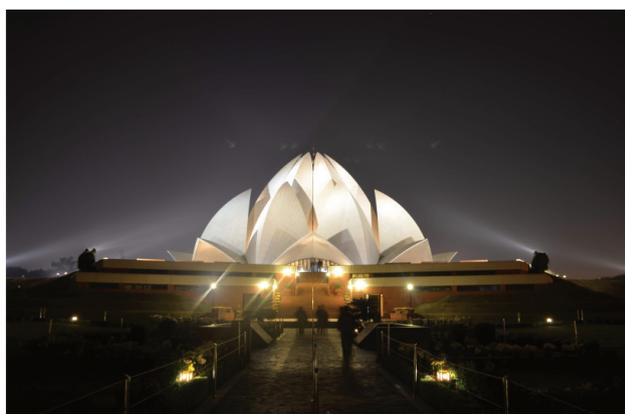


Индийский Вестник

Апрель

2020

Бюллетень посольства Индии в России





ИНДИЯ В КАЖДОЙ СТРОЧКЕ

Дорогие друзья! Мы рады представить вам очередной, апрельский выпуск «Индийского вестника», который продолжает рассказывать своим читателям о самых заметных событиях в жизни Индии, ее отношениях с внешним миром и российско-индийских связях.

Апрель был очень непростым месяцев для Индии и всего мира, которые продолжали борьбу с пандемией коронавируса.

Для Индии это были не только недели вынужденной самоизоляции, но и время сплочения нации, полной решимости выйти победителем в войне с «невидимым врагом». В эти недели в очередной раз проявились лидерские качества премьер-министра страны Нарендры Моди, который призвал индийцев к единству и мобилизации, а также опоре на традиционные ценности индийской культуры. В условиях строгого трехнедельного карантина, который был введен в Индии, ее граждане живо откликнулись на призыв премьер-министра Нарендры Моди организовать по всей стране акцию с зажженными лампадами и свечами, девизом которой могло бы стать: «Коронавирус, уходи!»

Традиционно в Индии зажигают свечи и лампады на праздник Дивали, чтобы отпугнуть и разогнать злые силы. Как правило, возжигаются дия (их еще называют дипа) — маленькие масляные светильники. Без таких лампочек не обходится ни один дом, ведь их пламя должно отогнать от деревень и городов нечистую силу на целый год. Известно, что в Средние века подобными огнями пытались бороться и с эпидемиями.

«Это ваше мощное послание в борьбе против силы коронавируса», — написал премьер Моди на своей странице в Твиттере. Он призвал нацию путем этой символической акции «бросить вызов тьме коронавируса».

Примечательно, что накануне проведения акции по изгнанию коронавируса премьер-министр Нарендра Моди в ходе видеоконференции с главными министрами штатов призвал их разработать общий план поэтапного перемещения людей между штатами после окончания режима изоляции.

Кроме того, не замыкаясь в национальных рамках, Индия продемонстрировала готовность взять на себя ответственность за ситуацию в регионе и помочь своим соседям.

Борьба с пандемией еще больше укрепила российско-индийское привилегированное стратегическое партнерство. В апреле правительство Индии приняло решение направить России крупную партию препаратов для борьбы с коронавирусом.

Объем поставок составит 100 млн. таблеток.

Решению Министерства торговли и промышленности Индии отменить свое предыдущее распоряжение, запрещающее вывоз препаратов для борьбы с коронавирусом, предшествовал телефонный разговор президента РФ Владимира Путина с индийским премьером Нарендрой Моди, состояв-

шийся 25 марта.

После этого замглавы МИД РФ Игорь Моргулов и первый замглавы МИД Индии Харш Вардхан Шрингла в начале апреля обсудили пути реализации договоренностей двух лидеров о взаимодействии в борьбе с пандемией. Итогом интенсивных контактов последних недель и стало решение Дели поставить в Россию 100 млн. таблеток противомаларийного препарата гидроксихлорохина, используемого для терапии коронавируса.

Как заявил посол РФ в Дели Николай Кудашев, «индийская сторона пошла навстречу обращению РФ». Это решение господин Кудашев назвал «широким жестом».

Новость о том, что Дели отправит в Россию крупную партию лекарств для борьбы с пандемией, прокомментировал и пресс-секретарь Владимира Путина Дмитрий Песков.

«Расцениваем это решение индийских коллег как действенный шаг в русле реализации договоренностей о сотрудничестве в борьбе с новой инфекцией, достигнутых в ходе телефонного разговора президента РФ Владимира Путина и премьер-министра Индии Нарендры Моди», — заявил господин Песков. И добавил: «В Москве прекрасно понимают, что Индия, которая сама переживает нелегкие времена в плане борьбы с эпидемической угрозой, приняла это решение, руководствуясь общим духом партнерства между двумя странами».

«Перед Индией не стоял вопрос, удовлетворить ли просьбу России в эти трудные времена. Дело не только в том, что фармацевтика остается одним из столпов российско-индийского сотрудничества. Это решение стало выражением особой дружбы между президентом Путиным и премьер-министром Моди», — заявил посол Индии в Москве Бала Венкатеш Варма.

«Когда пандемия закончится, Индия и Россия договорились извлечь уроки из этого кризиса, чтобы укрепить двустороннее сотрудничество в области фармацевтики и совместными усилиями добиваться реформы международных институтов, включая Всемирную организацию здравоохранения», — резюмировал глава индийской дипмиссии в Москве.

По сообщению индийских СМИ, в настоящее время в стране также проводятся испытания многоцелевой вакцины MW для борьбы с коронавирусом (ранее эта вакцина доказала свою эффективность против проказы). Как заявил телеканалу NDTV директор Совета научных и промышленных исследований Шекхар Манде, в Индии идут работы по изучению генома вируса, чтобы понять, может ли он мутировать и приобретать устойчивость к противовирусным препаратам.

По традиции завершает апрельский номер «Индийского вестника» наша кулинарная страничка.

Учитесь готовить настоящие индийские блюда вместе с нами. Поверьте, это совсем не сложно! До новых встреч на страницах «Индийского вестника», друзья!



Фармакология	Сто миллионов таблеток – России	2
Эпидемия	Свет против коронавируса	6
Общество	Прорыв в борьбе за права женщин	10
Фото номера		12
Дата	Муджибур Рахман сегодня	14
Досуг	Чем заняться на карантине	18
Кулинария	Маттхи или индийские крекеры	24





СТО МИЛЛИОНОВ ТАБЛЕТОК – РОССИИ

Индия направит России крупную партию препаратов для борьбы с коронавирусом



Комментируя решение Дели снять эмбарго на экспорт в РФ противомаларийных препаратов, пресс-секретарь Владимира Путина Дмитрий Песков назвал его «действенным шагом в русле реализации договоренностей о сотрудничестве в борьбе с новой инфекцией». Объем поставок составит 100 млн. таблеток. Как заявил посол Индии в Москве Бала Венкатеш Варма, «после окончания пандемии две страны также намерены извлечь уроки из кризиса и совместными усилиями добиваться реформы международных институтов, включая Всемирную организацию здравоохранения».

Решению Министерства торговли и промышленности Индии отменить свое предыдущее распоряжение, запрещавшее вывоз препаратов для борьбы с коронавирусом, предшествовал телефонный разговор президента РФ Владимира Путина с индийским премьером Нарендрой Моди, состоявшийся 25 марта.

После этого замглавы МИД РФ Игорь Моргулов и первый замглавы МИД Индии Харш Вардхан Шрингла в начале апреля обсудили пути реализации договоренностей двух лидеров о взаимодействии в борьбе с пандемией. Итогом интенсивных контактов последних недель и стало решение Дели поставить в Россию 100 млн. таблеток противомаларийного препарата гидроксихлорохина, используемого для терапии коронавируса.

Как заявил посол РФ в Дели Николай Кудашев, «индийская сторона пошла навстречу обращению РФ». Это решение господин Кудашев назвал «широким жестом».

Новость о том, что Дели отправит в Россию крупную партию лекарств для борьбы с пандемией, прокомментировал и пресс-секретарь Владимира Путина Дмитрий Песков.

«Расцениваем это решение индийских коллег как действенный шаг в русле реализации договоренностей о сотрудничестве в борьбе с новой инфекцией, достигнутых в ходе телефонного разговора президента РФ Владимира Путина и премьер-министра Индии Нарендры Моди», — заявил господин Песков. И добавил: «В Москве прекрасно понимают, что Индия, которая сама переживает нелегкие времена в плане борьбы с эпидемической угрозой, приняла это решение, руководствуясь общим духом партнерства между двумя странами».

Сам по себе факт отдельного заявления Кремля весьма примечателен:

до этого в Кремле не комментировали зарубежные поставки Москве медикаментов для борьбы с пандемией. «Перед Индией не стоял вопрос, удовлетворить ли просьбу России в эти трудные времена. Дело не только в том, что фармацевтика остается одним из столпов российско-индийского сотрудничества. Это решение стало выражением особой дружбы между президентом Путиным и премьер-министром Моди», — заявил посол Индии в Москве Бала Венкатеш Варма.

«Когда пандемия закончится, Индия и Россия договорились извлечь уроки из этого кризиса, чтобы укрепить двустороннее сотрудничество в области фармацевтики и совместными усилиями добиваться реформы международных институтов, включая Всемирную организацию здравоохранения», — резюмировал глава индийской дипмиссии в Москве. Напомним, что в ходе недавнего общения с журналистами в формате видеоконференции глава МИД РФ Сергей Лавров предостерег от политизации темы ВОЗ в разгар пандемии. По его словам, сейчас важно сконцентрироваться на предотвращении распространения вируса, «а потом можно будет анализировать и делать выводы».

Между тем, поставки индийских противомаларийных препаратов будут продолжены не только в Россию, но и в США. Ранее в апреле Дели снял эмбарго на экспорт гидроксихлорохина в Америку. Непосредственно перед этим президент США Дональд Трамп призвал Индию удовлетворить «заказ американской стороны» и «немедленно направить препараты в Соединенные Штаты».

Действовавшие ранее ограничения на экспорт были продиктованы стремлением властей Индии обеспечить наличие достаточных запасов медикаментов для удовлетворения внутренних потребностей, при этом индийские дипломаты называли эти меры «временными».

Между тем, по сообщению индийских СМИ, в настоящее время в стране также проводятся испытания многоцелевой вакцины MW для борьбы с коронавирусом (ранее эта вакцина доказала свою эффективность против проказы). Как заявил телеканалу NDTV директор Совета научных и промышленных исследований Шекхар Манде, в Индии идут работы по изучению генома вируса, чтобы понять, может ли он мутировать и приобретать устойчивость к противовирусным препаратам.





СВЕТ ПРОТИВ КОРОНАВИРУСА

В Индии прошла уникальная акция, ставшая символом единения нации в борьбе с коронавирусом. По призыву премьер-министра страны Нарендры Моди в воскресенье вечером 5 апреля миллионы свечей и лампад были зажжены во всех городах и селах как символ единства в борьбе с новой коронавирусной инфекцией. Индийцы верят в очищающую сакральную силу огня и сегодня помимо новейших медицинских средств из арсенала 21-го века на помощь в борьбе с пандемией им приходят традиционная культура и религия, а также йога и аюрведа, доказавшие свою эффективность в течение пяти тысячелетий





Павел Белов

В условиях строгого трехнедельного карантина, который был введен в Индии до 14 апреля, ее граждане живо откликнулись на призыв премьер-министра Нарендры Моди организовать по всей стране акцию с зажженными лампадами и свечами, девизом которой могло бы стать: «Коронавирус, уходи!»

Премьер-министр Моди обратился к соотечественникам с просьбой на девять минут потушить свет в домах и встать на балконах и у открытых дверей домов со свечами и лампадами в руках. Эти огни призваны продемонстрировать общую силу 1,3 млрд индийцев, отметил премьер в телеобращении к нации.

«Послушайте внимательно. 5 апреля в 21:00 выключите весь свет дома, встаньте у порога двери или на балконе, зажгите свечи, масляные лампы, фона-

рики или вспышку на своем мобильном телефоне на 9 минут. Мы почувствуем сверхсилу света, ярко освещающего нашу общую цель – победу над коронавирусом», – указал Нарендра Моди.

Многие не стали тушить свечи и после девяти минут акции и оставили их горящими на балконах и подоконниках.

Традиционно в Индии зажигают свечи и лампы на праздник Дивали, чтобы отпугнуть и разогнать злые силы. Как правило, возжигаются дия (их еще



называют дипа) — маленькие масляные светильники, которые в преддверие праздника массово изготавливают горшечники. Без таких лампочек не обходится ни один дом, ведь их пламя должно отогнать от деревень и городов нечистую силу на целый год. Известно, что в Средние века подобными огнями пытались бороться и с эпидемиями.

«Это ваше мощное послание в борьбе против силы коронавируса», — написал премьер Модии на своей страни-

це в Твиттере. Он призвал нацию путем этой символической акции «бросить вызов тьме коронавируса».

Напомним, что 23 марта правительство Индии объявило о продлении общенациональной изоляции на 21 день, до 14 апреля.

Власти призвали жителей страны не выходить на улицы без веских причин, ограничили работу общественного транспорта, служб такси, метро и железных дорог.

Также до 14 апреля были запрещены все внутренние и международные пассажирские авиарейсы. В результате в Индии приостановили работу тысячи магазинов и предприятий. Власти страны распорядились закрыть границы между штатами для предотвращения распространения коронавируса. «В ближайшие несколько недель в центре внимания должны оставаться тестирование, отслеживание, изоляция и карантин. Премьер-министр Модии подчеркнул необходимость поддержания поставок жизненно необходимых медицинских изделий, наличия сырья для производства лекарственных средств и медицинского оборудования. Необходимо обеспечить наличие отдельных специализированных больничных учреждений для пациентов с COVID-19», — говорится в официальном сообщении индийского правительства.

Примечательно, что накануне проведения акции по изгнанию коронавируса премьер-министр Нарендра Модии в ходе видеоконференции с главными министрами штатов призвал их разработать общий план поэтапного перемещения людей между штатами после окончания режима изоляции.

«Премьер-министр заявил, что важно сформулировать общую стратегию выхода, чтобы обеспечить поэтапное перемещение населения после окончания режима изоляции. Он попросил штаты провести обсуждения и направить предложения по стратегии выхода. Он подтвердил важность социального дистанцирования в предотвращении распространения COVID-19», — говорится в заявлении пресс-службы правительства. Кроме того, не замыкаясь в национальных рамках, Индия продемонстрировала готовность взять на себя ответственность за ситуацию в регионе и помочь своим соседям, попавшим в трудную ситуацию. Вооруженные силы Индии подготовили шесть военных кораблей и пять военно-медицинских групп для оказания помощи соседним странам в борьбе с пандемией коронавируса.

«Шесть военных кораблей Индии поддерживаются в состоянии готовности оказать помощь соседним странам. Пять медицинских групп готовы для размещения на Мальдивах и Шри-Ланке, а также в Бангладеш, Непале, Бутане и Афганистане», — говорится в сообщениях ведущих индийских СМИ.

Кроме того, медицинская служба ВС Индии еще в середине марта отправила специалистов на Мальдивы с целью оказания помощи в организации карантинного режима.



ПРОРЫВ В БОРЬБЕ ЗА ПРАВА ЖЕНЩИН

В 1971 году Индия стала одной из первых стран, признавших право женщины на безопасный и легальный аборт до 20 недель беременности. Закон определяет условия, на которых может быть произведен аборт. Зачем потребовались поправки в закон полувековой давности на страницах «Индийского вестника» рассказал генеральный секретарь Федерации акушерско-гинекологических обществ Индии (FOGSI) **Джайдип Танк**



С тем, чтобы соответствовать растущим потребностям женщин и достижениям в области медицинских технологий, недавно были предложены поправки к почти 50-летнему закону. В то время, когда во многих странах мира аборт и репродуктивному не уделяется должного внимания, сроки и объем поправок к индийскому закону об аборте особенно похвальны. Такие страны, как США, делают законы об аборте более ограничительными, что придает еще большую важность тому, что индийское правительство стремилось к внесению в закон о МПБ изменений, которые предполагают большую самостоятельность и контроль над своей жизнью и репродуктивным выбором для индийских женщин и девочек. Это приблизило нас к пониманию важной вехи в области репродуктивных прав женщин и девочек. В то время как мы ожидаем одобрения парламентом законопроекта 2020 года о МПБ (поправка), которое должно произойти в ближайшее время, давайте рассмотрим предлагаемые поправки: что это влечет за собой, что это значит для женщин страны и что необходимо для обеспечения его оперативной реализации на практике.

Обсуждаемые ниже поправки к закону о МПБ направлены на увеличение доступности к безо-

пасным и легальным услугам по прерыванию беременности для женщин. Поправки предложены Министерством после проведения широких консультаций и обсуждений с различными заинтересованными сторонами, включая гражданское общество и FOGSI. Они были сформулированы в ответ на рост барьеров и трудностей, связанных с доступностью услуг безопасного аборта, с которыми в различных условиях и на разных уровнях сталкиваются женщины.

Главным принципом составления поправок было внесение изменений, ориентированных на женщин и основанных на реальной ситуации в Индии.

Как только поправки вступят в законную силу, женщинам будет достаточно мнения только одного врача, чтобы прервать беременность сроком до 20 недель. Это долгожданное отступление от действующего законодательства, согласно которому необходимо получить разрешение одного врача на прерывание беременности до 12 недель, и двух врачей – на прерывание беременности до 20 недель.

Эта поправка уберезит женщин от выбора небезопасных способов прерывания беременности по причине невозможности получения разрешения двух врачей.



Чтобы преодолеть сложности, связанные с доступностью услуг аборта, с которыми сталкиваются находящиеся в уязвимом положении женщины, после принятия изменений в закон о МПБ, верхний предел беременности будет увеличен с 20 до 24 недель для особых категорий женщин, включая жертв насилия, жертв инцеста, женщин с ограниченными возможностями и несовершеннолетних. Однако в таких случаях (от 20 до 24 недель) потребуется мнение двух врачей. Данный шаг даст больше времени группе девушек и женщин, которые сталкиваются с гораздо большим количеством трудностей, связанных с предрассудками, доступностью услуг и агентствами, мешающими им провести процедуру прерывания беременности в течение текущего периода.

В сентябре прошлого года у беременной женщины была диагностирована серьезная аномалия сердца плода на 22 неделе беременности. Поскольку действующий закон не позволял выполнить аборт, она обратилась в Высокий суд в поисках защиты. Ей пришлось пройти утомительное судебное разбирательство, многократные осмотры и обследования врачей. Прошло более сорока пяти дней, прежде чем ей разрешили сделать аборт.

Это не единичный случай. Аномалии развития плода при некоторых заболеваниях выяв-

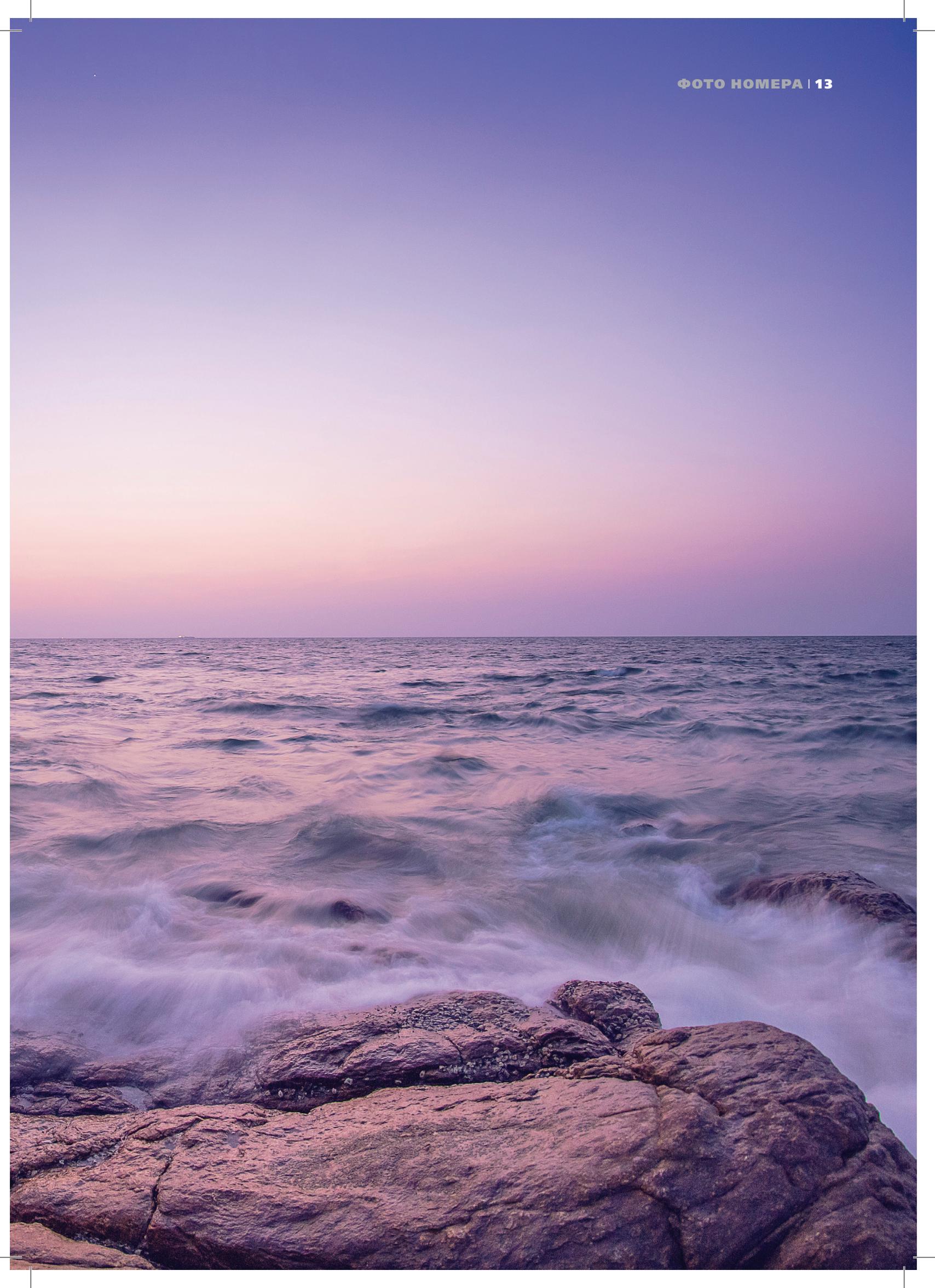
ляются только после 20-й недели, что оставляет женщине слишком мало времени для того, чтобы прервать беременность, если она примет такое решение. Важной особенностью предлагаемых поправок является то, что в случае существенной аномалии развития плода аборт можно сделать в любое время после того, как медицинская комиссия поставит соответствующий диагноз. Таким образом, для подобных случаев снимается предыдущий верхний предел беременности в 20 недель.

Эта особенность учитывает те реальные условия, которые действующий закон упускает. Эта поправка направлена на то, чтобы защитить женщин от травм, огромных расходов и задержек с проведением аборта, вызванных обращением в суд и ожиданием судебного решения.

Вступление в силу измененного закона об абортах потребует согласованных усилий многих заинтересованных сторон, включая федеральное правительство, правительства штатов, FOGSI и гражданское общество. Мы надеемся, что эти согласованные усилия позволят эффективно внедрить закон и донести необходимую информацию по измененному закону об абортах в каждую точку страны, сохраняя при этом дух поправок без изменений.









МУДЖИБУР РАХМАН СЕГОДНЯ

В Индии торжественно отметили **СТОЛЕТИЯ** со дня рождения Шейха Муджибура Рахмана — одного из самых заметных политиков Азии 20-го века, основоположника современного государства Бангладеш. В связи с его юбилеем с видеообращением выступил премьер-министр Индии Нарендра Моди, назвавший Шейха Муджибура Рахмана, «Другом бенгальцем» и «Отцом нации»



Павел Белов

Для начала немного истории. Муджибур Рахман родился 17 марта 1920 года в деревне Тунгипара в Восточной Бенгалии (Британская Индия) в семье зажиточного землевладельца-мусульманина. Окончил миссионерскую школу округа Гопалгандж, в 1947 г. — Исламский колледж в Калькутте.

В годы учебы присоединился к движению за независимость от британского господства, был активистом партии Мусульманская лига в Бенгалии. После образования Пакистана стал активным участником бенгальского национального движения в Восточной Бенгалии (образовавшей провинцию Восточный Пакистан).

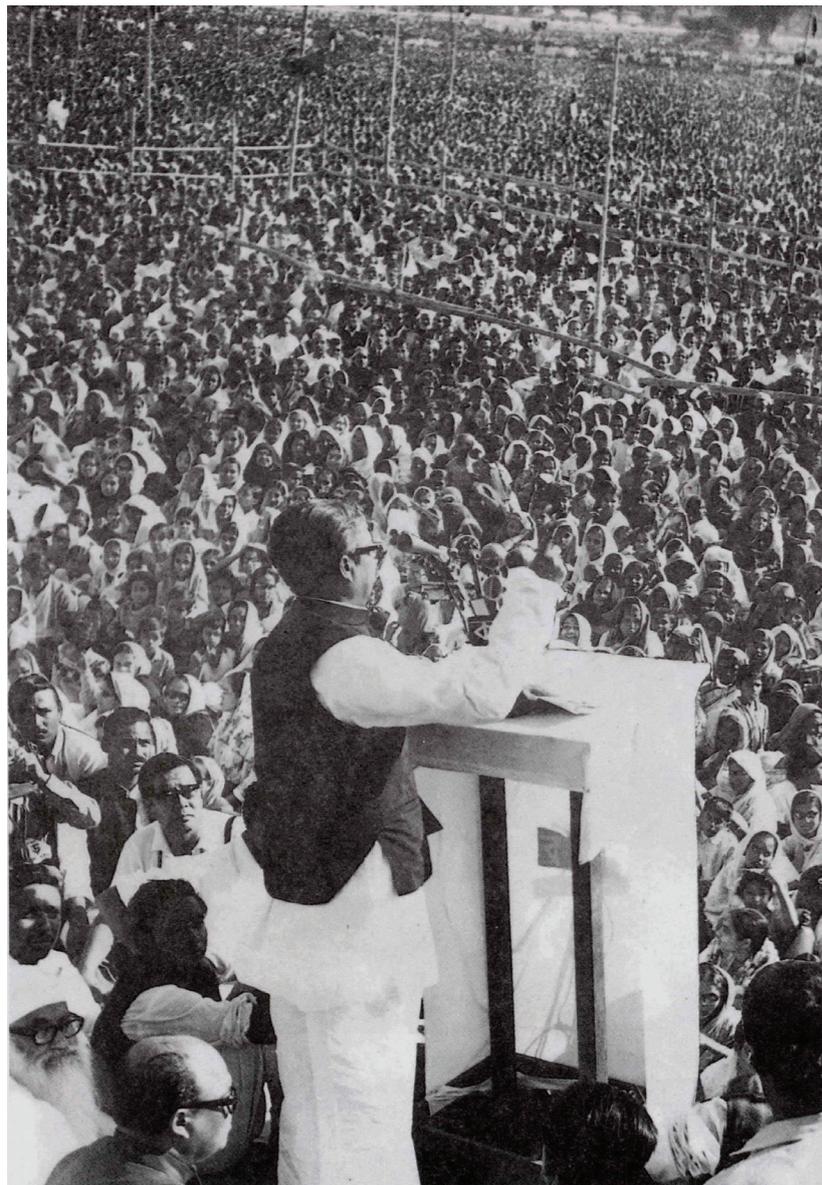
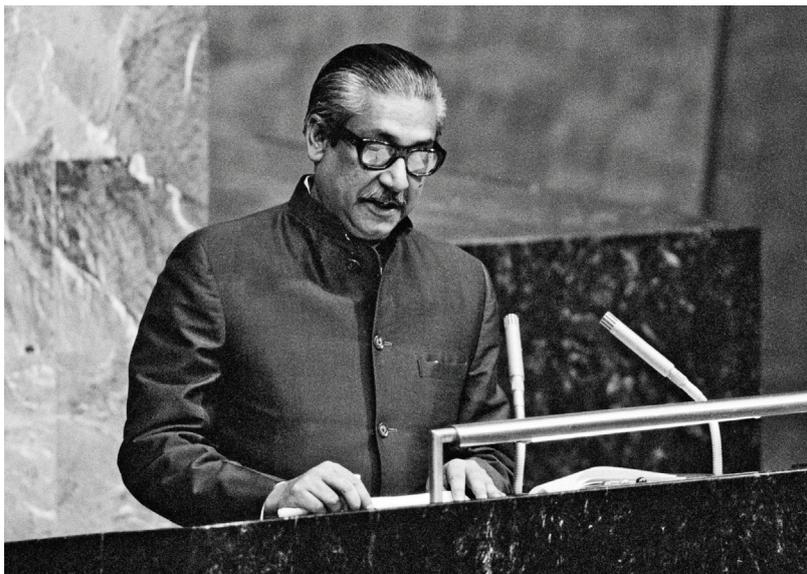
27 марта 1971 года майор Заур Рахман зачитал по радио обращение Муджибура Рахмана о провозглашении независимости государства Бангладеш. Защитники бангладешского суверенитета начали партизанскую войну, поскольку все города страны были оккупированы пакистански-

ми войсками, жестоко подавлявшими любую оппозиционную деятельность. Было убито, по разным оценкам, от 200 тысяч до 3 млн. жителей Бангладеш.

Еще 8 млн. человек были вынуждены покинуть родную землю и бежать в прилегающие штаты соседней Индии.

Индия сразу же после провозглашения независимости Бангладеш заявила о полной поддержке нового государства.

В своем видеообращении по случаю столетия со дня рождения «Бангабандху» («Друга бенгальца») и «Отца нации», премьер-министр Индии Нарендра Моди охарактеризовал Шейха Муджибура Рахмана как одну из величайших фигур прошлого столетия и отметил, что «вся его жизнь чрезвычайно вдохновляет всех нас». Называя Бангабандху человеком мужества, убежденности и мудрецом мира, премьер-министр Моди отметил, что «Отец нации» Бангладеш вдохновил



молодежь тех времен на решение задач по освобождению страны.

Премьер-министр упомянул, что репрессивный и жестокий режим, игнорируя все демократические ценности, допустил воцарение несправедливости по отношению к земле Бангладеш («Бангла Бхуми») и разорил живущий на ней народ. Он также напомнил, что Бангабандху посвятил каждый момент своей жизни выводу Бангладеш из фазы разрушения и геноцида и превращению его в прогрессивное общество.

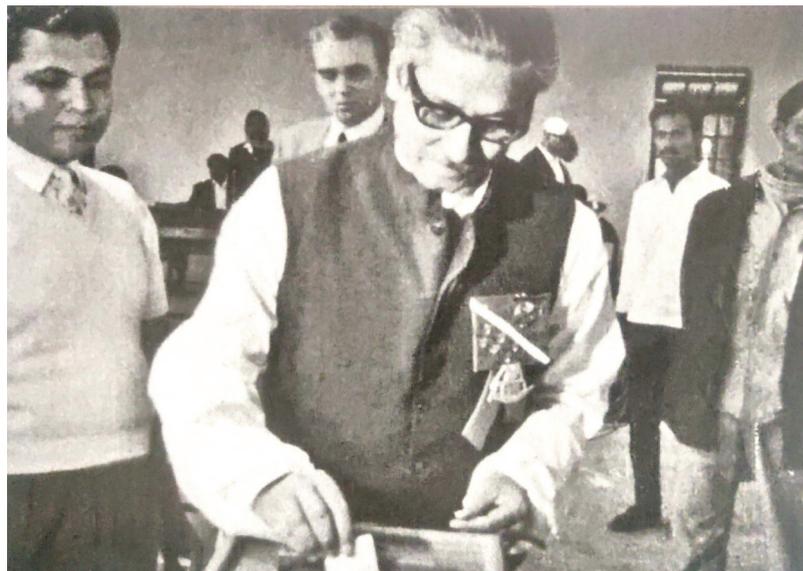
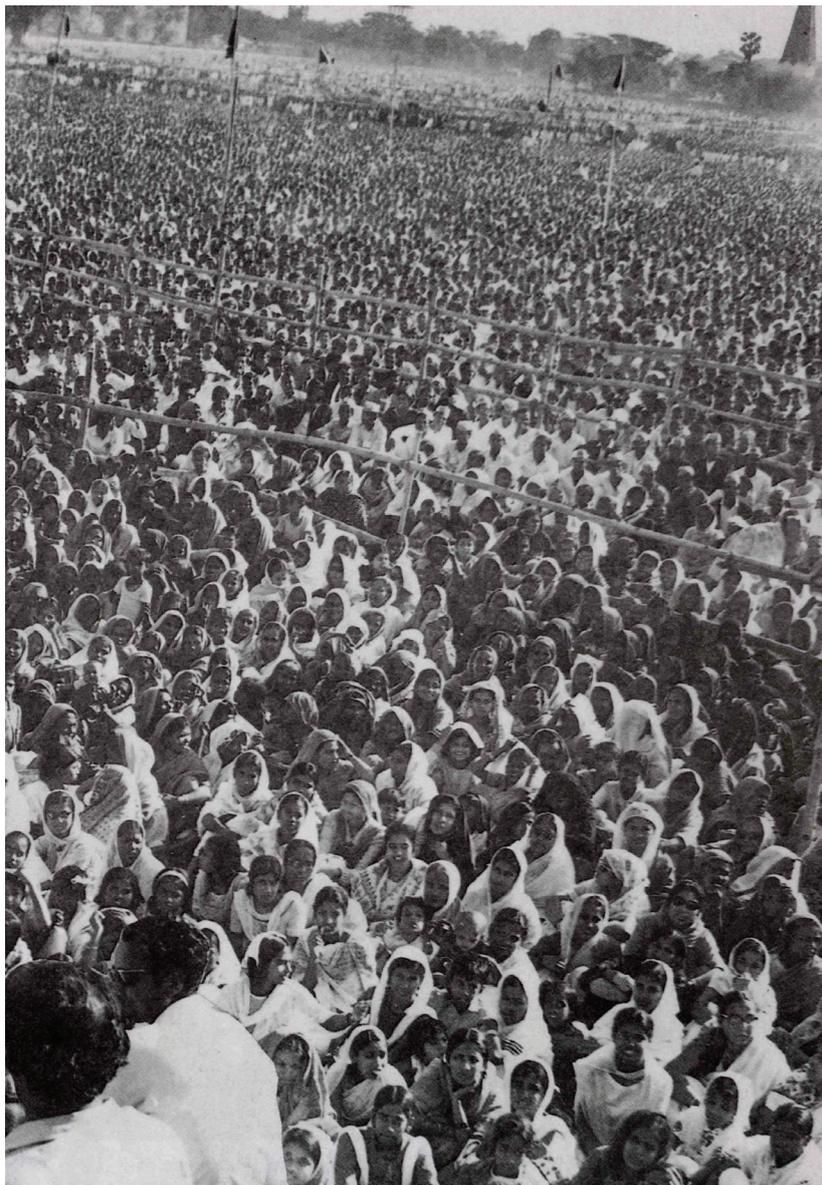
«Бангабандху предельно ясно выражал свою позицию относительно того, что ненависть и негативные эмоции никогда не смогут стать основой развития любой страны. Но идеи и усилия Бангабандху не понравились некоторым людям, которые забрали его у нас» — сказал премьер-министр.

«Мы все являемся свидетелями того, как использование террора и насилия в качестве ору-

жия в политике и дипломатии разрушает общество и нацию. Мир также наблюдает за тем, где и в каком состоянии в настоящее время находятся сторонники террора и насилия, в то время как Бангладеш достигает новых высот» — заявил Нарендра Моди.

Премьер-министр отметил, что он с радостью наблюдает за тем, как народ Бангладеш днем и ночью посвящает себя созданию своей нации, «Шонарбангла» («Золотая Бенгалия»), о которой мечтал Шейх Муджибур Рахман.

Премьер-министр высоко оценил прогресс Бангладеш, который был достигнут под руководством Е.П. Шейх Хасины с применением инклюзивной и ориентированной на развитие политики. Он добавил, что Бангладеш устанавливает новые ориентиры в экономике, спорте и других социальных сферах. Премьер-министр высоко оценил беспрецедентный прогресс Бангладеш во многих областях, в том числе, в сфере повышения квали-



фикации, образования, здравоохранения, расширения прав и возможностей женщин и микрофинансирования.

«За последние несколько лет Индия и Бангладеш вписали себя в историю двусторонних отношений золотыми буквами и придали новое измерение и направление нашему партнерству», — сказал премьер-министр, в свете роста доверия между двумя странами в решении сложных пограничных вопросов в дружественном ключе.

Он также сказал, что Бангладеш является не только крупнейшим торговым партнером Индии в Южной Азии, но и партнером по развитию. Он отметил сотрудничество двух стран в ряде секторов, укрепляющих коммуникационные возможности, такие как распределение электроэнергии, МНПП «Дружба», автомобильные и железные дороги, интернет, воздушные и водные пути, которые объединяют еще больше людей.

Премьер-министр отметил, что наследие двух стран берет свое начало в работах таких интеллектуалов, как Тагор, Кази Назрул Ислам, Устад Алауддин Хан, Лалон Шах, Джибананда Дас и Ишвар Чандра Видьясагар. Он сказал, что достояние Бангабандху сделало наследие обеих стран более всеобъемлющим и глубоко укоренившимся. Путь, который показал Бангабандху, за последнее десятилетие стал прочной основой для партнерства, развития и процветания обеих стран.

Говоря о предстоящих знаковых событиях для обеих стран, премьер-министр Моди отметил 50-ю годовщину освобождения Бангладеш в следующем году и 75-ю годовщину независимости Индии в 2022 году. В связи с этим Нарендра Моди с уверенностью заявил, что оба события не только послужат развитию Индии и Бангладеш и достижению ими новых высот, но и укрепят дружеские связи между двумя странами.

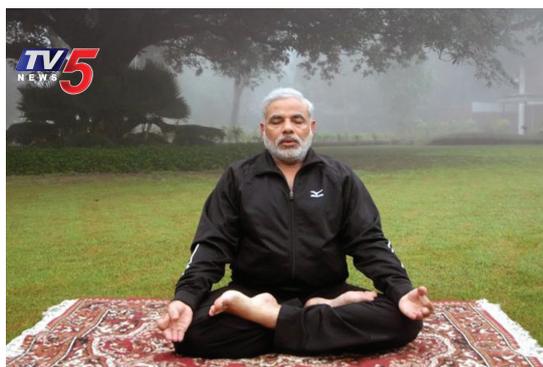


ЧЕМ ЗАНЯТЬСЯ НА КАРАНТИНЕ

Шесть идей для всех, кто любит Индию

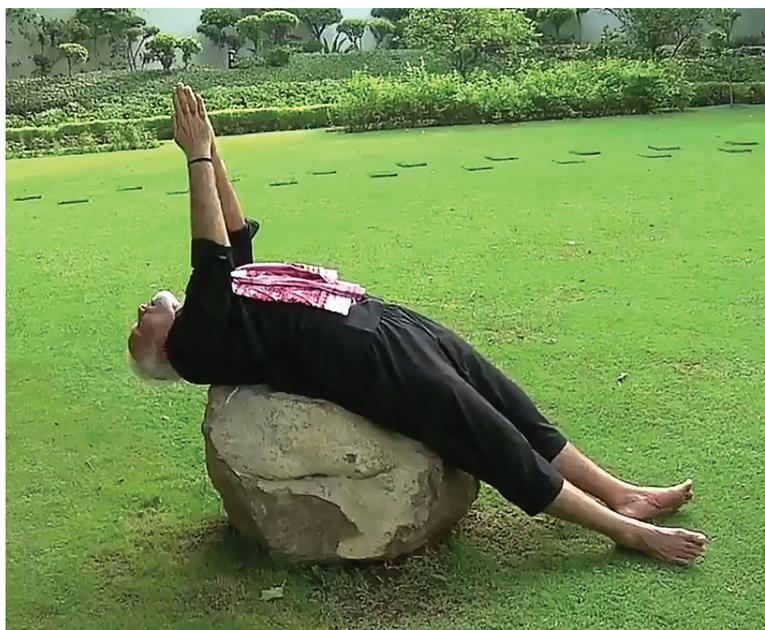
Мария Радлова

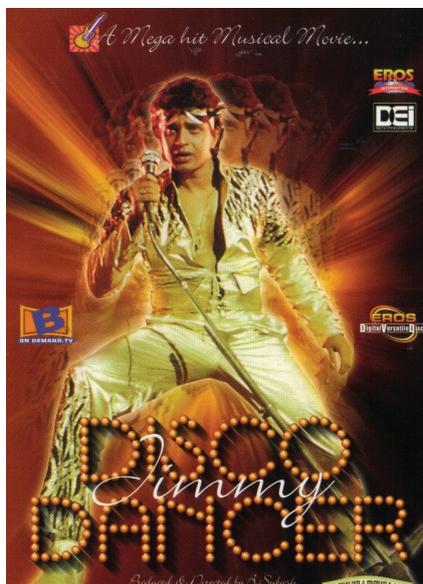
Планы, замыслы, поездки — все это пришлось отложить из-за режима всеобщей самоизоляции, объявленного на территории России в связи с пандемией коронавируса. Вместе с тем вынужденный карантин открывает массу новых возможностей: онлайн-спектакли, выставки, видео-лекции, мастер-классы, курсы, подкасты и даже тренировки — все это появилось в открытом доступе. Мы собрали несколько идей для всех, кто скучает по Индии на карантине.



Заняться йогой. Премьер-министру Индии Нарендре Моди задали вопрос в соцсетях, чем он занимается на самоизоляции. Глава индийского правительства ответил: поддерживать физическую форму ему помогает йога. Премьер считает, что она приносит большую пользу. Именно поэтому он решил выложить несколько роликов с асанами, чтобы люди тоже могли заниматься. Моди отметил, йога была неотъемлемой частью его жизни на сохранить душевное равновесие во время карантинных мер.

Посол Индии в Москве Бала Венкатеш Варма отметил: «Чтобы поддержать людей, которые находятся дома и хотят сохранить здоровье, премьер-министр Моди опубликовал видеоуроки йоги, в которых упражнения выполняет его 3D-изображение». Видеоуроки Yoga With Modi представлены на 12 языках, в том числе на русском. Их можно найти на канале главы индийского кабинета в YouTube. На русском языке можно посмотреть 17 уроков, которые сопровождаются обращением Нарендры Моди.





Пересмотреть классику Болливуда. Индийские фильмы — это киношедевры навсегда, и сейчас лучшее время вспомнить самые яркие из них. Любовь, страсть, великая дружба и коварное предательство, приправленные песнями и танцами, максимально эффективное средство для того, чтобы скрасить вечера в режиме самоизоляции. Конечно же, список Болливудских блокбастеров немислим без «Зиты и Гиты» (1972), «Танцора диско» (1982), киноленты «Меня зовут Кхан» (2010), мюзикла «Бродяга» (1951), непревзойденной исторической драмы «Ампарали» (1966) и последнего фильма великого индийского режиссера Яша Чопры «Пока я жив» (2012). Для любителей по-настоящему масштабного киноэпоса со зрелищными батальными сценами и персонажами из индийского национального фольклора «Бахубали: битва за престол» (2015).





Воспользоваться советами индийских звезд.

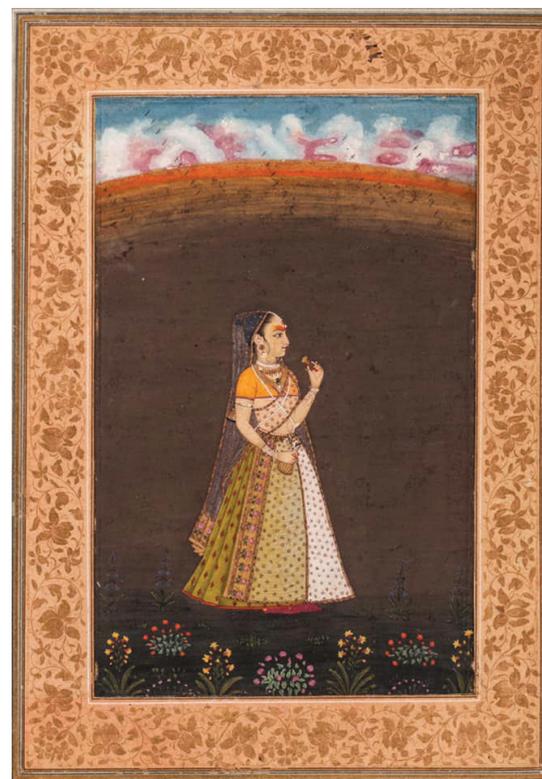
Знаменитости, которые сейчас находятся в том же самом положении, что и все жители планеты, ежедневно публикуют рекомендации для фанатов о том, как с пользой провести время на карантине. Актриса и модель Дипика Падуконе берет занятия игры на фортепиано и призывает поклонников воспользоваться ее примером. Звезда голливудских хитов «Право на любовь» и «Арджун Патиала» Крити Санон, находящаяся на самоизоляции с семьей в Мумбаи, наконец-то выкроила время на разбор гардероба, а продюсер и актер Саиф Али Кхан выращивает вместе с сыном домашний сад.

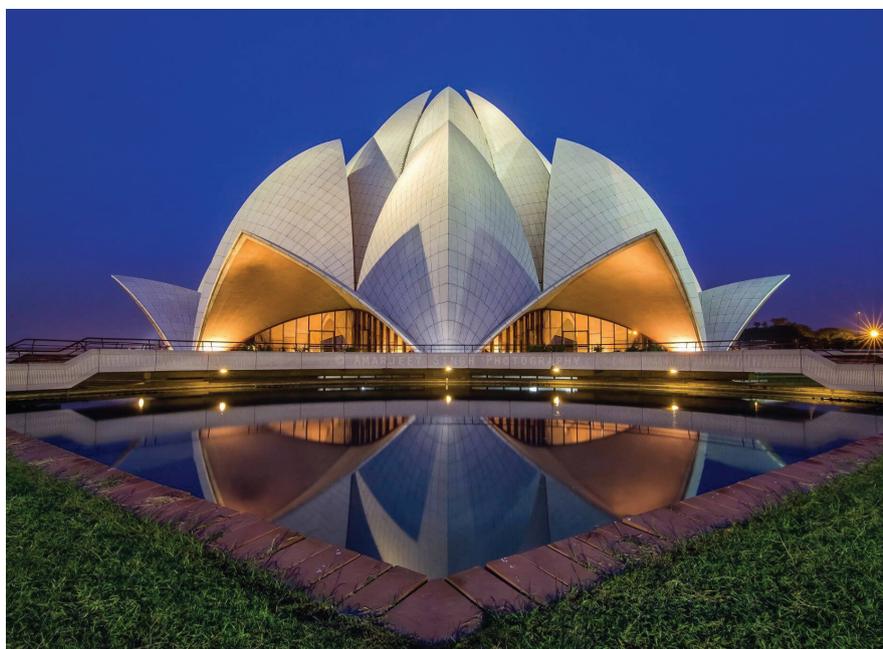
Устроить салон красоты на дому предлагает Приянка Чопра, и начать стоит с приготовления самодельной косметики. Актриса делает натуральную косметику с подросткового возраста. Для здоровых волос и увлажненной кожи головы Приянка использует смесь из йогурта, яйца и чайной ложки меда, это рецепт звезда узнала от своей бабушки.





Расширить свои знания в сфере культуры и искусства Индии. Государственный музей Востока запустил проект #ВостокДома. Сотрудники музея в формате онлайн-лекций рассказывают о мифах и легендах Востока, подробно описывают экспонаты, проводят экскурсии по залам. Проект стартовал с онлайн-лекций, посвященных Индии. На странице музея в Instagram кандидат искусствоведения, заведующая отделом искусства стран Ближнего и Среднего Востока, Южной и Центральной Азии Евгения Карлова рассказывает о ключевых экспонатах индийского зала. Кроме того, в эфире VK Live сотрудники музея открыли онлайн-лекторий для детей и подростков, интересующихся Индией. Первым стал рассказ о древнеиндийском эпосе «Рамаяна». Затем в Instagram состоялась экскурсия на тему «Красавицы Индии».



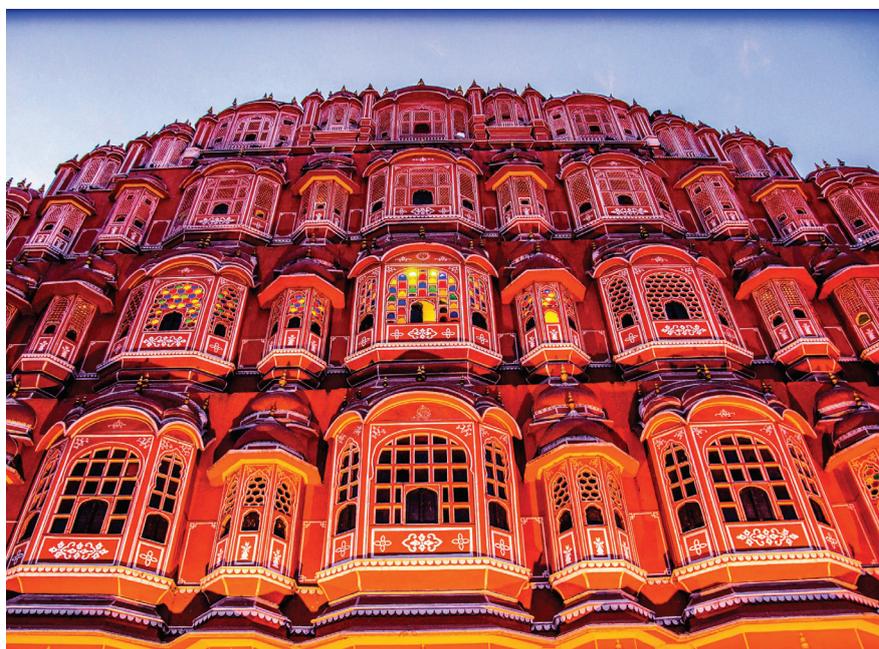


Отправиться в виртуальное путешествие.

При всех очевидных минусах у такого вида «поездок» есть и свои плюсы: возможность совершенно бесплатно и не вставая с дивана посетить самые отдаленные уголки планеты. И конечно же, увидеть знаменитые достопримечательности Индии: Тадж-Махал, Хава-Махал, великий Ганг и побережье Индийского океана.

До объявления санитарных ограничений в связи с пандемией путешественники использовали сервис Google Street View для составления маршрутов, но сейчас можно просто бродить по улицам Дели или Калькутты. А earthcam.com представляет огромную коллекцию веб-камер по всему миру. С помощью ресурса можно следить за сменой часовых поясов и даже настроиться на веб-камеру в конкретной точке: Варанаси, Храм Лотоса в Нью-Дели, вокзал Чхатрапати Шиваджи в Мумбаи или знаменитая крепость Мехрангарх.





Освоить тонкости индийской кухни. В перечне блюд, которые диетологи предлагают всем, кто вынужден находиться на карантине, первое место занимают шедевры кулинарии из Индии. Это и понятно, ведь их калорийность невелика, а рутинный процесс приготовления ужина может перерасти в целое приключение. Начать кулинарный эксперимент можно с рагу Алу Гоби, его основные компоненты — картофель и цветная капуста, которые обжаривают на кокосовом масле. Добавляем измельченные в блендере помидоры, имбирь, а также кориандр, зиру, корицу, кардамон и чили. Получившуюся пасту тушим и подаем с листьями зелени. На десерт можно приготовить Бурфи — это молочно-сливочная помадка, которую украшают орехами. Цвет, вкус и аромат бурфи может варьироваться в зависимости от добавленных в него специй. Бурфи — это не просто десерт, он часто играет роль сладкого подарка, и его популярность возрастает в праздничный период. 🇮🇳



МАТТХИ ИЛИ ИНДИЙСКИЕ КРЕКЕРЫ

Индийская кухня богата не только блюдами, способными восхитить любого гурмана и требующими особого искусства поваров. В ней немало недорогих закусок и приятных мелочей, которые служат незаменимым дополнением к главным блюдам. Одно из них — маттхи или индийские крекеры, которые подаются в качестве хлебобулочных изделий практически к любой трапезе.

Быстрые в приготовлении, недорогие и очень вкусные маттхи — блюдо универсальное. Ведь жареные индийские крекеры, приготовленные на топленом масле гхи, можно подавать вместо хлеба, а также в качестве печенья. А хлеб — всему голова не только в России, но и в Индии.

При этом маттхи заметно отличаются от европейской выпечки и русского печенья, без которого не обходится чаепитие с самоваром, вареньем и заду-

шевной беседой. Как и любое блюдо индийской кухни, при всей своей простоте, маттхи имеют неповторимый индийский колорит.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Мука пшеничная — 300 г
 Масло гхи (топленое сливочное масло) — 35 г
 Кунжут белый — 2 ст. ложки
 Соль мелкая — 1,5 ч. ложки
 Сода пищевая — 0,5 ч. ложки
 Вода (слегка тёплая) — 175 мл
 Масло растительное рафинированное (или масло гхи) — для жарки

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

Перед тем как приготовить маттхи, подготовьте все необходимые продукты. Жарить крекеры можно как на топленом сливочном масле гхи (гхи), так и на растительном масле. Смешайте в миске пшеничную муку, семена белого кунжута, соль мелкого помола и пищевую соду. Добавьте топленое масло гхи.

Руками перетрите сухие ингредиенты с маслом в крошку.

Влейте теплую воду (35–36 градусов).

Замешивайте тесто руками не менее 5 минут. Сначала тесто будет очень липким, но затем станет однородным и не будет прилипать к рукам.

Можно добавить 1 ст. л. муки, если тесто сильно будет липнуть, но не более, лучше замесить его хорошенько. Тесто должно быть мягким и упругим.

Раскатайте тесто в пласт толщиной около 1 см и либо нарежьте на небольшие квадратики или ромбики, либо выдавите формочками или стопкой круглые заготовки. Лучше, если крекеры будут небольшими по размеру.

Теперь остается обжарить маттхи в большом количестве хорошо разогретого масла. Крекеры могут сильно раздуваться.

Готовые маттхи выложите на бумажные полотенца, чтобы убрать лишнее масло.

Теперь можно подавать маттхи к столу.

Приятного аппетита!







ITEC

INDIAN TECHNICAL AND ECONOMIC COOPERATION ИНДИЙСКОЕ ТЕХНИЧЕСКОЕ И ЭКОНОМИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО

Программа ITEC предлагает вам пройти краткосрочные курсы в Индии по следующим направлениям:

- Английский язык
- Информационные технологии (IT)
- Веб-дизайн
- Менеджмент
- Йога и др.

Правительство Индии полностью оплачивает перелет, проживание и обучение участников программы. Во время обучения студенты также будут получать стипендию.

Подробную информацию о программе ITEC вы можете получить по телефону: +7 (495) 783-75-35 или отправив запрос по электронной почте: itec.alumni.russia@gmail.com, info.moscow@mea.gov.in



सत्यमेव जयते