати ієрогліфи або ж просто відпочивають, насолоджуючись красою. А якщо принести із собою булки, хліб або печиво, то можна погодувати в ставку коропів. Риби так і вистрибують за ними з води!



«Зламане дерево» – скульптура з 30 тисяч використаних паличок для їжі. Паличками китайці послуговуються вже понад тисячу років. Однак одноразові почали використовувати порівняно нещодавно. Тепер у Китаї за рік викидають 45 мільярдів пар таких паличок, а через це знищують 25 мільйонів дерев! Так років за 20 у Китаї й лісів не залишиться. Вихід один: носити із собою в коробочці багаторазові палички. А що, так навіть гарно!

Ці **7000 воїнів і коней** ніколи не брали участі в битвах. Їх виготовили з теракоти (обпаленої кольорової глини) і поховали разом з імператором Цінем Ши Хуан-ді. Про імператора тепер не згадують, а ось подивитися на армію люди приходять. Цікаво, що в усіх воїнів різні обличчя, ось така майстерність!



**Багато цікавого в Китаї!
І як усе передивитися?
Китайці кажуть: «Мандрівка в 1000 лі* починається з першого кроку!»**

*Лі – китайська міра довжини, що дорівнює приблизно 500 м.



КОЛИСЬ ДАВНО В КИТАЇ...

Жителі узбережних районів консервували рибу в незвичайний спосіб: очищували від шкіри, солили, викладали шарами й пересипали рисом. Така риба чомусь зберігалася довше, але, перш ніж її їсти, рис викидали. Потім цей спосіб перекочував до Японії, а там згодом придумали нову страву: клейкий варений рис, солена риба, рисовий оцет і водорості. Так з'явилися **суші**!



Винайшли порох, компас, папір, книгодрукування та паперові гроші. Тут також уперше з'явилися вентилятор, пароварка й лак, яким вкривали всі дерев'яні вироби, зокрема й взуття.

Створили **писемність** і послуговуються нею й понині. Китайська писемність складається не з літер, а зі спрощених малюнків – ієрогліфів. Ієрогліф – це склад. Найчастіше слова складаються з двох складів, їх записують двома ієрогліфами. Однак бувають і такі, що складаються з одного ієрогліфа: наприклад, «людина». Загалом ієрогліфів понад 80 000, але в широкому вжитку використовують тільки 10 000, а щоб прочитати газету, книгу або меню, достатньо знати «лише» 3000 ієрогліфів. Єдиний нюанс – їх ще потрібно вивчити!



Китайський компас
Китайські паперові гроші



Навчилися виготовляти **шовкові тканини**. Тривалий час одяг з них носили тільки імператори або люди, яким випадала честь отримати від них такий подарунок. Китайський шовк досі вважають найкращим у світі.



Людина



Китайці першими
вигадали начинити
бамбукові палички
порохом. Так з'явився
перший салют з ко-
льоровим димом.



Як не дивно, але в одну епоху
династії Шан з'явилися і пер-
ші **виделки**, і перші **палички**
для їжі. Як бачимо, палички в
Китаї виявилися популярніши-
ми, а виделки не прижилися.



Виник перший
**театр з механіч-
ними ляльками**,
які рухалися від
обертів водяного
колеса, і перші
повітряні змії.

Саме китайці винайшли **перші візитки** й **туалет-
ний папір**. Дерев'яні або бамбукові картки носили
передусім урядовці. На них вказували ім'я та по-
саду людини. Туалетний папір з'явився значно
пізніше, ніж візитки, – лише 1500 років тому, але
був рекомендований усім. Щоправда, в імператорів
був особливий папір – ароматизований.



Тут також винайшли барабан, весло,
дзвін, арбалет, гонг і бойові мистецтва
«кушу», які розробили монахи для захисту
від бандитів.

Локшина теж родом з Китаю. Вона
з'явилася близько 2000 років тому. Пер-
шим нову незвичайну й смачну страву
спробував імператор Ван Ман з династії
Хань. Існує легенда, що локшину до
своєї рідної Венеції завіз мандрівник
Марко Поло, повернувшись із Китаю
1295 року. Отож спагеті та макарони –
нащадки китайської локшини.

Тільки їли їх усе ж таки не
паличками. А тобі вда-
ється їсти локшину
паличками?



НЕЩОДАВНО В КИТАЇ...

Винайшли «невидиму» й легку парасоль-
ку. **Air Umbrella** – це пластмасова трубка
завдовжки 30-50 см, на кінці якої прикріп-
лений повітряний блок. За допомогою
мотора він усмоктує й видуває струмені
повітря так, що вони відштовхують краплі
дощу й над головою утво-
рюється простір, захи-
щений від вологи, –
невидимий купол.

«Повітряна» пара-
соля не мокне й
легко поміщаєть-
ся в сумочку.



ГОРОБ'ЯЧА ВІЙНА

Віддавна китайські мудреці навчали народ жити в гармонії з природою й одне з одним. «Скромність, терпіння, помірність – ось найкращі чесноти», – повторювали старці.

Однак трохи більш ніж півстоліття тому в країні розпочалося непомірне винищення горобців. «Занадто багато зерна вони скльовують!» – порахували китайці. Так багато, що за рік можна було б нагодувати 35 мільйонів людей. І хоч деякі науковці заперечували, на жаль, до них не дослухалися.

Разом з горобцями китайці оголосили війну щурам, комарам і мухам. Ось тільки впоратися з ними ніяк не вдавалося: щурі так просто не здалися й майстерно уникали пасток, а мухи та комарі ніби й не помітили оголошеної їм війни. Тоді вся увага народу зосередилася на горобцях – «пернатих злодюжках з полів».

Школярів звільняли з уроків, літні люди, чоловіки та жінки – усі йшли на боротьбу зі «шкідниками». Виявилося, найлегший спосіб ловити горобців – це не давати їм сідати на дерева або на землю. Тут спіймати їх було зовсім не складно. Не можна сказати, що китайці були злими й безсердечними, просто їх переконали в тому, що горобці – головна причина голоду в країні. Винищуючи птахів, дорослі дбали про те, щоб у дітей була їжа, щоб було із чого робити борошно, а з нього – смачну локшину. Так трапляється доволі часто: прагнучи досягти чогось, нехай навіть доброго, люди не зважають на всі наслідки, але ж Бог створив світ так, що в ньому все взаємопов'язано, у всьому простежується



рівновага. Відхилення в той чи інший бік порушує цей баланс. За рік у країні було знищено понад два мільярди горобців та інших дрібних птахів. Люди раділи, чекали врожаю. Того року він справді виявився нечуваним. Народ тішився, а всім, хто сумнівався, казали: «От бачте, а ви не вірили й погрожували бідую!»

Щоправда, дерева в країні почали вкриватися білим павутинням – це так трудилися гусениці й хробаки. Мух, комарів та інших комах стало значно більше: вони залазили й у волосся, і під одяг, заполонили людські помешкання й громадські установи. Знайти в їдальні гусеницю в тарілці стало звичним явищем.

Ще за рік комах стало так багато, що на полях неможливо було розгледіти, яку саме культуру вони поїдають. Упоратися з ними ніяк не вдавалося. Саранча, тля, гусениці вигравали у війні людей проти них. Вони швидко з'їли весь урожай і взялися нищити ліси. Гусінь і саранча бенкетували, а в країні почався голод. Страшний голод на три довгих роки, жертвами якого стали мільйони людей.

«За великим поженешся – і мале втрапиш», – згадували китайці своє ж прислів'я. Тільки втрати виявилися зовсім не малими: майже 30 мільйонів людей померли від голоду. Тоді в Китаї згадали про горобців і зрозуміли, якої великої помилки припустилися, адже саме горобці були їхніми головним помічниками в захисті врожаю від зажерливих комах.

Довелося негайно просити допомоги в інших країн. Там здивувалися такому прохання, але відгукнулися: горобців доправляли в Китай цілими вагонами. Тепер вже птахи почали бенкетувати. Ніде у світі на той момент вони не знайшли б **СТІЛЬКИ** поживи. Відтоді китайці з великою повагою ставляться до горобців.



КИТАЙСЬКА ШКАТУЛКА

У цій грі немає потаємного відділення, як у звичайних китайських шкатулках, але знайти дещо все ж таки потрібно. Два гравці повинні віднайти й зібрати деякі національні символи Китаю. Зробити це буде не так і просто.



УМІСТ ШКАТУЛКИ

1. 32 картки із зображенням чотирьох національних символів: півонія, ківі, панда, журавель.
2. Чотири картки із зображенням дракона – улюбленого героя китайських міфів і легенд.
3. Три червоні жетони для позначення переглянутих карток.

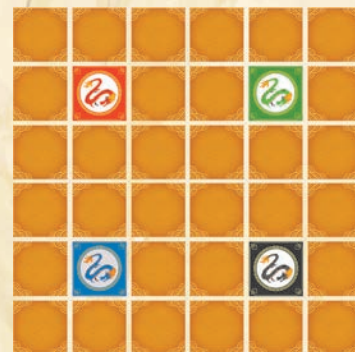
ПЕРЕГЛЯД КАРТОК

1. На початку ходу гравець бере три будь-які картки, переглядає їх, не показуючи іншому гравцеві. Це можуть бути картки із зображенням символів і дракона.
2. У перший хід перший гравець може взяти й переглянути тільки дві картки.

Порада: намагайтеся запам'ятати узяті картки й місце, куди їх поклали.

ВІДКРИЙТЕ ШКАТУЛКУ

1. Відкладіть убік картки дракона, решту перемішайте малюнком донизу й розкладіть на столі квадратом 6×6 клітинок. Картки із зображенням дракона слід розкласти, як показано на малюнку. На будь-яке із цих чотирьох місць можна покласти будь-яку картку із зображенням дракона.



2. Домовтеся, хто за ким ходитиме.

ПОВЕРНЕННЯ КАРТОК

1. Після цього гравець повертає картки на поле зображенням донизу. Класти картки можна в будь-яке вільне місце в межах поля 6×6 клітинок.
2. Якщо гравець брав картку із зображенням дракона, він теж кладе її на будь-яке вільне місце.

Порада: викладайте картки на поле так, аби створити собі можливість для комбінації під час цього чи наступного ходу.



ЗБІР КОМБІНАЦІЙ



МОЖЛИВІ КОМБІНАЦІЇ



1. За один хід можна зібрати декілька комбінацій (до першої помилки).
2. Назвавши комбінацію, наприклад, «чотири панди», гравець перевертає на полі ряд із чотирьох карток. Картки повинні лежати на прямій (вертикалі, горизонталі або діагоналі) та дотикатися одна до одної. Якщо гравець використовує «дракона», то він вважається звичайною картою свого символу.
3. Якщо відкриті картки справді утворюють названу комбінацію, то гравець забирає їх з поля й викладає стосиком перед собою. До кінця гри всі комбінації залишаються в окремих стосах для підрахунку балів.
4. Якщо картки не утворюють комбінації, гравець перевертає їх малюнком донизу, залишаючи на тих самих місцях. Хід завершений і передається іншому гравцеві.

Комбінації	Використання картки із зображенням дракона	Кількість балів
3 картки одного символу	-	3
4 картки 4 різних символів	-	4
4 картки одного символу	3 картки + дракон цього символу	5
5 карток одного символу	4 картки + дракон цього символу	8
6 карток одного символу	5 карток + дракон цього символу	12

ДОПОВНЕННЯ

1. Гравець може пропустити перегляд і повернення карток або збір комбінацій.
2. Після своїх дій гравець повинен покласти по одному круглому жетону на кожну картку, яку він переглядав, якщо після комбінацій вони залишилися на полі.
3. Інший гравець не може взяти їх для перегляду під час свого найближчого ходу. Однак щойно він перегляне інші вибрані картки й поверне їх на поле, жетони знімають, і цей гравець може спробувати використати їх для збору своїх комбінацій. Жетони знімають у тому разі, якщо гравець пропускає перегляд і повернення карток, одразу беручись до збору комбінацій.
4. У будь-який момент гри дозволяється переглядати свої зібрані комбінації й комбінації іншого гравця.

«Наймудріший відкривач шкатулок»

Щойно на полі залишиться п'ять і менше карток, гра закінчується, а гравці підраховують бали за свої комбінації. У кого більше, той і переміг.

Якщо сума переможних балів однакова, тоді зважають на те, у кого комбінація з найбільшим числом балів. Цей гравець і буде переможцем. Якщо й тоді результати однакові, то «наймудрішими» вважають обох гравців.

Бог РІВНОВАГА

На початку творіння Земля була порожньою, на ній нічого не було видно. Протягом шести днів відбулося велике диво: з'явилася прекрасна планета з океанами та суходолом, пагорбами та гаями, звірями, рибами, птахами та людьми. І вже під час самого процесу творіння простежувався дивовижний закон Божої рівноваги.

Творець розподілив воду так, що одна частина залишилася на Землі, а інша – стала її захисною оболонкою. Завдяки цьому на планеті встановився однаково теплий клімат, а замість дощу ґрунт зволожувався росою. Бог створив достатньо рослин для того, щоб прогодувати всіх живих істот: птахів, риб і людей, які мали заселити Землю. Праця, чергуючись із відпочинком, приносила першим лю-

дям радість, а сьомий день тижня – суботу, найрадісніший і найщасливіший день – вони проводили з Богом.

Усе у світі було врівноважено й прекрасно, але гріх порушив цю рівновагу. Змінилася природа, людям довелося боротися з колючками та бур'янами, які нищили врожай. Тварини вже не жили в мирі з людьми. Між нащадками Адама та Єви теж панував розбрат. Зло настільки переважило все світле й добре, що Бог послав на Землю потоп. Уся вода, відділена для захисту планети, тепер ринула на грішну планету, тому після потопу клімат змінився.

Однак Господь знову запровадив закони рівноваги: зиму обов'язково змінює літо, після жнив поля відпочивають до нового врожаю, тваринам, рослинам і людям Бог допоміг пристосуватися до нових місць проживання, закон кругообігу води в природі забезпечує все живе водою, а створена Богом атмосфера захищає планету від впливу відкритого космосу. Знаючи, наскільки слабкою стала людська пам'ять, Бог залишив людям Книгу історій, законів і порад, які допомагали й досі допомагають їм жити щасливим



і радісним життям, зберігаючи в ньому Божу рівновагу.

Наприклад, у книзі Приповістей 25:16 написано: «Якщо мед ти знайшов, то спожий, скільки досить тобі, щоб ним не пересититися та не звернути». Усе просто: Бог наділив людину дуже корисним почуттям – апетитом. Завдяки йому ми відчуваємо голод та отримуємо задоволення від їжі. Однак це не означає, що можна постійно переїдати. Це призводить до ожерливості та хвороб, але й недоїдання теж погане. Потрібно їсти корисну їжу в потрібній кількості, а від шкідливого відмовитися взагалі. Це і є Божа рівновага.

В історії про блудного сина, яку розповів Ісус, молодший син отримав від батька спадок. Усі кошти він швидко розтринькав на марні задоволення, їжу та розваги, які потім ніхто не міг навіть згадати. Коли йому дуже чогось хотілося, він, не роздумуючи, витрачав гроші, доки не зубожів. Це й називається марнотратством. Зате його старший брат сумлінно працював, не розкидаючись бездумно грошима направо й наліво. Він був ощадливим, і це добре, але ця його ощадливість непомітно переросла в жадібність: він не захотів допомогти своєму братові, нехай навіть той був винним. Взірцем Божої рівноваги є їхній батько: старанний, ощадливий, але водночас і щедрий.

Ілюстрації із сайту sweetpublishing.com

Таких прикладів і порад у Біблії безліч. Мойсєєві тесть порадив знайти собі помічників, а не вирішувати всі справи самотужки, мучачи себе й людей.

Учням Ісус сказав: «Ви підіть самі подалі в пустинне місце та відпочиньте трохи! Бо так багато було тих, які приходили й відходили, що навіть не було їм коли попоїсти». А для лінивого в Біблії записані зовсім інші слова: «Ще трохи поспати, подрімати ще трохи, руки трохи зложити, щоб полежати, – і прийде, немов волоцюга, твоя незможність, і злидні твої, як озброєний муж!» Божу рівновагу в тому, щоб працювати в міру, не лінуєчись, але й відпочиваючи.

Якби кожна людина просила Бога вміння тримати рівновагу у своєму житті, як би змінилося життя на всій Землі!



ЗОЛОТА СЕРЕДИНА

СОН

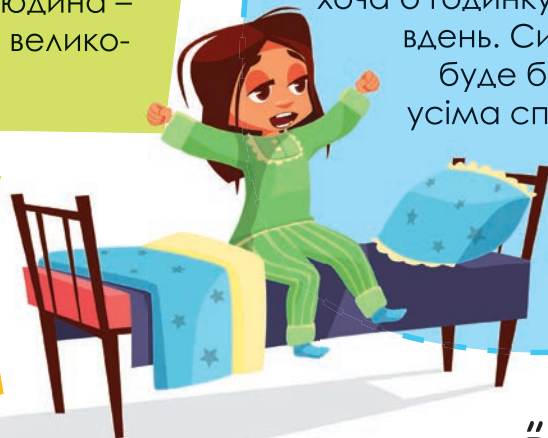


«Золотим» зазвичай називають щось цінне, корисне й позитивне. Наприклад, золота людина – це людина дуже добра, великодушна й щедра.



Золота середина – це те найкраще й найкорисніше, що перебуває між двома небажаними крайнощами.

Наприклад, посуха – це погано, але й паводок може накоїти біди. Золота середина – це просто дощ, який зволожує землю, але не знищує всього довкола. Недоїдання, голод – це погано, але й переїдання призводить до обжерливості. Посередині між ними – помірна ситість. Золотою серединою між мовчанням і базіканням є вміння слухати й вчасно говорити.



Тобі потрібно спати не менш ніж 10 годин на день. Для цього потрібно лягати о 20-22 годині й хоча б годинку поспати вдень. Сил у тебе буде більше, і з усіма справами ти впорашся легше. Перевірено!

ЇЖА

Найкраще – це сніданок, обід і вечеря, а між ними – два невеликих перекуси. І не потрібно щогодини ласувати цукерками, чипсами, пластівцями, жуйками або насінням. Від цього організм тільки виснажується й захворює.



Помірність – це і є здатність у всьому знаходити «золоту середину». І добре, що часто її не потрібно шукати самому, за тебе вже це зробили батьки або науковці. Потрібно просто користуватися їхніми порадами.



ВОДА

У проміжках між уживанням їжі пий воду. Не сік або газованку, а саме воду. І не літрами – навіщо нам повинь? – а стільки, скільки тобі захочеться. Чотири-п'ять склянок на день – зійде. Головне – не доводити організм до зневоднення!

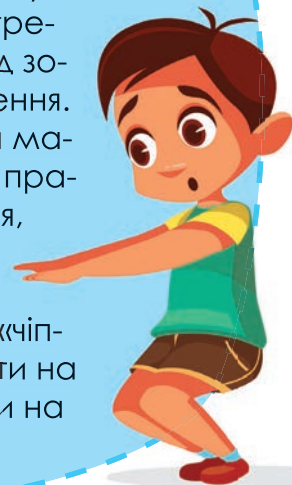
КОМП'ЮТЕР

Ти не уявляєш, як можна жити без нього? Це зрозуміло. Питання в тому, скільки можна сидіти перед екраном без шкоди для здоров'я. Тут потрібно просто повірити науковцям: для тебе норма – не більш ніж півтори години з перервою через кожні півгодини. Це загальний час на всі гаджети: комп'ютер, смартфон, телевизор, а не на кожен окремо! Не віриш? Перевір, що про це пишуть в Інтернеті!



СПОРТ І ПРОГУЛЯНКА

Якому виду спорту віддати перевагу, скільки секцій одночасно обрати, скільки тренувань відвідувати щотижня – у цьому питанні кожен сам повинен зрозуміти норму, радячись із батьками та тренером. Головне – не відступити від золоті середини в бік ПЕРЕвантаження. Однак і НЕДОотримання кисню й малорухливість теж шкодить: мозок працює гірше, м'язи не розвиваються, сонячного вітаміну D бракує, а отже, кістки не такі міцні, та ще й усілякі небезпечні віруси «чіпляються». Словом, виходь гуляти на подвір'я хоча б годину-півтори на день. Це точно норма!



УРОКИ

«Так, – скажеш ти, – потрібно і гуляти, і відпочивати, і спортом займатися, а коли ж виконувати домашнє завдання?» Хотілося б, звісно, жити без них, але якщо їх не виконувати, то так нічого й не навчишся. Це факт.

В ідеалі на підготовку всіх уроків потрібно півтори-дві години. Обов'язково з перервами. Найкраще виконувати домашнє завдання з 16 до 19 години – це «активний» період твого організму. Тобі так вдається?

Загалом, як не верти,
А від міри не втекти!
«Золота середина» –
Правило доведене!



СЛІДАМИ ВЕЛИКОЇ ПАНДИ

Де шукати?

Велика панда родом з Китаю, тому тут і шукатимемо її сліди. Найперші згадки про дивовижного чорно-білого ведмедя науковці знайшли в записах 2750-річної давнини. Однак вони думають, що панди мешкали в Китаї й раніше. Тільки в Китаї – і більше ніде! Крім того, у давнину панд і їхні сліди можна було побачити і в горах, і на рівнинах, а нині – лише в провінції Сичуань і ще трьох міс-
тах країни.

Які вони?

Милі, добродушні, неповороткі – такими ми їх уявляємо. І не помиляємося: великі панди справді миролюбні тварини, хоч і належать до ряду хижаків.

За часів стародавніх китайських династій бамбуковий ведмідь став символом миру. Якщо одна армія піднімала прапор із зображенням панди, бої припинялися, наставало тимчасове перемир'я. Китайські імператори, укладаючи мирну угоду, дарували правителям іншої країни велику панду. Справді королівський подарунок!

Чому?

Для будівництва заводів люди повирубували ліси, знищили улюблені бамбукові гаї чорно-білих ведмедиків, не замислюючись про те, що залишили їх без поживи. І тільки тепер, коли панд залишилося зовсім обмаль, у країні збентежилися: у провінцію Сичуань переселяються майже 200 тисяч людей, щоб створити там новий природний парк для цих милих тварин.

Що люблять панди?

Тишу, усамітнення, прохолоду й бамбук. Їхнє улюблене заняття – сидячи або напівлежачи, поглинати пагінці бамбука. Бажано молоді й зелені, та якщо їх немає, панда не відмовиться й від старих. Ця рослина не дуже поживна, тому, щоб не голодувати, панді на день потрібно з'їдати не менш ніж 20 кг улюблених ласощів. Не дивно, що сніданок у панд майже без перерви плавно переходить у вечерю.

Водночас панд не можна назвати лінюхами, просто у зв'язку з таким харчуванням їм доводиться заощаджувати енергію. Ведмеді багато відпочивають і пересуваються не швидше ніж 20 метрів на годину. Такий ось пухнастий тихохід!



Бамбукові ведмеді любляють, щоб вода була якомога ближче. Довга дорога до водоспаду втомлює їх, тому вони відразу випивають стільки, скільки можуть, а потім лежать на березі й не рухаються.



Однак по деревах панди лазять вправно: не лише для того, щоб дістати їжу й сховатися від ворогів, а й щоб погрітися на сонечку та поспати. Щоправда, інколи їх так долає сон, що лізти на дерево їм просто несила. Панди можуть заснути на траві, на снігу або на скелях. Прокинувшись, вони знову починають шукати їжу. Якщо бамбука замало, панди їдять дрібних гризунів, яйця й комах.

Ласуни?

У зоопарках гігантських панд годують «печивом» із пресованого бамбука. Однак з'ясувалося, що ці тваринки охоче ласують солодкими овочами та фруктами. Якщо ж їм пропонували на вибір звичайну або підсолоджену воду, то панди обирали ту, що із цукром.

Скільки коштує панда?

Дуже дорого! До того ж панди не продаються, тому не в багатьох зоопарках їх можна побачити. Віддають їх туди не назавжди, а в оренду – на термін до 10 років. За кожен рік утримання панди зоопарк має сплачувати мільйон доларів!

Що ще?

Китайське ім'я панди – сунмао – означає «кішка-ведмідь», а латинську назву *Ailuropoda elanoleuca* можна перекласти як «котолап чорно-білий». Раніше вважали, що ці величезні ведмеді із сімейства єотових. Ось так!





НЕПРОСТІ ПАЛИЧКИ

Куайцзи – так у Китаї називаються палички для їжі. Ними їдять рис, локшину, м'ясні, овочеві страви й навіть супи. Вони потрібні, щоб узяти їжу й покласти її до рота або на свою тарілку. У китайському етикеті дозволяється передавати своїми паличками їжу, але тільки близьким родичам, якщо їм складно це зробити самим.

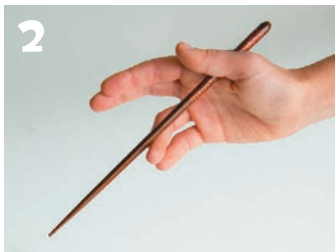
ЯК ПРАВИЛЬНО ТРИМАТИ ПАЛИЧКИ

1



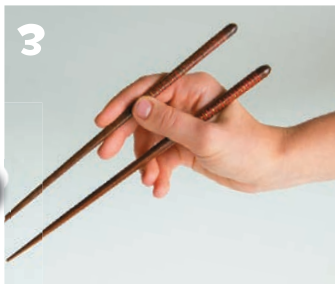
1. Візьми одну паличку в праву руку й поклади товстим кінцем на основу великого пальця (мал. 1).

2



2. Звужений кінець поклади на безіменний палець, а саму паличку щільно притисни біля основи великим пальцем (мал. 2).

3



3. Другу паличку поклади вздовж середнього пальця й затисни її кінчиками вказівного та великого пальця (мал. 3).

4. Пам'ятай: нижня паличка завжди нерухомо й щільно затиснута, а рухаєш ти тільки верхньою.

Чого НЕ РОБЛЯТЬ паличками:

не малюють ними по столу;

не наколюють на них їжу;

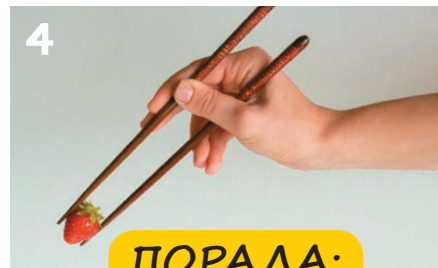
не трясуть ними, щоб охолодити страву;

не облизують їх, не розмахують ними в повітрі й не вказують на людину;

не пересувають ними посуд на столі.

Коли трапеза завершена, палички кладуть упоперек тарілки тонкими кінчиками вліво. Це означає: додаткова порція не потрібна!

4



ПОРАДА:

якщо хочеш потренуватися, спробуй перекидати квасоллю або горох з однієї тарілки на іншу (мал. 4).

Смаколики



Віг Марійки

ФРУКТОВЕ ТЕМАРІ



1. Наріж тонкими кружальцями полуницю та ківі. Якщо наріжеш не досить тонко, то під час формування кульки полуниця й ківі можуть потріскатися, десерт матиме не надто привабливий та апетитний вигляд.
2. Розстели харчову плівку й виклади на неї шматочки ківі та полуниці, формуючи немовби невеличкі коржики (див. фото 2).
3. Усередину кожного коржика поклади по чайній ложці відвареного рису.
4. Візьми за краї плівки й закрути їх, формуючи при цьому кульку.
5. Обережно розгорни плівку й виклади фруктову кульку на красиву тарілку.
6. Посип темарі кунжутом і прикрась листочками м'ята.



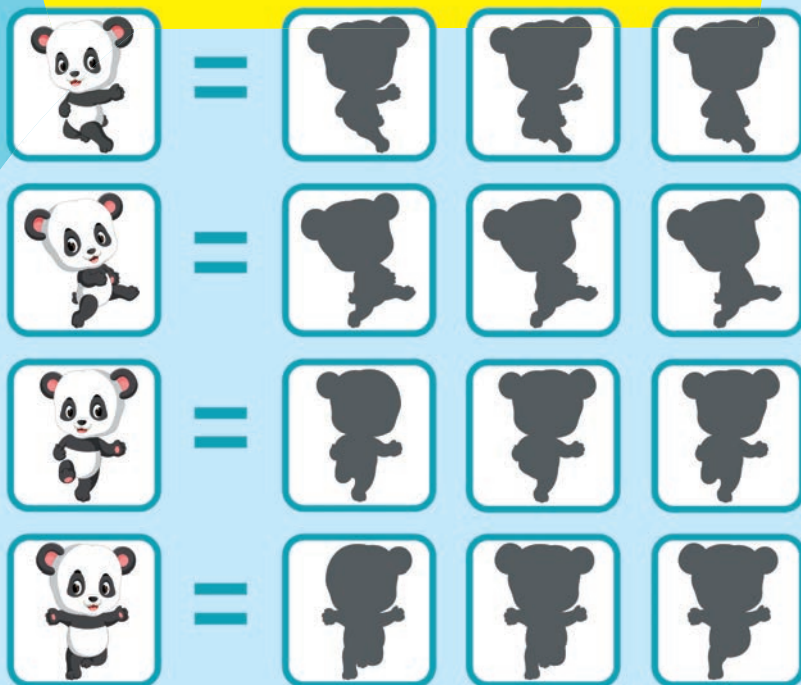
ТОБІ
ЗНАДОБЛЯТЬСЯ:

- відварений рис;
- полуниця;
- ківі;
- чорний і білий кунжут;
- м'ята;
- харчова плівка.



СМАЧНОГО!

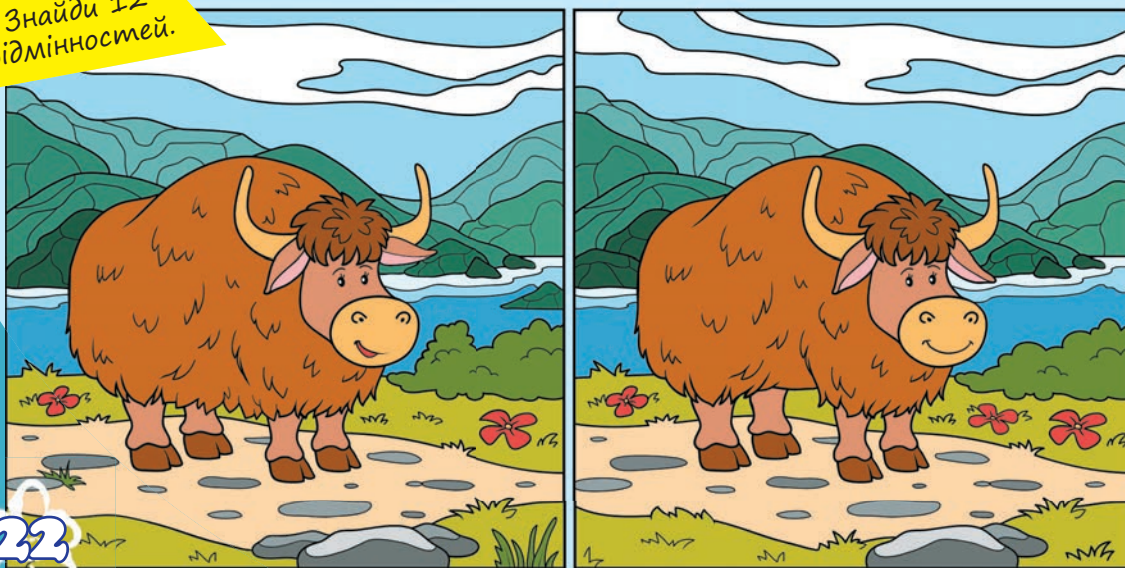
Знайди відповідну тінь панди.



СУДОКУ



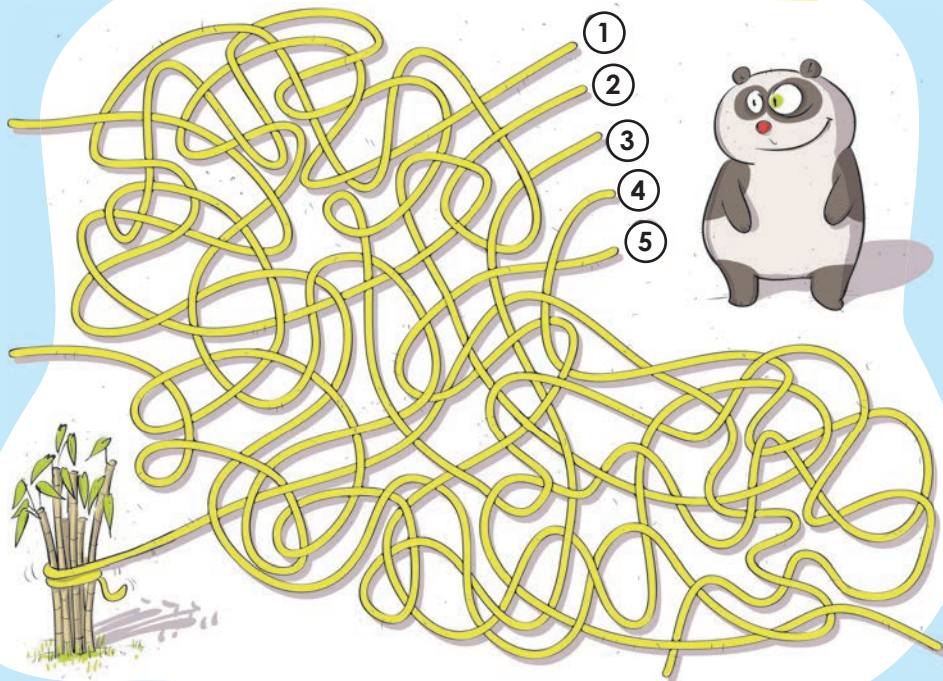
Знайди 12 відмінностей.



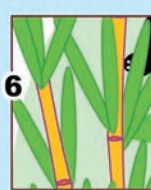
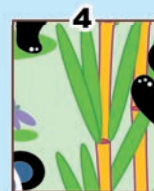
ЗНАЙДИ СЛОВА

імператор
нівонія ієрогліф
чай рис панда
кві порцеляна
шовк юань
папір дракон
помірність
шкатулка компас

Допоможи панді розв'язати бамбук.



Які зображення 2-10 не є фрагментами малюнка 1?



І	М	Я	П	В	Р	П	Р	Д	Ш	О	Ю	П	О	М
Я	І	М	А	П	І	Ш	И	С	Д	В	К	Ш	Н	І
Ю	В	П	Д	Т	О	Р	Ь	П	Р	А	К	К	А	Р
А	П	Е	Р	А	К	О	М	П	А	Д	О	Л	Ш	Н
Н	І	Ш	К	І	В	І	Ш	Й	С	А	Н	У	Д	І
Ь	В	І	Я	В	Р	Є	Ч	А	Ш	К	А	Т	П	С
Н	О	Н	К	І	О	П	О	Р	Ц	Е	Л	Ь	М	Т
П	В	М	Д	Ю	Г	Л	І	Ф	В	К	Я	Н	А	Ь

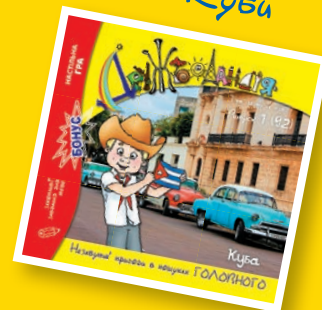
ВІДПОВІДЬ: 22: судку; 6-1, 7-1, 8-4, 9-2, 10-3, 11-5, 12-1, 13-4, 14-5, 15-3; c. 23: малюнки 5, 7, 9, c. 24: бамбук.

Чудовий малюнок



Відгадай,
який подарунок у коробці.

Р наступному
номері:
подорож
до Куби



**Побувай
з нами там,
де ти не
був!**

**На тебе
чекають неза-
бутні приго-
ди в пошуках
головного!**

Замовити наші журнали «Дружболандія» ви можете, написавши листа на e-mail: **dzherelo@ukr.net**, а також зателефонувавши за номером **0 800 30 20 20**.



Якщо вам цікаво,
чим займаються
наші герої у вільний
від подорожей час,
**дивіться дитячі програми
«Дружболандія»
на сайті:
tv.hore.ua**



Якщо ви бажаєте пожертвувати
кошти на розвиток журналу, ви
можете це зробити через банк.

Наші реквізити:

Отримувач: УЗК АСД
Код ЄДРПОУ 19350731
р/р 26006149457
МФО 380805
Банк: ПАТ «Райффайзен Банк
Аваль» у м. Києві
Призначення платежу:
добровільні пожертви

Відповідальний за випуск: директор видавництва
«Джерело життя» Василь Джулай
Головний редактор видавництва: Лариса Качмар
Випусковий редактор: Олена Мехоношина
Відповідальний редактор: Людмила Поправкіна
Переклад: Олена Мехоношина

Редагування, коректура: Ганна Борисовська,
Інна Джердж
Дизайн і верстка: Ганна Рафес
Художник: Ганна Рафес
Над номером працювала: Олена Поправкіна
Відповідальна за друк: Тамара Грицюк

Християнське видавництво
«Джерело життя»
Адреса: 04071, м. Київ,
вул. Лук'янівська, 9/10-А
e-mail: dzherelo@ukr.net;
тел.: (044) 428-84-38