

## Давай спасать друг друга добротой...

Эти строчки из стихотворения украинской поэтессы Ирины Самариной мы выбрали для названия февральского «Диалога», посвящённого удивительному празднику - Дню спонтанного проявления доброты.

Он отмечается 17 февраля, начиная с 1998 года. К сожалению, этот праздник не особенно известен. И это очень обидно!

Инициатором его проведения стали международные благотворительные организации, призывающие к бескорыстному проявлению доброты. Его поддерживают люди во всём мире, независимо от национальности, религиозных убеждений и гражданства. Добрые дела сами по себе должны доставлять нам удовольствие, но к сожалению, лишь немногие из нас способны бескорыстно откликнуться на чужие проблемы. Чаще мы не замечаем их - до тех пор, пока это не коснётся нас самих.

Как уверяют психологи, люди, совершающие добрые поступки, меньше болеют, дольше живут и при этом ощущают свою жизнь более гармоничной, чем те, кто часто злится. Кроме того, добрым людям легче справляться со стрессами и негативными эмоциями, они реже страдают от заниженной самооценки и проще устанавливают связи с другими людьми. Чтобы согласиться с этим, не надо быть психологом.

На нашем вечере звучали всеми любимые песни о человеческой доброте, любви и понимании в исполнении Светланы Бараненко («Виноградная косточка» Булата Окуджавы, «Физика», «Надежда» Виктора Третьякова, «Неудача и удача» Евгения Аграновича и ещё много песен из нашего диалоговского сборника, а их там уже около сотни собралось).

Я читала стихи о доброте как известных поэтов (Андрей Дементьев, Сергей Островой), так и совсем молодых и не очень известных. Во время подготовки к вечеру познакомилась с творчеством молодой украинской поэтессы из Полтавы Ирины Самариной и с удовольствием прочитала несколько её стихов - очень искренних, настоящих, как говорится, написанных душой. Вот только одно четверостишие:

***А правила счастья - они внутри...  
Так хочется сладкого и похудеть,  
И счастья хотя б немножко...  
И чтоб на любимого так смотреть,  
Как смотрит весной кошка...***



Мы очень рады, что в нашей встрече приняла участие Инна Меламедова. Её чудесный голос и игра на гитаре просто украсили наш вечер. Инна очень волновалась и переживала, и, наверное, это волнение делало её исполнение ещё более искренним и душевным. Как трогательно и трепетно звучали в притихшем зале песни о любви («Моей душе покоя нет», «Эта



женщина в окне» и др.)!

Настроение добавили и красивые видео на большом экране, где известные барды исполняли песни, очень подходящие к нашей теме («Помогите ближнему» Александра Суханова, «Я обиды рассовала по карманам», «Песня о доброте» Вероники Долиной...).

А в конце Светлана и Инна исполнили оруджавскую «Давайте восклицать!», и мы все вместе подпевали эти знакомые, но каждый раз по-новому звучащие строки. Вообще вечер прошёл как-то очень тепло и искренне. Александр Смык добрыми словами вспомнил Эрнста Полисара и Николая Ямайкина. Их уже нет с нами, но многие в Хемнице знают и помнят этих талантливых и душевно щедрых людей. Александр прочитал нам стихи Н. Ямайкина - хорошие, умные, с добрым чувством юмора, а также свои стихи, посвящённые Н. Ямайкину и Э. Полисару.

А Иосиф Гуревич вспомнил историю из своей жизни, когда ему очень помог совсем незнакомый добрый человек. Он правильно сказал, что таких историй у каждого из нас было немало, и они всегда вспоминаются с теплом и благодарностью.

Когда я готовилась к «Диалогу», мне попались в Интернете такие слова: «Есть солнце большое, оно на небе. А есть маленькое солнце. Оно светит в каждом из нас. Это наша доброта». Правда, хорошо сказано?! Ведь любовь и желание помочь согревают не только нас самих, но и окружающих нас людей. Каждый человек должен оставить добрый след на земле. Это прописные истины, но почему-то в суете жизни мы их как-то забываем.



День спонтанного проявления доброты помогает лишний раз задуматься и понять, насколько важны наши поступки, наш выбор. И как легко поднять настроение другому человеку просто улыбкой и добрым словом. Немногие способны на такой «подвиг». В состоянии усталости и раздражения от насущных забот мы всё чаще равнодушно проходим мимо «чужих» проблем, у нас мало свободного времени, нам кажется, что мы всё успеем потом. Но иногда бывает уже слишком поздно...

Добрые дела «заразны»: когда мы помогаем кому-то, этот человек в ответ помогает другому - идёт «цепная реакция» доброты. Давайте сделаем спонтанные проявления доброты нашей ежедневной привычкой, и тогда мир обязательно станет чуточку добрее! Творите добро, и оно обязательно вернется к вам сторицей! Пускай в вашей жизни не будет трудностей, но если они случатся, пусть обязательно найдутся добрые люди, которые с радостью помогут вам! Помните, что если все мы будем совершать хотя бы одно благое дело в день, на свете станет намного больше счастливых людей!



***Ирина Константинова***

\*\*\*\*\*

Добрим воспоминанием в душе остались «Зимние Посиделки» в гостеприимном клубе «Диалог». Снова хочется вспомнить любимую песню «Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались». Хотя встреча была не очень многочисленной (пришли те, кто не испугался проливного зимнего дождя и кто по-настоящему любит бардовские песни и вообще помнит и любит советские песни из далёкой молодости).



Началась встреча с известной «Думайте сами, решайте сами - иметь или не иметь» из любимого кинофильма Рязанова «С лёгким паром». Спели с удовольствием все хором. А потом предоставили микрофон Светлане Бараненко с гитарой. Много душевных песен прозвучало в её исполнении. Увы! Хором петь не всегда получалось, потому что некоторые песни мы слышали первый раз. И рады были, что их услышали!

Очень интересные стихотворения различных авторов, как всегда, с любовью читала нам Ирина Константинова.

Мне нравится, что сборник песен всё время пополняется новыми «находками» неутомимых руководителей клуба «Диалог». И я подумала, а что если издать этот сборник и предложить городской библиотеке? Ведь в библиотеке бывает много русскоговорящих читателей. За не очень большую плату они приобретали бы его и с удовольствием перечитывали и пели дома.

***Элина Коваленко***