

НОВЫЙ ЭТАП ОТНОШЕНИЙ БАКУ И БРАТИСЛАВЫ



Официальный визит Президента Словакии Петера Пеллегрини в Азербайджанскую Республику, состоявшийся 13-15 июля, стал одним из наиболее значимых внешнеполитических событий, подтвердив растущий интерес европейских государств к сотрудничеству с нашей страной.

Визит стал логическим продолжением активизации политического диалога между Баку и Братиславой после подписания в 2024 году Совместной декларации о стратегическом партнерстве. Она стала точкой отсчета нового этапа двусторонних отношений, характеризующихся переходом к практической реализации совместных проектов.

Стр. 3



ПОПРАВКИ – ОКНО ВОЗМОЖНОСТЕЙ

Со следующего года компании ненефтяного сектора смогут использовать средства, накопленные на специальных НДС-счетах, для уплаты обязательных социальных взносов за своих сотрудников.

Стр. 7



РАЗВИТИЕ ЦИФРОВОГО СУВЕРЕНИТЕТА

Среди главных задач развития страны – цифровая трансформация и внедрение ИИ. Приоритеты обеспечивают экономический рост, модернизируют систему госуправления и форсируют интеграцию инноваций.

Стр. 8



ТУРИЗМ КАК ЛЕКАРСТВО

Недосып, стресс делают нашу жизнь сложнее. Чтобы избежать полного выгорания, многие выбирают путешествия в качестве средства самопомощи. Но действительно ли туризм помогает перезагрузиться?

Стр. 10

Газета «Каспий» учреждена в январе 1881 года. Просуществовала до марта 1919 года. Издание возобновлено в 1999 году



РАВНЫЙ СРЕДИ СИЛЬНЫХ

13-14 июля в культурной столице нашей страны состоялся IV Шушинский международный медиафорум, центральным событием которого стало выступление Президента Азербайджанской Республики Ильхама Алиева.

ОСНОВНОЙ ТЕЗИС ФОРУМА

Глава нашего государства фактически представил новую концепцию внешней политики страны, обозначив качественное изменение роли Азербайджана в системе международных отношений. Основным тезисом его выступления стало заявление, что «Азербайджан становится и даже уже стал средней державой».

РАССЧИТЫВАТЬ НА СЕБЯ

Такая трансформация стала возможной благодаря восстановлению территориальной целостности, укреплению экономического и дипломатического потенциала, а также политике стратегической самостоятельности. «Мы должны рассчитывать только на собственные силы, на собственный народ и собственное государство», – подчеркнул Ильхам Алиев.

Стр. 2

ПРЕЗИДЕНТ АЗЕРБАЙДЖАНА ВЫСТУПИЛ НА МЕЖДУНАРОДНОМ ФОРУМЕ

ШУША – ЭТО ГОЛОС ПРАВДЫ



IV Шушинский глобальный медиафорум «Миссия медиа в продвижении мира: восстановление правды и возрождение доверия» стал площадкой, где вопрос журналистики вышел далеко за рамки профессии.

Стр. 5

О войне и мире, манипуляции и ответственности и многом другом на полях медиафорума мы побеседовали с французским журналистом, основателем портала Musulmans en France Жан-Мишелем Брюном.



ПОМОЩЬ – ПРИЗНАК СИЛЫ

Недавно международная помощь воспринималась как дорога с односторонним движением. Однако сегодня Азербайджан способен не только решать собственные задачи, но и помогать другим.

Стр. 6



ПРИШЛО ВРЕМЯ СОБРАТЬ ВОЕДИНО

Рациональное управление земельным фондом – фундамент продовольственной безопасности. Поэтому в Азербайджане консолидируют раздробленные наделы для эффективного их использования.

Стр. 9



СОХРАНИМ ГЕНЕТИЧЕСКИЙ КОД ВКУСА

Кулинария, веками считавшаяся искусством, в цифровую эпоху рискует превратиться в шоу, в котором визуальный эффект важнее сути. Где грань между эволюцией и утратой национального наследия?

Стр. 15



Новости, цифры, факты

Стр. 12



Космос – вопрос будущего

Стр. 13



Интернет, полный одиночества

Стр. 14



Первый азербайджанец в шоу UFC

Стр. 16

БАКУ ПОЗИЦИОНИРУЕТ СЕБЯ КАК САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР СИЛЫ, СПОСОБНЫЙ ВЛИЯТЬ НА ПРОЦЕССЫ В МИРЕ



АЗЕРБАЙДЖАН – СРЕДНЯЯ ДЕРЖАВА

13-14 июля в культурной столице нашей страны состоялся IV Шушинский международный медиафорум, центральным событием которого стало выступление Президента Азербайджана Ильхама Алиева.

ИЛЬГАР ВЕЛИЗАДЕ

Глава государства фактически представил новую концепцию внешней политики страны, обозначив качественное изменение роли Азербайджана в системе международных отношений. Основным тезисом его выступления стало заявление, что «Азербайджан становится и даже уже стал средней державой». Президент подчеркнул, что подобная оценка уже присутствует в исследованиях зарубежных аналитических центров, отметив: «Я знаком с многочисленными анализами различных международных институтов, которые квалифицируют Азербайджан именно как среднюю державу». По существу Баку больше не рассматривает себя исключительно как государство, формирующее политику Южного Кавказа, а позиционирует как самостоятельный центр силы, способный влиять на процессы на Южном Кавказе, в Центральной Азии, Европе и на Ближнем Востоке. Несомненно, такая трансформация стала возможной благодаря восстановлению территориальной целостности страны, укреплению военного, экономического и дипломатического потенциала, а также последовательной политике стратегической самостоятельности. «Мы должны рассчитывать только на собственные силы, на собственный народ и собственное государство», – подчеркнул Ильхам Алиев, обозначив этот принцип как основу современной внешней политики Азербайджана. Именно способность самостоятельно обеспечивать безопасность, проводить независимый курс и поддерживать отношения с различными центрами силы Президент рассматривает как один из ключевых признаков средней державы. Особое внимание было уделено международной роли Азербайджана как поставщика энергоресурсов и важнейшего транспор-

тно-логистического узла Евразии. Президент отметил, что значение страны определяется уже не только экспортом углеводородов, но и способностью обеспечивать устойчивость международных энергетических и транспортных цепочек. «Сегодня энергетическая безопасность многих стран напрямую связана с Азербайджаном», – подчеркнул глава государства. Тем самым к традиционным факторам влияния добавляются транспортная связанность, дипломатическая активность, военная самостоятельность и роль Азербайджана как связующего звена между Европой, Центральной Азией и Ближним Востоком.

НЕ ИЗМЕНЯТЬ ПРИНЦИПАМ

Одной из наиболее обсуждаемых частей выступления Президента Азербайджана стала оценка российско-украинского конфликта. Подтвердив неизменную поддержку территориальной целостности Украины, Ильхам Алиев заявил: «Мы всегда поддерживали и будем поддерживать территориальную целостность и суверенитет Украины», а также добавил: «Я бы никогда не согласился с оккупацией. И украинцам тоже никогда не советовал бы с этим соглашаться». Вместе с тем Ильхам Алиев отметил, что «азербайджано-рос-

сийские отношения полностью нормализованы», продемонстрировав способность Азербайджана проводить самостоятельную внеш-

нюю политику, основанную на национальных интересах, а не на логике блокового противостояния. Азербайджан не выбирает между Киевом и Москвой, Азербайджан выбирает собственные интересы. Говоря о будущем Южного Кавказа, Президент подчеркнул, что «Южный Кавказ фундаментально изменился, а поворотным моментом стала вторая Карабахская война». По его словам, Азербайджан рассматривает себя уже не как участника конфликта, а как государство, формирующее новую региональную архитектуру, основанную на открытии транспортных коммуникаций, развитии торговли и экономической взаимосвязанности.

Поэтому важное место в выступлении заняла тема Зангезурского коридора. Президент вновь подчеркнул, что этот проект имеет стратегическое значение для обеспечения прямой связи между основной территорией Азербайджана и Нахчыванской Автономной Республикой, одновременно являясь важным элементом новой евразийской транспортной системы. По оценке главы государства, развитие транспортных коммуникаций должно способствовать не только экономической интеграции, но и долгосрочной стабилизации Южного Кавказа. Значительная часть выступления была посвящена развитию Среднего коридора и превращению Азербайджана в один из ключевых транспортных узлов Евразии. Ильхам Алиев подчеркнул, что нынешние позиции страны являются результатом многолетней государственной политики и последовательных инвестиций в транспортную инфраструктуру. В этой связи он сообщил о планах увеличения пропускной способности Бакинского международного морского торгового порта с 15 до 25 миллионов тонн, а также строительстве новых грузовых судов. Особое внимание было уделено расширению сотрудничества со странами Центральной Азии, которое рассматривается как важнейшее направление формирования единого евразийского экономического пространства.



Равный среди сильных

Отдельный блок выступления был посвящен отношениям с ведущими мировыми центрами силы. Президент отметил постепенную нормализацию диалога с европейскими институтами, одновременно подчеркнув, что Азербайджан готов строить отношения исключительно на принципах равноправия и взаимного уважения. Говоря о Соединенных Штатах, Ильхам Алиев заявил, что «американо-азербайджанские отношения находятся на самой высокой точке за всю историю», положительно оценив развитие сотрудничества после смены американской администрации и вновь призвав к окончательной отмене 907-й поправки. При этом Президент особо подчеркнул, что взаимодействие с Вашингтоном рассматривается Баку не как альтернатива отношениям с Россией, Турцией, Китаем или Европейским союзом, а как самостоятельное направление многовекторной внешней политики. Особое место в системе внешнеполитических

приоритетов Азербайджана, по словам Президента, продолжают занимать союзнические отношения с братской Турцией, которая остается ключевой опорой не только региональной политики Баку, но и региональной системы безопасности. В целом выступление Президента Ильхама Алиева показало, что современная внешняя политика Азербайджана строится вокруг идеи стратегической автономии. Способность одновременно поддерживать конструктивные отношения практически со всеми ключевыми мировыми игроками, не попадая в зависимость ни от одного из них, рассматривается Баку как главное условие укрепления международного влияния страны и ее позиционирования в качестве средней державы. Как дал понять сам Президент, «средняя держава» для Азербайджана – это не просто новая характеристика, а отражение качественно изменившейся роли страны в современной системе международных отношений.



БАКУ И БРАТИСЛАВА ВСТУПАЮТ В НОВЫЙ ЭТАП ОТНОШЕНИЙ – СТРАТЕГИЧЕСКОЕ ПАРТНЕРСТВО



ОТ ДИАЛОГА К ПРОЕКТАМ

Официальный визит Президента Словакии Петера Пеллегрини в Азербайджан, состоявшийся 13-15 июля, стал одним из наиболее значимых внешнеполитических событий, подтвердив растущий интерес европейских государств к сотрудничеству с нашей страной.

ИЛЬГАР ВЕЛИЗАДЕ

Визит стал логическим продолжением активизации политического диалога между Баку и Братиславой после подписания в мае 2024 года Совместной декларации о стратегическом партнерстве. Именно она стала точкой отсчета нового этапа двусторонних отношений, характеризующихся переходом к практической реализации совместных проектов в экономике, промышленности, транспорте и инвестициях. Нелишне отметить, что выбор места проведения переговоров весьма символичен. Встреча лидеров состоялась в Шуше, которая постепенно превращается в одну из ключевых дипломатических площадок Азербайджана. Проведение переговоров именно здесь подтверждает готовность словацкой стороны воспринимать освобожденные территории как неотъемлемую часть Азербайджана и участвовать в их послевоенном развитии. Не менее важна и атмосфера доверия между лидерами двух стран. Во время поездки по освобожденным территориям Президент Ильхам Алиев лично управлял автомобилем, в котором находился Петер Пеллегрини. Словацкий президент опубликовал совместное селфи, назвав этот эпизод свидетельством дружбы, взаимного доверия и уважения между двумя государствами. При всем желании диверсифицировать торгово-экономические отношения между сторонами критическую



важность сохраняет энергетическое направление сотрудничества. На фоне продолжающейся трансформации европейского энергетического рынка Азербайджан последовательно укрепляет позиции одного из ключевых поставщиков энергоресурсов для стран Евросоюза. Вместе с тем нынешний этап энергетического сотрудничества приобретает более предельный характер. Стороны обсуждают заключение долгосрочного контракта на поставку азербайджанского газа в Словакию после 2027 года. По словам министра экономики Словакии Денисы Саковой, Братислава рассчитывает ежегодно импортировать до 1,2 млрд кубометров газа по контрактам сроком от пяти до десяти лет.

МЕХАНИЗМ ПРАКТИЧЕСКОЙ РЕАЛИЗАЦИИ

Практическим продолжением переговоров стал азербайджано-словацкий бизнес-форум, начавший работу в Баку на следующий день после встречи лидеров двух государств. Он объединил представителей государственных структур и деловых кругов обеих стран и был ориентирован на проведение переговоров в форматах B2B и B2G, установление прямых контактов между компаниями и поиск совместных проектов в промышленности, энергетике, транспорте, строительстве, информационно-коммуникационных технологиях и других высокотехнологичных отраслях. Одним из практических результатов форума стало подписание Меморандума о сотрудничестве между Азербайджанским бюро по туризму и Slovakia Travel, направленного на развитие туристического обмена и продвижение совместных турпродуктов. Особое значение это приобретает в связи с запуском уже осенью этого года прямого авиасообщения между Баку и Братиславой, которое должно значительно расширить туристические, деловые и гуманитарные контакты.



Словакия помогает восстанавливать Карабах

Особое место в программе визита заняли проекты восстановления освобожденных территорий. Одним из центральных пунктов стало посещение лидерами двух стран села Баш Гарвенд Агдамского района, где при участии словацкой компании реализуется проект «Умное село». Проект предусматривает строительство 851 жилого дома для почти 3,7 тыс. жителей, современной социальной инфраструктуры, инженерных сетей и использование энергоэффективных технологий и альтернативной энергетики. Не менее символическим событием стала церемония закладки фундамента средней школы имени национального героя Словакии Милана Растислава Штефаника. Учебное заведение рассчитано на 840 учеников и строится при финансовой поддержке словацкой стороны. Оно станет одним из крупнейших образовательных объектов Агдамского района и символом участия Словакии



в восстановлении освобожденных территорий. Принципиально важно, что речь идет о первом масштабном государственном проекте на освобожденных территориях Азербайджана, реализуемом при непосредственном участии государства – члена Европейского союза. Тем самым сотрудничество между Баку и Братиславой выходит далеко за рамки двустороннего политического диалога и обретает формат практического участия европейских партнеров в послевоенном восстановлении Карабаха. Главный же итог визита в том, что Азербайджан и Словакия переходят

к полноценному стратегическому партнерству, охватывающему практически все ключевые направления двустороннего взаимодействия. Одновременно этот процесс отражает более широкую тенденцию – трансформацию отношений Азербайджана с Евросоюзом, где наряду с энергетикой все большую роль начинают играть инвестиции, промышленная кооперация, транспортная взаимосвязанность и совместное участие в реализации долгосрочных инфраструктурных проектов. Именно в этом главное политическое значение состоявшегося визита.



МОСКВА И БАКУ СВЕРИЛИ ПОЗИЦИИ

Переговоры глав МИД Азербайджана и России – Джейхуна Байрамова и Сергея Лаврова в Москве стали заметным этапом в двусторонней повестке. Сначала министры провели встречу тет-а-тет, после чего продолжили обсуждения в расширенном составе.

Главной рамкой переговоров стала Декларация о союзническом взаимодействии, подписанная 22 февраля 2022 года. Российская сторона заявила, что Москва и Баку движутся к более полному раскрытию ее потенциала, несмотря на периодически возникающие сложности. Было особо отмечено, что стороны урегулировали вопросы, связанные с трагедией самолета AZAL. По итогам переговоров МИД Азербайджана и РФ подписали план консультаций на 2026-2027 годы, что должно закрепить регулярный политический диалог между внешнеполитическими ведомствами.

ЭКОНОМИКА – КЛЮЧЕВОЕ НАПРАВЛЕНИЕ

Джейхун Байрамов подчеркнул, что несмотря на непростую ситуацию в мировой экономике, между Азербайджаном и Россией сформировался позитивный тренд в торгово-экономических отношениях. По его словам, стороны намерены подробнее рассмотреть показатели 2025 года и направления сотрудничества на ближайшую перспективу. Особая роль отводится Межправительственной комиссии: ее 24-е заседание прошло в апреле, а в сентябре ожидается встреча вице-премьеров Азербайджана и РФ Шахина Мустафаева и Алексея Оверчука. Среди важных

показателей назван товарооборот: в 2025 году он составил около 4,9 млрд долларов, показав рост примерно на 2,5% по сравнению с 2024-м. Отдельно обсуждена транспортная повестка. Азербайджан рассматривает международный коридор «Север-Юг» как стратегически важный проект и заявляет о готовности увеличить пропускную способность своего участка до 5 млн тонн в год к 2028 г. Также отмечалось, что строительство терминала в иранской Астаре, финансируемое азербайджанским капиталом, фактически завершено, его готовность оценивается в 98%.

ЮЖНЫЙ КАВКАЗ И ФОРМАТ «3+3»

Стороны обсудили ситуацию на Южном Кавказе, включая азербайджано-армянский мирный процесс. Баку исходит из того, что после 44-дневной Отечественной войны в регионе сформировались новые реалии и формат безопасности, основанный на принципах международного права. Особое внимание было уделено региональной платформе «3+3», объединяющей Азербайджан, Армению, Грузию, Россию, Иран и Турцию. Дж.Байрамов отметил востребованность этого формата, а С.Лавров указал на важность многостороннего взаимодействия.

МЕЖДУНАРОДНАЯ ПОВЕСТКА И ГУМАНИТАРНЫЕ СВЯЗИ

В ходе переговоров министры затронули конфликт между Россией и Украиной.

«Сохраняем глубокую обеспокоенность вооруженным конфликтом между Россией и Украиной. Он приводит к человеческим страданиям и оказывает существенное негативное влияние на стабильность в более широком регионе», – сказал министр иностранных дел Азербайджана. Он добавил, что Азербайджан последовательно подтверждает приверженность принципам и нормам международного права, призывает к снижению напряженности и мирному урегулированию конфликта.

Гуманитарное направление обе стороны назвали традиционно важной частью отношений. В этом контексте обсуждались контакты между ведомствами, парламентами и сотрудничество на международных площадках. Также ожидается, что 25-е заседание комиссии по межпарламентскому сотрудничеству между Милли Меджлисом Азербайджана и Федеральным Собранием РФ пройдет в декабре этого года в Москве. Переговоры показали, что Баку и Москва стремятся сохранить регулярный диалог по всему комплексу вопросов: от экономики и транспорта до региональной безопасности и международных форматов.

АЗЕРБАЙДЖАН ГОТОВИТСЯ К ПЕРЕПИСИ НАСЕЛЕНИЯ

В Кабинете министров Азербайджана под председательством премьер-министра Али Асадова состоялось расширенное заседание, посвященное подготовке к переписи населения в 2029 году.

На заседании были обсуждены задачи, вытекающие из Указа Президента Ильхама Алиева от 7 июля 2026 года «О проведении переписи населения в Азербайджанской Республике в 2029 году». Она будет проведена с 1 по 31 октября 2029 года по состоянию на 1 октября того же года.

Премьер-министр подчеркнул, что перепись является важнейшим источником достоверной информации о населении. Ее результаты позволяют объективно оценивать демографические процессы, планировать социально-экономическое развитие страны и принимать решения, основанные на точных данных. Особое внимание было уделено историческому значению предстоящей переписи. Впервые за годы независимости она охватит всю суверенную территорию Азербайджана. Как отметил Али Асадов, это стало возможным благодаря Победе в 44-дневной Отечественной войне и полному восстановлению суверенитета страны.

С УЧЕТОМ ТРЕБОВАНИЙ ООН

На заседании было отмечено, что перепись будет проводиться с учетом требований и рекомендаций Организации Объединенных

Наций. Согласно резолюции ООН о Всемирной программе переписи населения и жилищного фонда 2030 года, государства-члены должны проводить перепись населения не реже одного раза в десять лет.

После восстановления независимости Азербайджана перепись населения проводилась в 1999, 2009 и 2019 годах. Однако на оккупированных территориях это было невозможно. В связи с этим перепись-2029 приобретает особую значимость как первая общереспубликанская, которая полностью охватит всю территорию страны.

ЦИФРОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ И НОВЫЕ ПОДХОДЫ

Принципиально новым станет широкое использование цифровых технологий, административных и геопространственных данных. Такой подход позволит повысить точность и оперативность сбора информации, сократить расходы и минимизировать человеческий фактор при обработке данных.

Для исполнения указа Президента Кабинет министров утвердит соответствующий План мероприятий. Кроме того, будет создана Центральная комиссия содействия переписи населения под руководством заместителя премьер-министра. Ее задачей станет координация деятельности центральных и местных органов исполнительной власти, учреждений, предприятий и организаций.



ДВЕ НОВЫЕ АЗС SOCAR В РУМЫНИИ

Дочерняя компания SOCAR в Румынии расширила свою деятельность в стране, введя в эксплуатацию две новые автозаправочные станции. Тем самым количество АЗС Государственной нефтяной компании Азербайджана в Румынии достигло 94. Оба объекта оснащены современной сервисной инфраструктурой и предлагают автомобилистам помимо топлива различные дополнительные услуги. Открытие новых автозаправочных станций – очеред-

ной этап стратегии расширения деятельности SOCAR в Румынии. Компания предусматривает повышение доступности услуг для потребителей и расширяет свою сеть в различных регионах страны.

С момента начала деятельности на румынском рынке SOCAR создала более 900 новых рабочих мест. Последовательно расширяя свою деятельность в Румынии, SOCAR стала одной из ведущих розничных сетей по продаже топлива в стране.

НА ГЛОБАЛЬНОМ МЕДИАФОРУМЕ ТЕМА ВОССТАНОВЛЕНИЯ ДОВЕРИЯ ПРОЗВУЧАЛА ОСОБЕННО УБЕДИТЕЛЬНО



ШУША – ЭТО ГОЛОС ПРАВДЫ

IV Шушинский глобальный медиафорум «Миссия медиа в продвижении мира: восстановление правды и возрождение доверия» стал площадкой, где вопрос журналистики вышел далеко за рамки профессии. О войне и мире, манипуляции и ответственности, разрушенных городах и многом другом на полях медиафорума мы побеседовали с французским журналистом, основателем новостного портала *Musulmans en France* Жан-Мишелем Брюном.

АБУЛЬФАЗ БАБАЗАДЕ

● Почему именно Шуша придает теме этого форума особую силу?

● Потому что Шуша сама является аргументом. Можно долго говорить о мире, доверии, правде, ответственности журналистики, но в Шуше эти слова перестают быть абстрактными. Здесь у каждого камня есть память. Здесь видно, что происходит, когда правда десятилетиями оттесняется на периферию международного внимания. Я впервые приехал в Шушу в 2020 году, сразу после войны. Это была тяжелая картина: разрушения, следы оккупации, ощущение насильственного прерванной жизни. Сегодня я вижу другой город – который возвращается к дыханию, культуре, движению, человеку. Для журналиста это очень важный опыт: перестаешь работать с чужими клише и начинаешь видеть реальность собственными глазами.

В этом смысле Шушинский медиафорум имеет уникальное значение. Он прошел в городе, где правда была ранена, но получила возможность вернуться. Поэтому тема восстановления доверия здесь звучит особенно убедительно. Происходит это через факты, личное свидетельство, честное описание увиденного и готовность признать то, о чем так долго молчали.

● Вы четыре раза встречались с Президентом Ильхамом Алиевым. На фоне фо-

рума, посвященного медиа и доверию, что для вас означает его стиль общения с журналистами?

● Для меня это один из самых показательных элементов современной азербайджанской политической культуры. Я видел, как Президент Ильхам Алиев в течение нескольких часов отвечает на вопросы журналистов: без бумажки и подсказок, без ухода от сложных тем. Это производит сильное впечатление. Когда глава государства способен говорить о Карабахе, отношениях с Европой, Турцией, Россией, Ираном, Арменией, об энергетике, безопасности, международном праве и будущем региона в свободном формате, это свидетельствует о глубоком владении политической реальностью. В эпоху, когда многие политики прячутся за заготовленные формулировки, такая открытость становится самостоятельным политическим посланием. Для журналистов это тоже урок. Если политик готов к прямому вопросу, медиа должны быть готовы к честному анализу. Президент Алиев показывает, что разговор с прессой может быть серьезным интеллектуальным процессом, а не протокольной церемонией. Именно такой формат помогает восстанавливать доверие между властью, об-

“
Шуша возвращается к дыханию, культуре, движению, человеку. Для журналиста это очень важный опыт: перестаешь работать с чужими клише и начинаешь видеть реальность собственными глазами”



Жан-Мишель Брюн

ществом и международной аудиторией.

● Можно ли сказать, что восстановление правды сегодня становится частью мирного процесса между Баку и Ереваном?

● Безусловно. Мир невозможен, если одну сторону представляют вечной жертвой, а другую – заведомо назначенным виновником. Такая схема уничтожает доверие еще до начала беседы. К сожалению, во Франции и в ряде западных стран именно так долгое время воспринимали Карабах. Азербайджанская позиция оставалась вне поля зрения. Почти не задавали вопросов о вынужденных переселенцах, разрушенных городах, уничтоженных культурных памятниках, Ходжалинской трагедии, судьбе вынужденно перемещенных лиц. Это было избирательное внимание. Восстановление правды – условие честного мира. Если общество во Франции или любой другой стране не видит всей полноты картины, оно легко становится заложником лоббистских нарративов. Поэтому миссия медиа сегодня заключается в том, чтобы разрушить монополию на интерпретацию. Журналист обязан идти туда, где неудобно. И Шуша

как раз является таким местом: она заставляет смотреть на факты, а не на политические привычки.

Миссия медиа

● Как вы оцениваете роль медиа в продвижении мира?

● Журналист не должен становиться солдатом политической кампании, но он не имеет права и быть равнодушным к фактам. Тут очень тонкая грань. Когда медиа превращаются в инструмент давления, они разрушают доверие, как и когда боятся назвать вещи своими именами. Я считаю, что журналист в постконфликтной реальности обязан выполнять три функции. Первая – документировать. Надо показывать, что было разрушено, кто пострадал, какие города стерты, какие люди возвращаются. Вторая – объяснять. Без контекста факт может стать добычей манипуляции. Третья – объединять общества посредством правды, а не через удобные мифы. Шушинский форум важен именно потому, что он говорит о мире как о сложной работе.

Мир требует языка, на котором стороны могут говорить без унижения и фальсификации. Медиа способны создать такой язык, но для этого журналистика должна снова стать профессией совести.

● Вы часто говорите об Азербайджане как о светском и мультикультурном государстве. Почему этот аспект важен для понимания темы доверия?

● Потому что доверие начинается с правильного понимания страны. Во Франции Азербайджан иногда пытаются представить через религиозные стереотипы: мусульманская страна, конфликт с армянами-христианами – все якобы укладывается в схему религиозно-противостояния. Это грубое и опасное упрощение. Азербайджан – светское государство с сильной мусульманской культурной основой, но при этом с реальным опытом сосуществования разных религий и общин. Это страна, где исламская традиция, светская государственность, национальная идентичность и уважение к различным конфессиям формируют устойчивую общественную модель. Именно поэтому форум в Шуше имеет более широкий смысл. Он говорит о будущем международной коммуникации. Если медиа продолжают делить мир на удобные стереотипы, доверие будет и дальше разрушаться.



Азербайджан оказывал гуманитарную помощь

140
государствам

ПОМОЩЬ КАК ПРИЗНАК СИЛЫ

Еще недавно международная помощь воспринималась как дорога с односторонним движением. Однако мировая экономическая карта меняется, и Азербайджан сегодня способен не только решать собственные задачи, но и помогать другим.

РУСЛАН МАНАФОВ

В июне Организация экономического сотрудничества и развития (OECD) опубликовала новый профиль Азербайджана, представив страну в качестве государства, оказывающего международную помощь в целях развития. На первый взгляд, речь идет об очередном документе международной организации, но за сухими формулировками скрывается более важный процесс. Азербайджан, который на заре независимости сам нуждался во внешней поддержке, сегодня располагает ресурсами и опытом для оказания помощи десяткам государств. Масштабы и география поддержки OECD – один из наиболее авторитетных международных центров экономического анализа и статистики, изучающий финансовые потоки и ведущий учет помощи, направляемой на развитие других стран. Азербайджан не является его членом, однако организация учитывает его деятельность в качестве поставщика международной помощи. Работа Баку становится частью глобальной системы содействия развитию, где масштабы и география поддержки рассматриваются наряду с деятельностью других государств-доноров. Согласно данным OECD, Азербайджан оказывал гуманитарную помощь и содействие развитию более чем 140 государствам. Поддержку получили 53 из 54 стран Африки, 50 из 57 государств Организации исламского сотрудничества и 43 из 44 наименее развитых стран мира.

Значимость этих показателей заключается не только в широте географии. Международная помощь давно перестала быть исключительно перечислением средств или отправкой гуманитарных грузов. Сегодня это способ создания устойчивых политических, экономических и человеческих связей. В начале 90-х годов Азербайджан столкнулся с экономическим кризисом, оккупацией территорий, огромным числом беженцев и вынужденных переселенцев, разрушением хозяйственных связей и необходимостью заново выстраивать государственные институты. Международная помощь тогда имела для страны существенное значение. Прошло чуть более трех десятилетий, и сегодня Азербайджан финансирует гуманитарные программы, оказывает техническое содействие, предоставляет гранты, реализует образовательные проекты и помогает государствам, пострадавшим от стихийных бедствий и вооруженных конфликтов. Основным инструментом этой политики выступает Азербайджанское агентство международного развития AIDA, действующее при Министерстве иностранных дел. Среди приоритетных направлений – образование, здравоохранение, социальная защита, сокращение бедности, поддержка молодежи, развитие государственных услуг и гуманитарное содействие. Почему это важно? Потому что страна, способная помогать другим, приобретает дополнительные возможности на международной арене.

Опыт становится ресурсом

Особое место занимает передача азербайджанского опыта государственного управления. Одним из наиболее известных примеров является модель ASAN xidmət, позволившая объединить предоставление госуслуг, сократить бюрократические процедуры и повысить прозрачность работы госструктур. Интерес к этой модели проявили десятки государств, а Азербайджан стал оказывать техниче-



скую и консультативную поддержку странам, желающим использовать накопленный опыт. Знания, технологии и управленческие решения становятся таким же ценным ресурсом международного сотрудничества,

как инвестиции или кредиты. Азербайджан прошел путь от тяжелого экономического положения до устойчивого развития и способности финансировать крупные национальные и международные проекты. Поэтому отношения Баку со странами Глобального Юга строятся не с позиции наставника, предлагающего готовые рецепты, а на основе понимания проблем, с которыми они сталкиваются сегодня.

Свидетельство зрелости

Международная помощь неотделима от внешней политики. Государства направляют ресурсы туда, где имеется гуманитарная потребность, одновременно формируя партнерство, укрепляя доверие и расширяя свое присутствие. Азербайджан последовательно развивает отношения со странами Африки, Азии и исламского мира. COP29 в Баку, председательство в Движении неприсоединения и активизация контактов со странами Глобального Юга создали широкую сеть политических связей, а международная помощь придает этим отношениям практическое содержание. Многие государства, полу-



чающие азербайджанскую помощь, представлены в ООН и других международных организациях. Устойчивые отношения с десятками стран расширяют дипломатические возможности Баку и создают пространство для взаимной поддержки по вопросам международной повестки. Однако главное значение опубликованного OECD профиля заключается даже не в этом. Государство, которое три десятилетия назад стол-

кнулось с масштабным гуманитарным кризисом, сегодня помогает другим преодолевать последствия войн, бедности и природных катастроф. За этим стоит накопление ресурсов, укрепление государственных институтов и способность проводить самостоятельную внешнюю политику. Публикация OECD зафиксировала уже сложившуюся реальность. Азербайджан стал не только участником международных процессов, но и государством, способным вкладывать собственные ресурсы и накопленный опыт в развитие других стран. А это – убедительный признак силы и зрелости государства.

НДС-СЧЕТА ПОМОГУТ ПРЕДПРИЯТИЯМ ОПЛАЧИВАТЬ СОЦИАЛЬНЫЕ ВЗНОСЫ ЗА СВОИХ СОТРУДНИКОВ

ОКНО ВОЗМОЖНОСТЕЙ

Милли Меджлис принял окончательные поправки в Налоговый кодекс, открывающие для частного бизнеса новые финансовые возможности. Уже со следующего года компании ненефтяного сектора смогут использовать средства, накопленные на специальных НДС-счетах, для уплаты обязательных социальных взносов за своих сотрудников.

ДЖАВАД ИСКЕНДЕРОВ

До сих пор средства на специальных НДС-счетах разрешалось расходовать исключительно на операции, связанные с налогом на добавленную стоимость. И даже если на счете находилась внушительная сумма, использовать ее на другие обязательные платежи предприятие не могло. Поэтому компаниям нередко приходилось искать дополнительные оборотные средства или брать краткосрочные кредиты, хотя собственные деньги фактически оставались заблокированными. Нынешняя налоговая реформа в корне меняет ситуацию. В ближайшие четыре года эти деньги наконец начнут работать на реальный сектор экономики. Поправки вступят в силу уже в январе следующего года и будут действовать до конца 2030-го. Сейчас исполнительная власть готовит внятный механизм применения новых норм, чтобы предприятия могли воспользоваться ими без лишних бюрократических сложностей.

КАПИТАЛ ВОЗВРАЩАЕТСЯ

По мнению **экономиста Асимана Гулиева**, очередные изменения в Налоговом кодексе подтверждают, что государство стремится оперативно реагировать на потребности бизнеса и адаптировать законодательство к меняющимся экономическим условиям. — На самом деле возможность использовать

средства со специальных НДС-счетов значительно расширяет финансовые возможности предприятий, и это можно только приветствовать, — отмечает он. — Ведь чем свободнее бизнес распоряжается своими средствами, тем активнее деньги работают на экономику. Особенно ощутимыми эти изменения станут для компаний ненефтяного сектора и предприятий, внедряющих инновационные технологии. Предпринимателям больше не придется искусственно выводить из оборота собственные средства, только чтобы исполнить обязательства перед государством. Деньги, которые раньше были фактически недоступны, теперь смогут использоваться в хозяйственной деятельности. А главное, нынешние изменения стали продолжением последовательной модернизации налоговой системы. По сути, вопрос состоит не в каких-то новых льготах, а в более рациональном использовании уже имеющихся средств. Любая мера, позволяющая компаниям обходиться без дополнительных кредитов и свободнее распоряжаться собственными средствами, положительно влияет на деловую активность. Тем более что сейчас многие предприятия сталкиваются с дефицитом оборотного капитала. И это несмотря на то, что часть принадлежащих им средств остается заблокированной на специальных счетах. И потом, возможность направить эти деньги на обязательные социальные платежи дает бизнесу дополнительную финансовую гибкость без каких-либо затрат для госбюджета. Государству не придется финансировать эту инициативу, поскольку используются деньги,

которые предприятия уже заработали. Разница в том, что если раньше они лежали мертвым грузом на специальных счетах, то теперь смогут работать на развитие компаний и экономики.

НОВЫЕ СТИМУЛЫ

По словам нашего собеседника, нынешние решения являются частью большой и системной работы по обновлению налоговой политики и устранению бюрократических преград. Предпринимателям нужны не столько разовые льготы, сколько понятные, честные и стабильные правила. Ведь чем меньше бумажной волокиты и лишних запретов, тем смелее бизнес вкладывается в развитие. Как результат, компании быстрее расширяют производство, открывают новые рабочие места и запускают перспективные проекты. Для малого бизнеса это особенно важно. Ведь на свободные оборотные средства можно закупить сырье, выполнить крупный заказ, модернизировать производство или приобрести новое оборудование, не прибегая к банковским займам. Кроме того, предприятия смогут значительно реже обращаться за краткосрочными кредитами исключительно для выполнения текущих обязательств. И если новшество подтвердит свою эффективность, в дальнейшем может расшириться сфера его применения.

7 лет перемен

Между тем государство за последние семь лет последовательно адаптирует нормативную базу к современным экономическим условиям. Уже претерпели изменения свыше двух тысяч статей и отдельных положений Налогового кодекса, принято более 50 профильных законов. А фундамент нынешних преобразований был заложен еще в 2019 году. Тогда законодатели пересмотрели почти 300 положений кодекса. Затем оперативно заработали больше 150 временных норм, позволивших тысячам предприятий сохранить устойчивость в непростых условиях пандемии. Следующий важный этап пришелся на 2022 год, когда одним пакетом было скорректировано еще 270 положений Налогового кодекса. И вслед за этим появились новые льго-

ты, упрощенные процедуры и дополнительные инструменты регулирования. Однако главная задача изменений заключается не только в совершенствовании отдельных норм. По экспертным оценкам, предприниматель должен строить планы на годы вперед, а не гадать, какими окажутся налоговые условия через год или два. Так что не менее важно организовать для бизнеса долгосрочные и внятные правила, поскольку стабильность законодательства создает благоприятный инвестиционный климат, повышает доверие инвесторов и стимулирует развитие предпринимательства.



Асиман Гулиев



ЦИФРОВОЙ СУВЕРЕНИТЕТ

На IV Шушинском глобальном медиафоруме глава нашего государства определил повестку развития страны, назвав среди главных задач цифровую трансформацию и внедрение ИИ. Выбранные приоритеты обеспечивают экономический рост, модернизируют систему госуправления и форсируют интеграцию инноваций.

ДЖАВАД ИСКЕНДЕРОВ

Какое значение этот курс имеет для страны и как он повлияет на экономику и общество? Об этом в беседе с нами рассказывает **председатель комитета Милли Меджлиса по природным ресурсам, энергетике и экологии Садыг Гурбанов.**

● **Насколько своевременен выбор в пользу трансформации и ИИ в эпоху, когда цифровые технологии стали главным вектором развития государств?**
● Азербайджан вовремя уловил мировую тенденцию. Курс, обозначенный Президентом Ильхамом Алиевым, подтверждает, что цифровое развитие остается одним из стратегических приоритетов страны. Имеется в виду последовательная модернизация государственного управления, развитие современной цифровой инфраструктуры, внедрение искусственного интеллекта и создание условий для инновационной экономики. В итоге цифровая трансформация охватывает практически все сферы: от государственных услуг и бизнеса до образования, здравоохранения и промышленности. Это долгосрочная стратегия, которая позволит повысить эффективность экономики, расширить возможности для развития ненефтяного сектора и укрепить позиции нашей страны в условиях глобальной технологической конкуренции.

“
Трансформация охватывает практически все сферы: от государственных услуг и бизнеса до образования, здравоохранения и промышленности. Это позволит повысить эффективность экономики

”

● **Каким образом цифровая перестройка изменит модель развития экономики?**

● Для нашей страны цифровой переход тесно связан с курсом на диверсификацию. Развитие современной инфраструктуры, использование данных, внедрение интеллектуальных технологий и поддержка инновационного предпринимательства создают прочную основу для ускоренного роста ненефтяного сектора.

В конечном счете все это открывает реальные возможности для возникновения новых отраслей, повышения эффективности производства, расширения экспорта продукции и услуг с высокой добавленной стоимостью. Таким образом, мы переходим к формированию гибкой экономической модели, где устойчивый рост обеспечивается не только традиционными ресурсами, но и технологическим потенциалом, качеством человеческого капитала и способностью оперативно внедрять инновации.

● **В числе приоритетов – развитие искусственного интеллекта. Почему этому направлению уделяется столь пристальное внимание?**

● Важно понимать, что ИИ становится одной из ключевых технологий, определяющих развитие государств и мировой экономики. Его значение не только в автоматизации процессов. Нейросети позволяют обрабатывать массу информации, прогнозировать развитие различных процессов, повышать качество управленческих решений и более эффективно использовать имеющиеся ресурсы.

Для нас это открывает широкие перспективы в самых разных сферах – от государственного управления и промышленности до энергетики, транспорта, здравоохранения и образования. Вместе с тем развитие искусственного интеллекта невозможно рассматривать отдельно от цифрового суверенитета, защиты данных и подготовки квалифицированных специалистов. Только сочетание современных технологий, надежной инфраструктуры и профессиональных кадров позволит в полной мере использовать потенциал искусственного интеллекта в интересах государства и общества.

Киберугрозы

● **Чем активнее развивается цифровая сфера, тем больше разговоров о кибербезопасности и цифровом суверенитете...**

● Это закономерный процесс. По мере того, как государственное управление, финансовая система, энергетика, транспорт, связь и другие сферы переходят на цифровые технологии, возрастает и ответственность за надежность стратегической инфраструктуры. Поэтому вопросы кибербезопасности давно уже перестали быть исключительно технической задачей – это часть национальной безопасности.

Цифровой суверенитет означает способность государства самостоятельно управлять своими информационными ресурсами, защищать критически важную инфраструктуру, развивать собственные технологические решения и сохранять контроль над данными. В современных условиях это имеет принципиальное значение, поскольку информация становится одним из самых ценных ресурсов.

Не менее важна и подготовка к новым вызовам. Киберугрозы становятся сложнее, а потому необходимы современные системы мониторинга, оперативного реагирования и прогнозирования рисков. Большую роль здесь могут сыграть технологии искусственного интеллекта, которые позволяют анализировать

большие объемы данных и выявлять потенциальные угрозы, прежде чем они приведут к серьезным последствиям.

При этом надежность цифровой среды зависит не только от технологий. Необходимы квалифицированные специалисты, постоянное совершенствование законодательства, международное сотрудничество и повышение цифровой грамотности общества. Только комплексный подход способен обеспечить устойчивое развитие цифровой экономики и защиту национальных интересов.

● **Каким вы видите Азербайджан в будущем, когда цифровой курс будет полностью реализован?**

● Убежден, эти преобразования определяют развитие страны на годы вперед. Цифровая трансформация кардинально повышает эффективность госуправления, ускоряет ненефтяной сектор и формирует экономику знаний и технологий. Огромный социальный эффект. Цифровые сервисы делают госуслуги доступнее, убирают барьеры и повышают прозрачность, и все это укрепляет доверие к госинститутам, создавая комфортные условия для жизни и бизнеса. Таким образом, курс Президента Ильхама Алиева позволит Азербайджану укрепить позиции в глобальной цифровой экономике и обеспечит долгосрочное устойчивое развитие.



Садыг Гурбанов

Каспий

18 июля 2026 года №26 (1798)

Учредитель:
Global Media Group

Главный редактор:
Вячеслав Сапунов

Редколлегия:
Отдел политики – **Тамилла Нуриева**
Отдел науки – **Галия Алиева**
Литературный редактор – **Татьяна Барсукова**

Авторы: **Ильгар Велизаде, Абульфаз Бабазаде, Руслан Манафов, Елена Малахова, Ханум Гадирли, Джавад Искендеров, Тамерлан Джафарли**

Технический отдел
Креативный директор – **Мурат Арбай**
Дизайнеры – **Аэлиа Фролова, Айдан Юсиф-заде, Сабина Бейбутова**

Отдел рекламы – Тел.: (+994 55) 457-02-03; (+994 77) 447-47-17
Отдел подписки и распространения – Тел.: (+994 55) 200 27 10

Адрес редакции: г.Баку, ул.Самеда Вургуня, 34, 5-й этаж
Электронная почта: kaspiy@kaspiy.az Сайт: kaspiy.az

Лицензия №022264 Регистрационный № V 64. Тираж: 2000
Газета отпечатана в издательстве «Азербайджан».
Заказ: 918



Больше материалов
читайте на сайте
Kaspiy.az

ПРИШЛО ВРЕМЯ СОБРАТЬ ВОЕДИНО

Рациональное управление земельным фондом – фундамент продовольственной безопасности государства. Именно поэтому в Азербайджане консолидируют раздробленные наделы для максимально эффективного их использования.

НИКА АСТРАЛЕВА

Народная мудрость «земля всегда прокормит» актуальна по сей день. Это действительно так, если вовремя удобрять и орошать наделы, применять современное оборудование, минимизировать логистические издержки, а также находить надежные рынки сбыта. На мелких, разрозненных участках организовать все это сложно, а иногда и невозможно. Консолидация земель – вот та самая мера, которая позволит повысить урожайность, улучшить благосостояние сельчан и обеспечить граждан доступной сельхозпродукцией. Именно укрупнение угодий может стать катализатором развития сельских территорий и аграрного сектора. Азербайджан планомерно переходит к реализации данного решения, изучив передовой международный опыт и получив рекомендации международных институтов. Продовольственная и сельскохозяйственная организация ООН (ФАО) в прошлом году передала Министерству сельского хозяйства республики пакет рекомендаций по этому поводу.

С СОГЛАСИЯ СОБСТВЕННИКОВ

Для решения проблемы Милли Меджлис в первом чтении одобрил законопроект, регулирующий укрупнение наделов. Документ вносит изменения в Земельный и Гражданский кодексы, а также в законы «О государственном земельном кадастре, мониторинге земель и землеустройстве», «О земельном рынке» и «О государственном реестре недвижимости». Главная цель – предотвратить дальнейшее дробление сельскохозяйственных земель и создать четкую правовую базу для их консолидации. В Земельный кодекс вносится новая статья 13-2, которая определяет консолидацию как процесс переоформления прав собственности в результате объединения, разделения, повторного определения и изменения границ участков. Процедура будет проходить исключительно на основе согласия самих собственников и принципа эквивалентной рыночной стоимости. При необходимости на консолидируемых территориях могут проводиться инфраструктурные изменения, связанные с дорогами, орошением, мелиорацией, энергетикой и другими инженерно-коммуникационными сетями.

СОСЕДЯМ – ПРИОРИТЕТ

Чтобы остановить дальнейшее измельчание угодий, законопроект вводит количественные ограничения: раздел сельскохозяйственного участка при купле-продаже или иных формах отчуждения допускается только в том случае, если площадь каждого вновь созданного надела не менее пяти гектаров. Аналогичные правила предлагают внести в Гражданский кодекс для наследственных дел. Наследники смогут разделить землю только при условии, что доля каждого из них составит минимум пять гектаров. Если такой раздел технически невозможен без нарушения нормы, участок можно продать, а наследники получат свою долю в денежном выражении. Кроме того, Гражданский кодекс собираются дополнить статьей, которая вводит преимущественное право покупки. При продаже сельхозземли приоритетное право приобрести ее на тех же условиях получают владельцы соседних участков, имеющих с ней общую границу. Это должно стимулировать добровольное укрупнение наделов за счет рыночных механизмов. Дополнительно поправки расширяют полномочия службы землеустройства для планирования новых границ и инфраструктуры, включают сделки по консолидации в сферу регулирования земельного рынка и вносят распределительный документ в перечень оснований для регистрации прав в государственном реестре.

Системное укрупнение земель повысит эффективность внутреннего производства агропродукции

Соблюдаем баланс интересов

Необходимость укрупнения земель подтверждается конкретными цифрами. Как отметил депутат Вугар Байрамов, Азербайджан провел одну из самых спешных земельных реформ в СНГ. Сейчас в электронной сельскохозяйственной информационной системе зарегистрировано более 600 тысяч фермеров, а ежегодный аграрный экспорт страны достигает 1,5 млрд долларов. Наш собеседник подчеркнул, что добровольное укрупнение позволит задействовать мощную технику с меньшими расходами, внедрить современные системы орошения и за счет этого снизить себестоимость продукции, од-

новременно повысив производительность труда. Напомним, что в рамках Госпрограммы по развитию сфер производства и переработки сельскохозяйственной, рыбной и аквакультурной продукции на 2026-2030 годы решено в пилотном режиме консолидировать участки общей площадью 20 тысяч гектаров в Габалинском и Сальянском районах. При этом обязательно будут соблюдены права собственности и интересы сторон. Экономист Рауф Гараев отметил, что в данном процессе особое значение имеет гибкость системы и учет ожиданий в первую очередь мелких фермеров, как наиболее уязвимых. – У таких землевладельцев должно быть окно для развития, но сейчас они не могут расширяться из-за логистических и материальных трудностей. Именно поэтому им

необходим доступ к длинным кредитам под минимальный процент, дотации и помощь с поливной водой. Вместе с тем чтобы повысить конкурентоспособность, мелким производителям действительно стоит подумать о кооперации. Но важно предусмотреть все нюансы: план посадок, поиск рынков сбыта, а иначе мелкие собственники просто сдадут землю в аренду крупным игрокам и уйдут с рынка. Нельзя допустить, чтобы их многолетний практический опыт работы на земле был безвозвратно потерян для аграрного сектора страны, – сказал Р.Гараев. По словам экономиста, системное укрупнение земель повысит эффективность внутреннего производства сельхозпродукции и укрепит продовольственную независимость. Кроме того, эта мера снизит уровень безработицы и повысит качество жизни в регионах.



Рауф Гараев

КУЛЬТ ИДЕАЛЬНОГО ОТДЫХА

Вечный недосып и стресс делают нашу жизнь сложнее. Чтобы избежать полного выгорания, многие выбирают путешествия в качестве средства самопомощи. Но действительно ли туризм помогает перезагрузиться?

ЕЛЕНА МАЛАХОВА

Современный городской ритм практически не оставляет шансов на передышку: рабочие чаты в режиме 24/7 и необходимость быть на связи по выходным превращают нашу жизнь в бесконечный марафон. В какой-то момент повседневные задачи переполняют чашу терпения, и единственным выходом видится радикальная смена обстановки.

ТОЧКА КИПЕНИЯ

Принято считать, что в отпуск едут ради расширения кругозора: полюбоваться историческими достопримечательностями, изучить архитектуру, отведать блюда иноземной кухни. Но сегодня истинная причина масштабного туристического бума выглядит иначе. Нам просто хочется на время сбежать от привычной реальности и опостылевшей рутины. То, что поездки давно перестали быть развлечением, подтверждают и сухие цифры. Недавно в России провели опрос, который показал, что жители мегаполисов часто выбирают путешествия как способ справиться со стрессом. В рейтинге антистресс-методов этот вариант уступает лишь домашнему отдыху и сну, обгоняя прогулки на природе, чтение книг и общение с близкими. При этом женщины выбирают дорогу как лекарство чаще мужчин: 52% против 40%. Все больше наших граждан также предпочитают для перезагрузки туризм – как внутренний, так и внешний. Но помогает ли смена географии решить внутренние проблемы?

МОРЕ, СОЛНЦЕ И ПЕСОК

Психоаналитик Эльдар Хагверди отметил, что современная культура сформировала ложное представление о том, что

счастливый человек обязательно должен постоянно куда-то лететь. Социальные сети создают иллюзию, что отдых засчитывается только тогда, когда он сопровождается фотографиями из другой страны. В итоге это порождает дополнительное психологическое давление: человек начинает чувствовать, что отдыхает неправильно, если просто проводит время дома или на природе. Эксперт задается вопросом: если у тебя есть море, солнце и возможность спокойно лежать на песке, почему возникает стойкое ощущение, что настоящее счастье где-то еще?

– Хотя крупных исследований именно по Азербайджану на эту тему пока нет, наши граждане все чаще воспринимают путешествие не как роскошь, а как способ переключиться, восстановить ресурсы и временно выйти из привычного изматывающего ритма жизни. Особенно остро это заметно после пандемии, когда многие начали гораздо больше ценить свободный отдых и новые впечатления.

Эльдар Хагверди

От себя не убежишь

Э.Хагверди подчеркнул, что в вопросах отдыха важно разделять обычную усталость и клинические расстройства. Если речь идет о хроническом стрессе или переутомлении, то путешествие действительно может оказать терапевтический эффект за счет смены обстановки, новых впечатлений и снижения числа раздражителей. Но если у человека депрессия или тревожное расстройство, билет на самолет не заменит полноценного лечения. – Куда бы вы ни поехали, вы берете с собой самого себя. Иногда мы переоцениваем лечебную силу смены географии. Вопрос не только в том, куда человек едет, но и почему он постоянно чувствует необходимость уехать. Если отдых превращается в отчаянную попытку убежать от собственной жизни, то нерешенная проблема обычно возвращается обратно вместе с посадочным талоном. Более того, сама индустрия туризма сегодня активно производит тревогу: квест под названием «Успей расслабиться до понедельника» из-за погоны за скидками, очередями и страхом не успеть сделать красивые кадры нередко сам по себе становится источником стресса. Именно поэтому путешествие можно рассматривать как временный способ восстановления ресурсов, но уж точно не как универсальную терапию.

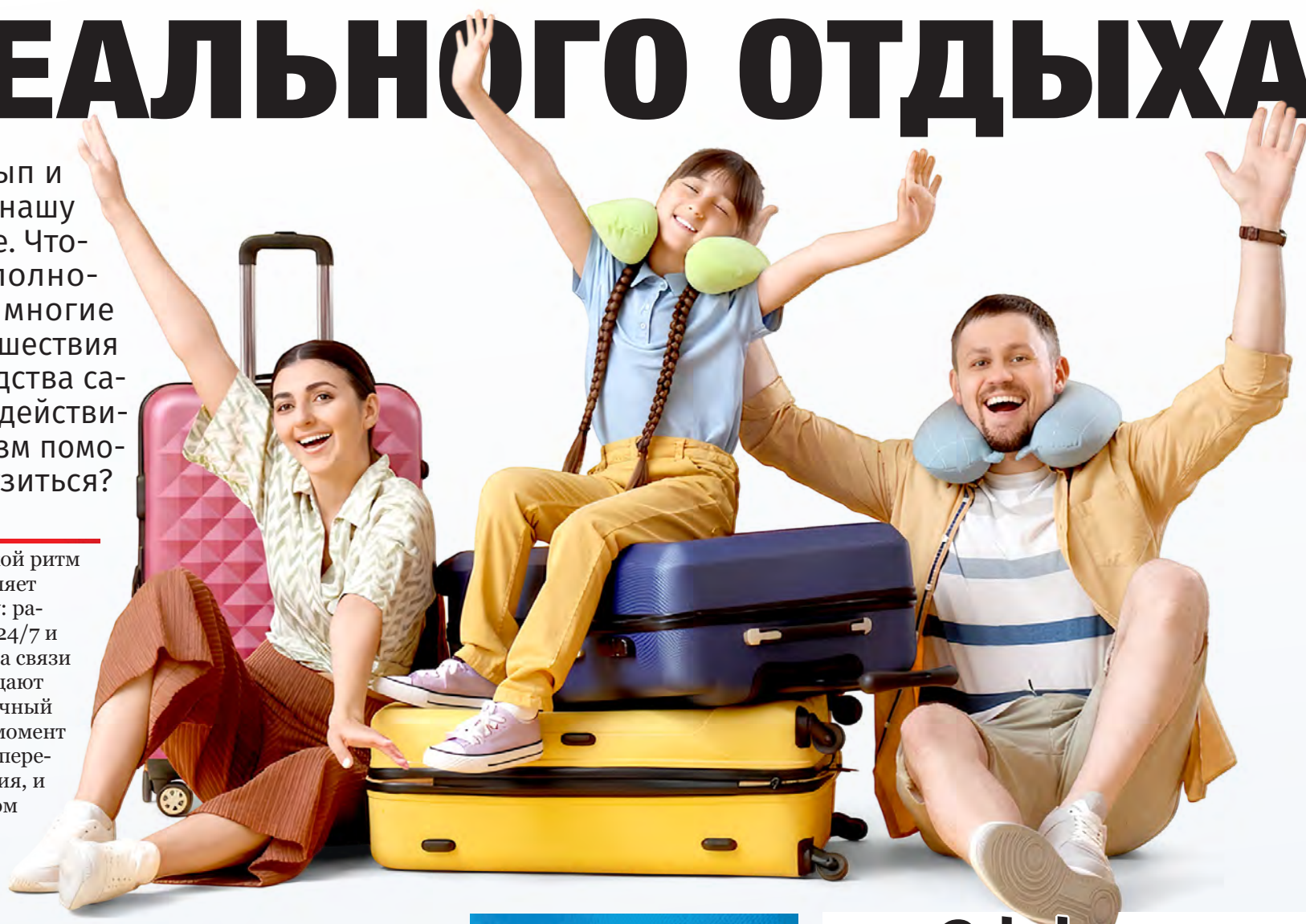
Эффект обратного билета

Психоаналитик предупреждает, что после долгожданного отдыха стресс может не уйти, а наоборот, усиливаться, и выделяет три главные причины этого феномена. Во-первых, во время отпуска человек временно отдалается от рабочих проблем, но после возвращения домой моментально сталкивается с лавиной накопившихся задач, которых иногда становится даже больше, чем до поездки. Во-вторых, отпуск создает слишком резкий контраст между свободной, размеренной жизнью и повседневной рутинной, из-за чего возвращение к привычному жесткому режиму воспринимается особенно тяжело. И наконец, некоторые люди изначально возлагают на отдых слишком большие надежды. Если человек надеется, что после одной короткой поездки полностью изменится его эмоциональное состояние, то неизбежное разочарование по возвращении само по себе становится источником мощного дополнительного напряжения. Эксперт рекомендует рассматривать путешествия как возможность восстановить силы, чтобы по-

том легче справляться с повседневными нагрузками. Если же напряженное состояние сохраняется и сопровождается стойким спадом настроения, тревожностью или нарушением сна, стоит обратиться к специалисту, поскольку в этом случае одного отдыха недостаточно.

Если спроецировать саму проблему переутомления на нашу реальность, то Баку сегодня – классический пример бурлящего мегаполиса, который никогда не спит. Для многих жителей столицы, привыкших к постоянной активности, идея поехать куда-то просто ради того, чтобы ничего не делать, внутренне приравнивается к лени. Включается подсознательное ощущение вины, природа которого кроется в глубоких установках, требующих постоянной продуктивности.

При этом география дает нам колоссальное преимущество. Чтобы вырваться из бетонного плена столицы, вовсе не обязательно планировать сложную логистику: достаточно просто сесть в машину, автобус или поезд и поехать в один из регионов страны.



АЗЕРБАЙДЖАНСКИЕ ПЕДИАТРЫ ОЗНАКОМИЛИСЬ С ИННОВАЦИОННЫМИ МЕТОДАМИ КИТАЙСКИХ КОЛЛЕГ



РЕБЕНОК И ОБЩЕСТВО: ГЛОБАЛЬНЫЕ ТЕНДЕНЦИИ

Недавно в Китае завершилась серия международных медицинских форумов, посвященных здоровью детей. В них приняли участие сотрудники двух НИИ Минздрава Азербайджана – педиатрии и акушерства и гинекологии, АМУ, а также представители Миннауки и образования.

ГАЛИЯ АЛИЕВА

Среди форумов – XIII Евразийский конгресс детских докторов «Ребенок и общество: проблемы здоровья, развития и питания», IX научная конференция по диагностике, лечению и реабилитации ДЦП, XIII Ежегодная конференция по детской реабилитации, Совещание по академическому обмену-2026 Комитета по реабилитации при аутизме Китайской ассоциации реабилитационной медицины, 20-я ежегодная академическая конференция Комитета по реабилитации лиц с церебральным параличом и нарушениями развития Китайской ассоциации реабилитации инвалидов. Азербайджанскую делегацию на китайских мероприятиях возглавила **председатель Ассоциации педиатров Азербайджана (АПА), вице-президент Евразийской федерации педиатров, доцент II кафедры педиатрии Азербайджанского медицинского университета, доктор философии по медицине Тарана Тагизаде**, с которой побеседовала наш корреспондент. По словам доктора, на XIII Евразийском конгрессе, организованном совместно с возглавляемой



Тарана Тагизаде

ею ассоциацией и посвященном глобальным тенденциям в области детского здоровья, были представлены доклады не только по общей педиатрии, но и по наиболее актуальным направлениям медицины, включая детскую ортопедию, последние научные достижения и инновационные методы лечения.

РАННЯЯ ДИАГНОСТИКА

● Темы обсуждения на всех форумах понятны уже из самих названий мероприятий...
● Совершенно верно, именно в названиях и отражена суть обсужденных проблем. По большей части наша делегация в составе 13 человек принимала участие в XIII Евразийском конгрессе детских докторов, где поднимались вопросы международного подхода к ранней диагностике и комплексной реабилитации нарушений нейropsychического развития у детей. Но поскольку в это время в Сияне проходило еще четыре форума, посвященных здоровью детей, специалисты могли посетить любое из этих мероприятий, послушать лекции, поучаствовать в обсуждениях.
● Это ваша первая поездка в Китай и первый опыт научной коллаборации с китайскими экспертами?

● Поездка в Китай была первой, а вот два года назад мы уже встречались с ними и получили предложение участвовать в совместном проекте. И в знак дружбы, солидарности и сотрудничества посадили памятное дерево во дворе Сияньской клиники, где проходил конгресс.

БЕСЦЕННЫЙ ОПЫТ

● То есть у вас была возможность посетить китайские клиники и ознакомиться с их опытом работы?
● Да, мы подробно ознакомились с деятельностью Сияньской больницы традиционной китайской медицины для лечения заболеваний головного мозга – одного из самых престижных реабилитационных центров в Китае для детей с нарушениями нейropsychического развития, церебральным параличом и расстройствами аутистического спектра. Специалисты, внимательно наблюдавшие за клинической деятельностью в медицинских отделениях больницы, ознакомились с опытом комплексного применения традиционной китайской медицины с самыми современными международными протоколами. Для детей во всех отделениях предусмотрены методы западной реабилитации плюс традиционная китайская медицина: именно такое комплексное лечение дает хорошие результаты.

Расширяя коллаборацию

● Какие документы и решения были приняты по окончании конгресса?

● Безусловно, представители стран-участниц XIII Евразийского конгресса детских докторов приняли решения, которые, надеемся, будут способствовать развитию научного сотрудничества на международном уровне.

Один из документов – Резолюция по совместным исследованиям среди восьми стран по детям с аутизмом, нарушением нейроразвития и ДЦП. На начальном этапе была сформирована межправительственная группа, которая будет работать в области лечения и диагностики детей с аутизмом и нарушениями нейроразвития, а также общими неврологическими патологиями. С созданием этой структуры было принято окончательное решение, предусматривающее проведение совместных международных исследований в будущем, расширение обмена опытом и разработку соответствующей программы действий.

Наша делегация принимала участие в XIII Евразийском конгрессе детских докторов

Бруцеллез: стабильно и контролируемо

● Доктор, участие в международных форумах не обходится без вашего выступления. В Китае вы тоже представили научный доклад?

● Конечно. На панельном заседании симпозиума «Современные возможности диагностики и лечения инфекционных процессов у детей» я представила доклад на тему «Бруцеллез у детей в Азербайджане». По-

скольку это заболевание является эндемической проблемой для нашей страны, я обратила внимание участников конгресса на наш опыт в защите детей от этой инфекции. Кроме того, представляя динамику детского бруцеллеза за прошедшие годы, я отметила, что несмотря на периодические эпидемии вирусных заболеваний, таких как респираторные и другие детские

инфекции, бруцеллез является одним из наиболее стабильных и контролируемых заболеваний в Азербайджане.

● Вы основывались на результатах научных исследований?

● Разумеется. Наши ученые-медики провели масштабное исследование в Баку и 14 населенных пунктах Абшеронского полуострова. Целью работы была оценка эпидемиологи-

ческих характеристик заболевания среди детей и факторов риска, влияющих на заражение.

В рамках этого исследования были взяты под наблюдение и обследованы 486 домохозяйств, содержащих домашних животных, и 1702 ребенка. В результате серологических исследований, основанных на реакциях Хеддельсона и Райта, точно изучены основные сре-

ды распространения заболевания и чувствительные возрастные группы.

Самые высокие показатели серопозитивности зафиксированы среди детей, проживающих непосредственно на животноводческих фермах. При этом анализы показали, что наибольший риск заражения среди детей наблюдается именно в возрастной группе 10-17 лет.

В АЗЕРБАЙДЖАНЕ

662 РЕБЕНКА

из Украины
стали участниками реабилитационной программы

850 ИНОСТРАНЦЕВ

депортировано
в текущем году

На 01.07.26 в Азербайджане

887 129

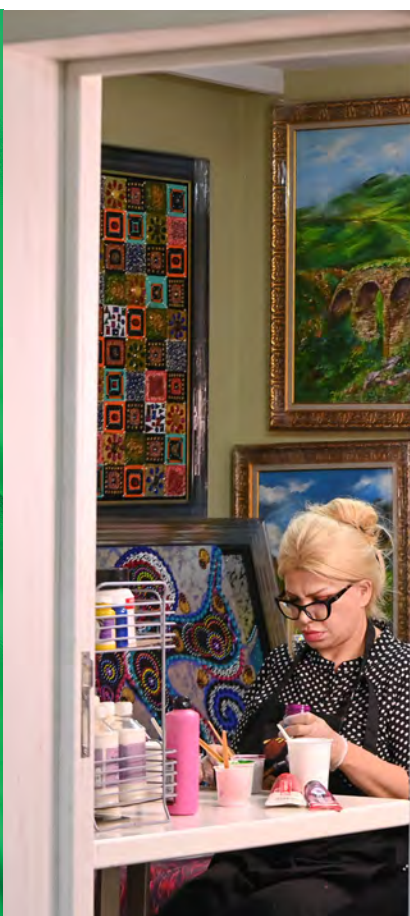
активных налогоплательщиков

\$85 768,9 млн

стратегические валютные
резервы (+10,4%)\$4,6
МЛРДвнешний государственный долг
(-7,9%)

PHOTOSTOCK.AZ

Фото: Тапдыг Абдуллаев/PhotoStock.az



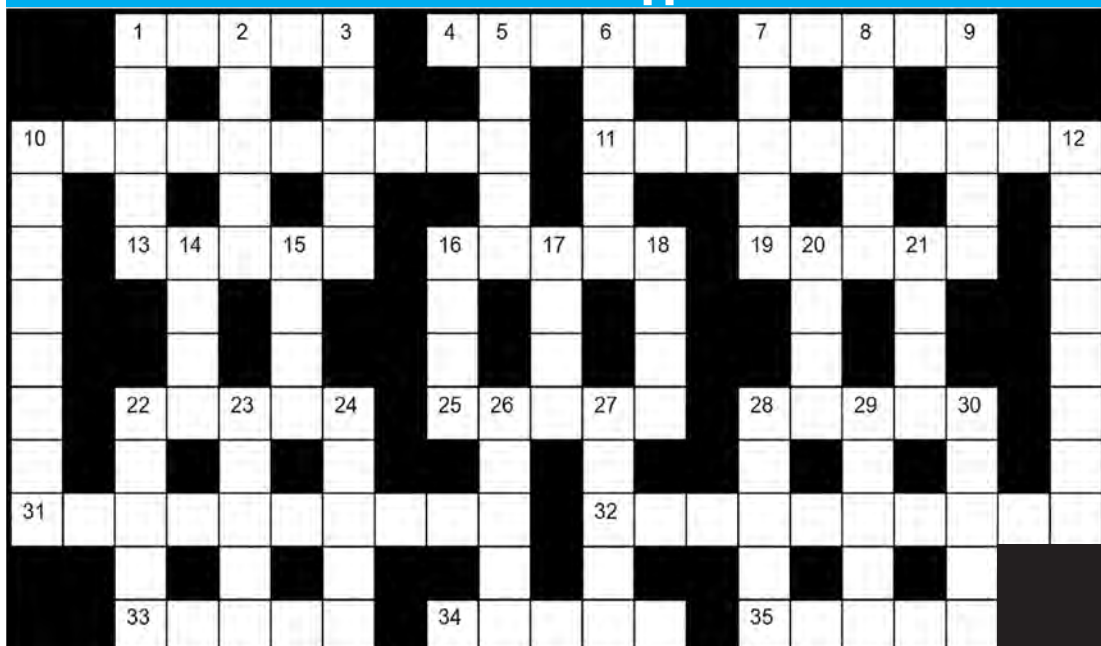
Fluid Art

Мехрибан Алышова по специальности экономист, однако любовь к живописи, зародившаяся еще в детстве, привела ее в мир изобразительного искусства. Вот уже восемь лет она ведет профессиональную деятельность и с увлечением работает в различных стилях. Особое предпочтение отдает технике Fluid Art. Этот увлекательный стиль абстрактной живописи, в которой картины создаются путем свободного выливания, смешивания и перетекания жидких акриловых красок на холсте, что делает каждое произведение абсолютно неповторимым и дает художнику возможность безгранично выражать свои чувства. По словам художницы, картины, выполненные в стиле Fluid Art, являются отображением внутреннего мира человека и состояния его души.

В ИЮНЕ 191 624 лица

получили
пенсии и пособия
по потере
кормильца1,64 млн
тонн грузовперевезли
«Азербайджанские
железные
дороги» (+20%)

КРОССВОРД



Ответы на кроссворд в №25

ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

3. Коронация. 8. Динамо. 9. Бамако. 10. Назидание. 11. Буерак. 12. Дротик. 13. Анаграмма. 18. Стезя. 20. Парта. 22. Горнист. 23. Оклик. 26. Клика. 29. Эспланада. 32. Триумф. 33. Цицеро. 34. Имажинист. 35. Кресло. 36. Епанча. 37. Подрывник.

ПО ВЕРТИКАЛИ:

1. Силуэт. 2. Каприз. 3. Конка. 4. Набир. 5. Ябеда. 6. Амфора. 7. Скрипт. 14. Негус. 15. Горал. 16. Анион. 17. Метод. 18. Сто. 19. Яик. 20. Пик. 21. Ара. 24. Курорт. 25. Игуасу. 27. Лоцман. 28. Карачи. 29. Эфиоп. 30. Афины. 31. Ацтек.

По горизонтали:

1. Выработка объективных и системно организованных знаний о мире. 4. Кушанье. 7. Детский лагерь в Крыму. 10. Порядок уроков в школе. 11. Летательное устройство без мотора. 13. Героиня комедии Гоголя «Женитьба». 16. Государство в Азии. 19. Глобулярный белок. 22. Буква греческого алфавита. 25. Ингредиент пива. 28. Коренные жители Новой Зеландии. 31. Четвертичный период. 32. Кабалье. 33. Небольшое различие. 34. Важная часть кинотеатра. 35. Подросток.

По вертикали:

1. Устройство для подачи воды. 2. Косвенное доказательство в уголовном праве. 3. Нападение. 5. Альбом группы Pink Floyd. 6. Млекопитающее семейства кунных. 7. Еще одна буква греческого алфавита. 8. Улучшенная грунтовая дорога (устар.). 9. Большой топор. 10. Варезка. 12. Общественный институт, занимающийся приданием юридической силы различным документам. 14. Старинное название британских либералов. 15. Химический элемент. 16. Полное разрушение. 17. Знак препинания. 18. Хищная кошка. 20. Самый большой орган человека. 21. Французский композитор. 22. Ткань. 23. Пьеса Островского. 24. Объявление о мероприятии. 26. Столица Беларуси. 27. Осветительный прибор. 28. От Дарнагуля до Ази Асланова. 29. Поставщик черной икры. 30. Роман Достоевского.

В Азербайджане в I полугодии из незаконного оборота изъято 5,5 тонны наркотических средств

ОСВОЕНИЕ КОСМОСА – ВОПРОС БУДУЩЕГО

Реалистичны ли планы по созданию поселений на Луне и Марсе? Зачем нужны новые космические миссии? Какое место может занять Азербайджан в развитии космической отрасли? Вот что рассказал нам об этом руководитель общественного объединения «Эко-стиль-Азербайджан» доцент Эльман Юсифов.

ЛЕЙЛА МАМЕДОВА

– Возвращение человека на Луну, планы по освоению Марса и развитие космических технологий вновь стали одной из самых обсуждаемых тем в мире. Все больше государств и частных компаний вкладывают средства в космические программы, рассматривая их не только как научные проекты, но и как инвестицию в будущее человечества. Многие считают, что полеты на Луну нужны государствам лишь для демонстрации своих возможностей. Однако речь идет не только о престиже и научном интересе – это первый шаг к созданию будущей космической инфраструктуры и освоению других планет. Человечество долгое время ограничивалось околоземной орбитой. Полеты к Луне открыли новую страницу в освоении космоса. При этом такие миссии связаны с огромными рисками, тем не менее полученный опыт необходим для дальнейшего развития космических технологий. Согласно прогнозам, в ближайшем будущем Луна может стать крупным космическим хабом и отправной точкой

для межпланетных полетов.

РЕСУРСЫ ИСТОЩАЮТСЯ

Одна из главных причин интереса к Луне связана с ресурсами. Хотя около половины территории планеты остается незаселенной, запасы, обеспечивающие человечество всем необходимым, постепенно истощаются. Население Земли стремительно растет, а потребление энергии и сырья постоянно увеличивается. Уже сегодня мы сталкиваемся с дефицитом воды и растущим спросом на редкоземельные металлы, необходимые для электроники, зеленой энергетики и высоких технологий. А по оценкам специалистов, через 50 лет такие важные элементы, как никель, марганец, свинец, цинк и др., могут полностью исчерпаться. Луна богата полезными ископаемыми, драгоценными металлами и гелием-3 – редким изотопом, который может использоваться в высокотехнологичной промышленности, медицине и энергетике будущего. Кроме того, добыча

ресурсов на Луне может оказаться проще из-за слабой гравитации и отсутствия атмосферы. Согласно оптимистичным прогнозам, уже к концу XXI века на Луне могут появиться первые постоянные поселения людей. Следующим этапом может стать освоение Марса. Предполагается, что с 2160 по 2190 год на Красной планете могут возникнуть первые человеческие поселения с собственными политическими системами. Илон Маск, к примеру, считает, что город с населением в один миллион человек на Марсе может быть построен уже к 2050 году.

МИФЫ И РЕАЛЬНОСТЬ

Сомнения в том, что человек высаживался на Луну, остаются одним из самых известных конспирологических мифов. Однако ни один серьезный ученый не ставит этот факт

под сомнение. Существуют образцы лунного грунта, тысячи фотографий и видеозаписей. Во многом подобные теории появились на фоне соперничества США и СССР во времена холодной войны. Если бы высадка была фальсификацией, советская сторона наверняка использовала бы это для разоблачения своего главного конкурента. К сожалению, стремление к сенсациям нередко сильнее здравого смысла, поэтому подобные мифы продолжают распространяться и сегодня.

Эльман Юсифов

Перспективы Азербайджана

Азербайджан находится на начальном этапе развития собственной космической отрасли, однако уже добился заметных результатов. Страна имеет собственные спутники и успешно развивает космические технологии. «Азеркосмос» не только предоставляет услуги связи, но и занимается дистанционным зондированием Земли. Спутниковые данные используются в сельском хозяйстве, экологическом мониторинге, восстановлении земель и планировании инфраструктурных проектов. Азербайджан постепенно укрепляет свои позиции в космической сфере и в будущем сможет участвовать в крупных международных проектах как региональный партнер.

Сегодня Пиргулинская астрофизическая обсерватория, несмотря на модернизацию,

сталкивается с рядом проблем. Одной из главных стало ухудшение условий для наблюдения. В последние годы рядом появились гостиницы, рестораны и туристические объекты, что привело к световому загрязнению и снижению качества наблюдений. Кроме того, эффективность научного центра зависит не только от оборудования, но и от финансирования науки, а также притока молодых специалистов. В связи с этим рассматривается возможность создания новой площадки для астрономических наблюдений. По имеющейся информации, специалисты изучают освобожденные территории Азербайджана. Для такой обсерватории важно выбрать место вдали от населенных пунктов, на достаточной высоте и с большим количеством ясных ночей. Также необходимо заранее создать вокруг буферную зону, чтобы в дальнейшем избежать проблем со световым загрязнением и сохранить условия для качественных научных исследований.

ПОЧЕМУ СОВРЕМЕННЫЕ ВЫСОКИЕ ТЕХНОЛОГИИ РАЗЪЕДИНИЛИ НАС, ЛИШИВ ЖИВОГО ОБЩЕНИЯ?



ОДИНОЧЕСТВО В СЕТИ

Человечество столкнулось с главным парадоксом цифрового века. Мы научились создавать виртуальные образы, но разучились разговаривать без телефона в руках. Почему соцсети подменили близость иллюзией общения и как цифровая среда меняет нашу психику? Об этом рассказывает психотерапевт, семейный психолог, член ассоциаций EATA, APA, USTA Егяна Гурбатова.

ХАНУМ ГАДИРЛИ

Мы находимся внутри плотного потока контента, но за этим фасадом скрывается кризис изоляции. Технологии, призванные объединять, заставили многих из нас почувствовать себя еще более обособленными. Если раньше одиночество ассоциировалось с дефицитом общения, то сегодня мы наблюдаем информационную перегрузку.

ОСТРЫЙ ДЕФИЦИТ ОБЩЕНИЯ

— Несмотря на обилие возможностей для коммуникации люди не перестали переживать изолированность, — отмечает Егяна Гурбатова. — На социальном уровне контактов много, но на эмоциональном — нет ощущения наполненности из-за дефицита качества общения. Это напрямую связано с опытом привязанности, доверия, безопасности и личного контакта. Человек с нарушенным опытом привязанности, начиная с его семьи, с высокой долей вероятности ощущает себя одиноким и пытается компенсировать дефицит через соцсети. Однако обще-

ние через экран никогда не заменит живую эмоцию.

Зачастую на практике поиск общения в интернете — всего лишь способ убежать от тревоги и внутренних переживаний. Специалист говорит:

— Да, это временно переключает внимание, но не решает проблему. В экзистенциальном смысле одиночество — это потеря связи с самим собой, когда человек не понимает настоящих чувств, подавляет собственное эго и отвергает себя в угоду чужим потребностям. Пытаясь преодолеть это, мы ищем ответ через отражение в других людях в соцсетях. Но выход из одиночества лежит не в поиске кого-то для заполнения пустоты, а в восстановлении контакта с собственными переживаниями и принятии своего «я». Воссоздав же

связь с собой, легче вступать в отношения, не утопая в них.

Почему нам все труднее разговаривать без телефона? Причин много. Семейный психолог выделяет среди них тревогу и страх упустить самое важное в мире, ведь необходимо постоянно быть в курсе дел!

Другая причина, по словам психолога, заключается в том, что телефон стал способом регуляции эмоций. Реальный контакт требует психической работы: нужно выдерживать внимание другого, свои чувства, неопределенность. При неловкой ситуации или перегрузке телефон позволяет быстро выйти из эмоционального поля и уменьшить напряжение. Егяна Гурбатова объясняет, что некоторым людям вообще трудно долго удерживать интенсивный контакт, вот гаджет и становится для них спасением от дискомфорта и возможностью взять паузу.



Егяна Гурбатова



Цифровой детокс бессилен

— Если бы соцсети исчезли, человечество не стало бы счастливее, — считает Егяна Гурбатова. — Мы все равно пришли бы к цифровизации, а причина счастья или несчастья кроется вовсе не в технологиях. Они лишь усиливают особенности психики: если человеку сложно быть наедине с собой, он найдет другой способ побега от реальности. Однако исследования подтверждают, что социальное сравнение себя с другими пользователями Instagram и Facebook связано с ухудшением состояния молодежи, чувством одиночества и суицидальными мыслями. Вопрос в том, сохраняем ли мы критическое мышление и служит ли информация нашему развитию. Разумеется, временный «цифровой детокс» не решает проблему. Чтобы правильно дозировать интернет, наша собеседница советует развивать самоосознанность и каждый раз спрашивать себя: для чего я взял в руки телефон, что хочу найти или от чего пытаюсь убежать? Психотерапевт поясняет, что это определит истинную потребность и поможет удовлетворить ее иначе. А людям, работающим онлайн, она рекомендует сознательно выбирать время для отдыха с замедлением, живым общением, хобби и сменой обстановки. Жизнь «здесь и сейчас» приносит много удовольствия, если организовать ее в соответствии со своими ценностями.

УЧИТЕСЬ СПРАВЛЯТЬСЯ С КРИЗИСАМИ

На сегодняшний день изменился и этикет: спонтанные звонки воспринимаются большинством из нас как нарушение границ, а встречи заменяются текстом sms. Дистанционный контакт удобен: он экономит время, позволяет сохранять эмоциональные ресурсы и меньше выгорать. Но проблема возникает, когда онлайн полностью заменяет живые отношения. Психотерапевт считает, что это сигнализирует о внутриличностных трудностях и проблемах в сфере любых отношений — детско-родительских, дружеских, романтических. Текстовые или голосовые сообщения действительно помогают поддерживать связь, но эмоциональная близость

строится через совместный опыт и тактильный контакт. При этом в своей практике семейный психолог чаще сталкивается с позитивной тенденцией — потребностью пациентов именно в очных встречах. В чем же парадокс? Он в том, что можно транслировать жизнь на огромную аудиторию, оставаясь при этом совершенно одиноким. Исследование 2023 года в США показало, что интенсивное использование соцсетей вредит связям при пассивном использовании и помогает при активном взаимодействии с другими пользователями. Психотерапевт подтверждает, что активное ведение блогов действительно помогает преодолевать

стеснительность, находить соратников в сети и получать поддержку. Но для глубокой связи и дружбы этого мало. В интернете мы делимся лишь вырванным из контекста кусочком своей жизни для формирования нужного образа и одобрения. Как отмечает наша собеседница, американский психотерапевт Ирвин Ялом писал: «Для подлинной связи человеку важно быть увиденным и принятым без прикрас». Егяна Гурбатова напоминает: даже тысяча подписчиков не заменит человека, с которым можно разделить реальный опыт и проявлять любые аспекты своего эго. Цифровая возможность прекратить общение одним кликом атрофирует навыки

справляться с кризисами в реальных отношениях. Специалист заявляет, что избегающее поведение — игнорирование онлайн или молчание — защитный механизм против беспокоящего опыта, который лишь усиливает дистанцию и тревогу. Уходя от сложных разговоров, мы лишаем себя возможности построить близкие связи. Сложности требуют эмоциональной зрелости и готовности услышать иную позицию. Для преодоления таких проблем семейный психолог рекомендует труды «Эмоциональная грамотность» Клода Штайнера, Permission to Feel Марка Брэкетта, «Обними меня крепче» Сью Джонсон и «Искусство любить» Эриха Фромма.

ДОМА ВСЕГДА ГОТОВИЛИ ПРОСТУЮ ЕДУ, А ИЗЫСКАННЫЕ БЛЮДА СОЗДАВАЛИСЬ ПРОФЕССИОНАЛАМИ

ГЕНЕТИЧЕСКИЙ КОД ВКУСА

Кулинария, веками считавшаяся искусством, в цифровую эпоху рискует превратиться в шоу, где визуальный эффект важнее сути. Где грань между эволюцией и утратой национального наследия? У нас в гостях президент Азербайджанской национальной ассоциации кулинарии, профессор Таир Амирасланов.

ХАНУМ ГАДИРЛИ

Соцсети ежедневно генерируют тысячи минутных видеорецептов, а индустрия быстрого питания и сервисы доставки предлагают секундные решения любых кулинарных запросов. Однако за внешним изобилием скрывается тревожная тенденция, о которой все чаще заявляют исследователи по всему миру: стремительное исчезновение аутентичной кулинарной традиции.

● В прошлый раз вы рассказали нам о своем желании посетить Китай. С какой миссией вы туда отправились?

● Наша организация TOP 100 во главе с Замиром Гусейновым организовала кулинарную программу международного чемпионата шеф-поваров Chef of the world 2026, который проходил в июне в китайском городе Ланфан. Темой соревнований стали пироги, а Азербайджан представил традиционные мясные кутабы и с зеленью. Формат конкурса был непрост: каждый национальный бокс работал как полноценный ресторан, а учет продаж вел банк. Победитель определялся по количеству быстро проданных порций. По итогам подсчета в финал вышло шесть стран. Член Национальной ассоциации кулинаров Азербайджана, повар-технолог Севда Аббасова реализовала 56 порций, что обеспечило нашей команде место среди финалистов. А победил Хуссамеддин Хиджави из Палестины – мой воспитанник, который первым продал 100 пирогов в финале. Кульминацией стал его красивый жест: из призовых 10 тысяч долларов он подарил 500 китайскому мальчику-волонтеру, помогавшему ему на кухне. Сам Китай произвел на нас большое впечатление: идеальная чистота на рынках, высокие технологии и глубокое уважение к простому человеку. Там крестьянин может спокойно продавать свой товар прямо на улице.

● Вы десятилетиями продвигаете нашу кухню в мире. Как воспринимают ее за рубежом сегодня и какие блюда вызывают наибольший интерес?

● Любое наше блюдо способно вызвать ажиотаж в мире, если его правильно преподнести. Например, в 1993 году в Москве на международном «Бармен-шоу» наш «атлама» – традиционный напиток из гатыга и воды с сохранением естественного вкуса масла – занял первое место и стал лучшим коктейлем года. Или взять гатыг с медом или вареньем – простое деревенское блюдо из нашего детства. Позже европейцы переняли этот принцип сочетания кисломолочной основы со сладостью и создали всемирно известный бренд йогуртов.

● А из нашего собственного быта многие рецепты исчезают...

● Это серьезнейшая проблема. Если мы забываем свое наследие, его присваивают другие. Восстановление старинных блюд по архивным источникам – изнурительный труд. Годы исследований уходят на то, чтобы проанализировать и реконструировать рецепт. Мои книги пять раз признавались лучшими в мире. Я не жду официальных благодарностей, а продолжаю эту работу, потому что она мне по душе. Просто спасаю то, что пока еще возможно.

● Какие рецепты молодежи уже не знает?

● В первую очередь исчезают блюда дворцовой кухни. В современных ресторанах стандартное меню, повара просто не знают старинных блюд. Из собранных мною пяти тысяч рецептов половину мы уже



опубликовали.

Сейчас по архивным

“ Любое азербайджанское блюдо способно вызвать ажиотаж в мире, если его правильно преподнести ”

ним книгам XII, XV, XVI и XVII веков восстанавливаем технологии тех времен, когда в нашей кулинарии еще не было картофеля и помидоров, но уже создавались настоящие кулинарные шедевры.

● Почему это происходит – изменился ритм жизни, вкусы или прервалась преемственность?

● Сложные рецепты никогда не передавались в семьях массово – дома всегда готовили простую еду, а изысканные блюда создавались профессионалами. Кухня – это строгая профессия, от которой зависит наше здоровье. Хозяйка может готовить вкусно, но она не знает тонкостей: например, может пропустить через мясорубку нежнейшую спинную часть мяса, тогда как профессионал знает, что у каждого отруба, овоща или рыбы есть свое строгое технологическое предназначение. Без этих стандартов кулинария превращается в кустарное ремесло.

● Интернет и доставка еды сегодня меняют все. Соцсети помогают сохранять традиции или наоборот?

● К сожалению, это стало массовой эпидемией. Многие женщины теперь считают готовку унижением, заменяя домашний очаг фастфудом и доставками. Но пока они не вернутся на кухню, не будет преемственности поколений. В той же Индии до сих пор важней-

шим считается ключ от кухни, ведь готовящий человек вкладывает в пищу свою душу. Блогеры в соцсетях часто копируют рецепты из моих книг ради шоу, но меня не интересует интернет-шумиха. Моя цель – сохранить исторические корни.

● Как вы относитесь к замене ингредиентов, упрощению технологий – где грань между развитием и потерей аутентичности?

● В кулинарии нет мелочей. Изменение технологии или замена оборудования полностью меняет вкус блюда. На чемпионате в Китае нам вместо курдюка три дня привозили хвосты, а выданная печь оказалась не подключена к воде, из-за чего тесто для кутабов пересыхало. Пришлось оперативно перейти на привезенные с собой саджи. Решение проблемы я вижу в возрождении профессионального образования, как это было в советское время. Нужно готовить инженеров-технологов общепита, которые знают стандарты национальной кухни, а исполнители всегда найдутся.

● Можно ли перенять генетический код вкуса?

● Вкусы с возрастом меняются. Но в одном я точно уверена: если тесто не вымешивать с любовью, оно не станет хорошим. А понимание истинного вкуса нашей национальной кухни обязательно приходит со временем.



Таир Амирасланов

**Уверенный дебют –
не вершина этой истории,
а лишь начало пути в UFC.**

ПЕРВЫЙ АЗЕРБАЙДЖАНЕЦ

ТАМЕРЛАН ДЖАФАРЛИ

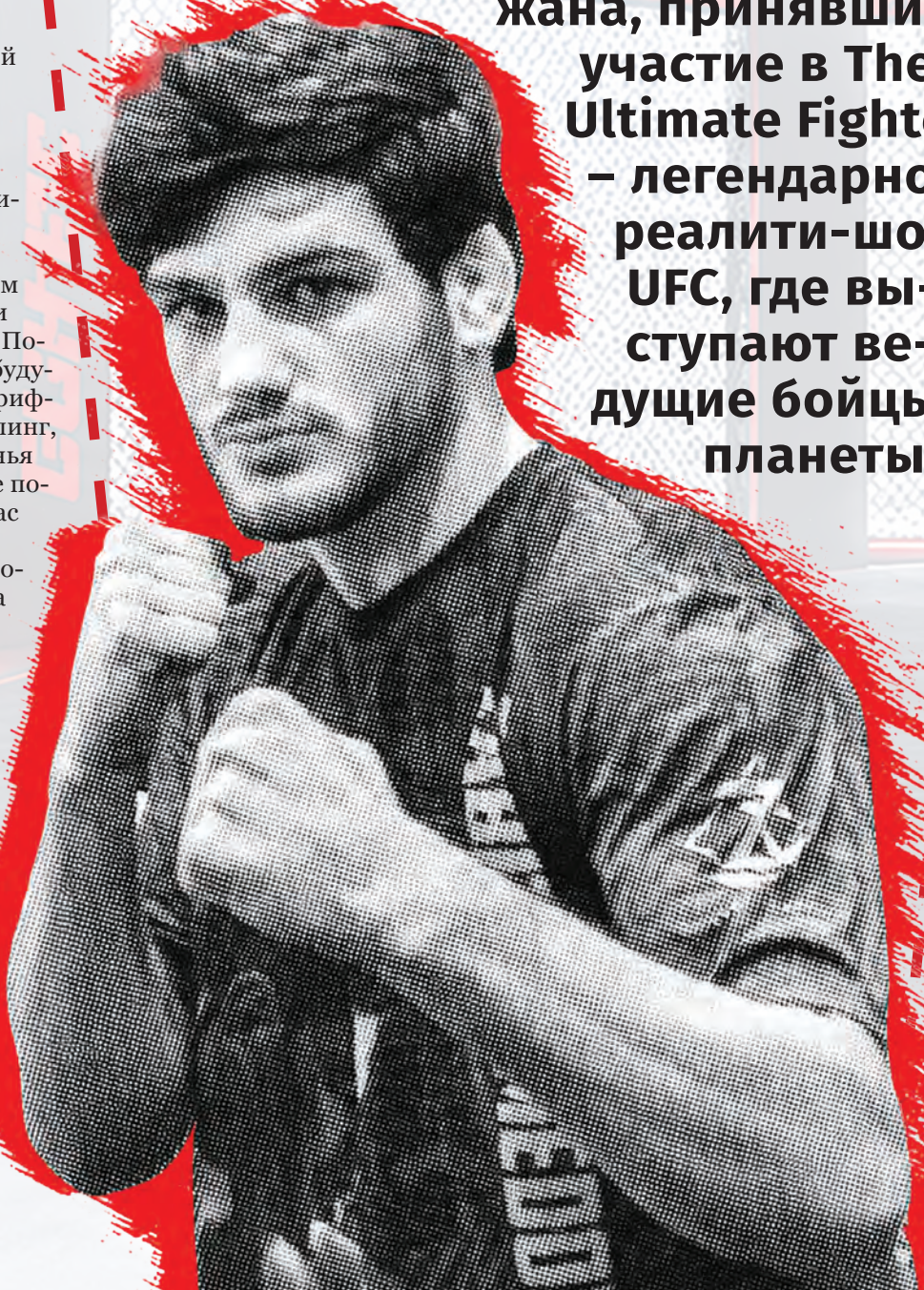
Пока Баку принимал второй в своей истории турнир UFC, где зажигали Рафаэль Физиев, Тахир Абдуллаев и Фарман Гасанов, в тени осталось другое важное для азербайджанского ММА событие. В США Магомедали Османлы стал первым представителем Азербайджана, принявшим участие в легендарном реалити-шоу The Ultimate Fighter. Дебют 21-летнего бойца получился ярким и заставил говорить о нем как о потенциальной звезде UFC.

СПОРТ И РЕАЛИТИ-ШОУ

Отметим, что The Ultimate Fighter выходит с 2005 года. Финал первого сезона – бой между Форрестом Гриффином и Стефаном Боннаром стал одним из важнейших в истории UFC и привлек массовую аудиторию. Победителями шоу становились будущие чемпионы UFC Форрест Гриффин, Рашад Эванс, Майкл Биспинг, Камару Усман, Джулианна Пення и Карла Эспарса, а также такие популярные бойцы, как Нейт Диас и Тони Фергюсон. Для многих участников это стало прямой дорогой из региональной лиги на крупнейшую арену ММА. Проект объединяет спортивный турнир и реалити-шоу. Бойцов делят на две команды, которыми руководят звезды UFC. Участники живут вместе, тренируются под руководством наставников, и все это под камерами. В каждой весовой категории проводится турнир на выбывание: поражение означает завершение борьбы, победа открывает путь в следующий раунд. Финалисты встречаются в решающем бою, победители которого получают шестизначные контракты с UFC. В текущем, 34-м сезоне мужчины соревнуются в легчайшем весе до 61,2 кг, женщины – в минимальном, до 52,2 кг.

В THE ULTIMATE FIGHTER

Магомедали Османлы стал в США первым представителем Азербайджана, принявшим участие в The Ultimate Fighter – легендарном реалити-шоу UFC, где выступают ведущие бойцы планеты.



Предсказал сценарий

Наставниками стали члены Зала славы UFC и бывшие чемпионы Даниэль Кормье и Майкл Биспинг. Османлы оказался в команде Биспинга, который вначале выиграл третий сезон, а потом стал чемпионом UFC в среднем весе. Уже во время подготовки британец высоко оценил азербайджанца, назвав его невероятным бойцом.

Первым соперником Османлы стал Артем Белых – первый номер мужской команды Кормье и один из фаворитов сезона. Такой выбор не был случайным. Магомедали сам хотел встретиться с участником, которого остальные считали наиболее опасным. Османлы наблюдал за Белыхом еще до боя и заметил, как тяжело тому дается весогонка. Утром перед официальным взвешиванием сопернику оставалось сбросить около семи фунтов – более трех килограммов. Наш соотечественник сказал партнерам, что столь значительное снижение веса скажется на выносливости Белыха. Его план заключался в том, чтобы поддерживать высокий темп, заставляя соперника тратить силы, атаковать корпус и искать досрочную победу. Участник команды Биспинга Ксавье Франклин рассказал потом, что Магомедали фактически предсказал сценарий встречи. Белых активно начал и нанес несколько ударов, но затем решил перейти к борьбе, хотя считался прежде всего опасным ударником. Османлы выдержал натиск, перехватил инициативу и провел удушающий прием в первом раунде. Победа вывела представителя Азербайджана в полуфинал и лишила команду Кормье ее главного ставленника среди мужчин. Кстати, Дана Уайт после поединка отметил, что Османлы не ступался и сделал серьезное заявление. Сам Магомедали обратился к руководителю UFC, дав понять, что рассчитывает на контракт. Однако внимание к нему объясняется не только результатом боя. В реалити-шоу он стал одним из самых заметных персонажей сезона.

Скоро зажжется новая яркая звезда

Франклин признался, что в обычной обстановке Османлы доброжелателен, но при включенных камерах перевоплощается на глазах: громко заявляет о своем превосходстве, вступает в перепалки, провоцирует конкурентов. «Когда включаются камеры, он превращается в Конора Макгрегора», – так партнер охарактеризовал Магомедали. Сравнение поддерживали официальные ресурсы The Ultimate Fighter, опубликовав ролик с вопросом: не является ли Османлы «следующим Конором Макгрегором»? Речь пока идет не о достижениях ирландца, а о его харизме,

уверенности и способности создать ажиотаж вокруг себя. Стоит отметить, что за ярким образом нашего бойца непростая семейная история. В посвященном ему эпизоде Османлы рассказал, что его отец в прошлом был миллионером, однако семья потеряла состояние из-за допущенной им ошибки. Когда Магомедали был ребенком, близким пришлось продать дом и автомобиль, они остались практически без средств к существованию. Помог им дядя будущего бойца, сыгравший важную роль в его спортивном становлении. Шоу показало Османлы и с другой

стороны. Во время командного забега на Adrenaline Mountain под Лас-Вегасом он и Франклин первыми преодолели маршрут и вернулись к группе. Тут выяснилось, что участница женского турнира Маккензи Стиллер пропала из виду, неверно поняв указание и продолжив движение прямо вместо поворота. Османлы был среди тех, кто поднял тревогу, а часть команды и тренеров отправилась на поиски девушки. Вскоре Стиллер нашли невредимой. После победы над Белыхом Османлы продолжает борьбу за контракт с UFC. Его соперник по полуфиналу

пока официально не назван, поскольку организаторам необходимо завершить предыдущую стадию и сформировать пары. Но участие первого азербайджанца в истории The Ultimate Fighter уже не прошло незамеченным. Магомедали выбил одного из фаворитов, обратил на себя внимание Даны Уайта, получил высокую оценку Биспинга и стал героем официальных публикаций шоу. Теперь ему предстоит подтвердить, что уверенный дебют – не вершина этой истории, а лишь начало пути в UFC, где совсем скоро зажжется новая яркая звезда.