

крестьянка

МАЙ 2004

ПЛЮС

«ХОЗЯЮШКА»

«ОН & ОНА»

«МОДА В ДОМЕ»

«САМОЧУВСТВИЕ»

МОДА:

сезон
пятидесятых

**Ирина
Салтыкова**

От эпатажного
«секси»
к классике

**Николь
Кидман**

Трепетный
сфинкс
с повадками
бойскаута

* **ПРИЗ**
за подписку

Бижутерия
от сглаза

25 РЕЦЕПТОВ «ХОЗЯЮШКИ»

Гарнир к бульону. Деликатес от графа Строганова. Токай, гуляш и чардаш.
Косметический салон: чем кожа успокоится. Звездные советы Джулианы Мур





Все морщины, в том числе и глубокие,

образуются из-за снижения
количества гликанов в коже.

LIFTACTIV

Средство глубокого действия.
Сокращает морщины и восстанавливает упругость кожи.

ЛИФТАКТИВ

Разглаживает морщины,
в том числе и глубокие.
За 1 месяц.

Глубокое средство, содержащее Аминокин – компонент,
стимулирующий выработку гликанов*, основных
составляющих поддерживающих тканей кожи.
Полностью. Содержит Термальную Воду VICHY.

Сокращение морщин в среднем на 2 уровня за один месяц.



Уровень 6

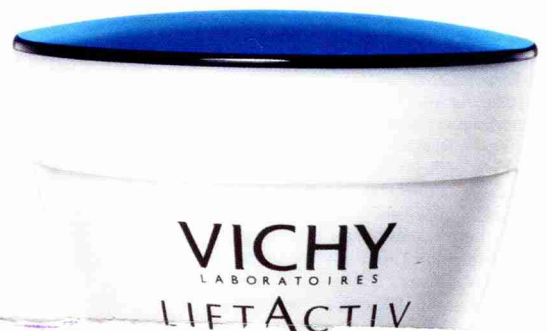


Уровень 4



Уровень 2

Оценка эффективности проведена 31 дерматологом
при участии 1000 женщин в европейских клиниках.



бязательной сертификации.

VICHY. ИСТОЧНИК

Продается исключительно в аптеках.
При выборе средств проконсультируйтесь у фармацевта.

Учредитель и издатель —
ЗАО «Издательский дом «Крестьянка»~
www.krestyanka.ru
Журнал зарегистрирован
в Министерстве печати
и информации
Российской Федерации.
Регистрационный № 01636.

Президент, главный редактор
Издательского дома А.В.Куприянова
Первый вице-президент А.В.Селезнев
Вице-президент А.Б.Елманов
Главный редактор журнала М.Я.Гродницкая
Главный дизайнер А.Н.Авоев

Редакторы отделов:

Е.Н.Осипова, Е.Л.Ямщикова

Редакторы приложений:

Н.А.Семкина («Хозяюшка»),
А.О.Лацис («Он & Она»),
А.В.Дараган («Мода в доме»),
Т.И.Лучкова («Наша усадьба»),
С.О.Омельченко («Самочувствие»),
Л.В.Чутко («Пятнашки»)

Дизайнеры:

Е.П.Горякина, Н.А.Дымова,
И.Г.Панков, Т.А.Сукач

Директор службы маркетинга С.Н.Варламова
Директор компьютерного центра А.Ю.Кузнецов
Главный бухгалтер О.В.Назарова

Распространение:

ЗАО «Агентство по распространению «Крестьянка-Диалог».

Исполнительный директор С.Ю.Кузнецова
тел. 257-30-77, факс 257-36-53, dialog@krestyanka.ru

Рекламная служба: Р.С.Долголаптева, Г.Н.Смирнова
тел. 257-31-39, 251-24-86, факс 257-39-55,
adsales@krestyanka.ru

Бильд-редакторы: Е.М.Монастырева, И.Н.Мякишева

Выпускающий редактор Л.В.Григорьева

Верстка и цветоделение компьютерного центра

ЗАО «Издательский дом «Крестьянка»:

Н.В.Багрова, Б.В.Крылов, В.В.Михайлов, Д.Л.Плахова

Адрес редакции: 127994, Москва ГСП-4,
Бумажный проезд, 14

Телефоны для справок: 257-39-39, 946-75-09,
факс: 257-39-63, mail@krestyanka.ru

Присланные рукописи, фотографии и рисунки
редакция не возвращает и не рецензирует.

Редакция не несет ответственности
за достоверность информации,
опубликованной в рекламных объявлениях.

© Информационные материалы,
опубликованные на коммерческой основе.

Типография Mohn Media, Mohndruck GmbH (Германия)



Тираж:

общий тираж 88 620
подписной 57 304
розничный 31 316

Тираж сертифицирован

Национальной Тиражной Службой

Цена свободная.

© «Крестьянка», 2004. Все права защищены.

Полное или частичное воспроизведение без разрешения редакции не допускается.



В НОМЕРЕ:

10 СЕМЕЙНЫЕ ИСТОРИИ

Полеты наяву. Москвич Андрей Максимов и ленинградка Лариса Усова встретились совершенно случайно. Между ними произошло то, что называют любовью с первого взгляда

16 ТЕМА НОМЕРА

Белая ворона.

24 ДЕТСКАЯ ПЛОЩАДКА

Расскажи мне сказку.

28 О ВЕЧНОМ

Таинство елеосвящения.

31 МУЗЕИ МИРА

Коллекция Угличского музея.

50 ОРИЕНТИРЫ СТИЛЯ

Летний марш.

52 ПРИВАТ-МОДА

Ирина Салтыкова начинала с эпатажного «секси», а сегодня все больше склоняется к респектабельному стилю

60 МОДНЫЙ МУЖЧИНА

Главный режиссер «Геликон-оперы» Дмитрий Бертман за «продвинутой» классику

64 СЕНТИМЕНТАЛЬНЫЙ СЮЖЕТ

Страсти в белом интерьере

68 ПУТЕШЕСТВИЯ

Здесь был Дали.
Ровно сто лет назад в городке Фигерас на севере Испании родился Сальвадор Дали

75 ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ

Бижутерия от сглаза.



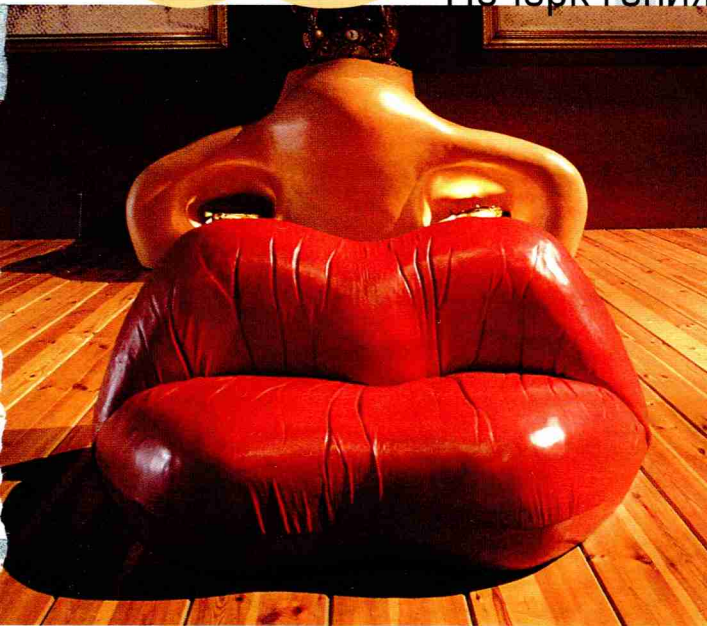
52

Даешь шик!



68

Почерк гения



96



Снежная королева

В НОМЕРЕ:

82 **БЫЛОЕ И ДАМЫ**

Железная балеринка. В клубе на Петровке на корты выходили известные актеры МХАТа, эстрадные артисты. Балерина Нина Теплякова была самой яркой звездой довоенного тенниса

89 **ШКОЛА ДЛЯ ДЕВОЧЕК**

Навстречу солнцу.

96 **ЗВЕЗДОПАД**

Николь Кидман — трепетный сфинкс Голливуда. «Интеллектуалка, играющая в комедиях и комиксах», — так писала критика об актрисе. Но при этом всегда признавала удивительную способность Кидман быть разной во всех своих ролях



102 **ГОРОСКОП**

Июнь принесет многим существенные перемены в жизни

105 **«ХОЗЯЮШКА»**

Печень по-строгановски и по-французски. Гарниры к прозрачному супу. Хит сезона — накладной карман. Вяжем жакеты, вышиваем фиалки.



141 **«ОН & ОНА»**

Мы не рабы.
Я хочу быть счастливой.
Госпожа разлука



157 **«МОДА В ДОМЕ»**

Кухня без острых углов.
Дом, в котором живет Жасмин.
Любите ли вы орхидеи?



179 **«САМОЧУВСТВИЕ»**

Чем грозит пародонтит.
Шелковые пяточки.
Куда пойти лечиться.
Утро вечера мудренее



L' O R

Оттенки красного дерева, богатые **ЦВЕТОМ,**
богатые **ЗАЩИТОЙ...**

É

A

L

PARIS

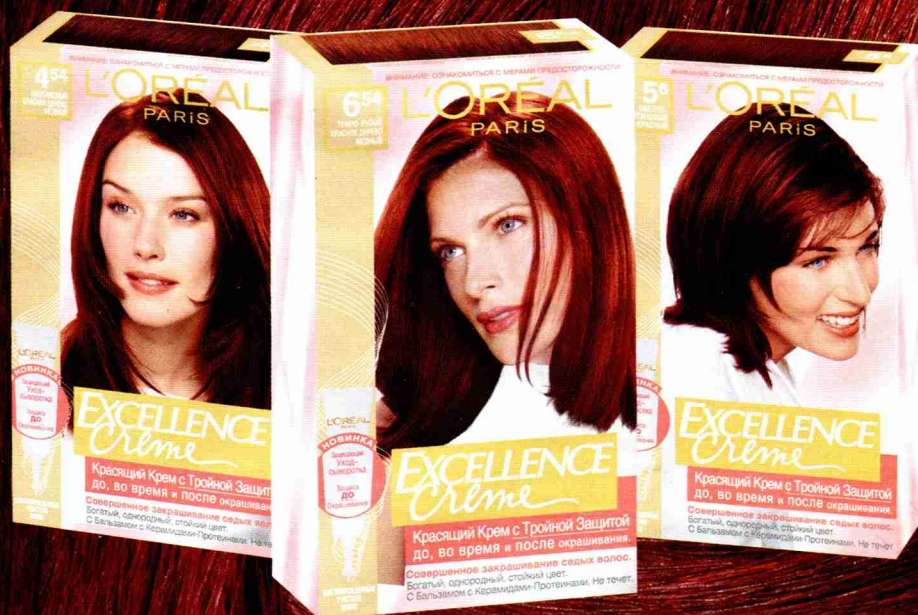
и больше ни одного седого волоса!

EXCELLENCE
Crème

Эксэланс Крем
Красящий Крем с Тройной Защитой
до, во время и после окрашивания.



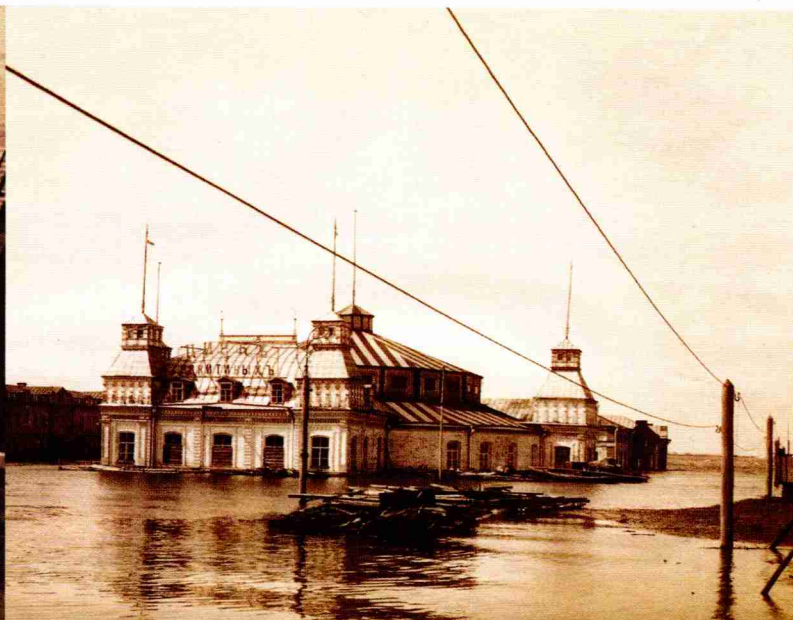
- ДО** : Новый **Защищающий Уход-Сыворотка** ухаживает за поврежденными участками волос.
- ВО ВРЕМЯ** : **Красящий крем** окрашивает, защищает и не течет.
- ПОСЛЕ** : **Бальзам-уход с Керамидами-Протеинами** продлевает защиту.
- 3 оттенка красного дерева, богатых цветом, которые полностью закрашивают седые волосы. ВЕДЬ ВЫ ЭТОГО ДОСТОЙНЫ.



4.54 Каштановый Красное дерево Медный, 6.54 Темно-русый Красное дерево Медный, 5.6 Светло-каштановый Красный.

№1 В МИРЕ В КРАСКАХ ДЛЯ ВОЛОС

L'ORÉAL
PARIS



Мгновенья роковые

Полной противоположностью чему-либо умиротворяющему стала фотовыставка с интригующим названием «Фотоэкстрим», состоявшаяся в московской галерее «Арт-коллегия». Несколько десятков исторических фотографий позапрошлого и прошлого века — это несколько десятков дра-

матических, а порой и трагических моментов из жизни безвестных и очень известных людей, зафиксированных с той бесстрастностью и до-тошной пунктуальностью, на которые способна только безучастная фотокамера. Но именно этой скрупулезности аппарата, умеющего деталь-

но фиксировать даже самое страшное, мы и обязаны тем, что непроницаемое прошлое хотя бы на минутку распаивает перед нами свои тяжелые двери.

Лев Толстой, трогательно прилежший на кушетку во время болезни и снятый своей женой Софьей Андреев-

ной, торжественное лицо Сары Бернар, лежащей в гробу, русский солдат, обреченно бредущий по дороге мимо сожженной деревни и гниющего трупного мяса, — все это действительно было, и все это осталось нам — в на-зидание ли, или просто как зарубки на память?

Набор юного дизайнера

Если вы серьезно озабочены тем, как развить в своем ребенке хороший вкус и чувство стиля, обратите внимание на конструкции LEGO.

На протяжении всей своей истории компания LEGO дарит своим юным «пользователям» возможность творить, общаться и фантазировать. Ведь самый лучший способ научить ребенка созиданию и познанию окружающего мира — через игру.

Сегодня LEGO представляет свою новую линию Clikits. С ее помощью можно создавать оригинальные украшения и предметы интерьера по собственному вкусу. Их можно переделывать бесконечное количество раз, комбинируя по-новому цвета и детали. Их можно носить, дарить друг другу или декорировать ими комнату.

Концепция и дизайн линии Clikits разработаны молодым ан-



глийским дизайнером компании Мэтью Эштоном. Выбор материалов, в первую очередь пластика, а также три основные формы коллекций — сердце, цветок и звезда учитывают последние тенденции моды. Так что все очень серьезно.

Таким конструктором и взрослым не стыдно увлечься. Мама и дочка могут проводить время вместе, создавая бусы, браслеты, пояса, рамки для фотографий и множество других забавных поделок, обмениваясь своими идеями и дизайнерскими находками.



Слушали – нарисовали

Выставки галереи «Ковчег» хорошо укладываются в формулу: «Недорога картинка — дорог подход». Ревизия старых сюжетов, поданных под новым соусом, — та ниша, в которой себя отлично чувствуют организаторы и предыдущих выставок, среди которых: «Память неба» (вековое изображение еды), «Сто лет с огоньком» (курение и курильщики), и только что открывшейся — «Слушали — постановили».

На сей раз лейтмотив обширной подборки живописи и графики — собрания, заседания, съезды, сборища. Бюрократическая процедура и как объект, и как атмосфера изображенного.

В фойе — страшноватые советские фотографии и плакаты: «Заседание ВЧК-ОГПУ-НКВД» или «Актив колхоза упаковывает «Альбом наглядных пособий по истории

ВКПб для отправки на стойбище»; «Голосуй за кандидатов блока коммунистов и беспартийных!» Градус документальности поднят. В самой экспозиции поражают имена.

В нужном жанре всерьез работали Леонид Пастернак («Ленин в президиуме»), Никита Фаворский («Первомайский доклад»), Николай Курпреянов («Суд»), почти всерьез — Александр Тышлер («Слушали о снятии чадры», «Постановили снять чадру»)



и в шутку — Николай Бухарин, Валерий Межлаук, Емельян Ярославский (их наброски и шаржи, сделанные на бесконечных партбдениях 30-х годов, были любовно собраны народным комис-

саром по военным делам Климентом Ворошиловым). А поскольку с товарищем Сталиным шутки были плохи, большинство этих картинок дополнили пухлые тома следственных дел.



Алмазная республика



Мы давно и твердо знаем, что Россия самая богатая в мире страна по своим природным ресурсам, и потому нам трудно представить, что чего-то в ее недрах может и не быть. А между тем вплоть до середины XX века считалось, что в



России нет алмазов, и до 1938 года алмазы ввозились из-за границы. Первый российский алмаз был найден по историческим меркам совсем недавно: в 1949 году партией Тунгусской экспедиции на реке Вилюй. А позже, в



1955 году, замечательная женщина-геолог Екатерина Елагина и Юрий Хабардин открыли знаменитую кимберлитовую трубку «Мир», которая по своим показателям превосходила богатейшие месторождения Южной Африки.

Об этих и многих других потрясающих и малоизвестных фактах из истории открытия и разработки алмазов Якутии рассказывает выставка «За гранью алмаза» в Центральном музее современной истории России. Копии крупнейших алмазов, удивительные предметы из якутского быта, а также «Гвоздь» выставки — чорон из мамонтовой кости, украшенный бриллиантами и алмадинами, подаренный в свое время Л.И. Брежневу, — все это дает посетителям представление о жизни старой и новой Якутии.

L

O

R

"У красоты нет возраста."

Дейл Хэддон

É

A

L
PARIS

DERMO-EXPERTISE

ИННОВАЦИЯ ДЛЯ ЗРЕЛОЙ КОЖИ
 Волшебный Двойной Уход разглаживает
 и придает Вашей коже сияние одним жестом.

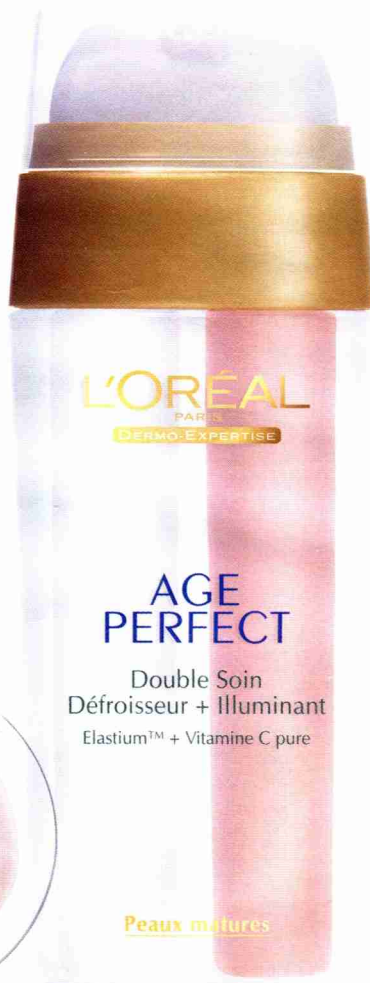
AGE PERFECT

НОВШЕСТВО Эйдж Перфект Двойной Уход Разглаживание + Сияние



Разглаживает кожу благодаря Эластиуму:
76%* доказанная эффективность.

Придает коже сияние
 благодаря чистому витамину С:
82%* доказанная эффективность.



Инновация:

2 крема,

объединенных в одном жесте
 для удвоенной эффективности.



*Тест при участии 308 женщин
 в течение 3 недель.
www.lorealparis.com

Товар сертифицирован.

ДЕРМО-ЭКСПЕРТИЗ
 От Науки к Красоте

Ведь Вы Этого Достоинны.

ПОСЛЕ 50 ЛЕТ – УХОД ЗА ЗРЕЛОЙ КОЖЕЙ.

L'ORÉAL
 PARIS

Полеты наяву

Москвич Андрей МАКСИМОВ и ленинградка Лариса УСОВА встретились совершенно случайно. Лариса просто толкнула дверь в комнату, за которой оказался Андрей, и произошло то, что в романах называют любовью с первого взгляда. Андрея Максимова, писателя, драматурга, режиссера, тележурналиста и ведущего передачи «Ночной полет», сегодня знают в лицо миллионы телезрителей, а когда-то слава была для него красивой мечтой...

Андрей. Я очень хотел быть известным. Почему-то меня грела мысль, что если я попаду в тюрьму, мне там это поможет. Никаких реальных причин, за что меня посадить, не существовало, но я всегда помню русскую поговорку: «От сумы и от тюрьмы...» А когда меня в первый раз посадили перед телекамерой, я отчетливо понял, что не хочу быть знаменитым, я хочу только одного — сбежать из студии как можно быстрее. Но я был прицелен петличкой к микрофону.

Лариса. Я не могла этого видеть по телевизору. Когда Андрей появился в кадре, я убежала на балкон и весь его первый эфир там курила. Потом сказала ему: «Это было потрясающе!»

Андрей. Не знаю, почему я так перепугался, я же вел на радио «Диалоги о любви», общался в прямом эфире, но телевидение — это совсем другое, мне хотелось исчезнуть, но эта петличка...

Лариса. Я так нервничала за него, что не могла смотреть ни второй, ни третий эфиры, а только встречала Андрея словами: «Сегодня было особенно потрясающе!» Желание Андрея исполнилось, известность пришла очень быстро.

Андрей. Я отдаю себе отчет в том, что меня всегда будут считать телеведущим, который ставит спектакли и пишет пьесы, а не драматургом, который случайно попал на телевидение.

Лариса. В жизни это помогает: все проблемы с жэком, паспортным столом, в ГАИ, в поликлинике, в больнице решаются быстро и с улыбкой.

Андрей. Ну, это когда как. Еду тут в машине, останавливает меня молодой лейтенант, начинает придираться: опустите стекло, откройте багажник, поднимите коврик... Я его спрашиваю: «Ты конкретно меня не любишь или вообще телевизор?» Он мне честно сказал: «Конкретно вас»...

Лариса. Мне нравится, что муж у меня знаменитый, что он зарабатывает деньги и занимается творчеством, что он всегда очень занят.

Андрей. Когда я вел эфиры четыре раза в неделю, дописывал сценарий, ставил спектакль и выпускал книгу сказок, вот тогда я был занят. Мы с Ларисой чувствуем себя гораздо комфортнее, когда надо куда-то нестись. Если не надо, у меня появляется ощущение, что жизнь идет мимо...

Лариса. У меня, между прочим, ничего подобного, это Андрей Маркович переживает, если у него не запланировано на день пятьсот дел. Я его ругаю за то, что он не умеет отдыхать. Вот раньше, когда он не был известным и таким востребованным, бывало, накрою дома спокойно стол, сядем, выпьем, поговорим...

Андрей. Если я о чем-то не успел рассказать жене, для меня этого события словно бы и не было.

Лариса. Мне звонит приятель, а я жалуясь: «Поссорилась с мужем. Представляешь, до четырех утра обсуждали всякие проблемы». Приятель в недоумении: «Так ты поссорилась или нет?» «Конечно, поссорилась!» — говорю. Дело в том, что мы с Андреем все свои несогласия обязательно проговариваем.

Андрей. Однажды я понял, какое психотерапевтическое значение имеют слова. Я был влюблен в девушку, она мне сама позвонила и спросила, нет ли у меня таблетки от головной боли. Я страшно обрадовался: она нашла повод ко мне приехать! Стоял на балконе и ждал... А потом подкатила машина, дверцу распахнул молодой человек и вывел мою девушку. Она взяла у меня на пороге таблетку, поблагодарила и уехала. Я просто не знал, что делать от обиды и... стал сам с собой говорить. Проговорив сорок минут, успокоился. Когда в выходные телефон не звонит полдня, у меня начинается депрессия и я сам куда-то названиваю.

Лариса. По утрам у меня хорошее настроение, а у Андрея очень плохое. До полудня его лучше не трогать, желательнее два раза покормить, после этого можно немного потормозить, глядишь, к девяти вечера он разгуляется. Тормозить нужно очень аккуратно. Когда я спрашиваю, что он будет есть, купаты или антрекот, Андрей взвизгивает: «Ты опять говоришь о еде!»



АНДРЕЙ
С МАМОЙ



Фотография Анастасия ЖМУЛЮКИНА

**ПАПА АНДРЕЙ,
МАМА ЛАРИСА
И НЯНЯ НАДЕЖДА
АЛЕКСАНДРОВНА –
САМЫЕ БЛИЗКИЕ ЛЮДИ
МАЛЕНЬКОГО АНДРЮШИ**

Андрей. А сколько можно говорить о еде? Это не главное в жизни, у меня и так живот...

Лариса. Я приехала в Москву из Питера как политический обозреватель. В Москве, как всегда, происходило что-то более яркое, чем у нас в Питере. Открыла дверь, на которой было написано «Россия», и увидела Андрея.

Я отлично запомнила его образ — в черном плаще, с седыми волосами, совершенно необыкновенный... Вообще считаю Андрея очень красивым, а он говорит, что я над ним смеюсь.

Андрей. А я увидел невероятной красоты высокую блондинку. Раньше я думал, что мне нравятся маленькие брюнетки. Я не знал, как привлечь ее внимание, и начал выпендриваться, предлагать свои услуги, как столичный журналист, дал номер своего домашнего телефона... «Россия» была новой парламентской газетой, где я работал, теперь ее нет, а телефон, который я дал Ларисе, стал через два года номером нашего домашнего телефона. Хотя в начале романа мы оба были несвободны.

Лариса. Я была замужем за очень серьезным человеком, он был старше меня, работал с Чубайсом.

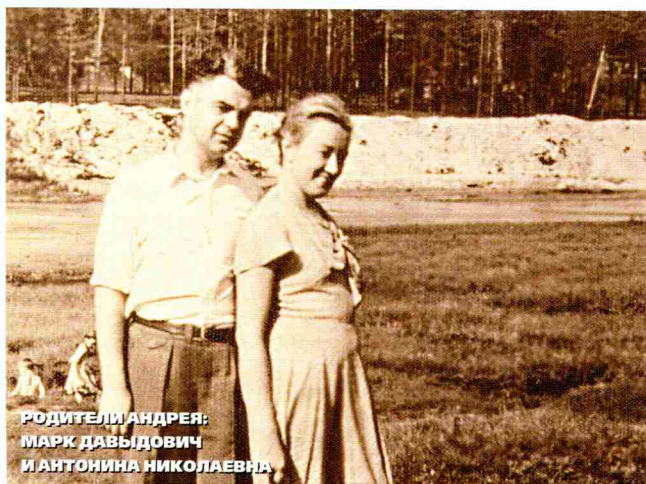
Андрей. И был по-настоящему богатым. А кто был я? Всего-то обозреватель газеты. Только поставил свой первый спектакль и выпустил первую книгу.

Лариса. Я была его главным почитателем — и статей, и книг.

Она мне так нравилась! Красивая, умная! Больше я ничего не видел. Только потом я узнал, что за человек моя жена. Лариса — первая женщина, с которой я захотел венчаться в церкви.

Андрей. Мы жили в разных городах и... в конце концов поняли, что дальше так нельзя. Лариса все равно ушла ко мне, а я к ней. Я все объяснил ее мужу, очень порядочному и достойному человеку, просил у него Ларисину руки... Она мне так нравилась! Красивая, умная! Больше я ничего не видел. Только потом я узнал, что за человек моя жена. Лариса — первая женщина, с которой я захотел венчаться в церкви. Она родила мне сына.

Лариса. Маленькому Андрею пять лет. Мне страшно повезло: у не-



РОДИТЕЛИ АНДРЕЯ:
МАРК ДАВЫДОВИЧ
И АНТОНИНА НИКОЛАЕВНА

го потрясающая няня, которая с нами живет и практически стала членом нашей семьи, как было в старину.

Андрей. Надежду Александровну Заболотникову нашла в Петербурге Лариса. Когда я с ней познакомился и увидел ее взрослого сына, Артема, понял, что этому человеку можно доверить своего ребенка. Она Андрюше как настоящая, родная бабушка!

Лариса. Няню он слушается с полуслова. А меня никто не слушается. Я могу десять раз что-то запретить, а все без толку. У Андрюши один сказ: «Мама добрая, она все разрешает!»

Андрей. Сын понимает, кто вожак стаи. Мы с самого начала относились к нему как к взрослому члену семьи, советуемся с ним в важных вопросах, что некоторых удивляет. Если я в чем-то не прав, прошу у Андрюши прощения. Он очень горюет, когда папа кричит...

Лариса. Говорит: «Не надо кричать на маму».

Андрей. И я соглашаюсь: «Ладно, не буду». Но, бывает, и наказываю его за всякие хитрые проделки. Зато, когда после дорогого ремонта он украсил и разрисовал свою комнату...

Лариса. ...снежинками, золотинками, рванными бумажками, аппликациями на стенах...

Андрей. ...его никто не ругал. Мой отец тоже никогда не ругал меня ни за разбитое мячом стекло, ни за порванную одежду, ни за драку. Я был дворовый мальчик, плохо учился, но даже к «двойкам» родители относились терпимо. А отец, поэт Марк Давыдович Макси-

мов, не побоюсь сказать, был для меня идеалом. Он прошел всю войну с первого дня, был партизаном, попал в плен, бежал, потом работал на фронте корреспондентом «Гудка», на его машине была табличка «Пускать всюду»... Отец говорил мне, что Ходасевич — лучший поэт, чем Маяковский, что кино «Барон Мюнхгаузен» хорошее и там все правда, а в фильме про войну «Освобождение» правды нет, и я верил ему.

Лариса. У Андрея была потрясающая семья. Наш маленький Андрюша — это вылитая бабушка, Антонина Николаевна, он даже стоит так, как она.

Андрей. Мама вбила в меня определенные понятия: вот это пустяки, а это нехорошо. Нехорошо было бездельничать. Приветствовались конкретное трудолюбие, интерес к чему-то, а не формальные оценки. Однажды мама мне сказала: «Если придешь и скажешь: «Я убил человека», я не спрошу за что, я буду думать, как тебя спрятать». Меня потрясли эти слова. Оказывается, мама так верит в меня, что даже если я сделаю что-то ужасное, она сочтет, что я прав, что у меня не было иного выхода, и она меня защитит. С малых лет для меня семья была тылом.

Лариса. Трудно поверить, что у этого человека, самого добросовестного из всех, кого я знаю, средний школьный балл был 3,62.

Андрей. Как цена на водку... Я убежал из дому, точнее, не из дому, а в жизнь, навстречу романтике, ночевал на вокзале. В шестнадцать лет мама застала меня с девушкой, которой было двадцать пять. Она



ЕСЛИ ТЕЛЕФОН НЕЗВОНИТ,
СЧИТАЙ, ЖИЗНЬ ТЕЧЕТ МИМО...

Мне нравятся успешные, состоявшиеся мужчины, которым нет нужды стирать пеленки и мыть посуду. У меня не вызывает умиления муж, который стоит у раковины и чистит картошку.

потом мне призналась, что первым ее желанием было убить эту девушку, но она поняла, что если в такой ситуации меня унижит, я никогда этого не забуду. Мама сдержалась и произнесла холодно: «У тебя там какая-то подруга, позови ее кофе пить». За этим кофе они даже обсудили, как на меня повлиять, чтобы я окончил французскую спецшколу, а не подался в ШРМ.

Лариса. А у меня мама была учительницей начальных классов. Когда я пришла в первый раз в первый класс, я должна была лучше всех учиться, лучше всех себя вести. Потом мама поняла, что меня надо перевести к другой учительнице, но привычка хорошо учиться осталась. По профессии я журналист, до рождения Андрюши у меня было много разных проектов, очень много работы.

Андрей. Когда мы поженились, Лариса больше меня зарабатывала, водила машину, а я не умел, она знала весь политический истеблишмент, имела огромные связи. И все равно я был главный в семье.

Лариса. Меня, наверное, мама так настроила: мужчина в доме должен быть первым. При этом второй план меня вовсе не огорчает, наоборот. Мне нравятся успешные, состоявшиеся мужчины, которым нет нужды стирать пеленки и мыть посуду. У меня не вызывает умиления муж, который стоит у раковины и чистит картошку. А потом унижает женщину за то, что не реализовал себя в жизни. В душе я осталась ленинградкой, но не страдаю от одиночества. Я, в общем, не нуждаюсь в какой-то закадычной подруге, которой я бы все выкладывала. У меня есть Андрей. А раньше была мама...

Андрей. Ларисина мама и отчим погибли в автомобильной катастрофе, когда ей было семнадцать лет. Она тогда училась в университете на первом курсе.

Лариса. Потрясение было страшным. Я осталась одна на свете. Ничего не умела, была единственной и любимой избалованной дочкой. Я понятия не имела, что мясо делится на говядину, баранину и свинину. О том, что у меня в доме есть крупы, узнала, когда оттуда полетели маленькие бабочки. Но сейчас я все умею, быт меня не угнетает. Работаю на АТВ вместе с Андреем, редактором передачи «Ночной полет», мне кажется, это нас еще больше сближает. А то, когда он уходил в одиннадцать вечера и приходил в три ночи, я не могла заснуть.

Андрей. Зато мне было что тебе рассказать! И вообще сближает мужчину и женщину не профессия, а что-то иное, необъяснимое... Когда я вел на радио «Диалоги о любви», ко мне приходили разные люди, многие до разговора казались мне железными, очень жесткими. Помню, как поразил меня рассказ Галины Васильевны Старовойтовой: в юности она была влюблена в портрет Моцарта.

С Ларисой мы живем двенадцать лет — это такое странное чувство, когда человек становится частью тебя, а ты частью его. Мы можем ругаться, но я не могу представить, что по квартире будет ходить какой-то другой человек.

Лариса. Андрей подарил мне идею собирать обезьян!

Андрей. А машину? Помнишь, ты говорила: «Хорошо бы про-



снуться утром, а под окном стоит джип». У меня не было денег на большой джип, и я купил маленький, «Тойоту».

Лариса. Ну, машины все дарят, машины, шубы, бриллианты... А вот идея — это да! У нас несколько шкафов набиты обезьянками — плюшевыми, фарфоровыми, из кокоса, из вулканической лавы, есть даже золотая обезьянка.

С Ларисой мы живем двенадцать лет — это такое странное чувство, когда человек становится частью тебя, а ты частью его. Я не могу представить, что по квартире будет ходить какой-то другой человек.

Андрей. Андрюша знает, что это не игрушки, а коллекция, в них нельзя играть.

Лариса. Но когда папы нет, он просит: «Давай возьмем одну обезьянку, поиграем в нее и положим на место». Андрюша занят у нас почти как папа: ходит в английский садик, в подготовительный класс, в бассейн и на музыку.

Андрей. Когда я хотел забрать его из музыкального училища, педагог по фортепьяно мне сказала, что у него есть талант. Ничего про его таланты пока не знаю. Мне нужно, чтобы у моего сына были три вещи в жизни: чтобы он был здоров, чтобы верил в Бога и чем-то всерьез увлекался. Потому что мужчина что-то должен делать со страстью.

Лариса. Пока, к нашему огорчению, страсть у него нарисовалась одна — к театру и к игре.

Андрей. Я его приводил на телевидение, мне казалось, это так интересно — камеры, студия, свет. Но он остался равнодушным. В театре же с ним что-то происходит, артисты вызывают у него дикий восторг.

Лариса. В Питере Андрюша ходил с няней на спектакль «Маугли», и ему так понравился Шер-Хан, что он попросил няню в антракте купить цветы и подарил актеру, игравшему Шер-Хана. Андрей теперь все время играет в Шер-Хана.

Андрей. Или ставит «Колобка», а потом затаскивает к себе в комнату моих гостей и там им показывает все в лицах. Из-за кулис его не

вытащишь, все там трогает, изучает, даже в Илзе Лиепу, которая играет в моем спектакле, пальчиком потыкал.

Лариса. Какой-то несовременный ребенок. Подруги жалуются, что их дети не отлипают от телевизора...

Андрей. Это какой-то особый склад ума — любовь к театру. Правда, я сам раньше думал: вот бы дожить до того мгновения, чтобы выйти на сцену и раскланяться. Если это случится, я, наверное, умру, потому что чего же еще желать.

Лариса. Как видишь, ты еще жив. Работу Андрея в театре я называю благотворительностью — это ведь не ради денег, а только ради искусства... А еще он обожает футбол и хоккей. Я бы никогда не подумала, что человек, рассуждающий об искусстве, драматург, режиссер, чистый гуманитарий, знает номера, под которыми играли хоккеисты нашей сборной двадцать лет назад.

Андрей. Я мало перед кем искренне трепетал в своих «Ночных полетах», у меня в конце концов было уже 1100 эфиров. Но когда передо мной сидят Третьяк, Михайлов, Петров, я робею, как мальчишка.

Лариса. А я немного робею перед Андреем и во всем его слушаюсь. У меня раньше просто комплекс был: увижу вещь, хочу купить, но говорю продавцам: «Подождите, я сейчас приеду, мужа привезу...» Что купить, что надеть в театр, как я выгляжу — не могу ничего решить без его совета.

Андрей. Вот и неправда. Это в мелочах Лариса теряется, а в главных вопросах она решительна и тверда. Надо было решить, делать или нет Андрюше операцию, и она решила — делать. Или однажды заявила категорически: «У нас будет ремонт с перепланировкой».

Лариса. Но я сразу предупредила: «Тебя это не коснется».

Андрей. Когда я «это» увидел, было полное ощущение, что в квартиру попала бомба. Во второй раз ремонт был уже окончен.

Лариса. Андрей называет меня менеджером по быту. Я сразу поняла, что сам он не на эту тему, я его не переделаю.

Андрей. Даже отцу это не удалось. У него были, что называется, золотые руки. Он сам построил дом за городом, от пола до потолка. Помню, мама лежала в больнице, отец со мной, маленьким, сидел и от нечего делать начал шить мне одежду на маминой машинке. Когда он что-то прибивал и мастерил, я всегда стоял рядом и держал гвозди, но это мне не помогло. А у Ларисы есть поразительная способность находить нужных людей. Прорвет какую-то трубу, из жэка является армия слесарей, Лариса почему-то выбирает самого маленького, Юру, и этот Юра становится человеком, который в доме делает все. А когда меня спрашивают, где у вас лежит молоток, я говорю честно: не знаю. И за двенадцать лет жизни Лариса меня ни разу за это не упрекнула.

Записала Татьяна Шохина

За тонус и упругость нашей кожи отвечает ее поддерживающая основа, состоящая из волокон коллагена и эластина, а также из гликанов. К сожалению, возраст и неблагоприятное воздействие окружающей среды ослабляют эту основу. К 40 годам на уровне дермы (поддерживающего слоя кожи) тормозится выработка волокон коллагена, эластина и гликанов. Как следствие формируются глубокие морщины и снижается упругость кожи. Микроциркуляция замедляется, в результате возникает отечность, накапливаются токсины. Только специальные средства могут остановить этот процесс и победить его последствия.

ЛифтАктив:

новейшие технологии против старения

Чтобы предотвратить развитие признаков старения кожи, Лаборатории VICHY разработали уникальную гамму средств по уходу за кожей лица **ЛифтАктив**. Ее главный действующий компонент Аминокин (растительный полипептид, полученный в процессе ферментации протеина сои) стимулирует воспроизводство собственных гликанов кожи, фибробластов, отвечающих за выработку коллагеновых и эластиновых волокон. Тесты *in vitro* показали, что Аминокин на 65% повышает синтез коллагена и на 68% — синтез гликанов по сравнению с исходным уровнем. В гамму **ЛифтАктив** входят 4 крема: дневные и ночной кремы для лица, а также крем для контура глаз. Все они гипоаллергенны и протестированы под контролем дерматологов. Благодаря стимулирующему действию Аминокина, они активизируют синтез коллагена и гликанов. Средства **ЛифтАктив** рекомендуется применять начиная с 35 лет. Входящий в состав **Дневного крема для лица ЛифтАктив** витамин А способствует

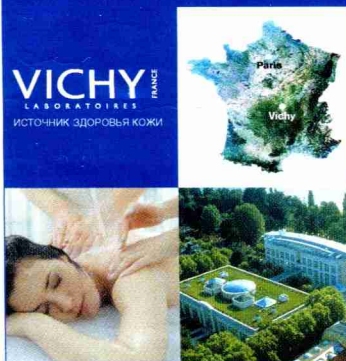


обновлению клеток, а уникальный антиоксидантный комплекс Аргинин РСА + витамин Е нейтрализует свободные радикалы. Преждевременному старению, вызванному разрушительным воздействием УФ-лучей, препятствует система фильтров **Mexoryl®SX**. Термальная Вода VICHY, входящая в состав всех средств этой марки, успокаивает кожу, снимает раздражение и повышает естественную защиту. **Дневной крем ЛифтАктив для сухой кожи** содержит

дополнительные питательные и увлажняющие компоненты. **Ночной крем ЛифтАктив** дополняет действие дневного. В его состав входят фитопептиды (биомолекулы, полученные из протеина пшеницы), которые усиливают действие Аминокина. Обладая дренажным эффектом благодаря содержанию Гинкго Билоба, **ЛифтАктив ночной крем** способствует выведению накопившихся токсинов и позволяет устранить утреннюю отечность. Всего за один месяц применения упругость кожи повышается на 24%. Для достижения максимального эффекта рекомендуется наносить крем путем специального массажа. Аромат содержащихся в нем эфирных масел доставит особенное удовольствие при его использовании. Для самой чувствительной кожи контура глаз необходимо специальное средство. **ЛифтАктив для глаз** эффективно борется с образованием морщин и повышает упругость кожи век. Помимо основных действующих веществ, в нем содержится кофеин, устраняющий темные круги и отечность, а также оптические микрочастицы, позволяющие сделать темные круги под глазами менее заметными. **Крем для глаз ЛифтАктив** протестирован офтальмологами — он подходит для чувствительных глаз и для тех, кто носит контактные линзы.

Лаборатории VICHY приглашают в Виши!

Конкурс завершен!



26 февраля 2004 года специальное жюри, состоявшее из представителей компании VICHY и журналистов ведущих женских журналов, подвело итог Конкурса и определило 5 главных победителей.

Ими стали:

Завалко Елена Александровна, г. Самара
Кротова Елена Станиславовна, г. Новосибирск
Смольская Наталья Владимировна, г. Березовский
Теплов Владислав Алексеевич, г. Краснодар
Чернолуцкая Галина Федоровна, г. Новокуйбышевск

Сердечно поздравляем победителей, каждый из которых награждается поездкой на двоих в город термальных источников Виши, Франция. Жюри также определило 400 участников, занявших второе место, которые получат наборы косметических средств VICHY. Полный список призеров можно увидеть на www.vichy.com

VICHY. ИСТОЧНИК ЗДОРОВЬЯ КОЖИ

Продается исключительно в аптеках.
 При выборе средств проконсультируйтесь у фармацевта.

Диагностика Вашей кожи на www.vichy.com на русском языке.
 Горячая линия VICHY: (095) 725-63-80

Не такие, как все, «белые вороны»... Над ними посмеиваются, к ним относятся с подозрением — они же непредсказуемые, с ними трудно общаться, в лучшем случае их называют чудаками. Но непохожесть на других — это не только стремление «выпендриться». В ней зачастую запрятано творческое начало личности.

Кошелек или жизнь

Оскар Уайльд предупреждал любознательных: «Не спрашивайте, и вам не солгут». А вот Ольгу можно спросить о чем угодно, даже сколько денег у нее в портмоне, и она не слухавит.

Ее кошелек без конца опустошают, зная, что Ольга безотказно дает взаймы и не всегда помнит, кому и на какой срок. Она отнюдь не Ротшильд, а просто очень наивная, как полагают одни, или глуповатая, как считают другие, но исправно пользуются ее простотой.

Репутацию бесхитростной дуручки Оля заслужила еще в школе. У нее можно было попросить на денек хоть свитер, хоть сережки и не отдавать полгода — Ольга не скандалила, не требовала назад своей собственности и не укоряла девчонок в необязательности. На самом сложном вступительном экзамене в институт она блестяще ответила на два вопроса, а про третий, не зная ответа. Преподаватель был ошеломлен такой честностью и поставил абитуриентке «отл». Но, естественно, не всегда правдивость служит Ольге добрую службу. Ее часто обманывают, пользуются доверчивостью и незлобиво-

стью, но она словно бы не замечает этого.

Когда Ольга выходила замуж, подружки ее напугивали: «Ну будь хоть немного поумнее. С мужчинами так нельзя — по-доброму и по-честному: на голову сядут!» Однако муж почему-то об Ольге заботится и ей не изменяет. Может быть, его мужской охотничий азарт не разгорается, потому что обмануть жену ничего не стоит?... А Ольга продолжает быть самой собой: не подозревает людей ни в чем плохом, верит им на слово, безотказно дает взаймы. И сейчас уже ни у кого из нас не повернется язык назвать это глупостью.

Мария Парфенова

Чего ей не хватает?

До восьмидесяти лет этой женщине нечего было завидовать. Схоронила она двух мужей — одного еще в юности, второй же, горячо любимый, пропал без вести под Смоленском, оставив ей сына. И сын недолго пожил, погиб по неслучайности. Жила Любовь Михайловна одна-одиночка на краю вольно раскинувшейся на берегу большой реки деревни. Маленькая, ростом с первоклашку, она в этой деревне два дома сложила, плотничала не хуже

мужика, и это вызывало раздражение односельчан. Тем не менее звали Любовь Михайловну на все важные семейные события — она знала наизусть молитвы, каноны, акафисты и за неимением на селе батюшки читала над покойниками. Вела Любовь Михайловна дневничок, в который записывала услышанную по радио цитату из Достоевского, которого она, конечно, не читала, или собственные мысли. Словом, очень странная была женщина, поразительно яркая и самобытная.

Родни у нее не было, с соседками она не дружила, ни в чьей помощи не нуждалась, ни у кого не одалживалась и слыла чудной. В деревне на нее смотрели почему-то косо. А когда Любовь Михайловна с подачи заезжего столичного художника, научившего ее рисовать, прославилась, и вовсе невзлюбили. От этого занятия восьмидесятилетняя Любовь Михайловна не разбогатела — ее скупленные за бесценок картины умные люди перепродавали с пользой для себя, а ее одаривали красками и холстами, баночкой растворимого кофе, коробкой чая, конфетами. Писать маслом волжские пейзажи с фигурками людей ей безумно нравилось, но от славы русского Пиромани она скорее страдала. Очень уж завидовали одно-

кой старухе в деревне: к ней без конца кто-то приезжал, огонек в избе горел до ночи. «Все ей неймется, до утра свет жжет», — с неприязнью говорили односельчане. И о художествах ее отзывались неодобрительно, и даже умение плотничать ставили в пику. Людей ярких и талантливых вовсе не так любят, как принято считать. Причем в среде, где люди не дают себе труда лицемерить, это гораздо заметнее.

Елена Сылко

Ноги мои, ноги...

Никогда бы княжна Болконская не сказала о себе: «У меня прекрасные глаза!» А вот Галка Федотова так и говорила: «Посмотрите, какие у меня изумительные ноги!»

Эти ноги первыми в Москве надевали золотые сапоги и сапоги-чулки, натягивали ботфорты, вставляли на платформу и опускались на модную плоскую подошву. Галка не пила, не ела, ходила в старом плащике на подстежке все три холодных сезона, но ноги ни в чем не знали отказа — ни в итальянских лодочках, ни в греческих сандалиях, ни в самых дорогих колготках.

Все было бы ничего, если бы наша подруга не восхищалась постоянно своими нога-

ми вслух и не выставляла их на всеобщее обозрение, так что иной раз случалось об них споткнуться. Естественно, это вызывало прямо противоположную реакцию, и никто уже не хотел смотреть на длинные ровные палочки, обутые в бледно-сиреневую замшу до колена или еще во что-то дорогостоящее. Ребята из нашей компании даже говорили, что им Галкины ноги не нравятся.

Лев Толстой вместе с лучистыми глазами княжны Марьи упоминал ее тяжелую походку и нескладную фигуру. Галка же на свои дефекты не обращала никакого внимания, помня только о прекрасных ногах. Это было странно, потому что женщина обычно заикливается на своем недостатке, а не на достоинстве.

Двум женихам Федотова отказала, они были недостойны таких ног, а третий так и не появился. Бедная девушка не заметила, как подросло новое поколение, у женской половины которого ноги ничуть не хуже, а то и лучше Галкиных. Своими она продолжает упорно восхищаться, что людей незнакомых повергает в оторопь. «Какая-то она странная», — удивляются они. А ничего странного в Галке изначально не было: в меру способная, в меру добросовестная, в меру начитанная и симпатичная, ничего особенного. И женская ее судьба могла бы сложиться обычным и не самым худшим образом — вместо этого, повернувшись мозгами на своих ногах, Галка сама из себя сделала белую ворону. Мужчины бегут от нее как от огня.

Людмила Широкова

Быть или не быть?

В сорок лет моя двоюродная сестра поняла, что не знает, зачем живет и в чем смысл жизни. Для матери двоих детей, имеющей нормальную профессию и благополучную семью, довольно странный вопрос. Но Людмила всегда отличалась умением загрузить себя и окружающих «глобальными» вопросами.

Сначала Людмила бросилась в библиотеку. Вместо того чтобы прочитывать, как прежде, на сон грядущий детективчик, стала изучать восточную философию. Через некоторое время из воскресных обедов исчезли пироги, а потом, постепенно, вообще все вкусное. Людмила всем сердцем восприняла идею о том, что, потакая своим прихотям, духовно никогда не возвысишься. Животная пища отяжеляет ум и развращает тело. Она планомерно морила голодом себя и всю семью, пока муж и дети не взбунтовались. Сначала сестра их терпеливо убеждала, но вскоре махнула на ближних рукой: пусть едят, что хотят. Она изучала даосизм, а даосам, как известно, все до лампочки.

Краситься и прихорашиваться Людмила перестала, научилась стоять на голове и медитировать. Не знаю, что давала ей медитация, но Людмила исправно сидела по часу в позе лотоса, не отвечая на вопросы домашних. Теперь у нее новая фаза — Восток почти забыт, она штудирует русских богословов.

Все удивляются снисходительности Людино мужа, который варит пельмени, жарит покупные котлеты и ни на

что не жалуется. Впрочем, у них всегда была хорошая семья, сейчас она проходит испытание «смыслом жизни».

Смешно? Да как сказать. На первый взгляд вроде бы и смешно, и нелепо — обычных людей такие вопросы перестают интересовать лет в двадцать. Но это еще не значит, что отсутствие интереса к глобальным проблемам бытия — норма. Может быть, норма как раз другое?

Ю.Г.

Китайская ваза

Если я прихожу в гости в открытом платье, почему-то все являются в джинсах, и я чувствую себя голой. А если уверена, что форма одежды вольная и прихожу в джинсах, остальная публика блистает туалетами. Я никогда не могу угадать, как надо выглядеть, что говорить и как себя вести, чтобы не угодить впросак. Входя в офис новой конторы, я от смущения сшибаю пару телефонов, а под потолком почему-то с треском перегорает лампочка. Люди смотрят на меня с подозрением, — и правильно делают. Самые невинные мои поступки приводят к совершенно непредсказуемым последствиям.

Еще в самом начале зимы я «посеяла» перчатки. У меня так замерзли пальцы, что, войдя в дом, немедленно бросилась к плите греть руки. Чиркнула спичкой — в руках взорвался коробок, не причинив мне вреда, но опалив рукав шубы. Я честно обзвонила десяток ателье и нашла наконец меховое. На следующий день оттащила шубу в ремонт, приемщица была со мной чрезы-

чайно любезна и сказала, что сделают все через три дня. На всякий пожарный, чтобы не ездить лишний раз на другой конец города, я явилась за шубой через неделю — приемщица заболела. Потом были праздники, потом у нее тяжело заболел отец, и только еще через одну череду праздников и болезней, в начале весны, мне удалось вызволить свою шубу. Моя мама говорит, что мне, как князю Мышкину из «Идиота», надо держаться подальше от китайской вазы. Но дело в том, что эти вазы буквально обступают меня со всех сторон. Знакомые удивляются, как меня держат на работе, каким я могу быть дизайнером, если у меня все валится из рук. Я и сама недоумеваю, но, наверное, дело в том, что на работе я думаю о том, что делаю. А во всех остальных случаях действую, как получится, не вникая, абы как. Я даю себе слово с завтрашнего дня начать жить аккуратно и вдумчиво, но, уже засыпая, вскакиваю как ошпаренная от крика:

— Светка! Ты опять меня залила!

Это сосед, который почему-то относится ко мне снисходительно, кричит с нижнего балкона.

Но ведь я починила кран! Я всегда мою всю посуду!.. Оказывается, забытая в раковине десертная ложечка перекрыла слив, а кран, который еще утром молчал, вечером закапал и накапал к ночи полную раковину. И река вышла из берегов... Я громко извиняюсь, свешиваясь с балкона, и хватаюсь за тряпку. Неужели, чтобы быть как все, надо думать о каждой маленькой ложечке?!

Светлана Л.

Лицо на двоих

Год назад певица Любаша выпустила вторую сольную пластинку; три года назад автор песен Татьяна ЗАЛУЖНАЯ, обеспечившая хитами многих эстрадных звезд, придумала сценический образ Любаши. А десять лет назад дипломированный инженер Залужная оставила карьеру программиста.

Сегодня на счету у Татьяны Залужной около 200 песен: часть — под псевдонимом «Любаша» — исполняет она сама, часть — другие артисты, а часть лежит «в архиве», ожидая своего часа. Всему этому предшествовала череда нетривиальных поступков, каковые — по общему мнению — едва ли могли привести к удаче.

— **Сколько вам было лет, когда вы окончательно переехали в Москву?**

— Около тридцати.

Когда я пришла к начальнику и сказала, что ухожу, он удивленно посмотрел на меня и спросил: «Ты нашла работу лучше?»

Он представить не мог, что можно просто так уйти.

— **Не возникало опасений, что все происходит...**

— ...позже, чем положено? Конечно, такие мысли были.

— **Зачем же вы поступили в технический вуз? Может, стоило с самого начала уйти в музыку?**

— В тот период я толком не понимала, почему решила получить диплом инженера. Я окончила музыкальную школу по классу фортепиано, всегда пыталась писать музыку, занималась аранжировками. Но по большому счету выбора не было. В Запорожье, где я жила, были музыкальное училище, куда мне не рекомендовали поступать, технический институт и педагогический вуз с музыкально-педагогическим факультетом. И все. После института мне повезло: я устроилась работать в НИИ, считавшийся в городе очень престижным. Мы делали компьютерные программы на экспорт, нам очень хорошо платили: я получала почти в три раза больше, чем мои дру-

зья-инженеры. Я проработала там три года и в 1993 году ушла.

— **А вы, Татьяна, были хорошим программистом?**

— За три года сложно стать асом программирования, но определенных успехов я достигла. Я в работе очень амбициозна: всегда стремлюсь к тому, чтобы быть первой. Любому делу нужно отдаваться полностью. Так было и в институте, и на работе, и с такой же установкой я пишу песни. Я понимала, что музыкой нужно

заниматься, как-то развиваться. И когда я начала проявлять активность, вдруг мне навстречу стали двигаться интересные люди. Когда ты стоишь на месте, ничего не происходит, к тебе домой никто не придет, но стоит сделать первый шаг, и тут же все меняется. Я встретила с профессиональным гитаристом, показала ему свои песни, и мы сделали первые гитарные аранжировки. Получилось что-то необычное: не попса, не чистый рок и не фолк. К сожалению, через полгода этот музыкант умер. Я пыталась дальше

экспериментировать с аранжировками и в какой-то момент четко осознала, что из Запорожья нужно переезжать в Москву, где больше возможностей для самореализации и музыкальных заработков. А в Запорожье рамки ограничены. Я приходила устраиваться на работу в местный клуб и говорила: «У меня вот такие песни, я умею петь, давайте я буду у вас работать». Директор клуба мне в ответ: «Песни замечательные, но их никто не знает. Выучи чужие шлягеры и исполняй их на здоровье». Мне это было неинтересно. Потом мы пытались делать музыкальные спектакли, собралась команда из пятнадцати профессиональных актеров, режиссеров и хореографов, мы снимали зал городской филармонии и ставили песенные спектакли за свой счет. Зрители были довольны, но мне часто говорили: зачем тебе все это? Зачем выбрасывать столько денег? У людей останется что-то в памяти, ну и что?

— **Интересно, как отреагировали ваши родители?**

— И друзья, и родители были шокированы уходом из института. Они не предполагали, что в музыке у меня что-нибудь всерьез получится, и не верили, что я смогу с помощью песен реально зарабатывать деньги. Поначалу я действительно не знала, как зарабатывать.

— **Вас тогда кто-нибудь поддерживал финансово?**

— Я подрабатывала в местной филармонии: выступала на концертах с романсами, обеспечивая себе «прожиточный минимум». Но все равно нужно было куда-то дви-

— **И сколько таких спектаклей вы сделали?**

на один из текстов Алла Пугачева написала музыку и я должна к ним подъехать, чтобы подписать договор. Песня называлась «Аист», Пугачева написала ее для Кристины Орбакайте. Впервые она прозвучала в новогоднюю ночь 2001 года. Я решила, что это какой-то знак. А летом мы приехали к Пугачевой, чтобы показать ей наш музыкальный материал. Песни ей понравились, и она записала одну из них — «Будь или не будь» — в дуэте с Максимом Галкиным. Позже Пугачева придумала проект нашей совместной пластинки.

— Не страшно было с Пугачевой знакомиться?

— Нет, она общается очень просто, без всякого пафоса. Главное — ей должно понравиться то, что вы делаете.

— Сейчас вы продолжаете писать песни для других исполнителей?

— Да, для того чтобы жить в Москве, нормально зарабатывать и вкладывать деньги в создание и запись песен, я научилась писать шлягеры для эстрады, но мое основное дело — писать песни для себя. Главная певица для меня — это Любаша. Чтобы записывать свои пластинки в достойной студии, делать качественные аранжировки и работать с хорошими музыкантами, нужны определенные средства. Если любой музыкант запишет хотя бы одну песню на профессиональной студии, он приложит все силы, чтобы достать деньги и остальные песни записать в таких же условиях.

— А вам комфортно в шоу-бизнесе?

— Я бы сказала, что шоу-бизнес — это в принципе некомфортная среда. Это жесткий и жестокий мир, где люди не всегда разбираются в средствах, которыми они пользуются. Иногда после очередной музыкальной тусовки мне очень хочется уехать в лес и просто подышать свежим воздухом.

— А можно ли, не встраиваясь в тусовку, отлично вести свои дела и успешно продавать песни?

— В шоу-бизнесе есть люди, которые не подстраиваются под среду — например, Павел Кашин или Игорь Саруханов. Мне же самой в итоге пришлось пойти на компромисс: я пишу песни для эстрады и песни для себя. И при этом постоянно учусь: сейчас мой материал на порядок лучше, чем на первой пластинке с Пугачевой.

— А каковы минусы ситуации, когда ты не такой, как все?

— Например, ты можешь не найти спонсоров. Запись песен и их продвижение, повторюсь, требуют солидных вложений. Общение со спонсорами — отдельная, сложная наука, которую я до сих пор не освоила. Обаять спонсоров — это почти искусство. «Белым воронам» нужно иметь рядом с собой специального человека, который помогал бы им решать все организационные проблемы. Рядом со мной — мой директор, человек, который оставил собственный бизнес и переехал в Москву. Он умеет оценить ситуацию, грамотно представить меня и предложить мой материал. Он может четко сказать: вот эта песня стоит столько-то. У творческих «белых воронов» обязательно должен быть такой менеджер.

— А если менеджера нет?

— Тогда ничего не получится. Если «белые вороны» не смогут найти поддержку, они вряд ли продадут то, что умеют делать. Или они сами должны меняться и осваивать новые навыки.

— Где легче быть «белой вороной» — в Москве или в Запорожье?

— В Москве есть масса возможностей для работы. Здесь одиночество можно скрасить деятельностью. А в Запорожье возможностей для самореализации гораздо меньше. Я знаю талантливых людей, которым в Запорожье душно и тесно. В Москве же можно реализоваться в разных направлениях, есть много разных субкультур и неформальных творческих организаций. В провинции, если тебя «не принимают», ты обречен на одиночество.

— А одиночество может быть полезным?

— Человек должен быть одинок, иначе он никогда ничего не напишет. Это касается не только создания песен. Если человек будет все время проводить в каких-то компаниях, у него не останется времени, чтобы просто подумать. Но с другой стороны — творческий человек должен иметь свою аудиторию. Проще говоря, он должен быть хоть кому-то интересен и понятен.

Беседовал Денис Сергеев



**«Всё!
Конец твоей аллергии!»**

Если у вас аллергия, это не значит, что вы должны отказывать себе в простых радостях жизни. Справиться с аллергией вам поможет препарат нового поколения ЛОМИЛАН®.

- Он действует 24 часа, не вызывая сонливости и не снижая внимания во время вождения автомобиля.
- ЛОМИЛАН® совместим с приемом алкоголя и лекарственных препаратов.
- Теперь вы можете радоваться жизни в полной мере. Одной таблетки достаточно, чтобы через полчаса и на целый день вы забыли об аллергии.
- Для детей ЛОМИЛАН® выпускается в суспензии с вишневым вкусом.
- Спрашивайте ЛОМИЛАН® в аптеках вашего города.

Теперь можно всё!



Представительство Лек д.д. (Словения) в РФ
119002, Москва, Старокожуховский пер.,
дом 10/10, стр.1

ЛОМИЛАН®

лоратадин
при аллергических заболеваниях

Вход для посторонних

Психолог-консультант, член Независимой психиатрической ассоциации Татьяна ЯЗЫКОВА убеждена: именно «белые вороны» благодаря нетривиальному мышлению способны достичь социального успеха. Недаром их много среди представителей бизнеса.



Если верить социологам, «белых ворон» среди нас не так уж и мало. Более 30% соотечественников, опрошенных компанией КОМКОН, полностью согласились с утверждением «Я веду себя так, как мне нравится, не беспокоясь о мнении других», а 26% признались, что им «нравится быть за рамками стандартов». Причем это стремление почти в равной степени свойственно и мужчинам, и женщинам.

— Я бы разделила всех «белых ворон» на две группы: «осознанные» и «неосознанные». Осознан-

ные — это те, кто признал собственную уникальность и научился использовать ее для достижения своих целей. Обладая пробивными способностями, творческим, нестандартным мышлением, «белые вороны» продираются сквозь нормы социума; часто их действия вызывают непонимание у окружающих. Неосознанные «белые вороны», как правило, не очень успешны. Они довольно рано начинают понимать, что они не такие, как все, что им сложно находить язык с другими, что у них свое особенное видение мира. Но они не ценят свои особенности и пытаются всячески подстроиться под социум. Первые вопросы, которые они задают на консультации: «А как надо?», «А как правильно?» «Как люди обычно поступают в таких случаях?» Такой подход не всегда продуктивен. Иногда приходят удивительно талантливые люди, но они изо всех сил стараются стать средними, удобными для окружающих.

В большинстве случаев так происходит потому, что рядом с ними не оказалось человека, который одобрил бы их уникальность. Часто это происходит в семьях, где родители слишком ориентированы на выполнение стандартов и таким же образом воспитывают детей: прилежно учись, не разговаривай на уроках, все фантазии и выдумки — потом, вначале выполни домашнее задание. Если семья давит, ребенок сломается, и это создаст проблемы в будущем. Лет десять назад ко мне привели девочку, которая на уроках все время вышивала, делала какие-то украшения, раздражая учителей. Родителей постоянно вызывали в школу. Дома девочка вертелась перед зеркалом, что-то шила и перешивала, мало думая об уроках. Родители были страшно расстроены: они надеялись, что дочь продолжит семейную традицию и займется химией. Девочка с трудом окончила школу, родители запихнули ее на химический факультет, но в итоге она бросила институт и вернулась к шитью. Сейчас это известнейший в Москве дизайнер. Человек прошел через бесконечный прессинг учителей и родителей, которые доказывали, что он занимается не тем, чем надо. Кстати, многие успешные сегодня бизнесмены в детстве и юности не вписывались в требования социума. Как правило, это были непослушные прогульщики. Но бунт против навязываемой дисциплины совсем не отрицает их дисциплины внутренней. «Белые вороны» довольно рано сами себе устанавливают законы, по которым живут. Иначе, наверное, они не достигли бы намеченных целей.

ФАИНУ РАНЕВСКУЮ отличало редкое сочетание: независимый характер, ум, скепсис и юмор. Раневская не переносила диктата режиссеров и легко переходила из театра в театр. Она сыграла много прекрасных ролей, но осталась ими недовольна. Какая из актрис, кроме Раневской, могла так сказать: «Ничего я не сделала — только пискнула...» И вела себя Фаина Георгиевна всегда необычно, в стиле «белой вороны». Однажды в гримерной она стояла совершенно обнаженной и курила, как вдруг к ней — без стука — вошел администратор. И — ошарашенный — за-



мер. Раневская спокойно спросила: «Вас не шокирует, что я курю?»

Почти каждого из известных людей отличали какие-то особые привычки. Древнегреческий философ Диоген предпочитал жить вне общения, в бочке. Если вспоминать философов, то практически каждый из них отличался какой-нибудь причудой или суммой причуд. К примеру, **АРТУР ШОПЕН-**

Вообще говоря, люди, достигшие высот в бизнесе, — это яркие представители «осознанных белых ворон». Причем они идут против правил не только в детстве. Один из моих бывших клиентов работал на военно-режимном предприятии, потом уволился, поскольку не выдержал режимной дисциплины, не хотел быть винтиком. Он занял денег, вложил в собственное дело и прогорел. Но это его не остановило, он продал квартиру, ночевал у друзей, вызвал всеобщее осуждение родственников, от него ушла жена, но он снова рискнул, и бизнес получился. Теперь жена кусает локти, но поздно. Для взрослой «белой вороны» вообще характерна способность менять формы занятости и постоянно осваивать новое. Как правило, эти люди имеют не один диплом. Они осваивают несколько видов деятельности, пока не находят ту, в которой им максимально комфортно. Не случайно, у многих успешных предпринимателей несколько разных видов бизнесов. Иногда «неосознанным белым воронам» удается превратиться в «осознанных», но это очень долгий процесс. В подростковом возрасте этот переход еще можно как-то ускорить; чем старше становится человек, тем сложнее переход — дольше период бесконечных и безрезультатных поисков себя. Тем не менее многим взрослым людям удается измениться, найти свой индивидуальный стиль, избавиться от одиночества и стать более смелыми, научившись гибко работать с запретами. Для «белых ворон», оценивших свою уникальность, не существует таблички «Посторонним вход воспрещен». Любой запрет устанавливают живые люди, и «белые вороны» это отлично понимают. Они готовы взаимодействовать с этими людьми, чтобы добиваться своих целей. Главное — результат, и поэтому «белые вороны» не считают запрет. Всегда нужно уметь высунуться, проигнорировать отказ и пойти дальше. А если человек социально тревожен, он остановится и скажет: мне не разрешили. Тот же, кто социально смел, будет искать другие пути. Причем социальную смелость можно развивать в самых обычных ситуациях: когда вы спрашиваете дорогу, когда вы заговариваете с прохожим, когда вы свободно общаетесь с сотрудником ГИБДД или устраиваетесь в службу социологического опроса. Образ «белой вороны» нередко ассоциируется с одиночеством и необщительностью. Действительно, одиночество — состояние, характерное для многих «белых ворон». Они реализовали все заданные планы, их дело отлично работает, появилась финансовая свобода, но негибкость и бескомпромиссность, которые на начальном этапе были основой пробивной силы, впоследствии ста-

ли причиной одиночества, неспособности построить личную жизнь. Люди все силы и психологические ресурсы вкладывали в бизнес, а частную жизнь ставили на третье — четвертое место. И сейчас, достигнув социальных высот, они приходят к психологам за гибкостью, которая помогла бы им построить семейную жизнь.

В целом одиночество — решаемая проблема. Рецепт прост: ищите себе подобных. Ищите «однополовых» людей, с которыми вам хорошо. Другое дело, что одинокие люди, ежедневно повторяющие «я никому не нужен», могут задать самим себе простой вопрос: а мне кто-нибудь нужен? Человек вдруг обнаруживает, что он одинок, телефон не звонит, с днем рождения никто не поздравляет, захотелось пойти в кино, а не с кем. Но нужно спросить себя: а когда я сам в последний раз кому-то позвонил? И окажется, что этих звонков не было сто лет. Человек забывает о собственной инициативе в общении, ему хочется, чтобы инициатива всегда исходила от других. Но общение всегда нужно поддерживать с двух сторон, иначе оно засыхает.

Второй важный вопрос — насколько у вас вообще велика потребность в общении? Есть люди, у которых эта потребность изначально велика, у них масса знакомых, а есть люди, которые по темпераменту не нуждаются в огромном круге общения. Существуют вещи, привлекающие их больше, чем общение: книги, природа и т.д. Но тут вступают в силу нормы социума, одиноким людям постоянно твердят: у тебя должны быть друзья, твой телефон должен звонить. Иногда следование этим нормам ведет к надуманному общению. А на самом деле человеку хорошо одному. Ему вполне хватает одного друга или одной подруги. Важно честно себе в этом признаться, успокоиться и наслаждаться одиночеством. И научиться ценить свой уникальный стиль общения.

Как правило, качества, присущие «белым воронам», чаще встречаются у людей до 30 лет. С течением времени взаимоотношения общества и «белых ворон» меняются. Происходит своего рода взаимная адаптация. Дело не в том, что «белая ворона» сознательно выстраивает компромисс, это просто появление мудрости. Люди, достигнув многого, перерастают этап яростной борьбы с окружающими людьми, правилами и нормами. Когда человек становится социально успешным, он начинает спокойнее принимать правила социума, да и социум для таких людей раздвигает свои рамки.

Записал Денис Сергеев



ГАУЗР. Он был холостяком, чурался не только женщин, но и друзей. Надев старомодный фрак и аккуратно повязав шею белым бантом, он в установленный час шел обедать в близлежащий ресторан. Совершал длительные прогулки, на ходу разговаривая с самим собой. Его постоянным спутником был белый пудель. Шопенгауэр-младший — так называли его соседи. Или вот русский мыслитель **НИКОЛАЙ ФЕДОРОВ**, умерший в начале XX ве-



ка, в 1903 году. Его прозвали «московским Сократом». Он жил в каморке. Обедал чаще всего хлебом с чаем без сахара, спал на голом сундуке. Ходил пешком и ни копейки не тратил на развлечения. Все заработанные деньги отдавал нуждающимся, а остаток тратил на покупку книг. Не имея никаких амбиций, никогда не подписывал статей своей фамилией.

Расскажи мне сказку



«Расскажи сказку, ну расскажи», — канючит ребенок. «Отстань, — отмахивается мама. — Такой большой, а все сказки подавай!» И «большой», которому всего-то семь-восемь лет, пристыженно умолкает.

На самом деле взрослые тоже любят сказки. Вспомните бесконечные телесериалы, где герои делятся на плохих и хороших — без полутонов; происки злодеев мешают героям добродетельным обрести свое счастье; и, наконец, в финале добро побеждает зло. Все как в сказке.

Но в отличие от взрослого ребенок не просто любит сказки, для него сказка — это мир, в котором он живет. Каждый сантиметр пространства вокруг себя он населяет удивительными маленькими и большими существами; самые обыденные предметы в его сознании живут своей собственной, насыщенной и интересной жизнью: своя история есть у снежинки, тающей на воротнике шубы, у божьей коровки, залетевшей в комнату, и у одинокого фонаря под окном... Мне кажется, нет детей, лишенных воображения, но есть дети с фантазией закрепощенной, как бы спрятанной от посторонних глаз. Думаю, что в этом как раз виноваты мы, взрослые, слишком серьезные, считающие сказку чем-то глуповато-ребячливым, вроде коротких штанишек, из которых нашему чаду надо скорее вырастать. Часто сказку считают бессмысленным развлечением, мешающим учебе. Я глубоко убеждена, что это грубая ошибка. Сказка — это самый верный и короткий путь к детскому разуму и сердцу (как, впрочем, и игра!). С помощью игры и сказки значительно легче привить ребенку многие навыки, научить

ладить с другими детьми и со взрослыми и, конечно, обучить наукам.

Когда я первый год работала вожатой в пионерском лагере, я вдруг заметила, что даже огромный отряд мгновенно укладывается спать, если на ночь обещана сказка. Палаты соревнуются: кто первый ляжет, тот и будет сказку слушать. До сих пор мне непонятно негодование моей напарницы: «Я им говорю: «Спать», а тут ты им что-то рассказываешь! Нечего их баловать!» В следующие годы моего вожатства с напарницами мне везло больше, поэтому половина отряда слушала мои сказки, а половина — сказки второй вожатой.

Работала я и в школе, преподавала литературу и русский язык. На каждом уроке русского языка у нас был кусочек забавной сказки: в придуманных мной грамматических текстах, в моем рисовании на доске, в детских сочинениях по картинкам и даже в объяснении трудных правил.

Довелось мне поработать и ночной няней в интернате. Сто детишек разного возраста (от 8 до 15 лет), большей частью мальчишек, и я, двадцатилетняя студентка. А дети непростые. Особенно старшие. Меня опять спасли сказки! (Пятнадцатилетним я, конечно, рассказывала фантастику.) Времени, к сожалению, на всех не хватало. Были и обиды. А рассказывать приходилось самым неумным — несправедливо, конечно. Директриса, диктатор по натуре, считала, что я зарабатываю «де-

шевый авторитет». По ее мнению, «дорогой» авторитет зарабатывается криком, угрозами, давлением и наказаниями — словом, подавлением личности и воспитанием страха.

К несчастью, взрослые часто пытаются говорить с детьми на языке подавления или, наоборот, нелепого сюсюканья. А я убеждена, что с ребенком, даже самым маленьким, нужно говорить серьезно, на равных, но на понятном ему языке. Сказка — и есть язык детства. Поэтому не отмахивайтесь от просьбы своего ребенка. При любой возможности, когда хоть чуть-чуть возникает просвет в домашних делах, или на прогулке — обращайтесь к сказке. Читайте — благо ярких и хороших детских книг появилось немало, рассказывайте по памяти или даже сочиняйте, если сумеете. Дети всегда очень любят, когда их родите-

ли сами придумывают для них стихи и сказки.

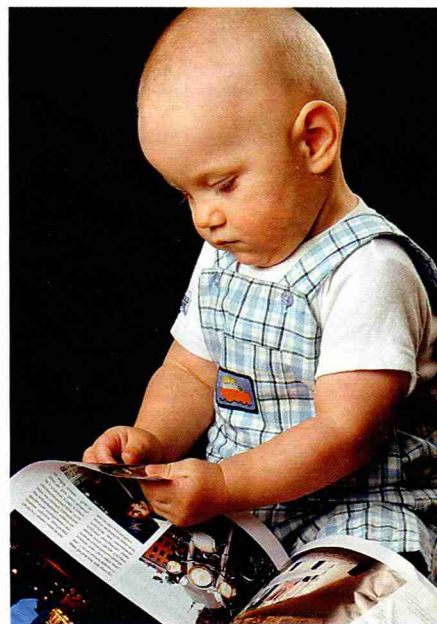
В моем детстве папа с ходу рассказывал мне многосерийные истории (синтез сказок разных народов). Я их очень любила, хотя, наверное, они не были литературным шедевром. Восторг был от таинственной темноты, в которой, словно ковер, из знакомых и незнакомых сюжетов сплеталась новая, ни на что не похожая сказка; от того, что ее придумывал ПАПА ДЛЯ МЕНЯ. К слову сказать, многих родителей удручает, что дети просят по сто раз перечитывать им одну и ту же книгу, даже если они знают ее наизусть. На это трудно не раздражаться, но знайте, что через это проходят все дети. Это необходимый этап развития личности. Кстати, таким образом дети усваивают и отрабатывают языковые конструкции. Сказ-

ка мощно развивает речь. Поэтому терпите и читайте.

Но вернемся к придумыванию сказок. Одна талантливая бабушка, вплетая в свои необыкновенные истории сюжеты романов Дюма, остросюжетных фильмов и фантастических книг, главной героиней делала свою слушательницу — внучку.

Знаю другую бабушку, сочиняющую стихи для своих внуков. Мальчишки в восторге: родная бабушка и — стихи! Пусть бабушка не Агния Барто, но ведь своя, родная! Конечно, эта бабушка и Агнию Барто внукам прочитала.

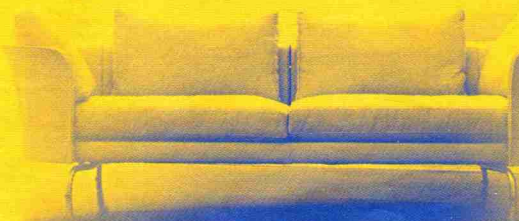
Главный совет сказочникам такой: не сводите сказку к простому нравовучению: вот не мыл Иванушка-дурачок руки — у него живот заболел. В сказке должно быть чудо. Чудесное объяснение мира — это как защита для вашего ре-



бенка, шаг за шагом вступающего в мир, который может и напугать его. Будьте рядом с ним со сказкой наготове.

Татьяна РИК

**1 2 - Я М Е Ж Д У Н А Р О Д Н А Я
С П Е Ц И А Л И З И Р О В А Н Н А Я
В Ы С Т А В К А - Я Р М А Р К А М Е Б Е Л И
И С О П У Т С Т В У Ю Щ И Х Т О В А Р О В**



П Р И Г Л А Ш Е Н И Е



1 1 - 1 5 м а я 2 0 0 4

М О С К В А , К В Ц « С О К О Л Ь Н И К И »





В некотором царстве...

Ольга ОРЛОВА, певица, сын Артем, 2 года 9 мес.

Чаще всего я не читаю, а рассказываю, импровизирую на темы известных сказок. Артем уже знает основных героев, в том числе мультипликационных. Думаю, что, к примеру, в «Диснейлэнде» он не растеряется.

Сказки дают ребенку первые представления о добре и зле, учат, как выходить из сложных ситуаций. Станет постарше —

буду читать ему энциклопедию, а пока сказки — это самая доступная информация об окружающем мире.

Наташа КОРОЛЕВА, певица, сын Архип, 2 года

Если откровенно, то я и сама до сих пор человек до чрезвычайности наивный. Верю в сказки, чудеса, в «страну», где «всегда весна». Но именно это выручало меня в самые тяжелые моменты моей жизни. Ар-

хип, похоже, растет таким же идеалистом. Во всяком случае, он очень добрый и впечатлительный. Недавно поставила ему кассету с клипом «Маленькая страна», и он пришел в полный восторг. Но и сама я читаю ему сказки. Его любимые — пушкинские «Золотой петушок», «Сказка о царе Салтане».

Мне кажется, детство без сказки невозможно. Иначе человек вырастет ущербным,

злым и ни во что хорошее не верящим. А цинизм известно к чему приводит.

Леонид ЯКУБОВИЧ, телеведущий, дочь Варвара, 5 лет

Мне читали в детстве сказки, я своим детям читал и читаю. Так заведено испокон веков, и не нам отменять. Сейчас, правда, дочка уже подросла — сама может почитать, но до сих пор просит меня. Потому что преж-

СХЕМА ПРОЕЗДА:



ВРЕМЯ РАБОТЫ ВЫСТАВКИ:

11 - 14 мая10.00 - 18.00

15 мая10.00 - 16.00

Организатор выставки:



Генеральный спонсор выставки:



При поддержке:

Министерства промышленности, науки и технологий РФ;

Российской торгово-промышленной палаты
Московской торгово-промышленной палаты

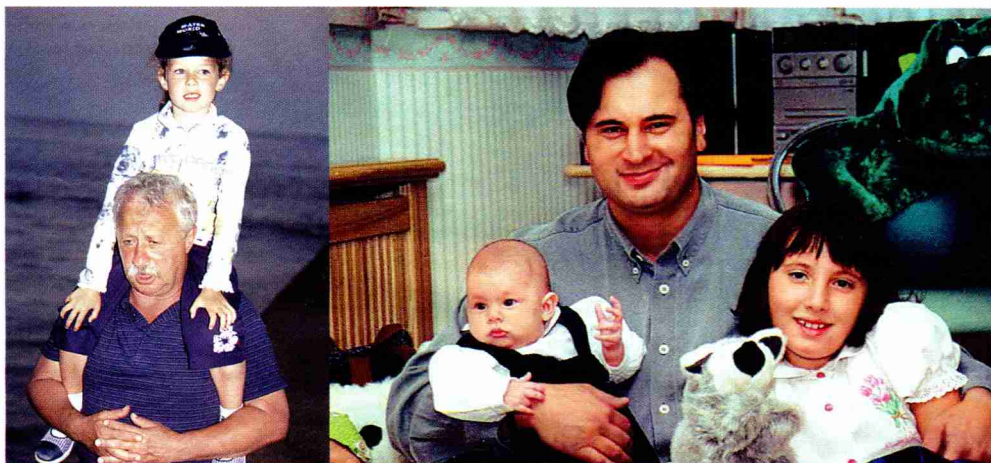
АО «Центрмебель»
Ассоциации предприятий мебельной и деревообрабатывающей промышленности России

www.eem.ru

Россия, 107113, Москва, Сокольнический Вал, д. 1, пав. 4
Тел.: (095) 268-1407, 268-9915, 995-0595; факс: 105-3489, 268-3303
E-mail: v_v@mvk.ru

Информационная поддержка:





де всего это счастливые минуты общения для нас обоих. Сказка — это мостик между миром взрослых и детей. На этой территории мы встречаемся. Здесь у нас общий язык. Здесь

мы понимаем друг друга. Здесь дети только начинают узнавать, а взрослые снова начинают верить (пусть на секунды), что зло будет наказано, а добро непременно победит. Так, может

быть, ритуал чтения сказок нужен нам, взрослым, таким циничным, рациональным, не меньше, чем детям? Ведь согласитесь, это что-то вроде душевной гигиены.

Валерий МЕЛАДЗЕ,
певец, дочери: Инга,
12 лет, Софья, 4 года,
Арина, один год

Мне кажется, я неплохой отец, но, к сожалению, из-за постоянных гастролей у меня не так много времени на общение с дочерьми, как бы хотелось. И все-таки сказку почитать — это святое. А еще я пою своим дочерям песни, как когда-то пел мне мой отец. Все эти ритуалы создают ощущение преемственности, неустрашимости основных человеческих ценностей. И не важно, что окружающая действительность жестока и подчас совсем не романтична. Свой собственный дом мы все-таки обязаны наполнить теплом и светом.

Малышка®

Любимая каша Вашего малыша

7 веских причин, по которым современные российские мамы выбирают вкусные и полезные каши «Nutricia Малышка»:

- широкий ассортимент любимых вкусов;
- низкоаллергенные виды;
- комплекс витаминов и минералов;
- только натуральные, экологически чистые компоненты;
- уникальная технология производства;
- соответствие российским и европейским стандартам качества;
- удобство приготовления — мерная ложечка внутри каждой пачки.



ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА
NUTRICIA

Рекомендовано Институтом питания РАМН
 тел. (095) 994 6636, e-mail: info@nutricia.ru

ТАИНСТВО ЕЛЕОСВЯЩЕНИЯ

С архиепископом Белгородским и Старооскольским Иоанном беседует наш корреспондент Мария Городова

— Владыка, сегодня, по просьбам наших читателей, хотелось бы поговорить о Таинстве елеосвящения, или соборовании. Вокруг этого таинства много суеверий, предрассудков: часто люди боятся принимать его, считая, что соборуют только перед смертью безнадежно больных. А некоторые думают, что соборование противоречит обращению к врачам. Владыка, расскажите, пожалуйста, в чем суть этого таинства, как оно происходит и в каких случаях следует обращаться к нему?

— Таинство елеосвящения — это священнодействие, во время которого при помазании тела елеем на болящего призывается Божия благодать, исцеляющая душевные и телесные немощи. Это таинство также называют соборованием, потому что оно должно совершаться собором священников, в идеальном случае — семью. Но оно может совершаться и меньшим числом священников, и даже одним, потому что таинство совершается благодатью Божией. Правда, в отличие от Таинства крещения, которое может в определенных случаях «ради страха смертного» совершать и мирянин, для Таинства соборования участие хотя бы одного священника необходимо. Потому что только священник может властью, данной ему Христом, совершать отпущение грехов. Церковью установлено, что даже если таинство совершает один священник, что допускается в случае крайней необходимости, то все происходит так, как если бы таинство совершалось от лица всех семи: читается семь Апостолов, семь Евангелий, семь особых молитв с семикратным помазанием болящего. Как писали святые отцы, «действительность помазания и всего таинства в этом случае не сокращается в своей благодатной силе и пребывает всецелой и полной».

— А почему в таинстве фигурирует число семь?

— У нас есть семь даров Святого Духа (Ис. 2. 2), это согласуется с числом молитв и поклонений пророка Елисея, которыми он воскресил отрока (4 Цар. 4.35). Суть таинства в том, что за изнемогающего больного перед Господом предстает целый



ИКОНА «БОГОМАТЕРЬ ПЕЧЕРСКАЯ» 1728 ГОДА ИЗ ТРЕТЬЯКОВСКОЙ ГАЛЕРЕИ

Православная Церковь празднует память иконы Печерской Богоматери 16 мая (3 мая по ст. стилю). По преданию, первый образ подобной иконографии был нерукотворным и запечатлелся «сам собою» на алтарной стене Успенской церкви Киево-Печерского монастыря во время ее украшения росписями в 1085 году. Об этом чуде подробно повествуется в печерском Патерике. Там говорится, что, когда пораженные художники взирали на внезапно появившийся образ Богоматери, он «просветился паче солнца». Свет был столь ярок, что присутствующие в храме пали ниц. После того как они пришли в себя, из уст Богоматери вылетел белый голубь и полетел вверх, к изображению Спасителя, и там исчез. Через некоторое время голубь вылетел из уст Христа и летал по всей церкви, прикасаясь ко всем иконам святых, а затем сел за местным чудотворным образом Успения Богоматери. Когда стоявшие внизу люди хотели его поймать, он опять влетел в уста Спасителя, и вновь «свет облистал иконы». Несмотря на то что нерукотворный образ Богоматери Печерской в алтаре Успенского храма не сохранился, с него были сделаны списки. На этих списках по сторонам престола Богоматери с Младенцем изображены пред-

собор Его служителей с молитвой веры, которые от лица всей Церкви умоляют Господа даровать немощному отпущение грехов, очистить его душу от всякой скверны. А это очищение открывает путь для действия благодати Божией.

Веществом таинства служит освященное оливковое масло — елей. Еще с ветхозаветных времен елей знаменовал благодать, радость, Божию милость, умягчение, оживление и крепость. Вспомним, что, когда Ной выпустил из Ковчега голубя, чтобы узнать, кончился ли потоп, голубь вернулся в Ковчег с листом маслины — это был знак надежды на спасение. Вспомним притчу о милосердном самаритянине, который елеем смазал раны человека, избитого разбойниками. В Евангелии от Марка говорится о том, как апостолы «многих больных мазали маслом и исцеляли» (Мк. 6. 13). В псалме мы читаем, что елей, проникая глубоко в тело (Пс. 108. 18), дает ему силу, здоровье. Поэтому елей и связывают с излитием благодати, которая, как и он, проникая внутрь неуловимо, несет радость, исцеление и спасение.

— То есть использование именно оливкового масла, масла молодых маслин, не случайно?

— Конечно, тут есть свои символика и смысл. Так же как есть своя символика и в помазании. С ветхозаветных времен помазание человека на царское или пророческое служение указывало на избранность этого человека Богом, выражало его освящение, передачу ему особых духовных даров, означало взятие его в удел Божий.

Помазание — это освящение, внешний знак избрания Богом, которое сопровождается излитием Духа на избранника. Помазание крестом во имя Отца и Сына и Святого Духа — это как бы наложение крестного знамения, освящение крестным знаменем духовных и физических сил. И надо помнить, что в Таинстве елеосвящения используется освященный елей, и это освящение самого еля предшествует первому помазанию, совершаемому в таинстве.

— То есть речь идет не просто об уврачевании человека целебным веществом еля?



стоящие преподобные Антоний и Феодосий Печерские — основатели древнейшего на Руси Киево-Печерского монастыря. К числу этих списков относится и икона «Богоматерь Печерская» из Третьяковской галереи, написанная в 1728 году Иваном Александровым. Святой Антоний, бывший учителем Феодосия и начавший устройство монастыря, изображен на иконе слева. Святой Феодосий, представленный на иконе справа, был игуменом обители. Антоний и Феодосий представлены молящимися, со свитками в руках. На них сохранились хорошо читаемые надписи. У Антония это наставление к монахам о воздержании и напоминание о явленном ему свыше откровении, что каждый, кто будет погребен в обители, избавится от вечной муки. Феодосий держит свиток с молитвой ко Христу о покровительстве монастырю. Образ Богоматери на троне с благословляющим Младенцем Христом у нее на коленях, представленный в центре иконы, принадлежит к древнему византийскому иконографическому типу. В верхней части иконы, в сегменте неба розового цвета, окаймленном серовато-голубыми облаками, представлен голубь — символ Святого Духа. По сторонам от него находятся ангелы, прославляющие Богоматерь и Христа.

Екатерина Гладышева

— Конечно, Таинство елеосвящения — это не лечение человека в медицинском смысле. Это прежде всего молитва. Надо заметить, что таинство не исключает обращения к врачам, тут нет и не может быть никакого противоречия с медициной. И именно потому, что главное в соборовании — молитвенное обращение болящего к Богу, Таинство елеосвящения совершается над болящими, способными сознательно принимать его и соучаствовать в молитве о себе. Местом совершения таинства может быть храм или по необходимости помещение, где находится больной.

Само Таинство елеосвящения было установлено еще апостолами. У апостола Иакова мы находим такие слова: «Болен ли кто из вас, пусть призовет пресвитеров Церкви, и пусть помолются над ним, помазав его елеем во имя Господне. И молитва веры исцелит болящего, и восставит его Господь; и если он сделал грехи, простятся ему» (Иак. 5. 14—15).

Таинство соборования обычно предваряется исповедью и завершается Таинством причащения.

— **Владыка, а в чем заключается видимая сторона таинства?**

— Она состоит в том, что священнослужители семь раз последовательно помазывают болящего елеем. Крестом помазываются лоб, ноздри, щеки, губы, грудь, обе стороны рук, и это помазание сопровождается чтением отрывков из Апостола и Евангелия. При самом помазании семикратно произносится молитва: «Отче Святой, врачу душ и телес, пославый едиnorodного Твоего Сына, Господа нашего Иисуса Христа, всякий недуг исцеляющего, и от смерти избавляющего, исцели и раба Твоего (имя) от одержащие его (имя) телесные и душевные немощи, и оживотвори его благодатию Христа Твоего: молитвами Пресвятой Владычицы нашей Богородицы и Приснодевы Марии, предстательством честных небесных сил бесплотных, силою честнаго и животворящего креста». И дальше в молитве перечисляются апостолы и святые, чьего предстояния за больного перед Господом мы молитвенно просим.

И тут важно понимать, что Таинство елеосвящения — это прежде всего молитва, а не какое-то магическое действие, обращенное к Господу. Помощь совершается тогда, когда человек очищен, когда ему отпускаются его грехи. То есть грех изгоняется из тела человека, поэтому во время елеосвящения совершается также Таинство исповеди. Не случайно по окончании соборования священник после прочтения молитв раскрывает Евангелие и возлагает его на голову больного. И дальше читается разрешительная молитва: «Царю Святой не полагаю мою руку на главу пришедшего к Тебе..., но Твою руку крепкую и силь-

ную». Из этой разрешительной молитвы видно, что возложение Евангелия служит образом возложения на больного руки Самого Господа.

Когда мы говорим о Таинстве елеосвящения, надо понимать, что это как раз помощь тем людям, которые духовно и физически ослабели и в таинстве они призывают к помощи Божией.

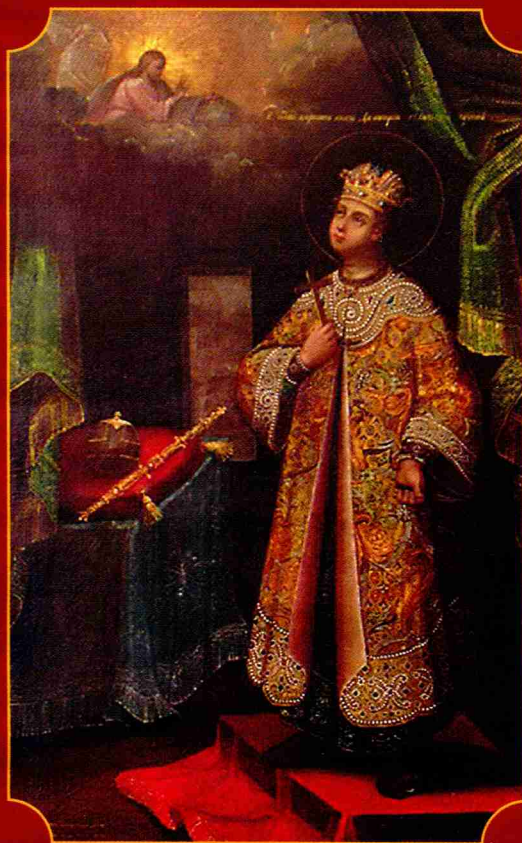
— **Владыка, мы часто относимся к болезни как к наказанию за что-то. А как по-христиански надо воспринимать посланные нам болезни?**

— Мне очень нравятся слова святого праведного Иоанна Кронштадтского. Вот что он писал о скорбях и болезнях: «Великий учитель — скорби показывают наши слабости, страсти, нужду в покаянии, скорби очищают душу, вырезвляют ее, низводят благодать в душу, смягчают сердце, внушают отвращение к греху, утверждают в вере, уповании и добродетели». И дальше он пишет, что если в твоём болезненном состоянии «молитва твоя бывает холодна, бывает исполнена уныния и некоторого отчаяния — не отчаивайся и не унывай, ибо Господь знает твоё болезненное и претрудное состояние. Молись с немощью, молись сколько есть сил, и Господь не презрит немощи плоти и духа твоего». То есть Он не оставит тебя без внимания. Отсюда христианское отношение к болезни как к учителю жизни: болезни способны изменить жизнь человека не только с точки зрения того, что меняется ритм и образ жизни человека, но они способны изменить его духовный взгляд на происходящее. Человек начинает постигать жизнь совершенно по-другому. Кроме исцеления и облегчения болезней, в Таинстве елеосвящения сообщается благодать Божия исцелять душевные недуги, поднимать и укреплять духовные силы человека, подавленного физической немощью. И если даже после принятия таинства больной и не получает выздоровления или облегчения, то ему даются душевный мир, спокойствие совести, твердость и мужество духа легче переносить свою болезнь и всецело предаться воле Божией. И это тоже сверхъестественный дар благодати Божией, потому что сам больной бывает не в силах создать в себе такое просветление и мощь души. То есть в состоянии телесной и физической слабости духовное врачевание Таинства соборования, не устраняя действия сил и законов природы, оказывает человеку помощь, необходимую для его спасения.

Мне в своей практике часто приходится соборовать людей, которые себя считали уже фактически безнадежными и медицина ставила им устрашающие диагнозы. И вот, часто имея очень слабую надежду на выздоровление, они находили в себе веру обратиться к Таинству соборования и приходили в храм. И происходило чудо — они выздоравливали.



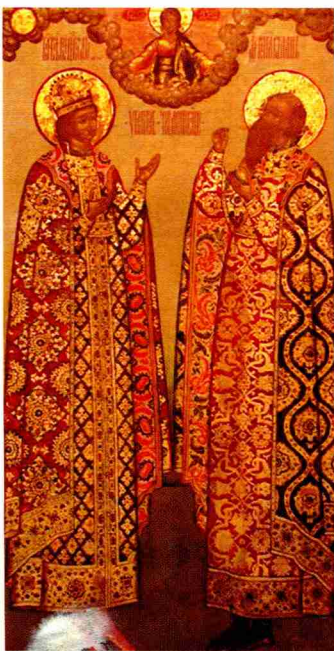
ЗОЛОТАЯ КАРТА РОССИИ



Коллекция Угличского музея

Д.Г.Буренин. «Димитрий Угличский».
1851. Холст, масло.

Рубрику ведет кандидат искусствоведения
Галина АНДРЕЕВА



Икона «Св. Царевич Димитрий и князь Роман». XVII в. Дерево, левкас, темпера.

Первое упоминание о городе Угличе относится к X веку. По преданию (регулярно, впрочем, оспариваемому), посланец киевского князя Ян Плескович, объезжавший волжские владения ради сбора дани, прельстился местными красотами и основал город, впоследствии ставший Угличем. По поводу происхождения современного названия есть разные гипотезы — то ли имя его образовано от названия древнего племени уличей-угличей, то ли от угля, который здесь выжигали, то ли от «угла» — излучины Волги, на которой, собственно, и расположен город.

Иван Калита присоединяет Углич к Москве. В 1371 году город горит снова, теперь уже оказавшись разменной картой в войне тверских князей с московскими. В 1375 году Дмитрий Донской город восстановил и укрепил. Список последующих углических князей представим в хронологической последовательности: Петр Дмитриевич, Владимир Андреевич, Константин Дмитриевич, Дмитрий Юрьевич, еще один Дмитрий Юрьевич (тот был Красный, а этот Шемяка).

Именно Дмитрий Шемяка заложил основу страшноватой традиции, по которой Углич стал гибельным местом для русской знати. Поссорившись с московским князем Василием Васильевичем, Шемяка затаил на него злобу и нанес удар в неожиданный момент — в феврале 1446 года, когда тот поехал по семейному обычаю молиться в обитель Св. Троицы. В его отсутствие Шемяка захватил Москву, потом пленил Василия Васильевича, ослепил его и сослал в Углич.

Сын Василия Васильевича, Андрей Большой, родившийся в узилище в августе 1446 года, сыграл выдающуюся роль в истории Углича. Время его правления — краткий, но запоминающийся золотой период в летописи города. При нем политическое значение Углича стремительно расширяется; к княжеству присоединяются новые земли, ведется обширное строительство. Соответствующие масштабы личности имперские амбиции князя (парадная резиденция, официальное летописание, собственные иконописные мастерские) обращают на себя недружелюбное внимание его старшего брата и формального патрона Ивана III. Способ решения конфликта оказывается обычным для дипломатии того времени — в 1491 году Андрей обвинен в заговоре, заключен в тюрьму, где и был убит спустя три года.

Ровно через сто лет Углич вновь оказывается осью, на которой проворачивается скрипучее колесо российской истории. В мае 1591 года в Угличе погиб царевич Димитрий, малолетний сын Ивана Грозного, получивший город в наследство по духовной грамоте отца. Мы не можем знать и никогда не узнаем, был ли Димитрий заколот по приказу Бориса Годунова, либо с ним, как свидетельствуют официальные источники, случился эпилептический припадок (объяснения тогдашних пресс-секретарей по обыкновению выглядели неубедительно). Факт тот, что смерть Димитрия свергла Углич (да и Россию в целом) в многолетнее разорение.

После этого Угличу уже не доводилось занимать центральное место в отечественной истории, хотя отблески описанных событий, кажется, порой влияли на судьбу его высокородных посетителей. Так, в 1892 году город посетили с официальным визитом великий князь Сергей Александрович и великая княгиня Елизавета Федоровна. И он, и она спустя много лет погибли насильственной смертью. Повод, приведший их в город, был более чем радостный — в июне этого года состоялось торжественное открытие Углического Музея Древностей — в том самом здании, где за триста лет до этого жил несчастный царевич со своей матерью и многочисленной прислугой.

Впервые идея создания в Угличе собственного музея появилась в 1884 году. К тому моменту в городе было несколько заброшенных церквей и усадеб, которые все больше ветшали и потихоньку растаскивались местными жителями. К счастью, в городе нашлись люди, которых такое положение дел не устраивало. Было решено ходатайствовать перед высшим начальством о создании музея, тем более что нашлось и место — дво-



Неизвестный художник. «Итальянский пейзаж». XIX в. Картон, акварель.

Первые три века истории Углича смутны и страшны, как судьба любого небольшого городка тогдашней Европы. До 1218 года Углич входит в сферу влияния ростовского князя. После распада Ростово-Суздальского княжества город становится самостоятельным политическим центром; его первый князь — Владимир (1218–1248), внук Всеволода Большое Гнездо. Наметившееся процветание города было попорно монголо-татарским нашествием, во время которого город был полностью сожжен. Со второй половины XIII века Углич вновь восстанавливает свои силы и значение при князе Ромane, младшем сыне Владимира. С 1328 года



Неизвестный мастер круга Карло Маратта. «Богоматерь со спящим младенцем-Иисусом». XVIII в. Холст, масло.

рец царевича Дмитрия, уникальный памятник архитектуры XV века, находившийся, правда, в очень плохом состоянии. Неизвестно, чем закончилось бы дело, если бы не приближение печальной годовщины — трехсотлетия гибели царевича Дмитрия. Ярославский губернатор А. Я. Фриде обратился в 1887 году с соответствующим ходатайством к Александру III и получил на свое предложение одобрительную резолюцию. Начался сбор средств на реставрацию дворца.

Пожертвования поступали не только от жителей города, но и со всей Ярославской губернии, причем они носили не только денежный, но и предметный характер. Показательна здесь история с угличским ссыльным колоколом.

В 1591 году, в день смерти царевича Дмитрия, угличане были созваны к царским палатам звоном колокола. Услышав весть об убийстве царевича, обезумевшая толпа растерзала царских посланцев, заподозренных в преступлении. Последовавшая за этим смута была жестоко усмирена официальной властью; сотни людей были казнены, но, по русскому обычаю, царский гнев не шадил и неодушевленные предметы. В строгом соответствии с законом, колокол, звонивший не вовремя, был казнен — у него вырвали ухо и язык и, бив плетью (12 ударов, сочувственно сообщает летописец), сослали в Сибирь, в город Тобольск. Там он висел в одной из городских колоколен, сгорел вместе с ней в 1677 году и позже был восстановлен (по одной из версий — чудесно уцелел); много позже он был мирно приобретен Тобольским музеем у тобольской же архиерейской церкви.

Тем временем официальный взгляд на события вокруг смерти Дмитрия претерпел существенные изменения — царевич

был канонизирован, его губители были признаны врагами отечества, а бывшие смутьяны — героями. Не миновала реабилитация и чугунного преступника. Поэтому, получив разрешение на реставрацию дворца, угличане задумывают вернуть колокол из Тобольской ссылки. Замысловатая официальная переписка по этому поводу слишком обширна, чтобы приводить ее здесь; не можем не упомянуть лишь удивительное предложение тобольского купца Л. Лахмайера приобрести у него точную копию искомого колокола, сделанную из папье-маше (отвергнутое угличанами с негодованием), и суровую переписку между тобольским и ярославским архиереями. С 1880-х годов дело о колоколе берет в свои руки угличский уроженец купец Л. Ф. Соловьев, рассчитывающий, как выяснилось впоследствии, на звание почетного гражданина родного города. Простительное честолюбие потребовало от него изрядных расходов, поскольку тогдашняя бюрократия если чем и отличалась от современной, то только не отсутствием аппетита. Удачное рассмотрение дела в Святейшем Синоде потребовало от купца расходов, «простирающихся до весьма солидной цифры». Но проверенное веками средство помогло, и 20 мая 1892 года колокол вернулся в Углич. «Ликуй, изгнанник Годунова! Свидетель древних страшных дней, Ты возвратился в Углич снова, Ты вновь на родине своей!» — писал торжествующий Соловьев, получивший, кстати, вожделенное звание.

Так в музей прибыл один из первых экспонатов, определив на ближайшее время основную тему его экспозиции, которая естественным образом сложилась вокруг истории смерти Дмитрия. В музее были выставлены носилки, на которых тело убитого царевича несли в Мо-

скову для захоронения в Кремле, ларец с его мошами, орехи, согласно преданию, бывшие в руках у царевича в момент его смерти, ковчег с окровавленной землей с места его гибели, шитые и иконописные изображения Дмитрия. Основным (да и практически единственным) источником новых поступлений были доброхотные даяния горожан; среди даров первого года — старинный золотой нательный крест, сорочка императора Николая I, коллекция реликвий, привезенных из Палестины, икона, написанная специально по этому случаю неким художником Шишки-



И. В. Тарханов Портрет Матвея Сергеевича Сурина. 1843. Холст, масло.



А. А. Рылов «Стволы сосен». 1898. Холст, масло.

ным. В 1910-е годы историк русского искусства Борис фон Эдлинг пренебрежительно характеризует музей как «собрание более или менее случайных предметов». Несправедливость этого замечания очевидна — сравнения с Третьяковской галереей не выдержит ни один провинциальный музей. Скудость средств не позволяла музею как бы то ни было определять политику комплектования — за первые семь лет существования по статье «пополнение коллекций» было израсходовано 83 рубля 75 копеек. Справедливости ради надо признать, что уже в начале XX века объемы закупок становятся масштабнее: в частности, в



И. В. Тарханов Портрет Павла Матвеевича Сурина. 1843. Холст, масло.



П.Д. Бучкин Портрет Федора Ивановича Шаляпина. 1961. Холст, масло.

1907 году за 500 руб. была приобретена коллекция старинного оружия. Конечно, по сути своей угличский музей оставался «музеем-складчиной», создаваемым исключительно усердием своих сотрудников и доброжелателей.

Бедя 1917 года не миновала и Углич. Как и по всей России, лишь стены музея могли предоставить единственный (весьма хрупкий) шанс на спасение церковной утвари, икон, книг и других предметов старины, уничтожаемых обезумевшими толпами. Большая часть угличских церквей подверглась разорению. Только благодаря сотрудникам музея до

фарфора, мебели, картин. Только из имения «Шишкино» дворян Тучковых было вывезено 118 масляных картин, акварелей, карандашных рисунков, гравюр, литографий русских и иностранных художников XVIII—XIX веков. Среди них полотна Виже-Лебрен, Айвазовского, гравюры Дж.-Б.Пиранези, акварели Гау и других, а также любительские работы, включая и карандашные рисунки членов семьи Тучковых.

Поступившие из усадеб картины и портреты составили картинное отделение музея и расположились на первом этаже дворца царевича Димитрия. В низком тесном помещении соседствовали шедевры европейских школ с работами известных русских мастеров и провинциальных живописцев. Во время сильного пожара, причину которого так и не смогли установить, в картинном отделении музея погибли дворянские портреты и картины, украшавшие когда-то интерьеры усадебных домов.

В 1930-е годы был нанесен новый удар по музею. Очередная директива рабоче-крестьянской власти предписывала отправлять все ценные предметы, чудом сбереженные в годы разгрома узурпаторов, для централизованного хранения (как выяснилось в новейшее время, и для продажи за границу) в Госфонд. Одновременно из Госфонда шел обратный поток произведений искусства, распределявшихся по музеям. Таким образом, угличская экспозиция изрядно потеряла в целостности, хотя и прибавила в разнообразии: по прихоти судьбы музею досталась первоклассная коллекция картин русских художников: И.К.Айвазовского, А.А.Рылова, М.П.Боткина, К.Е.Маковского, Н.Н.Дубовского, произведения западных мастеров.

Среди коллекций музея выделяется подборка купеческих портретов. Основу ее составля-

ют работы угличского живописца Ивана Тарханова.

Иван Васильевич Тарханов (1780—1848) происходил из рода угличских священников и ремесленников. Отец художника Василий Андреевич был приходским священником. Младший брат художника Павел Васильевич — выдающийся астроном, участник экспедиции Васильева и Беллинсгаузена в Индийский океан. И.В.Тарханов учился у местных иконописцев. Он создал значительное число портретов купцов, чиновников и мещан. Произведения Тарханова признаны классикой купеческого портрета.

Необычность тархановских картин в сравнении с традиционными русскими дворянскими портретами бросается в глаза. Изображаемое лицо представлено вне интерьера, в нарочито скромной (у мужчин) или демонстративно архаичной и богатой (у женщин) одежде. Напряженное выражение лица и скованная поза модели прямо указывают на вынужденный характер работы; писание портрета — не акт высокого искусства, а тяжелый труд для всех участников процесса. Для купца и членов его семьи быть запечатленным на холсте — дань традиции, честолюбию, назидание потомкам (любопытно, насколько вальяжнее держится перед... хочется сказать, «объективом»... Сурин-младший); для небогатого живописца — верный кусок хлеба. Все в итоге оказались в выигрыше — мало кто вспомнил бы семейство Суриных, если бы не тархановская кисть. Но и последний легко мог бы оказаться забытым, если бы полтора столетия назад ему не достался тяжелый, но выгодный заказ.

Наталья Соболева

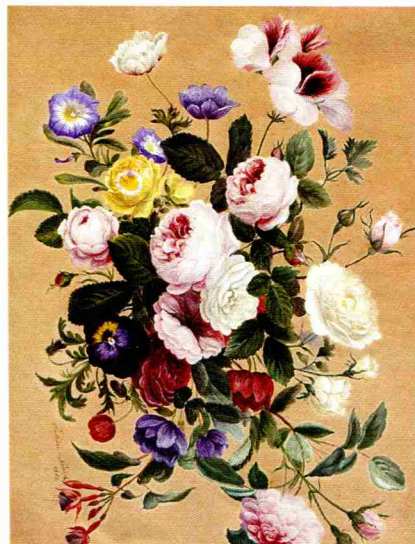
Благодарим Ольгу Полякову, зав. отделом реставрации музея, за помощь в подготовке материала



Неизвестный художник. «Восточный пейзаж». XIX в. Картон, акварель.

нас дошли отдельные иконы из разрушенных церквей и монастырей, вклады в давно не существующие храмы. В августе 1938 года в Угличе был закрыт «молитвенный дом» купцов-старообрядцев Выжиловых, а оставшиеся в нем вещи поступили на хранение в музей, образовав ценную и представительную коллекцию икон «дониконовского» письма, сохраняющуюся и поныне.

Сходная судьба постигла и дворянские усадьбы, находившиеся в окрестностях Углича. Уцелевшие произведения искусства из разрушенных имений по мере возможности свозились в музей. Всего за 1919 год из имений поступило 1012 единиц стекла,



Татьяна Нарышкина. «Цветы». 1868. Картон, акварель.

Рубрику ведет Ольга ДУНАЕВСКАЯ

**Дмитрий СТАРОСТИН,
«Американский ГУЛАГ».
«Ультра. Культура»**

«Пять лет на звездно-полосатых нарах» — таков подзаголовок книги Дмитрия Старостина, выпущенной новым издательством «Ультра. Культура». Ее автору сейчас тридцать, он живет в Москве и работает корреспондентом REN TV. А всего три года назад Дмитрий был заключенным одной из тюрем США. Добропорядочный двадцатилетний эмигрант из России, студент престижного Колумбийского университета, он устраивает драку в клубе KGB. В ход идут ножи. Причина — балерина-итальянка, результат — обвинение по статье «нанесение тяжких телесных повреждений» и срок в шесть с половиной лет. Их следствием и стала книга «Американский ГУЛАГ» — отлично написанный очерк быта и нравов многонационального отряда американских зеков. Что они едят и где работают, как бунтуют и как отдыхают, в каких богов верят и как занимаются любовью — и все это с приправой из невероятных судеб, каждая из которых достойна от-

дельного рассказа. Недавно Дмитрий стал соучредителем благотворительного фонда «Родина помнит», цель которого — помочь россиянам, оказавшимся в заключении за рубежом.

**Михаил ТАРКОВСКИЙ,
«Замороженное время».
«Андреевский флаг»**

Любителям неувядающего жанра социалистического реализма, приправленного деревенской прозой и прозой сегодняшней жизни, адресована книга молодого писателя Михаила Тарковского. Выпустило ее издательство с несколько необычным названием, которое объясняется тем, что до 2003 года оно специализировалось на морской тематике. Автор предлагаемого сборника повестей и рассказов — внук знаменитого поэта и племянник еще более знаменитого кинорежиссера. По образованию — биолог, живет в Красноярском крае, во всяком случае, туда ему предлагается писать письма. Герои его повестей — «рыбаки-охотники». Они ставят капканы и чинят сети, водят тракторы и вездеходы, мерзнут, мокнут, пьют и

иногда дерутся. Некоторые еще пишут, некоторые просто хотят стать писателями. Видно, тайга располагает. Иногда даже воруют друг у друга написанное — что ж, и на природе такое случается. Вообще, надо заметить, что характеры удаются автору лучше описаний природы и таежного быта, многословных и отчего-то узнанаемых, хотя и изукрашенных местным говорком. Ради перевода диалектизмов на простой русский приходится обращаться к прилагаемому словарю в конце книги.

**Стефан ХВИН, «Ханеман».
Издательство АСТ**

Любителей неторопливой психологической прозы обрадует появление прекрасного перевода нового романа известного польского писателя и художника Стефана Хвина. Как писатель Хвин пока входит в разряд молодых — хотя ему чуть за пятьдесят, но он уже обладатель многих польских и международных литературных премий. Его новая кни-

га — о Гданьске и его жителях: поляках, евреях, немцах, прошедших через Вторую мировую войну. И авторское «я» возникает там сначала во внутритрубочном «состоянии» — когда среди потерянных и разбитых жизнью персонажей появляются беременная Мать и Отец будущего героя. В послевоенной Польше люди надеялись, что власть хотя бы оставит их в покое. Станислав Лем сказал об этом романе: «Проза и в самом деле выдающаяся. Быть может, лучшая из всего, что появилось в последнее время... Хвин пронзительно изображает зловещую легкость, с которой можно уничтожить, разрушить, растоптать все человеческое». Однако к чести героев Хвина они все же до конца остаются людьми.



ЧТО ЧИТАЮТ УМНЫЕ ЛЮДИ

Нина САДУР, драматург

Я открыла для себя замечательного писателя — всем давно известного Виктора Петровича Астафьева. Читаю его роман об Отечественной войне «Проклятые и убитые», который он писал в середине 90-х. Я в плену этого писателя и просто счастлива, что в него погрузилась. Я не встречала в литературе большей правды о страданиях русского человека, о том, как шли на войну дети и погибали без всякой памяти о них. Астафьев — потрясающий художник характера: он заставит тебя влюбиться в героя, а потом посылает его на войну и тот гибнет, а читатель испытывает состояние непрерывной разлуки. Коля Рындин, Леха Булдаков — я верю, что все они были, верю каждому слову о них. И вообще, читаю книгу как ребенок, а мне кажется, что это и есть высшая форма чтения.

Бабушкин альбом

Этой весной дизайнеры не спешат заглядывать в будущее. Наоборот, их все больше привлекает прошлое. Женственность с легким оттенком ретро – основа основ новой моды. Пышные юбки, легкие платья с пояском на талии, укороченные рукава жакетов и ножки в изящных туфельках на высоких каблуках недвусмысленно намекают на влияние 50-х годов.



ЖАКЕТ И ЮБКА ИЗ ЗАМШИ,
КОЖАНЫЙ ПОЯС,
ВСЕ MIU MIU.
СУМКА ИЗ СОЛОМКИ,
СОCCINELLE.
ТУФЛИ, PRADA.

СЛЕВА: ПЛАЩ
С УКОРОЧЕННЫМИ РУКАВАМИ,
DOLCE & GABBANA.
СУМКА, FENDI. БОСОНОЖКИ,
ДЕКОРИРОВАННЫЕ ЦВЕТАМИ,
VALENTINO GARAVANI.



БЛУЗА И ПЫШНАЯ ЮБКА
ИЗ ХЛОПКА, ВСЕ MARNI.
ТУФЛИ PRADA.



ТРИКОТАЖНЫЙ ЖАКЕТ
ИЗ ШЕЛКА С ХЛОПКОМ,
ТОП ИЗ ХЛОПЧАТОБУМАЖНОГО
ДЖЕРСИ И ТРИКОТАЖНАЯ ЮБКА,
ВСЕ MISSONI. БЮЖУТЕРИЯ,
DIOR BY JOHN GALLIANO.



ПЛАТЬЕ ИЗ ШИФОНА С БАНТОМ,
ALESSANDRO DELL'ACQUA.
СУМОЧКА, EMPORIO ARMANI.
ТУФЛИ, MOSCHINO.

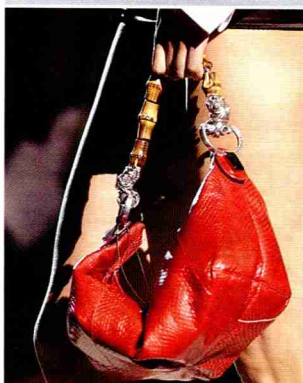


**ПЛАТЬЕ С ПЫШНОЙ ЮБКОЙ
ИЗ ПЛОТНОГО ШЕЛКА С АТЛАСНОЙ
ЛЕНТОЙ НА ТАЛИИ,
PHILOSOPHI DI ALBERTA FERRETTI.
СУМКА, ALBERTA FERRETTI.
ТУФЛИ, PRADA.**

MONDADORI PRESS / East News

Летний марш

Обувь нового модного сезона не меняет привычных представлений о женственности. Готовьте ноги к высоким каблукам, открытым босоножкам и всевозможным шнуровкам и ремешкам. Смешав ностальгические мотивы с современными идеями, дизайнеры предлагают нам встретить лето во всеоружии. Изящная шпилька в союзе с юбкой до колена создает идеальные пропорции. Кокетливые застёжки и атласные ленты вокруг щиколотки усиливают романтический настрой и помогают удерживаться на нужной высоте. Важными элементами дизайна остаются яркие цвета и металлизированные материалы. Все это требует определенной смелости и фантазии. Но если вы на них решитесь, то интерес к вашим ногам обеспечен.



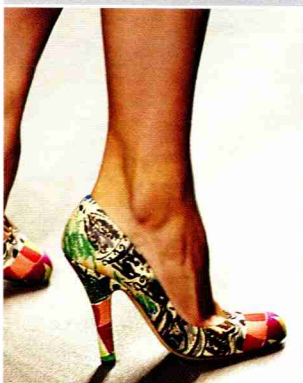
GIANFRANCO FERRE



GIANFRANCO FERRE



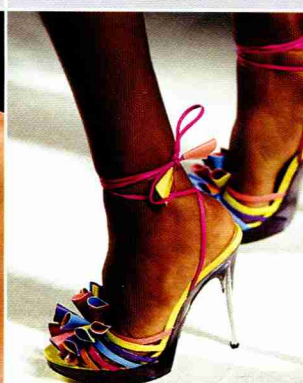
GUCCI



PRADA



MICHAEL KORS



PUCCI



VALENTINO



VALENTINO



PUCCI



Сумка, GUESS



Босоножки, A. TESTONI



Ремень, PATRIZIA PEPE



Сумочка, VALENTINO



Туфли, PIERRE HARDY



Туфли, MARC JACOBS



Ремень,
PATRIZIA PEPE



Сумка,
PATRIZIA PEPE



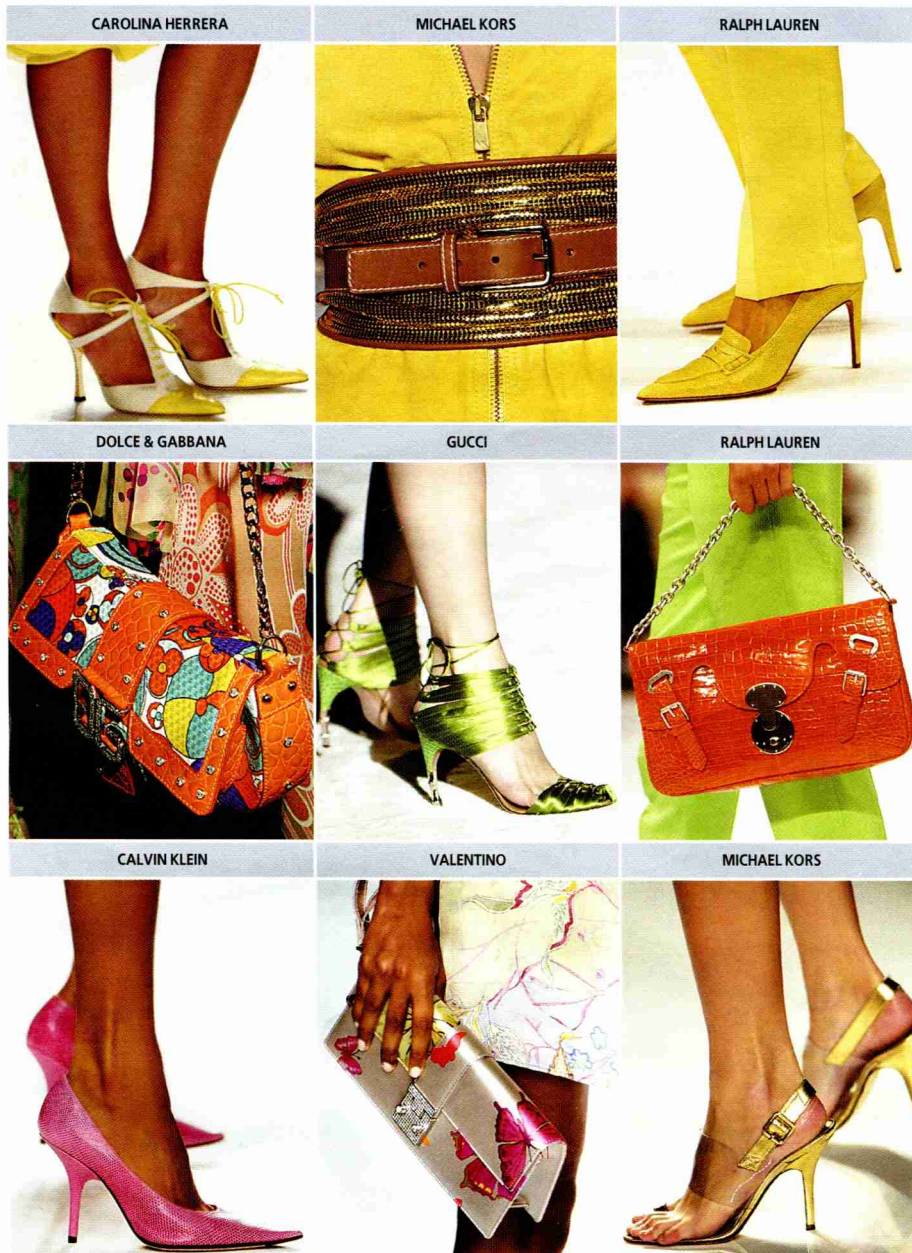
Босоножки,
YSL RIVE GAUCHE



Туфли,
PATRIZIA PEPE



Сумка,
PRADA

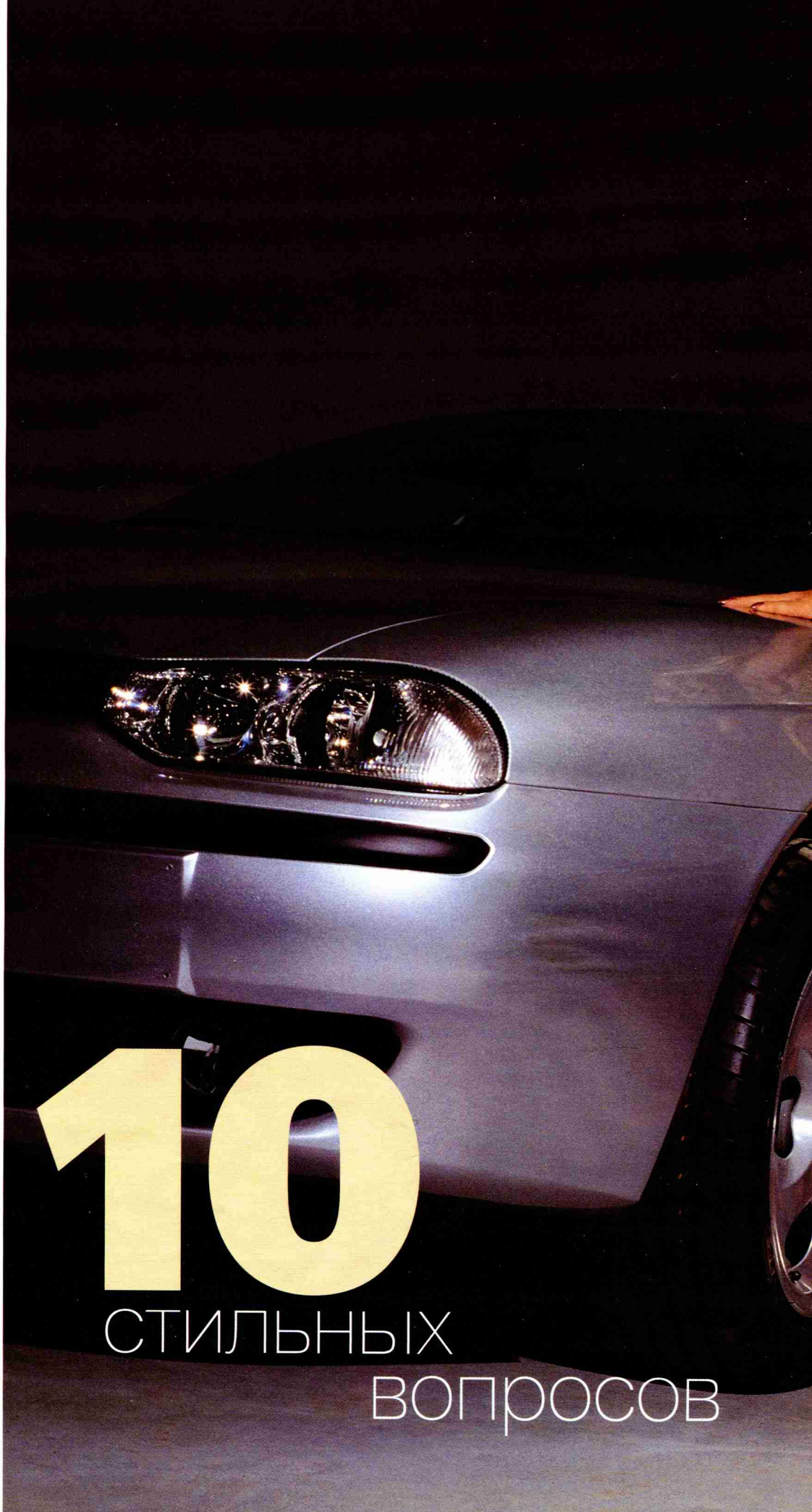
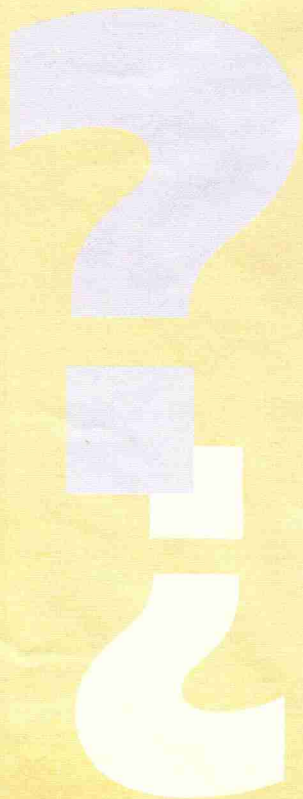


На вкус и цвет

Как и обувь, сумки решительно привлекают внимание своей оригинальностью и желанием выделиться. Это уже не просто дополнение к наряду, а вещь вполне самостоятельная. От разнообразия идей рябит в глазах. Пестрый рисунок, цветы, полосы, бабочки, золото, серебро, металлические цепочки и бамбуковые ручки — все, что еще совсем недавно выглядело неуместным в нашей минималистической идиллии. Теперь, выбирая сумку на лето, можно дать полную свободу фантазии, уму и сердцу. Ориентиром станут главные модные подтексты: яркий цвет, блеск и влияние 50-х годов. И еще одна деталь. Стилеобразующий элемент в новом сезоне — пояса и ремни, которыми дизайнеры предлагают потуже затянуть наши талии.



Она начинала с эпатажного «секси» и чем-то походила на куклу Барби, а сегодня, на удивление, все больше склоняется к респектабельной классике. О метаморфозах имиджа и стиля мы говорим с певицей Ириной САЛТЫКОВОЙ.



10

СТИЛЬНЫХ
ВОПРОСОВ



**ВОТ ТАКОЕ
«БЛЕСТЯЩЕЕ РЕШЕНИЕ»
ДЛЯ РОМАНТИЧЕСКОГО
ВЕЧЕРА**

1. ВЕЩИ, СОСТАВЛЯЮЩИЕ ОСНОВУ ВАШЕГО ГАРДЕРОБА.

В холодное время года — короткие меховые жакеты, брюки, джемперы и кофты. Брюки в основном джинсового стиля. Много джинсов, причем разного цвета.

Летом обожаю сарафаны: длина — чуть выше колена и желательно открытая спина. В жару это очень комфортно, к тому же хочется показать красивый загар! Вместо брюк носу бриджи с топами.

В моем гардеробе всегда есть один-два деловых костюма. Надеваю не часто. Но они должны быть.

Если говорить о стиле, то с возрастом стала склоняться к классике. Еще недавно могла себе позволить одеваться, как подросток (внешность позволяла!), но сейчас уже хочется выглядеть респектабельно. К примеру, мне идут кепки. Но максимум, что я сделаю, — надену ее на даче. А вот в магазин уже не пойду — несолидно. К тому же я имею дело только с известными марками, а там не часто встречаются кричащие, «экстремальные» вещи.

Нефирменных вещей в моем гардеробе нет. А когда у меня появилась возможность покупать одежду «от кутюр», то поняла, что без этого уже не могу: к хорошему быстро привыкаешь. У меня всегда была страсть к новым нарядам. Наверное, со временем она превратилась в «болезнь», но отказаться от нее не могу и не хочу. Не все поверят, но по «тусовкам» хожу редко. Удовольствие получаю от посещения хорошего ресторана. На этот случай у меня много вечерних



ДАЕШЬ ШИК
В ПОВСЕДНЕВНУЮ ЖИЗНЬ!
КОЖАНАЯ КУРТОЧКА
И СУМКА ОТ ГУЧЧИ,
ШЛЯПА - ФЕРРЕ

платьев. Уверена: только роскошное платье делает женщину Женщиной, а главное — создает ощущение настоящего праздника.

2. ЛЮБИМЫЙ МОДЕЛЬЕР.

Я наблюдаю за всеми коллекциями ведущих модельеров,

иногда езжу на показы в Париж, Милан, но должна сказать, что впечатления колеблются. К примеру, прошлая летняя коллекция Дома «Версаче», на мой взгляд, была шикарной, а вот зимняя не понравилась. Всегда считала, что «Шанель» — это марка для женщин в возрасте, но этой

зимой купила беленькую коротенькую юбочку, а к ней черный свитерок с белым воротником — совсем неожиданный образ. Три года назад из летней коллекции Гальяно я с удовольствием приобрела короткий пиджачок в обтяжку в голубых, «газетных» тонах и брючки, а вот следующие «зи-

ма» и «лето» совершенно не понравились из-за своей мрачности. Сейчас вещи этого дизайнера снова появились в моем гардеробе.

«Гуччи» не всегда подходит, но иногда бывает супер. Бывает, и из молодежных марок что-то приобретаю. В них всегда есть какая-то «фишка». К будущему



СЕБЯ НЕ ПЕРЕДЕЛАЕШЬ.
ЕСЛИ ДЖИНСЫ,
ТО СУМОПОМРАЧИТЕЛЬНОЙ
ОТДЕЛКОЙ
И БОСОНОЖКАМИ
ОТ ДОЛЬЧЕ И ГАББАИА.

лету уже накопила много одежды марки «Блюмарин». Словом, любимого модельера или марки нет, все зависит от конкретной коллекции.

3. ОБРАЗЕЦ ДЛЯ ПОДРАЖАНИЯ.

Если говорить о наших публичных людях... Не хочется

никого обижать, но у нас еще не сложилась культура «выхода в свет».

Посмотрите, к примеру, на церемонию вручения премии Гремми. Все готовится заранее, продумывают наряды. Конечно, им проще — они не бегают, как мы, по магазинам, а идут к своему мо-

дельеру. Но хотя бы есть понимание, что уважающий себя артист должен одеваться «от кутюр». У нас совсем другая ситуация, и она мне не нравится. Финансовые возможности есть практически у всех, а вот одеваются — кто во что горазд. Кому подражать?..

4. ЛЮБИМЫЙ ЦВЕТ.

Мне очень идут яркие цвета, даже «электрик», но они быстро надоедают. Тогда хочется чего-нибудь пастельного: бледно-розового, бледно-голубого, салатного. Нравится белый цвет. Иногда очень эффектно смотрится черная вещь. Поэтому конкретного



**БЕЗ ХОРОШЕЙ «ГОЛОВЫ»
ВЫЙТИ В СВЕТ ПРОСТО
НЕВОЗМОЖНО.
КУРТОЧКА, МЕЖДУ ПРОЧИМ,
ВИВЬЕН ВЕСТВУД**

любимого цвета нет. При выборе ориентируюсь на цвет волос, кожи, глаз.

5. ЛЮБИМЫЕ УКРАШЕНИЯ И ЗАПАХИ.

Украшения ношу только от известных кутюрье. Естественно, люблю дорогие вещи — белое, желтое золото с драгоценными камнями — бриллиантами, изумрудами. Но могу себе позволить и полудрагоценные: аметист, хризолит и т.д., если вещь оригинальная. Украшения могут быть как романтическими, традиционными, так и авангардными.

Иногда пользуюсь бижутерией, но опять же только от известных дизайнеров, обычно как дополнение к уже выбранному наряду. Если украшений в коллекции нет, то отдаю предпочтение золоту.

В обыденной жизни люблю украшения. Под джинсы, к примеру, могу надеть какую-нибудь оригинальную вещичку Булгари. Из любимых — кожаный ремешок с круглым медальончиком из желтого золота, а внутри — сердечко из белого золота.

Что касается запахов, как правило, приобретаю сразу двое-трое новых духов. Пользуюсь ими какое-то время и только тогда понимаю, какой именно запах мне подходит. Ориентируюсь просто — я должна получать от аромата удовольствие. На сегодня у меня на полке много разных флакончиков, а вот пользуюсь в основном только двумя. Это «Будуар» и «Sicity».

6. НЕНУЖНЫЕ НЕУЖНЫЕ ВЕЩИ.

Шопинг — это моя болезнь. Когда заходишь в магазин, хочется купить все подряд и

впрок. Но приносишь домой и понимаешь — эта вещь тебе не нужна. Иногда хочется разнообразия, думаешь — стоит поэкспериментировать, а в результате возвращаешься к тому стилю, который уже выработался. Или прошлым летом купила романтическое платье, но так и не надела его — ну не было у меня романтического настроения! От ненужных вещей быстро избавляюсь.

7. КАБЛУКИ И СУМКИ.

Люблю шпильки. «На людях» всегда их ношу, поскольку уже сложился определенный имидж. А вот на пляж, дома, на прогулку, по сугробам лазить на даче — можно и устойчивый, средний каблук. Это уже совсем другой стиль. Но и такая обувь бывает очень нежной, оригинальной.

Самые удобные колодки у специальных обувных марок: «Виччини», «Казадеи». Хотя сейчас практически все известные дизайнеры сопровождают коллекцию одежды коллекцией обуви. Поэтому покупаешь одновременно все. Что касается сумок — это моя слабость. Сейчас они такие оригинальные — с кружевом, камнями, перышками, цепочками! — что глаза разбегаются. Но если я еще и их буду скупать, то стану нищей. Сумка для меня — это произведение искусства. Считаю, что даже самый скромный наряд красивая сумка может сделать роскошным. На каждый день я предпочитаю сумки от «Шанель»: они подходят ко всему.

8. КОСМЕТИКА: КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ.

Косметички у меня две. Первая для декоративной косме-

тики, а вторая — со средствами для ухода за телом, волосами и лицом. Для лица пользуюсь косметикой фирмы «Гино».

С декоративной люблю экспериментировать. Есть и «Живанши», и «Ив Сен Лоран», и «Диор». Макияж, хотя бы легкий, делаю почти всегда — приятно, когда женщина ухожена.

9. НА ЧТО В ОБЛИКЕ ЖЕНЩИНЫ МУЖЧИНЫ ОБРАЩАЮТ ВНИМАНИЕ В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ?

Если верить высказываниям большинства мужчин: кто-то смотрит на глаза, кто-то на руки, кто-то на ноги. А вот некоторые признаются — туда, где оголено тело. И мне кажется, это самый честный ответ. Недаром сейчас так модны оголенные животы.

10. ВАШ РЕЦЕПТ КРАСОТЫ.

Диеты не придерживаюсь: ем все и сколько хочу. Еще недавно — сходило с рук. Но возраст дает о себе знать: за последнее время поправилась на два килограмма и очень переживаю.

Я совершенно определенно знаю, что нужно делать, чтобы хорошо выглядеть — высыпаться, вставать рано, чтобы видеть солнце, улыбаться чаще, ухаживать за кожей и волосами, а главное — правильно питаться. Но, к сожалению, мне редко удается придерживаться этих правил: слишком много забот лежит на моих плечах. Я сама должна содержать себя и свою дочь. Список срочных дел бесконечен, поэтому собой занимаюсь урывками, хотя понимаю, что рано или поздно это аукнется.



Ответы на вопросы конкурса «VICHY», объявленного в журнале «Крестьянка» №1.

Консультанты — дерматологи от Лабораторий «VICHY» выбрали из писем наших читателей самые интересные вопросы по проблемам ухода за кожей. Их авторы награждаются продукцией марки VICHY.

О т в е т ы н а в о п р о с ы ч и т а т е л е й

1. Засленнич Лариса, Пермская обл.

Когда волосы начинают выпадать, я пользуюсь шампунем «Vichy Dercos». Эффект есть, но временный. Может, дело в том, что шампунь — это средство профилактики и при выпадении волосы нужно всерьез лечить?

Для того чтобы решить проблему выпадения волос, нужно попытаться выяснить ее причину, провести комплексное обследование организма. В норме у здорового человека выпадает до 100 волос в сутки. Но существуют различные заболевания, которые усиливают это явление. Для коррекции этого состояния Лаборатории VICHY предлагают ампулы от выпадения волос Dercos с Аминексиллом для женщин. Это средство эффективно при сезонном выпадении волос, потере волос, связанной со стрессом, резкой сменой климата, и при незначительных гормональных нарушениях. При выявлении заболеваний, усиливающих выпадение волос, необходимо медикаментозное лечение у специалиста. Тонизирующий шампунь Dercos с Аминексиллом можно использовать как средство профилактики, так и в дополнение во время применения ампул для усиления эффекта.

2. Прохоркина Людмила, Ставропольский край

Ни в одной рекламе не говорится о составе косметических средств VICHY. Хотелось бы узнать.

В состав всех средств от Лабораторий VICHY входит Термальная Вода VICHY из источника Святого Луки. Ее уникальные свойства известны еще с древних времен, а впоследствии доказаны в лабораторных и клинических испытаниях. Благодаря своему химическому составу (17 минералов и 13 микроэлементов) Термальная Вода VICHY оказывает успокаивающее действие на кожу и повышает ее защитные свойства. Кроме того, в состав средств Лабораторий VICHY входят активные компоненты, разработанные с учетом последних достижений в области дерматологии, фармакологии и биохимии. Подробный перечень активных компонентов указан на упаковке каждого продукта.

3. Миндибаева Елена, Республика Башкортостан

Со скольких лет можно начинать пользоваться кремом (гелем) для ухода за кожей вокруг глаз?

Контур глаз — это зона лица, на которой признаки старения становятся заметны в первую очередь. Кожа вокруг глаз в четыре раза тоньше, чем кожа лица, поэтому она требует особого ухода. Именно здесь в первую очередь появляются мимические морщинки. Этот процесс легче предотвратить, чем потом корректировать. Лаборатории VICHY предлагают увлажняющий гель Термаль С для контура глаз, который снимает припух-

лость век и уменьшает круги под глазами. Обеспечивая глубокое увлажнение кожи век, он тем самым отодвигает срок появления первых морщинок. Гель Термаль С для контура глаз не имеет возрастных ограничений.

4. Савосина Ольга, Москва

Почему продукция VICHY продается только в аптеках?

С момента создания марки косметика Лабораторий VICHY продается исключительно в аптеках. Продукция разрабатывается и производится в соответствии с фармацевтическими требованиями. Высокая эффективность косметических средств определяет необходимость их профессионального подбора в соответствии с типом и биологическим возрастом кожи. Только специалистам, знакомым с анатомией и физиологией кожи, под силу подобрать программу оптимального ухода за ней.

5. Ненашева Ольга, г. Самара

Как правильно пользоваться Термальной Водой VICHY?

Для повышения естественных защитных сил кожи Термальную Воду VICHY необходимо наносить на очищенное лицо несколько раз в день. Через 30 секунд после распыления промокнуть салфеткой. Мелкодисперсное распыление из баллончика улучшает микроциркуляцию кожи. Термальная Вода VICHY может «фиксировать» макияж при применении ее в течение дня.

6. Лоцман Елена, г. Коломна, Московская обл.

Какие средства по уходу за кожей лица и тела наиболее эффективны для возраста 35—40 лет?

В этом возрасте появляются первые глубокие морщины, которые обусловлены снижением выработки гликанов в глубоких слоях кожи и снижением синтеза коллагена. Для коррекции этих процессов Лаборатории VICHY предлагают гамму Лифтаktiv, восстанавливающую тонус и упругость кожи. Благодаря средствам этой гаммы замедляется процесс образования новых морщин и сокращаются уже имеющиеся. Для увлажнения и питания кожи тела прекрасно подойдет гамма Липидиоз.



Муж жене не товарищ

Сколько умной техники ни появляется в доме, а женщина в быту все равно остается крайней. Мужчина от бытовых проблем виртуозно уклоняется.



Реакция

Сдержанные жены предпочитают не скандалить, а отпустить ироничные реплики.

Нежные и трепетные укоряют розовым прошлым, когда он не сидел как истукан у телевизора, а даже, помнится, колдовал над туркой кофе на кухне, сам общался со слесарем-водопроводчиком!

Смирная жена вообще молчит, но душа ее плачет от несправедливости: «Ну, почему он такой?»

Разве он не видит, как она разрывается, крутится как белка в колесе, одной рукой одевая хнычущее дитя, другой — открывая йогурт, как беспрестанно взглядывает на часы, боясь не успеть в детский сад, на службу, к парикмахеру, до закрытия сберкассы!.. Разъяренная жена и безмятежный муж, который интеллигентно помалкивает или виновато вздыхает. Кто из них обаятельнее?

Увы, он. Он ведь не мелочный и не придирчивый. Если показать нам эту сценку в каком-нибудь семейном сериале, мы, как пить дать, сами себе не понравимся.

Умная женщина не станет так бурно реагировать и выходить из себя по ерундовому поводу. Ну, что с того, что он опять не помыл за собой чашку? Разве можно так искренне горевать по такому маленькому бытовому поводу?

Лень-матушка

У каждой женщины, даже отличной хозяйки, есть дела, которые она никогда не делает.

Воспоминание о них временами ее раздражает, но она усилием воли отгоняет неприятные мысли прочь. Пока однажды со скрипом, сама собой, вдруг не отворится дверца антресоли и она не увидит с ужасом, какой бардак там царит..

До некоторых вещей у хозяйки просто не доходят руки. Например, поддоны для горшков с цветами — их давно пора вымыть. А груда фотографий, которые сто лет ждут, пока их разберут и вклеят в два новеньких, специально купленных альбома!..

Почти никто из нас не годится в идеальные хозяйки, но мы прощаем себя с легкостью, в то время как домашним не спускаем ни одной тарелки, не поставленной в мойку.

Умная женщина понимает: если ей что-то лень делать, то муж сделан не из какого-то особого теста — ему точно так же лень. Ведь вы не считаете преступлением загроможденную хламом антресоль, вот и муж не считает преступлением брошенный на спинку кресла пиджак.

Ростки энтузиазма

В природе почти не встречаются мужья, любящие домашнее хо-

зайство так же, как футбол или пиво. Но убежденные белоручки тоже редки — скорее мы сами их выпестовали.

Молодой влюбленный муж предлагает помыть полы, в то время как молодая влюбленная жена крутится на кухне.

Он от всей души плещет воду на паркет и размазывает ее тряпкой ровно посередине. Углы остались пыльными. Пол в разводах

Умная женщина не подаст виду, что он только прибавил ей работы. А принципиальная тут же заявит: «Не умеешь, не берись!» Но разве она не знает, что мы от природы лучше держим в руках иголку с ниткой и щетку с тряпкой, а мужчины — молоток и топор? Он действительно не слишком хорошо это делает, но лучше пусть делает, как умеет.

Не стоит направлять и пристально следить за каждым шагом мужчины, когда он благородно берется за женскую работу. Слабые росточки хозяйственного энтузиазма нуждаются в поощрении. Он, может быть, никогда не научится оттирать ванну до близны, но — оцените порыв!

Категорически запрещается отпускать высокомерные реплики типа: «Оставь, я сама!», «Кто так чистит картошку?», «Опять режешь сыр толстыми кусками!»

С некоторой опаской мужу можно доверить пылесос, если убрать с видных мест легкие предметы.

Некоторые мужья — прекрасные повара, они с радостью демонстрируют, в особенности гостям, свое искусство. Ну и что, что рыба чешуя летит мимо ведра, а в раковине после изготовления коронного блюда громоздится гора посуды? Терпите. Он не лентяй!

График не работает

Когда муж и жена ровесники и у них одинаковый социальный статус, мысль о равенстве возникает сама собой и никого не шокирует. Муж видит в своей жене подругу жизни, равную ему по интеллекту, и совсем не намерен только оттого, что она женщина, сесть ей в бытовом плане на шею.

Они по-честному делят обязанности. Милое дело — разделение труда. Ты делаешь одно, я другое, ты по вторникам, я по четвергам, неделю я мою посуду, неделю ты...

Многие пары начинают так свою жизнь, но почему-то из честного и братского разделения обязанностей ничего не выходит. В неделю «мужа» посуда частенько остается невытой, к тому же на первом месте у него просмотр вечерних новостей по телевизору и чтение газет.

Умная женщина не станет биться за равенство и ждать, закипая, когда у мужа наконец ноги дойдут до кухни. Она тихонько перемое

тарелки после ужина. Лучше не переносить на семью правила коллективной жизни — турпохода или студенческого общежития. Семья, даже совсем маленькая, из двух любящих друг друга людей — очень сложно устроенный космос, со своими вспышками нежности, черными дырами обид и разочарований, бесконечно меняющимся потоком самых разных чувств..

Не стоит составлять расписаний и графиков. А главное, питать беспочвенные надежды, что они сработают.

Точное время

Исследователям совершенно точно известно время, которое занимает у женщины домашняя работа, причем в Дании хронометр показывает одно, в Японии другое, в России третье. Но повсюду — показывает.

Если полюбопытствовать, можно узнать, сколько у тебя уходит в год конкретно минут и секунд на глажку, а сколько на варку яйца всмятку. Сумма завораживает, есть от чего почувствовать себя несчастной.

Попробуйте сами подсчитать, так ли много времени съедает вся эта готовка и уборка. Неужели целых восемь часов, которыми пугают нас социологи? Может быть, они изучали быт каких-то идеальных хозяек, которые сами пекут хлеб, вручную выжимают сок из морковки и каждую свободную минуту моют окна? Но мы-то не идеальные!

Путь от плиты до ванной и от ванной до холодильника, который ежедневно проходит женщина, тоже зафиксирован и померен рулеткой. Метраж набегает изрядный. Но за что тут-то нас жалеть? Попробуйте проходить эти несколько километров в день просто так, с целью обрести стройность, вы же от скуки заболаете! Ходить не с целью, а с реальной заботой куда веселее и естественнее.

Умная женщина не доверяется слепо социологам, хронометру и рулетке. Она любит свой дом и не станет считать минуты и шаги.

Между тем каждый день камешек скатывается с горы, и надо начинать все сначала. Мужчина бессознательно, генетически и исторически, полагает, что все эти пустяковые дела сделать ничего не стоит. И — почему-то не делает. Не замечает, искренне забывает, находит какие угодно более важные занятия. Сбить его с толку в этом вопросе почти нереально. Наш совет — относитесь к этому легче. «Take it easy» — как говорят англичане...



Татьяна Налымова

Мой хор танцует

Когда-то ретивые футуристы призывали сбросить классику с корабля современности. Сегодня классика как будто сама, под давлением и напором громких побед шоу-бизнеса и с появлением новых, компьютерных технологий, уходит в тень. Главный режиссер московского театра «Геликон-опера» Дмитрий БЕРТМАН идет против современного духа и века — он ставит классику. Но вот что удивительно: вполне «продвинутая» молодежь рвется на его «Кармен» и «Евгения Онегина».

— Дмитрий Александрович, на спектакле по Гершвину вы меня удивили прямо с порога: сначала вместе с билетом выдали какую-то детскую погремушку, потом у вас зрительница танцевала на сцене, а дальше и вовсе дирижер чуть ли не ступовал у дирижерского пульта. Все-таки зритель приходит в театр для чего? Для того чтобы просто развлечься или послушать хорошую музыку?

— Знаете, насчет музыки — это уже осталось в истории. Современный зритель имеет настолько загруженную плотную жизнь и такую огромную палитру развлечений, гораздо более доступных и легких, чем опера, что он наверняка не придет только для того, чтобы просто послушать хорошую музыку.

А если и придет послушать, то непременно в гарантированном исполнении Риккардо Мути или Джеймса Левайна, чтобы потом иметь право сказать: я слушал такую-то симфонию в исполнении великого такого-то. В остальные причины я просто не верю, потому что, ну, сколько же раз можно слушать «Евгения Онегина» и «Травиату»? А если я и захочу их послушать, то пойду в магазин, выберу из двадцати исполнений то, где будет больше знакомых имен, и поставлю дома в удобное время. И это будет DVD отличного качества с отфильтрованным звуком, великолепным монтажом и прекрасной картинкой.

— Получается, что вы все время боитесь, как бы зритель, не дай Бог, не заскучал.

— Это только в одном спектакле. У нас же есть и масса серьезнейшего репертуара. Каждый спектакль и каждый день в театре должны быть разными. Если публика будет знать, что она сегодня пришла на «Мазепу», а завтра на «Трубадура», и в обоих спектаклях будут стоять те же тети в одних и тех же примерно костюмах, только музыка поменялась, она в третий раз уже здесь не появится.

Должны быть спектакли, сделанные по разным законам, но с опорой на традиции театральной школы. Хотя традиция — это вовсе не клише и не штамп. Знаете, иногда говорят про скучный спектакль, что он — традиционен, но это не правда. Вся жизнь и Станиславский, и Шаляпин боролись за то, чтобы искусство было живым и интересным. Шаляпин сам придумывал, как Борис Годунов будет говорить «Чур, дитя!», каков у него будет первый шаг, но по-

сле этого появились 20 исполнителей, которые слепо скопировали с Шаляпина, и мы их почему-то называем традиционными, хотя это не традиция, это просто клише. Вот если бы они сами прошли по системе того же Шаляпина, то был бы другой Борис и он бы по-другому кричал. И здесь происходит путаница. Я считаю, что и наш театр, и я абсолютно традиционны. У меня музыкальное образование, я пианист, в театре трудятся выпускники консерваторий, мы работаем на репетициях над образом, над актерским мастерством, дирижер работает над интонацией. Это традиционный путь. Другое дело, что результат, который мы получаем, неожиданный. То есть традиционным методом мы делаем вещи, которые не ассоциируются у зрителя с привычным.

Скажем, в том же Гершвине у нас серьезнейшие певицы, лауреаты международных конкурсов, прекрасно поют джаз, а наш тенор, который исполняет партии Ленского, Германа или Альфреда в «Травиате», ступует. Для тех, кто не знает наш театр, это просто шок.

— А что вы делаете, когда развлечь нечем?

— Развлекать нужно всем. Когда умирал Константин Сергеевич Станиславский, его спросили: «Для чего существует театр? Это что — институт человеческой души?» И он ответил: «Это развлечение. Человек приходит в театр для того, чтобы развлекаться».

— Даже тогда, когда трагедия?

— Всегда. Самое страшное произведение у нас «Лулу» Берга. Это атональная додекафонная музыка начала XX века, в которой нет мелодии. Там по сюжету сплошные убийства, смерть каждые 10 минут. Это настоящая трагедия. Или «Аида». Но и они тоже развлечение. Любый триллер, который мы смотрим по телевизору, — это тоже развлечение. Если он сделан талантливо, мы сидим и дрожим, пройдем там «враги» или нет. Мы развлекаемся трагедией.

К тому же, когда самый серьезный композитор пишет для театра, он пишет для лицедеев. Верди как-то спросили: «Каким должен быть театр?» Он ответил: «Полным». И это является для меня главным критерием.

И потом, вот вы часто ходите в серьезные оперные театры? Нет? А почему? Да потому что там вас дурят. Вы, современный человек, приходите в театр, а там Татьяна, которой уже давно пора на пенсию, поет любовную арию, и вас уверяют, что это условное искусство. А



Оперная и драматическая режиссура – это абсолютно разные вещи. Драматический режиссер работает с профессиональным артистом, который учился технике театра. Оперного певца этому никогда не учили. Он все равно что прохожий с улицы. В конечном итоге он сложит ручки и начнет просто петь.

оно не условное. Петр Ильич Чайковский писал «Онегина» для студентов консерватории, для молодых ребят, и запретил исполнять эту оперу в театрах. Развлекая вас, я хочу, чтобы в мой театр ходили.

— Но у вас это получается отчасти и оттого, что театр крошечный и вам легче заполнить зал.

— Ничего подобного, нас знают в мире не как маленький театр, и потом у нас в театре служат 400 человек! Мы ставим на Западе те же самые спектакли в залах на 4000 мест и делаем большие сборы. В парижском театре мы отыграли больше 130 спектаклей «Кармен», заметьте, французскую оперу! Это все равно, что ехать в Тулу со своим самоваром.

— А что, в мире нет больше таких «сумасшедших» театров?

— Весь мир такой, это мы другие и предали настоящую традицию. Покровский, который когда-то делал чудеса в Большом театре, был изгнан оттуда и больше туда невож. Это общая культурная трагедия России, причем не важно, какой строй, какой президент. Так было всю жизнь.

— Но ведь сейчас модно приглашать в оперу драматических режиссеров?

— Оперная и драматическая режиссура — это абсолютно разные вещи. Драматический режиссер работает с профессиональным артистом, который учился технике театра. Оперного певца этому никогда не учили. Он все равно что прохожий на улице. С актером режиссер думает, обсуждает роль, а с оперным артистом так нельзя. В конечном счете он сложит ручки и начнет просто петь.

Поэтому, как бы ни был известен драматический режиссер, его постановка обречена на провал. Но их в оперу тянет, потому что опера — это бизнес, свободно конвертируемое искусство. Дрину вы не вывезете никуда из-за языкового барьера, а оперу пожалуйста, это большие деньги.

— Мне кажется, что при вашей энергии вы могли бы с успехом заниматься и мюзиклами.

— Нет, никогда, я не люблю это искусство. В России мюзиклы скучно делать. У нас ведь ни артист, ни публика для этого не готовы. Наша

публика слишком интеллектуальна: зрители выросли на очень хорошем искусстве, на великих спектаклях и режиссерах, и поэтому ни один мюзикл у нас еще не заканчивался успехом.

— **В таком случае в чем для вас заключается очарование оперы?**

— А это самое интересное, что есть в мире искусства. Опера синтетична, она аккумулирует в себе все — и музыку, и слово, и сценографию, и кино, и балет, и даже цирк. Я уверен, что за оперой будущее. Сам я увлекся оперой еще в ЦМШ, когда каждый день бегал в оперный театр им. Станиславского, а иной раз попадал и на репетиции к Покровскому, платя три рубля билетерше. Заканчивал я образование в ГИТИСе у Ансимова Георгия Павловича, главного режиссера Большого театра, и думаю, что получил лучшее, что только было в России.

Однако подлинный переворот в моем представлении об опере произошел после того, как я съездил в первый раз за границу. Там я понял одну очень важную вещь: да, у нас есть традиции и великолепная школа, по которым учится весь мир, но зато там я ощутил свободу замысла. Я попал на репетиции Дэвида Паунтни, потрясающего режиссера английской национальной оперы в Лондоне, который ставил оперу Яначека «Катя Кабанова» по «Грозе» Островского, и эта работа перевернула весь мой мир. Он делал ее, опираясь исключительно на Островского, на личную историю этой женщины, и был абсолютно свободен в выборе средств. И я вдруг увидел, как это может быть интересно, когда голова свободна от всякой идеологии, когда ты творишь, ни на кого не оглядываясь. Вот этот момент и был для меня самым важным. Я стал смотреть на все по-другому, у меня появилось другое мышление. Это было в 1988 году, когда я учился еще на последнем курсе, и совпало как раз с нашей перестройкой и началом свободы.

В то время я уже поставил много спектаклей в провинции и вместе со своими однокурсниками с оперного факультета сделал «Мавру» Стравинского, с нее, собственно, и начался «Геликон» — естественным студийным путем. Вначале нас было всего пять человек. Я тогда и не думал о театре, просто мы играли в свое удовольствие.

Но для нас это был трудный период, я был вынужден ставить спектакли всего на несколько человек. Я брал сложнейшие оперы XX века. Сделал «Мавру» Стравинского на четверых, «Блудного сына» Дебюсси на троих, Пуленка «Человеческий голос» на одного. Это был совершенно элитарный репертуар, которого тогда еще никто не знал. На премьеру приходили одни специалисты и консерваторцы, а на третий раз зал был пустой. И тогда я понял, что у нас ничего не получится, и стал брать намеренно сверхпопулярные названия, классику — «Паяцы», «Аида», «Травиата», и ставил их откровенно свободно, иногда даже сознательно провоцируя. Критика начала нас ругать, но народ повалил. И вот только тогда, когда «Геликон» стал очень успешным театром, я позволил себе вернуться к другому репертуару, редчайшему, который в России не шел. К «Лулу» Берга, к «Леди Макбет Мценского уезда» Шостаковича, к «Средству Макропулоса» Яначека, то есть к тем вещам, которые раньше были обречены на провал, а теперь стали коммерческими. Люди специально приходят, чтобы их посмотреть. Получается, что



**БИЛЕТЫ РАСКУПЛЕНЫ
НА МЕСЯЦ ВПЕРЕД.
НО ДЛЯ ПОЧЕТНЫХ ГОСТЕЙ,
КОНЕЧНО, МЕСТЕЧКО
НАЙДЕТСЯ**

мы воспитали собственного зрителя, да и, кроме того, оказалось, что мы влияем на другие театры. То, что в последнее время театры стали ставить оперы XX века, отчасти и наша заслуга, и я горжусь тем, что мы первыми проложили эту дорожку.

— **А как вы набирали труппу ваших замечательных артистов?**

— Это очень длительный процесс, своего рода коллекционирование. Я практически знаю весь «кадровый» рынок, кто, где и когда заканчивает учебу, в какой театр идет.

— **А что вам нужно от артиста?**

— Манкость. Чтобы манило к нему. Это выражение Станиславского. Ну и, конечно, владение голосом — это как руки и ноги. Актерского мастерства я не требую, я только смотрю, есть ли данные, которые можно развить. И хотя труппа у нас сейчас переполнена, я все равно постоянно смотрю, а вдруг где-нибудь выскочит чудо.

Вообще, когда мы начинали, у меня было непристойно работать, а сейчас все переменялось. Ко мне приходили, может быть, не самые лучшие артисты, но я их воспитывал, выращивал и получаю от этого по сей день огромное удовольствие. Ибо самое лучшее в моей профессии — это не тогда, когда открывается занавес, а процесс воспитания «звезд». Скажем, приходит девочка, сложила ручки, поет, но я вижу: что-то такое в ней есть, и начинаю вкалывать вместе с командой.

— **А что для вас значит «звезда»?**

— Талантливый трудоголик. И, кстати, несмотря на всю свою требовательность, я никогда не повышаю голоса на артистов. Мы все



Хор наш уникален. Это признано во всем мире. Шестьдесят человек настолько музыкально грамотны, что могут выучить новую оперу за две репетиции. Кроме того, они постоянно занимаются пластикой и движением и могут делать на сцене все что угодно: от балетных па до виртуозного степа.

здесь друзья. У нас уникальная семейная атмосфера в театре, театру 14 лет, но за эти годы ничего не испортилось. И мне кажется, что если наш дух, не дай Бог, исчезнет, то все неизбежно разрушится. И будет так, как в других театрах, когда на сцене встречаются незнакомые люди. Ведь, по сути, что такое театр? Это ведь секта.

— А на Западе есть театры, подобные вашему?

— Похожие есть, но, скажем, хора такого, как наш, нигде нет, он уникальный. И это признано во всем мире. Шестьдесят человек, и все имеют дипломы дирижеров-хоровиков, они настолько музыкально грамотны, что могут выучить новую оперу за две репетиции. Кроме того, они же постоянно занимаются пластикой и движением и могут делать на сцене все что угодно: от балетных па до виртуозного степа, такого нет в мире нигде.

И потом, наши постановки всегда отличаются оригинальным решением. Я ведь ставлю спектакли на Западе не в конъюнктуре Москвы или России, а ориентируясь на достижения в мире, и стараюсь быть и там интересным. Скажем, мы играем с огромным успехом «Летучую мышь» в Германии, а это ведь их спектакль, или «Кармен» во

Франции. И для них эта постановка тоже выглядит уникальной. Мы привозим с собой с гастролей тома восторженных отзывов.

У нас Кармен живет на помойке, со всеми занимается сексом. И она ведь так и была написана Бизе. Почему «Кармен» при жизни композитора десять лет не исполнялась на сцене? Да потому что впервые после кринолинной оперы на сцену вышла девка, цыганка, с цветком в волосах, босая, и все тут же завопили, что это пошлятина и мерзость. А Бизе умер-то сам молодым, в 30 лет!

Поэтому я и сделал спектакль, адекватный авторскому замыслу. И при этом это очень серьезная постановка, абсолютно трагическая, как будто про нынешнюю молодежь, поэтому там все и ревет в конце. Спектаклю уже восемь лет, он получил все «Золотые маски», и на него попасть по-прежнему невозможно.

— И напоследок: что для вас идеальный театр?

— «Геликон-опера», только в новом, большом и красивом здании.

Беседовала Лилия Байрамова

СТРАСТИ в белом интерьере

Елена ДЕНИСОВА

Накануне... Ну да, накануне телефонный звонок оторвал ее от дела. Лора как раз ломала голову: куда передвинуть пуфик от нового белоснежного гарнитура? Рядом с торшером в виде жемчужного куба он смотрелся как-то банально. Решение пришло, как всегда, внезапно, раз — и пасьянс совпал.

Глаз дизайнера не подвел. Это был последний штрих ее почти двухлетнего «перекроя» квартиры. А впрочем... может быть, и всей жизни. Белизна и строго продуманная геометрия сменили наконец-то неопрятную пестроту и хаос.

Ее бывший муж, тогда еще студент биофака, а по призванию — сумасшедший коллекционер экзотической живности, начал обустройство их квартиры с того, что соорудил террариум для южноамериканских гекконов. Потом Лоре поочередно пришлось терпеть в своем доме детей: змеи, аллигатора, саламандры.

Но то были цветочки! Настоящий ад начался, когда Алик вообразил себя бизнесменом. Сначала это был «собачий» бизнес, потом «соколиный». И оба, как и следовало ожидать, с плачевным финалом: собаки раздаривались знакомым, соколы — питомникам. Да что там говорить! А грязный велосипед посреди комнаты? А брошенная на пол палатка? Б-р-р! Но с этим, слава Богу, покончено... Перетасив тяжеленный пуфик, Лора плюхнулась на диван, еще раз оглядела белые кожаные холмы, глянцевые плоскости, прислушалась к стерильной тишине и от восторга энергично двинула рукой: «Йес! Она это сделала!»

И вот эту замечательную, выстраданную тишину нарушил резкий звонок. И мужской заискивающий голос в трубке начал противно вытягивать жилы:

— Здравствуйте, Лариса Эдуардовна, извините за беспокойство, но Варя просила вас предупредить, что она приезжает в Москву в понедельник, в половине седьмого вечера...

Нельзя сказать, что Лора не узнала мужчину, нельзя сказать, что известие о скоростижном явлении Варвары ее совсем уж не обрадовало. Просто сумасбродная подруга юности, с которой они много лет назад вместе учились в художественном училище одного старинного волжского города, в очередной раз рисковала врезаться в скалу жестких Лориных планов, которые она, как известно, никогда не меняет. И потом, что за неистребимо наглый провинциализм: завалиться в любое время дня и ночи в полной уверенности, что ей будут рады... Ну, да, рады. Куда же ее денешь! Снова на столе появится бутылка, и ночь напролет они будут молоть всякую чушь, как в юности, то хохоча, то плача: Варвара любого растормошит! Но даже сумасбродства, на взгляд Лоры, должны быть запланированы. И потому она с хо-

лодноватой иронией и сладким чувством мести спросила трубку: — Приезжает? Завтра? Замечательно. А у кого, простите, Варвара собирается остановиться?..

Ну, конечно, конечно, она прекрасно знала, что подруге даже в голову не придет остановиться где-то, кроме ее, Лоры, дома. Хотя, позвольте, в Москве живет ее родная тетка, да и этот с трепетным голосом наверняка был бы просто счастлив заполучить Варвару в единоличное пользование. Но тетка — зануда, а этот... С одной стороны, женат, с другой — стар. А ведь десять лет назад, когда они только познакомились, он был еще ничего себе, вполне молодец: сорок пять, профессор МГУ, глаза под цвет новенькой васькиной «Волги» и замшевый чешский пиджак, привезенный из недавней зарубежной командировки. К тому же на все готов, только моргни.

Но куда там! В это же время у Варвары случилась симметричная страсть: молодой гениальный художник. Сумрачный лик, неизменная сигарета, всунутая в узкую щель рта, мало приспособленного для поцелуев, мастерская в полуподвале и койка в рабочем общежитии.

Койка в общежитии — следствие того, что родина гения простиралась желтой ковыльной степью где-то за тысячи километров от его нынешнего среднерусского обиталища. Сублимируя ностальгию, он писал рыжие плоскости, стыкующиеся в глубине полотна с голубыми лентами неба. А посередине — каких-то грустных человечков, которые уже ни с чем и ни с кем не стыковались. Как и он сам, торчащий в чужом ему мире острым углом, но умудряющийся между тем походя протыкать своим угрюмым одиночеством бедных овечек.

Варвару он тоже пропорол. Рана была зияющей, откровенной до неприличия. В тот момент она снова появилась на пороге Лоры. И как всегда — без предупреждения. Из раны струилась кровь, но Варвара и не думала ее бинтовать. Ковыряла и ковыряла, сидя под модным Лориным абажуром, и не торопясь потягивала розовое «Tavel», купленное, между прочим, Лорой на авеню дю Мэн в самом крутом парижском магазине «Фашон». Мазохистка.

У подруги был особый талант на несчастную любовь. А все потому, что она мало себя любила. Иначе бы не западала на таких вот неустроенных эгоцентриков. Но Варвара год за годом продолжа-



Рисунок Фа

«Люблю!» – каким наивным ей казался аргумент соперницы. Слово это перекатывалось легкомысленной карамелькой в пухлых губах нахальной девчонки.

ла биться мотыльком вокруг очередной коптящей керосиновой лампой души, не подчиняясь доводам рассудка. С каким-то самозабвением тратила себя на мифическую, каждый раз оказывающуюся всего лишь оптическим обманом, любовь... И ради чего? Лора подругу не понимала. В конце концов, это просто неприлично — любить другого больше, чем он тебя. Она себе такого не позволяла. Даже с бывшим мужем, даже в самую счастливую пору. Возможно, именно поэтому она и смогла снести удар, нанесенный мужем, на ее взгляд, с какой-то особой жестокостью. Он все еще продолжал уверять Лору, что она его «королева», а сам в это время уже встречался с семнадцатилетней девчонкой. Потом тайное стало явным. К ночным звонкам прибавились утренние. Слезливые истерики нимфетки перемежались ее угрозами повеситься.

Лора долго не могла поверить, что ей грозит опасность. На ее стороне была железная логика жизни, на другой стороне... «Люблю!» — каким наивным казался ей аргумент соперницы. Слово это перекатывалось легкомысленной карамелькой в пухлых губах нахальной девчонки, — а Лора следила за ней с брезгливым прищуром и думала, что еще немного, и та устанет, сплюнет... Но, как ни странно, не сплюнула. День настал, и, собрав вещички, муж ушел. Лора мужа не поняла. Зато поняла Варвара, упрямо встав на его сторону.

С тех пор Алик приходил, когда ему вздумается, подбрасывая вверх восторженно верещащего сына. Почему-то дарил ей неизменно красную розу, прикладываясь к ее руке: «Моя королева!», а потом снова исчезал на неделю, две, три...

Если честно, иногда нервы сдавали, тоска по его рукам начинала так скручивать, что Лоре хотелось вцепиться зубами в пахнущую костром, родную куртку, зарычать, зарыдать: «Не пущу!» Может быть, он и остался бы. Иногда ей казалось, что именно этого он и ждал, каждый раз пристально глядя в радужки ее глаз. А если нет?

...Между тем пятилетний Митька, услышав, что тетя Варя приезжает, запрыгал мелко и восторженно. Он обожал Варвару с пеленок. Года в три, преданно глядя той в глаза, заявил, что подрастет и женится на ней. Бездетная Варвара даже всплакнула: «Женитесь...» Лора ревновала. Конечно, глупо, но... Может быть, поэтому, когда она осекла сына: «Тетя Варя будет жить у своего друга!», в ее голосе прозвучало некоторое злорадство. В ответ Митька надулся и обиженно поплелся в свою комнату.

Наверное, жаловаться молчаливым барбусам: аквариум — единственное, что Лора согласилась оставить из прошлого. Разумеется,

из эстетических соображений. Вот только рыбы размножились с катастрофической скоростью. А на прошлой неделе Митька начал выпрашивать черепаху, и Лора пришла в ужас: она-то знала эту ползучую заразу! Стоит разрешить... Так что она не поддавалась на провокацию, а купила сыну новую компьютерную приставку — в нынешнем интерьере она смотрелась гораздо уместнее.

...Кстати, в свое оправдание Лора могла сказать, что стервозное в общем-то решение «проучить» Варвару совпало с другим, вполне объективным обстоятельством: в последнее время раз в неделю, по понедельникам, к ним приходил Андрей. Слава Богу, никаких гекконов. Человек занимался бухгалтерскими программами. Да и сам был таким же, как его бизнес: спокойным и чистоплотным, вполне вписывающимся в белоснежную геометрию ее новой жизни. По понедельникам Лора занималась на курсах английского (ее пригласили поучаствовать в весьма престижном дизайнерском проекте в Лондоне), и Андрей великодушно предложил «караулить» Митьку, заодно «приучая» его к своим порядкам. На тот случай, если их отношения перерастут в постоянные.

Эти понедельники наконец-то внесли в ее развороченную после развода жизнь необходимый ритм, выстроили каркас душевного равновесия. Почему Лоре вдруг показалось, что появление Варвары может все это нарушить? Да и каким образом? А Бог его знает. Интуиция художника. На фоне изысканно-строгой белизны сумасшедшая подруга юности смотрелась бы опасным варварским пятном. То ли степной мак, то ли цыганская шаль. И Лора, еще раз «примерившись», решила — лучше не рисковать: от Варвары можно ждать все что угодно!

...День прошел, как обычно. Правда, противно моросил холодный дождь, и она едва не заснула, слушая вялые претензии клиента по поводу ее «излишне конструктивистского» решения мансарды, а потом на занятии на все вопросы преподавателя отвечала «Very well!» и бессмысленно моргала ресницами. Чтобы взбодриться, она представляла, как придет домой, вздохнет русский чуб обиженного Митьки, чмокнет Андрея, а потом они все вместе будут пить чай на кухне.

Голос мужчины навис над ее ухом мрачной тучей.

— Я ухожу! — отчеканил Андрей. — Ключи оставляю в прихожей, на тумбочке.

— Что ты сказал? — не поняла, но почему-то смертельно испугалась Лора.

— Я ухожу, — оловянным голосом повторил мужчина.

— Успокойся... — попыталась смягчить его тон Лора. — Говори, что случилось?

— Этот стервец укусил меня за палец!

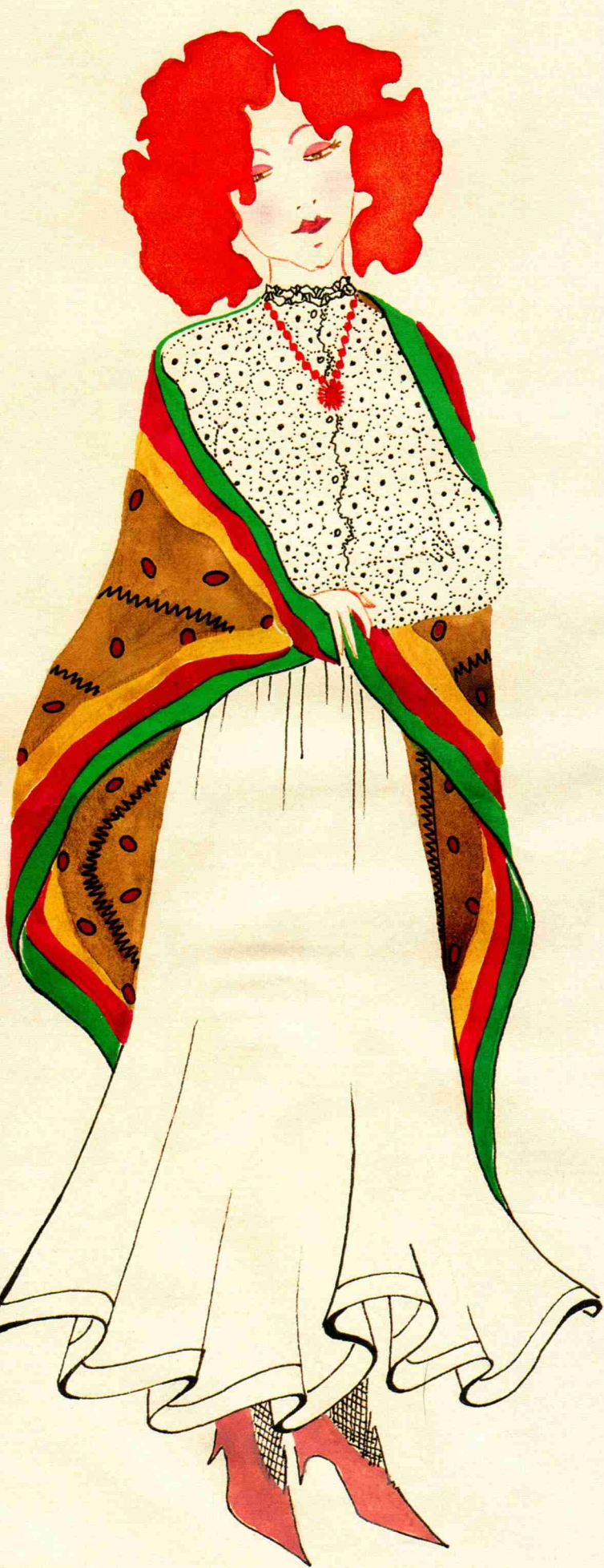
— Господи! — удивилась Лора.

— Вот тебе и «Господи», — сказал мужчина. — Его лечить надо. Может, у него бешенство?

— Какое бешенство? — еще больше растерялась Лора.

— Какое, какое? Собачье, раз кусается, — зло уточнил мужчина. — Можешь себе представить: мяч закатился за кресло, я отодвинул, а там — гора апельсиновых косточек! Просто свинство какое-то!

«Митькина работа!» — от жгучего стыда Лора окаменела, словно ей публично заголили подол.



**— Как — «ухожу»?
Совсем? — закричала
Лора, осознав, что прямо
сейчас на ее голову рухнет
каркас из понедельников.
— Постой! Постой, а как же
Митька?**

— Я говорю ему: «Иди убери!», а он ни в какую. Ну я и приложился пониже спины. Для остротки. А он разозлился, стал плевать... укусил вот.

— Где он? — тихо спросила помертвевшая Лора.

— Заперся в своей комнате... В общем, я ухожу. Прости, но это сюжет не моего романа.

— Как — «ухожу»? Совсем? — закричала Лора, осознав, что прямо сейчас на ее голову рухнет каркас из понедельников. — Постой! Постой, а как же Митька? Как он?.. — закричала она еще громче, представив заплаканного Митьку одного посреди голый, почти больничной, белизны, и — дверь нараспашку. Но трубку уже положили.

...Лора выбежала под звезды, заплыванные брызгами луж и неоновых реклам. Машины, как назло, не останавливались. Гарь и пыль разъедали глаза. Какая уж там белая геометрия! Она сначала давила слезы, а потом плюнула и дала им волю. Шла и редела, почувствовав вдруг хрупкое равновесие их с Митькой жизнью, их неприкаянность в темном городе, где тысячи горящих окон — и ни одной души, замирающей от тоски и страха за них. Слезы застили глаза бензиновой радугой, и потому, наверное, в ее воображении вставала одна картина страшнее другой...

Дверь, как ни странно, все же была закрыта. Лора яростно поковыряла в замке ключом. Гостиная, освещенная люстрой в стиле «хай-тек», была совершенно бездыханна и пуста. Она рванула к спальне. Темная комната тотчас всосала полоску яркого света, и Лора увидела...

Митька сладко сопел, временами жалобно всхрапывая (хронический гайморит — результат детсадовского детства), а над ним теплым оберегающим облаком нависла Варвара.

«Т-с-с-с! — сердито зашипела не подчиняющаяся рассудку женщина на Лору и энергично потрянула большой, лохматой, как у сенбернара, головой. На плечах у нее и вправду была пестрая шаль. — Он минут десять как заснул!». «Минут десять! — подтвердил ее слова... Алик. — Варвара мне позвонила, я прилетел, а он уже...» Муж улыбнулся совсем как прежде, когда их безотказно мирила ночь. «Да вы не волнуйтесь, Лариса, — из потемок вдруг робко вылепилась голова того самого, с трепетным голосом и васильковыми глазами. У мужчины в руках шевелился какой-то пушистый комок. — Он щенка увидел и сразу все забыл... Это Варвара, в подарок...»

«Я же говорила — от этой сумасшедшей можно ждать все что угодно!» — непонятно сказала Лора и, жалобно улыбнувшись, без сил опустилась на стул.



Ровно сто лет назад,
13 мая 1904 года,
в никому не известном городке
Фигерас на севере Испании,
на улице Монтуриоль в доме №20,
родился тот, кто позже с вызовом
назовет себя лучшим художником
современности или того больше —
спасителем, призванным
избавить современное искусство
от разложения
и чудовищной пустоты.





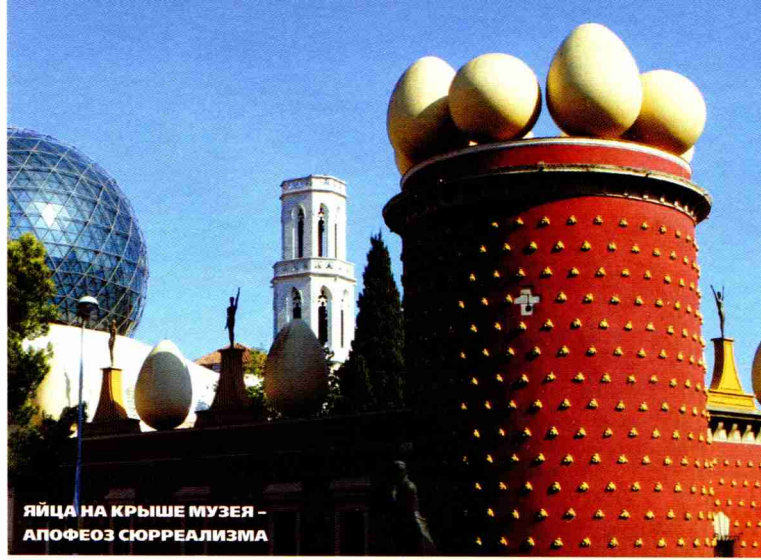
**МУЗЕЙ В ФИГЕРАСЕ.
АВТОРСКИЙ ДИВАНЧИК**
СЛЕВА: КАРАКЕС – ГОРОД,
КУДА ДАЛИ ВОЗВРАЩАЛСЯ
ВСЮ ЖИЗНЬ

«Родился Сальвадор Дали, — патетически воскликнул он спустя 36 лет после собственного рождения, — пусть в его честь звонят колокола! Пусть крестьянин, склоненный над плугом, распрямит искореженную, как ствол оливы, спину, присядет, подперев натруженной рукой свою изрытую бороздами морщин щеку, и задумается... И запомните мои слова: когда придет его (т.е. Дали) последний час, все будет иначе».

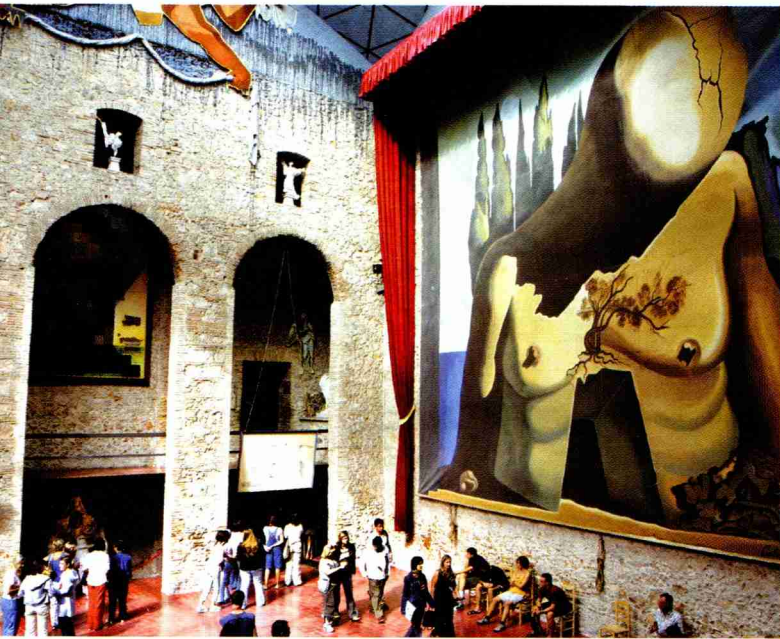
Увы, как ни странно, но сегодня приходится признать, что этот хвастливый бред, произнесенный человеком, известным всевозможными надувательствами и экстравагантностью поведения, оказался пророческим. Художник, изгнанный отцом из отчего дома за надругательство над памятью умершей матери, не только вернулся в свою родную Каталонию, но и стал ее патриотом, прославив захудалый Фигерас едва ли не больше, чем Эль Греко древний Толедо. Сегодня комплекс музеев в Фигерасе и рядом с ним — один из самых лакомых кусочков для иностранных туристов. В места, когда-то безлюдные и охраняемые по декрету диктатора Франко от наплыва поклонников, теперь съезжается более миллиона туристов



**КАТАЛОНИЯ
ТОРГУЕТ ДАЛИ
ВО ВСЕХ ВИДАХ**



ЯЙЦА НА КРЫШЕ МУЗЕЯ - АПОФЕОЗ СЮРРЕАЛИЗМА



ВЕЛОСИПЕД МАЭСТРО



... И ЕГО КАДИЛЛАК

**СПРОЕКТИРОВАННЫЙ
ХУДОЖНИКОМ ДОМ
В ПОРТУ ЛЬБИГАТЕ**



в год: тут есть чему удивляться. А начиналось когда-то все очень обыденно. Просто однажды умный и энергичный мэр Фигераса решил, что негоже городу не иметь у себя в музее ни одной картины великого соотечественника. Обратились к Дали, и тот с готовностью заявил, что намерен основать в Фигерасе

свой собственный музей и даже нашел для него подходящее место. Им оказался местный театр «Принсипаль», сожженный во время Гражданской войны, в котором когда-то совсем юный и еще застенчивый гений проводил свои первые выставки. Устроить музей в бывшем театре — метафора как раз в духе Дали, умеющего с блеском актерствовать и шокировать мир самыми причудливыми и ужасными масками. Открытый в сентябре 1974 года Театр-музей Дали ничем не напоминал тривиальный скучный музей. Вложив в его создание всю свою недожизненную фантазию, Дали предложил и зрителям выйти из пошлой обыденности и попутешествовать вместе с ним в мире его сюрреальных сновидений и грез. Десятки и сотни самых сумасшедших, безумных предметов привезены сюда, словно из волшебного «Зазеркалья» (фото на стр. 70), и каждый из них призван оглушить и «убить» ошеломленного зрителя. Биде из борделя «Ле Шабанэ», который якобы посещал английский король Эдуард VII, кровать в виде ракушек, поддерживаемая дельфинами, «дождливое такси», в которое превращен один из «кадиллаков» художника и на которое по желанию посетителей льется дождь, и, наконец, великолепная «обманка» Дали — знаменитый зал Мэй Уэст, воспроизводящий коллаж художника и выполненный в виде лица американской кинозвезды. Дали с такой же легкостью играет с предметами и интерьерами, заставляя исполнять их несвойственные им сумасшедшие роли, как и с подсознанием в своих безумных картинах.

Венчает же весь этот сюрреалистический шедевр, украшенный гигантскими муляжами куриных яиц, стеклянный купол, призванный, по мысли Дали, прославить монархию. Сам великий маэстро погребен здесь же (нижнее фото), в так называемой башне Галатеа, в которой он прожил последние четыре года.

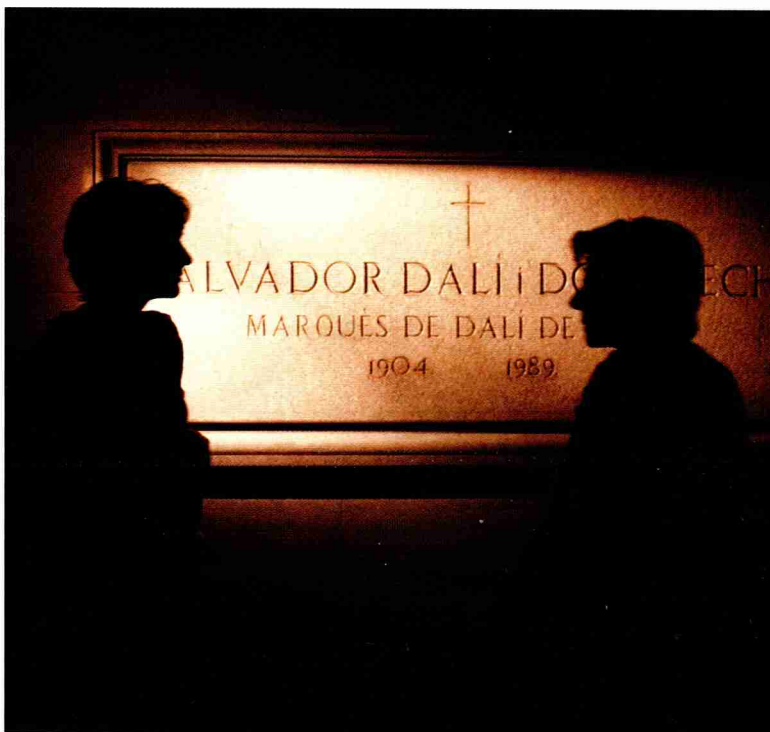
К столетнему юбилею мэтра власти города, уже приученные ко всему необычному, готовят новый и, как водится, сюрреалистический подарок: на въезде в Фигерас установят монумент по проекту каталонского скульптора Оскара Тускетса — 24-метровый стальной кипарис, вырастающий из огромного рояля, поставленного в жерло огнедышащего вулкана. В день открытия из кипариса забьет мощный фонтан. Будем надеяться, что великий выдумщик остался бы доволен этим могучим приветствием, а его монархическим чувствам ничто бы так не польстило, как интерес к нему короля Хуана Карлоса, который специально прибыл в начале этого года в его родной Фигерас для открытия юбилейных торжеств.

Лилия Байрамова

Благодарим Московское представительство
Turisme de Catalunya за помощь в организации съемок



**ФИГУРА
БЕРЕМЕННОЙ
ЖЕНЩИНЫ УКРАШАЕТ
ВНУТРЕННИЙ ДВОР
ДОМА ДАЛИ**



В Ревду

«Боже, как хорошо», — думал Бережковский, выискивая в редкой толпе встречающих знакомое лицо. Хорошо было всё — и мокрое летное поле, по которому он шел несколько минут назад, и утренний город, ждущий его там, за пределами аэропорта, и летний дождь с запахом свежести и мокрого асфальта.

— Весело? — спросил Борисов, когда они уже мчались по трассе в сторону города.

— Умиротворенно, — ответил Бережковский.

Борисов хмыкнул и сбавил на повороте скорость.

— Умиротворенно — значит... А ты, птичка Божья, на южном побережье хоть раз телевизор видел?

— Ага, — Бережковский опять блаженно улыбнулся, — в номере. Но, поверь мне, друг, я к нему даже не прикасался: уж слишком сложная конструкция.

— Сложная, говоришь... — Борисов с пониманием покачал головой. — А ума не хватило хотя бы новости или погоду послушать? Бережковский радостно помотал головой:

— Не-а... А у нас что, никак, опять дефолт? Или смена власти?

— Хуже.

— Что может быть хуже падения курса доллара и измены собственной жены? — пафосно пропел Бережковский и обреченно, как бы утверждая, кивнул головой: — Мне изменила жена. Борисов хмыкнул. Ему нравился вечный и ничем не прошибаемый оптимизм друга:

— Еще хуже, балбес...

Машина притормозила на обочине. Борисов отстегнул ремень и, закинув руки за голову, откинулся на спинку кресла. Через пару минут с загоревшего лица Бережковского медленно сползла улыбка. Борисов молчал — всё, что хотел, он сказал. Кто, как не он, должен предупредить друга, с которым еще в яслях сидели на соседних горшках, о грядущей опасности.

Вообще-то Бережковский по натуре был тугодум. Но иногда его озаряло, и в некоторых ситуациях он действовал очень быстро и слаженно. Например, когда новая подружка Катя уговорила его слетать на несколько дней в Болгарию, он моментально согласился и с честным взглядом сообщил домашним, что едет к бабушке «сидеть» картошку.

Сезон стоял самый «картофельный» — середина мая. Бережковский заранее порылся в Интернете и нашел несколько погодных сайтов. Он внимательно изучил прогноз на ближайшие семь дней и твердо решил, что проколов с погодой быть не должно — на родной уральской стороне ожидается жара. А это значит, что он может смело лететь на юг, не боясь быть расскрещенным. Правда, бабушка жила в Ревде. А это такой ма-

ленький городок под Екатеринбургом, до которого можно доехать за час на электричке. Или за 30 минут на машине. Но Маша (другая девушка Бережковского, с которой он жил последние три года и которая являла собой его семью) ни за что не будет трястись в электричке и уж тем более добровольно махать лопатой на деревенских плантациях. И хотя Маша не избалована комфортом, себя она очень любит. Поэтому обещанные жаркие дни посвятит исключительно собственной персоне — поедет на берег какого-нибудь озера и будет загорать. В этом Бережковский был уверен на все сто. Как и в том, что Маша не станет следить за ним.

Билеты были куплены, номер забронирован, и Бережковский с девушкой Катей улетели в Болгарию (Бережковский якобы в Ревду к бабушке, девушка Катя — якобы на Кипр с женихом). Верный Борисов остался на страже семейных интересов лучшего друга, предварительно дав клятву, что в случае чего приложит все усилия.

— Надо же, — лениво потягивалась девушка Катя, глядя на бесконечный морской горизонт, — и почему я родилась в стране северных оленей?

Это она так шутит. Потому что, как недавно выяснилось, не переносит любой мало-мальский холод.

Бережковскому же разговаривать вообще неохота, но мысленно он полностью соглашался со спутницей — и почему они живут на холодном Урале, а не на жарком Черноморье? «Потому что это наша родина, сынок...». Пару раз Бережковский все-таки подумал, что если верить прогнозам и дома тоже стоит жара, то можно было и не лететь на море, а с таким же успехом валяться на берегу Шарташа или Балтыма. Но вслух это не произносил — девушка Катя могла обидеться.

Загорелые и измученные жарой они вернулись домой. Екатеринбургский аэропорт Кольцово встретил их легкой прохладой и освежающим дождичком.

Уже спускаясь по трапу, они начали соблюдать конспирацию — всё, отпуск закончился, жизнь вернулась в прежнюю колею. Катю встречал брат, Бережковского — Борисов.

Еще в самолете Бережковский подумал, что всё слишком хорошо складывается. На удивление хорошо. А так не бывает. И вот ведь как чувствовал! Идиотизм полнейший.





Он ожидал чего угодно — что Маша совершенно неожиданно поедет в Ревду, потом начнет искать общих знакомых и вытряхивать из них правду, «прижмет» к стенке Борисова.

— Что делать-то теперь?

Борисов неопределенно пожал плечами:

— Прости, но тут уж я ничего не смог поделать.

Бережковский махнул рукой:

— Да Господи, я же понимаю!..

Борисов включил молчавшее радио, и хрипловатый голос нарушил повисшую тишину: «Все пройдет, и печаль, и радость, все пройдет, так устроен свет...».

— Тоже мне, царь Соломон, — вдруг хмыкнул Бережковский. И переключился на другую волну. — Ладно, что сделано — то сделано. Поехали.

Борисов покосился на друга и осторожно включил зажигание. Машина плавно тронулась с места. И через минуту они снова летели по трассе в сторону города, навстречу неизвестно чему.

— Всё. Здесь выйду. — Бережковский хлопнул Борисова по плечу, забрал с заднего сиденья спортивную сумку и вышел из машины. — Спасибо, дружище!

Борисов невесело улыбнулся:

— Бывай!

Бережковский вышел за пару кварталов от своего дома. Ему нужно было время все обдумать и решить, как действовать. Н-да, он ожидал чего угодно — что Маша совершенно неожиданно поедет в Ревду, потом начнет искать общих знакомых и «вытряхивать» из них правду, а потом, в конце концов, «прижмет» к стенке Борисова и тот (чего быть не может, но все-таки!) честно признается... Но чтобы такое!

Это был удар ниже пояса. Это был ужас. Подлые происки, бесовское стечение обстоятельств. Это был конец, и конец всему. А главное — конец их отношениям с Машей.

И на расстоянии такой вины девушка Маша вдруг стала единственным любимым человеком, надежной пристанью для усталого путника, верной подругой и опорой... Конец.

В голове Бережковского крутились различные варианты появления его на пороге квартиры. Вот он, красивый и загорелый, открывает дверь и видит перед собой Машу, бледную, осунувшуюся, с обязательным насморком (она всегда простывает в «сезон дождей»). На Маше будет белый махровый халат, который он подарил ей на Новый год. И этот самый халат еще больше подчеркнет Машину бледность.

— Здравствуй, Маша, — скажет Бережковский, — вот, от бабушки приехал.

— И картошку, наверное, посадил? — спросит Маша. И громко высморкается.

Потому что она простыла. Потому что погода, на которую так надеялся и рассчитывал Бережковский, вопреки прогнозам не оправдала ожиданий: зарядили бесконечные унылые дожди и температура не поднималась выше 17 градусов. А это значит — покрыться шоколадным загаром на плантациях ревдинской бабушки Бережковский просто физически не мог. Вернее, климатически. А сегодня еще, как назло, выглянуло обещанное семь дней назад солнце и на уральскую землю пришло лето... Бережковскому становится плохо.

Ему хочется тут же, на месте, превратиться в страуса, закопать голову в песок и переждать бурю. А то, что она грядет, сомнений нет.

«Сдавайся», — подтолкнула наконец совесть и направила его стопы в сторону дома. Когда выхода нет — закрывай глаза и плыви по течению. И Бережковский поплыл. Уже старательно надавливая на кнопку дверного звонка, он вдруг решил — пусть гонит, никуда не уйду. На коленях буду ползать, но прощение вымолю. Да, вот такой я дурак. Да, искусился. Но осознал же! А главное — понял, что, кроме Машки, никто не нужен. Мы с ней — единое целое, две половинки. Мы с ней — семья...

— Кто там? — спросил голос девушки Маши из-за железной двери.

— Машунь, это я, — еле слышно пропел Бережковский. И зажмурил глаза.

Звякнула щеколда, дверь распахнулась, и в нос ударил знакомый запах духов.

Бережковский приоткрыл один глаз (чтобы удостовериться в целостности мира) и увидел перед собой драгоценную девушку Машу.

— Привет, — радостно сказала она и, подавшись чуть-чуть вперед, чмокнула его в щеку. — Как съездил? Все в порядке?

Слова застряли в горле и как-то некрасиво забулькали, разбиваясь на междометия и отдельные звуки.

Девушка Маша, перед которой еще минуту назад он чувствовал сто тонн вины, без насморка и в белом халате, в том, что он подарил ей на Новый год, встречала его улыбкой победительницы. Но лучше бы она не улыбалась. Жемчужные зубы замечательно выделялись на ее идеальном, классической красоты лице, сверкали и переливались, как в рекламном ролике зубной пасты, а белоснежный халат выгодно подчеркивал ее внешность и...золотисто-шоколадный загар, совсем не уральский, такой ровный, без изъянов, без красных вкраплений и пятен, почти такой же, как у самого Бережковского...

— В п-п-орядке. — наконец, заикаясь, пробормотал Бережковский и автоматически шагнул вглубь квартиры.

— С приездом, — усмехнулся он своему отражению в зеркале и бросил спортивную сумку прямо на Машкины парадные туфли...

«С приездом, с приездом!..» — радостно закивало отражение, а дверь ехидно скрипнула всеми петлями и так же ехидно захлопнулась. Бум-м-м!



Бижутерия от сглаза

Татьяна ШОХИНА

В одной средневековой китайской новелле юношу соблазняет лисичка-оборотень. Она предстает перед ним в облике прекрасной и умной девушки, и когда юноша узнает о ее сущности, с печалью надевает на пояс амулет, чтобы охранить себя от злых чар. Амулет для представительницы потустороннего мира — табу, он не дает лисице приблизиться к любимому... Амулет — противовес таинственным и темным силам.





**ГЛИНЯНЫЙ
НАШЕЙНЫЙ
АМУЛЕТ**

Однако в этой истории страсть побеждает осторожность — сорвав амулет, юноша бросается в объятия чудной девушки...

В наших верованиях и сказках нечистая сила является безусловным носителем зла. От оборотней, чертей, леших, водяных спасают привески и ладанки, зачурь и обереги. Добрый молодец носит на шее зашитый в кусок холста приворотный корень. Злых духов и привидений отгоняли погремущками. Фига, по-русски кукиш (от слова «кука» — кулак), противостояла дурному глазу, ее изображение выражало презрение к колдовству. Славянского юношу посвящали в воины, надевая ему на шею медвежий коготь. А самым древним талисманом на Руси была простая нитка. Навязи из ниток назывались «наузы», их носили на руках и на шее.

Слова «талисман» и «амулет» в русском языке появились позже. Некоторые исследователи склонны разделять их значение: амулет лишь охраняет, а талисман способен привлекать на помощь потусторонние силы.

Такое впечатление, что в старину человек просто шага не мог ступить без амулета, чтобы не попасть в злые сети.

Очень распространен был амулет-рука, как символ высшей вла-

сти. Его надевали на шею детям и прикрепляли к сбруе лошадей римляне и финикийцы, кельты и мексиканцы. А египтяне и халдеи носили металлические пластинки, литые фигурки богов и духов, гравировали полудрагоценные камни магическими знаками.

Священные письмена чеканили на медалях и писали на кусочках пергамента практически все народы. Иудеи уважали, кроме золотых талисманов, тесьмы и записочки, мусульмане испещряли свои амулеты изречениями из Корана, снабжая даже верблюдов охранной грамоткой.

Кресты, подковы, скарабеи, свастики, шестиконечные звезды, молотки, секиры, круги, колеса, четырехпалый лист клена, пентаграммы — эти священные знаки кочуют из эпохи в эпоху по всему миру, так что трудно определить, где их стали употреблять впервые: в Тибете ли, в Древнем ли Египте, или на другом конце света, в лесах Амазонки. Делались амулеты из любого материала — от бронзы и рога до золота и драгоценных камней. Но вот к чему ученые пришли единодушно: у древних людей не было украшений, даже изделия из редких камней исполняли не эстетическую, а охранную функцию.



**ИНДИЙСКИЙ ОБЕРЕГ
В ВИДЕ
СТАТУЭТКИ СЛОНА**

Человек поначалу не украшал, а защищал себя. Статуэтка эпохи палеолита изображают абсолютно голую женщину с длинным ожерельем на груди. Это оберег, а не бижутерия. Все кольца, браслеты, диадемы, серьги, бусы имели практическое значение. По ним распознавали друг друга, отблеск древних драгоценностей насылал чары и подключал человека к природным силам. А как еще ему было уцелеть во времена, когда стихии свирепствовали, тайны встречались на каждом шагу и совершенно невозможно было распознать их природу!

Кольцо с печатью

Александр Сергеевич Пушкин, как известно, волочился в молодости за хорошенькими чужими женами, за что судьба впоследствии ему отомстила. Но в 1825 году, когда опальный Пушкин живет в Одессе под покровительством генерал-губернатора Новороссийского края графа М.С. Воронцова, до ревнивых страданий еще далеко. Их переживают обманутые мужья, которых поэт сражает дерзкими эпиграммами, а их прелестным женам посвящает стихи. К чести

Пушкина надо сказать, что он зашифровывал, как мог, образ очередной музы, специально ставил под стихами не тот год, вымарывал из дневников малейшие намеки на имя и даже не печатал написанного. Так не было напечатано при жизни поэта впоследствии знаменитое стихотворение «Храни меня, мой талисман».

*Храни меня, мой талисман,
Храни меня во дни гоненья,
Во дни раскаянья, волненья:
Ты в день печали был мне дан...*

Дотошные пушкинисты, конечно, раскопали что к чему. Стихи посвящены Елизавете Ксаверьевне Воронцовой, которая при расставании подарила Пушкину кольцо с печатью, точно такое же, как у нее самой. Деликатные литературоведы умалчивают, каким было их взаимное чувство, но менее щепетильные утверждают, что отнюдь не платоническое. Жене графа в ту пору было 32 года, она, по свидетельству современников, была очаровательна — по-польски женственна и грациозна, по-русски царственна, по-деревенски проста и обаятельна. Двадцатичетырехлетний Пушкин влюбился без памяти, и страсть эта еще не скоро угасла. Че-



рез три года он снова вспоминает о кольце, с которым не расстался до самой смерти. В новых стихах с явным восточным колоритом талисман поэту дарит волшебница, говоря:

*«...От недуга, от могилы,
В бурю, в грозный ураган,
Головы твоей, мой милый,
Не спасет мой талисман...»*

Сохранит он лишь от «сердечных новых ран», от измены и от забвения. Воронцова действительно не забыла Александра Сергеевича. И в преклонном возрасте она каждый день читала Пушкина, а когда ее глаза ослабли, ей читали его произведения вслух, с первой до последней страницы. Головы же, как и предсказал поэт, заветный талисман ему не сохранил. Увы, не спас и от сердечных ран. После дуэли и смерти Пушкина перстень взял себе на память Василий Андреевич Жуковский. Его сын Павел Васильевич, законный наследник кольца, подарил его в 1875 году Тургеневу — мир не был тогда помешан на аукционах, где за сотни тысяч долларов продаются вещи знаменитостей, да и великодушие еще было в моде... Тургенев носил пушкинский талисман до самой смерти, завещав его Льву Толстому, как высшему представителю современной литературы. Но Полина Виардо не выполнила волю Ивана Сергеевича и передала кольцо в дар Пушкинскому музею Александровского лица. Отсюда оно и исчезло без следа.

Сраму не ведали

Знаете ли вы, что слово «удача» происходит от слова «Уд» — так назывался у славян древний и таинственный бог, покровитель любовной связи и, соответственно, орган тела, без которого эту связь не осуществить. Фаллический символ был мощным оберегом. Человек не знал, когда придет несчастье, откуда его ждать, и спасался от неведомого, прикрепляя к воротам своего дома символ жизни — мол, здесь все в порядке, иди, злой рок, своей дорогой.

Сам Уд изображался кудрявым молодцем, восседающем на туре, рога тура обвивал символ девства — венок из ветвей калины. Для приворожения Уда фаллические символы клали под подушку даже невинные девушки. Наши предки не делали вид, что такого органа не существует. Кстати, слово «удовольствие» тоже происходит от корня «уд» и имеет самое прямое отношение к древнему богу.

Фаллическим символом украшали домашнюю утварь, носили его в ожерельях и кольцах. Иногда к нему подвешивали колокольчик, который усиливал волшебную силу амулета и распугивал звоном злых духов. Фаллосы с колокольчиками пристраивали в спальнях и в передних, вешали в торговых лавках.

В древности очень популярны были бронзовые фаллосы с петелькой для подвешивания. У некоторых народов дети носили такие амулеты на шее в золотых футлярчиках. Мореходы рисовали фаллос на носу корабля, воины — на щите и на шлеме. А римские военачальники, возвращаясь с победой, были так предусмотрительны, что прикрепляли фаллосы к колеснице, чтобы ослабить силу завистливых взглядов.

Христианская церковь не могла стерпеть этой фаллической вакханалии. К амулетам всякого рода она относилась чрезвычайно строго. Но не так-то просто было сладить с языческими пережитками, в особенности заставить человека отречься от помощи таинственных волшебных сил. С волшебством и ведовством Церковь сражалась особенно рьяно, ни на минуту не сомневаясь в их существовании. Специальный указ римского папы Григория II в 221 году запрещает ношение амулетов. В IV веке это запрещение подтверждает Лаодикийский собор. Из исторических романов мы знаем, как у женщин, избалованных в колдовстве, инквизиция изымала «вещдоки» — амулеты и приворотные зелья.

Но бороться с желанием человека охранить себя материально, а не одним крестным знаменем, религии оказалось не под силу. На место волшебных камешков и бронзовых фаллосов приходят кресты, медальоны с Девой Марией, фигурки агнцев, ладанки с мощами, образки святых. Языческие заклинания заменяют цитаты из Святого писания: на православном кресте прямо, без всякой магической тарабарщины, написано: «Спаси и сохрани».

Обезьянка с душой

Талисман для современного человека — это очень любимая вещь, вернее, вещичка. Для кого-то — памятное кольцо, для кого-то — медная пуговица с армейской формы, засушенный цветок, колокольчик, «куриный бог», куколка, фарфоровое пасхальное яйцо, фигурка зверя...

Фигурки особенно популярны у японцев, которые превратили



ЭТИ ПРЕДМЕТЫ, ОБНАРУЖЕННЫЕ ПРИ РАСКОПКАХ САРМАТСКИХ МОГИЛЬНИКОВ, ОБЕРЕГАЛИ ДРЕВНИХ ЛЮДЕЙ



**ТАКОЙ КОЛОКОЛЬЧИК
КРЕПИЛСЯ К ПОЯСУ
ЯПОНСКОГО КИМОНО**

искусство мелкой пластики в традицию, под обаяние которой попал весь мир. Нецкэ — эти крошечные скульптуры размером от 2,5 до 10 сантиметров из слоновой кости, дерева, металла и камня появились в Японии в XVII веке (**верхнее фото на стр. 75**). Поначалу нецкэ исполняли чисто практическую функцию — с их помощью к поясу кимоно прикрепляли кيسет с табаком, связку ключей или инро — коробочку с лекарствами. У традиционного японского кимоно не было карманов.

Обычай носить мелкие вещи на поясе с помощью шнурка, на другой конец которого, как противовес, прикрепляли нецкэ, японцы позаимствовали у китайцев. От них же японские мастера переняли искусство резьбы по дереву и слоновой кости и достигли в этом деле чудесного совершенства. Заканчивая новую фигурку, мастер одаривает ее душой и позволяет начать самостоятельную жизнь. Немудрено, что нецкэ стали талисманами. Их великое множество — кричащие обезьянки, мудрец с веером, улыбающийся Будда, персонажи классического японского театра.

А сегодня в Стране восходящего солнца появилась мода на талисманы, которые легко растворяются в воде. Это небольшие

бумажные полоски, на них японцы пишут свои просьбы к богам. Достаточно начертать иероглиф «болезнь», опустить записку в воду горного ручья, и хворь непременно отступит. Чтобы избавиться от несчастной любви, надо написать «мужчина» или «женщина». Японцы, прибегающие к этому способу улучшить свою жизнь, верят, что их желания сливаются с природой, а уж та, в свою очередь, влияет на судьбу.

...Так есть ли у талисманов волшебные свойства?

Если человек верит в спасительную силу своего талисмана, ну и на здоровье, это его личное дело, никому от этого ни жарко, ни холодно. А если что-то там шепчет, колдует, завлекает, насыляет с его помощью болезни и проклятия? Один китайский философ написал: «Те, кто завлекает с помощью чар, причиняют много вреда и часто нарушают небесные законы».

Благодарим за помощь
в организации съемок Татьяну Метаксу,
зам. генерального директора Государственного музея Востока

ТЕАТРАЛЬНЫЙ НАВИГАТОР



«Tout vaude, или Все оплачено», Ив Жамнак, реж. Э. Нюганен, театр «Ленком»

Сюжет пьесы, хорошо известной под другим названием «Месье Амилькар платит», приблизительно таков: парижанин Александр Амилькар (О. Янковский), немолодой и состоятельный, но одинокий и довольно циничный, решает купить себе семейное счастье. То есть за большие деньги устроить домашний спектакль, в котором он и продюсер, и режиссер, и единственный зритель. На роль любящей жены месье приглашает профессиональную актрису-неудачницу (И. Чурикова), уличной путане предлагает профессиональную актрису-неудачницу (И. Чурикова), уличной путане предлагает роль дочери, безработного художника назначает единственным другом (А. Збруев) — и начинает репетировать, придирчиво добиваясь макси-

мально убедительной имитации любви и преданности. Но так как пьеса Жамиака — это смесь комедии положений с мелодрамой, то все купленные чувства в конце концов превращаются в настоящие. И вот уже героиня Чуриковой, признаваясь в любви к своему псевдосупругу, плачет настоящими слезами, а Збруев — Машу произносит прочувствованный монолог о дружбе. По-европейски лаконичная и изящная сценография латыша Андриса Фрейберга (по стенам — дрожащее в воде отражение Триумфальной арки, белые диваны на колесиках, светильник в виде огромного черного зонтика, укрывающего героев), деликатная режиссура эстонского маэстро Нюганена придают сильно затертой в свое время истории необычное, мягко-ироничное звучание. Но хитом спектакль, безусловно, делает звездное трио актеров.

«Вкус меда», Ш. Дилени, реж. Г. Яновская, ТЮЗ

Говорят, что Генриетта Яновская долго искала пьесу о молодежи. Читала модных авторов «новой драмы», но в конце концов вернулась к «Вкусу меда», за которую уже бралась в оттепельные шестидесятые. Пьеса принадлежит англичанке Шейле Дилени, представительнице поколения «angry young men». Когда-то эти «молодые, рассерженные» хотели описать жизнь «как она есть», выкрикнуть свой гнев прямо в лицо насквозь лживому, злему миру отцов. У Шейлы, несмотря на весь «чернушный» антураж, этот выкрик получился нежно-пронзительным. А сегодняшняя Яновская поставила на удивление актуальный спектакль об истерически-взвинченных, мучительных семейных связях. Но главное

— о мире тотального безлюбья и эгоцентризма. Взрослая дочь (Н. Мотева) и еще молодая мать (Е. Александрович) снимают убогую квартиру где-то на окраине, рядом с бойней и кладбищем. В их жизни все так же зыбко и непрочное, как и окружающие их картонные стены в дырах, сквозь которые проникают слабые лучи (изысканная светопись художника Сергея Бархина). Обе жаждут любви, но не хотят видеть боли друг друга. Под Рождество мать исчезает с очередным ухажером, и сходящая с ума от одиночества и тоски дочь пускает к себе чернокожего матроса. История заканчивается рождением ребенка, которого никто не ждет и не хочет. Младенца встречает все тот же зыбкий свет, пробивающийся сквозь картонные дыры. И неутоленная тоска двух несчастных женщин, за взаимными



перебранками и истериками которых все же отчетливо слышится желание совсем иной жизни.

**«Карамазовы»
(по мотивам романа
Ф.М. Достоевского),
реж. С. Арцыбашев,
Театр им. Маяковского**

После пырьевской экранизации большинство из нас знают «Братьев Карамазовых» наизусть. И, как мне кажется, обыватель идет на одноименный спектакль не за интеллектуальной «свежатинкой», не за духовными откровениями, а скорее, чтобы снова и снова услышать до боли знакомые рассуждения про «слезу ребенка», про то, что, мол, «слишком широк» человек, «сузить бы», про «все дозволено». При этом желательно, чтобы озвучивали эти ностальгически-родные (даже вне их морально-

этической направленности) сентенции уста любимых и авторитетные.

Арцыбашев, поставивший у себя в «Маяковке» по мотивам романа «симфонию страстей», порой парадоксально, но очень точно распределил партии между актерами, способными приковать к себе внимание, и менее известными. Бесподобен Александр Лазарев в роли шута и охальника Федора Павловича Карамазова. Мощен и достоверен Михаил Филиппов, которому достался самый искренний и бескомпромиссный персонаж — Дмитрий. Игорь Костолевский (Иван) пронзителен и страстен в неожиданном для себя амплуа мятежного интеллектуала. Несомненная удача — Смердяков Сергея Удовика, играющего подростка как факт душевного ландшафта. Заразительно и от души комикует Светлана Немоляева — Хохлакова.

И еще один залог успеха и аншлагов: грозный Шнитке и цыганский хор, трагедия и гротеск смешиваются режиссером в той самой, единственно верной, театральной пропорции, при которой зритель почти всерьез начинает верить в «предлагаемые обстоятельства» и невольно сочувствовать героям, так отчаянно болтающимся между адом и раем. Почти как в жизни.

**«Парижский романс»,
режиссер и автор идеи
Лена Невежина,
театр «Et Cetera»**

«Ностальгическое кабаре» — так определила жанр своего нового спектакля автор идеи и режиссер-постановщик Лена Невежина. Персонажи этого лирического действия живописны и пестры: «девушки, влюбленные в дождь» и «поэт, потерявший свою Музу», «падший ангел» и «бродячие

артисты», клошары и прототипы полотен знаменитых художников, живших когда-то на Монмартре. Но главные герои все-таки не они, а легендарный, полный тайн и интриг Париж (зрителю он открывается с разных сторон: здесь вам Париж уличный и Париж кафе, Париж дневной и Париж ночных кабаре), по которому нас неторопливо ведут Любовь и Ностальгия автора. Потому что по этому великому городу испытывает ностальгию даже тот, кто в нем никогда не был.

В спектакле нет сюжета как такового. Его материя гораздо тоньше, импрессионистичнее и рождается из отрывков воспоминаний, фрагментов стихов, обрывков романтических и просто забавных историй, а пантомима и шансон — его верные слуги. Обаятельное сочетание визуальной поэзии и звучащей пластики.

Железная балеринка

Елена МУНТЯН

Во Франции и Англии все игры в мяч — гольф, теннис, поло — считались забавой избранных. Игры оказались способом создавать некий параллельный мир, куда можно было спрятаться. Позднее выяснилось, что можно укрыться даже от тоталитарного общества, не терпящего инакомыслия.

Двадцать пятая девушка

Из фельетона Ильфа и Петрова «Саванарыло»:

«...Балету из тридцати девушек выдали:

30 пар чаплинских чоботов

30 штук мужских усов

30 пасторских сюртуков

30 пар брюк

Штаны были выданы нарочно широчайшие,

чтобы никаким образом не обрисовалась бы вдруг волшебная линия ноги. Организованные зрители очень удивлялись. В программе обещали тридцать герлс, а показали тридцать замордованных существ неизвестного пола и возраста. Во время танцев со сцены слышались подавленные рыдания фигуранток. Но зрители думали, что это шутки Касьяна Голейзовского — искания, нюансы, взлеты».

проходили жесткий отбор: из трехсот девушек, пришедших на конкурс из кордебалетов известных театров, он отбирал троих или четверых.

Двадцать пятой в шоу-ревю Голейзовского появлялась Нина Теплякова, ранее танцевавшая в Большом театре. Один из номеров ансамбля «30 герлс» назывался «Теннис»: девушки исполняли этот танец в настоящей теннисной форме и с ракетками в руках.

Двадцать пятой в шоу-ревю Голейзовского появлялась Нина Теплякова, ранее танцевавшая в Большом театре. Один из номеров ансамбля «30 герлс» назывался «Теннис».



ПЕРСИДСКИЙ ТАНЕЦ
ИЗ ОПЕРЫ
«КНЯЗЬ ИГОРЬ»,
СЛЕВА — ТЕПЛЯКОВА

Журналисты писали особенно язвительно, поскольку подобно многим поклонникам не хотели, чтобы бдительные чиновники уродовали единственное сексапильное шоу-ревю Москвы начала тридцатых годов. Руководитель ансамбля «30 герлс» Касьян Голейзовский подбирал в свой коллектив высоких длинноногих красавиц, владеющих классической школой танца, но не очень закрепощенных классикой. Забавно, что «герлс» было одно время сорок, потом тридцать две, но название никогда не менялось. Выходя на сцену в трико, в красных или золотых туфельках, девушки выстраивались строго по росту — самая высокая становилась последней — и танцевали удивительные пластические номера, покоря сердца мужчин. Чтобы попасть к Голейзовскому, танцовщицы



НИНА ТЕПЛЯКОВА
И БОРИС УЛЬЯНОВ,
ЗВЕЗДА ТЕННИСА
20-х годов



Однажды летом мюзик-холл работал с концертной программой в Парке имени Горького. Теплякова присела за кулисами на свой спортивный чемоданчик и задремала. Рядом, выпрашивая у посетителей рыбу, ревели морские львы, но Теплякова безмятежно спала, не слыша никаких львов; она принаоровилась засыпать перед концертом, зная, что для выхода на сцену подруга ее непременно разбудит. Разбудил администратор.

— Нина, ты не забыла случайно, как надо махать ракеткой? — спросил он строго.

Администратор работал в мюзик-холле недавно, и для него Теплякова была лишь той девушкой из ансамбля, которая выходит на сцену двадцать пятый.

Спустя несколько дней администратор встретил Нину Теплякову на кортах «Динамо», куда привел свою дочь, чтобы найти ей тренера. И тогда выяснилось, что здесь, на Петровке, 26, Нина Теплякова первая, и во всем Советском Союзе первая, настоящая королева тенниса! На сей раз админи-

прорублена в стенке, можно было попасть прямо в ресторан. Богатые игроки времен нэпа приезжали на теннис на лихачах, а потом шли обедать в «Эрмитаж». Когда в 1926 году кортами на Петровке завладело общество «Динамо», спортивная пресса с гордостью написала: «Многое изменилось здесь с прошлого года. Традиционные белые брюки сплошь и рядом заменены трусиками. Это нововведение «Динамо».

Но теннисные чемпионы 20-х и 30-х годов никогда не играли в пресловутых «трусиках»; это были люди, начавшие играть до революции, — теннис и элегантность для них были синонимами. Поэтому у мужчин обязательными оставались длинные белые брюки из дорогого тонкого материала, а у женщин — белые платья ниже колен.

Нина Теплякова научилась играть в теннис на даче в Мамонтовке в первые послереволюционные годы. Семнадцатилетняя младшая дочь бухгалтера Сергея Теплякова (заядлого бильярдиста, к слову сказать, победителя турнира Купеческого клуба Моск-

льстило внимание известного спортсмена, но самой заниматься спортом совсем не хотелось. И лишь когда выяснилось, что на корте много зрителей, очень весело и там тоже можно быть в центре внимания — она милостиво позволила себя уговорить.

Летом 1922 года Нина впервые стала серьезно тренироваться, потому что влюбленный Иванов предложил ей сыграть с ним пару (смешанная пара называется микст) на чемпионате Москвы. До этого Нина больше кокетничала на корте и поддразнивала партнера, но теперь перспектива была серьезной и опозориться не хотелось.

К тому времени Теплякова уже поступила в хореографическое училище Большого театра. Классический танец юным танцовщицам преподавал Асаф Мессерер. Нина боготворила Мессерера и старалась отличиться на его уроках: она быстро схватывала движения, была хорошо координирована, но ноги ее оказались слишком жесткими для балета. Мессерер утешал старательную ученицу, говоря, что помимо классики существуют характерные танцы, но Нине мучительно хотелось быть самой лучшей, непременно первой. Она изнуряла себя у станка, однако, увы, приходилось признать, что в балете она не станет ни Анной Павловой, ни Идой Рубинштейн. Самое почетное, на что могла рассчитывать Теплякова, участвовать в массовых сценах.

В 1922 году на первенстве Москвы она проиграла «под ноль» в одиночном разряде и успешно провалила игру в паре с Николаем Ивановым. Разумеется, Нина решила бросить теннис.

— Ты что, с первого раза хочешь стать чемпионкой Москвы? — даже терпеливый Иванов рассердился.

Именно этого и хотела Нина, но влюбленный тренер убедил ее, что для победы надо еще поработать. На следующее лето она не поехала на дачу, а осталась в Москве, чтобы серьезно тренироваться. Иванов познакомил Нину, уже как свою жену, с теннисной элитой Москвы, и ей очень понравилось это общество: летом на Петровке тренировались и играли в турнирах известные актеры МХАТа, эстрадные артисты, представители богемы и старой московской интеллигенции. Аристократический теннисный клуб продолжал существовать вопреки всему.

Иванов пригласил Нину на теннисный корт, предложил дать ей несколько уроков. Юной ветренице это льстило.

стратору показалось, что он никак не может проснуться: легкомысленная балерина — чемпионка?!

У вас революция? А мы — все в белом...

И в двадцатые, и в тридцатые годы теннисная Москва жила своей жизнью — параллельной общественной жизни страны. Похоже, что игра давала некоторым своим служителям некий иммунитет к общим социальным недугам.

Корты на Петровке, до революции принадлежавшие аристократическому яхт-клубу, в начале двадцатых годов возродились. Игроки тренировались, а в перерывах между сетами садились пить чай — тогда на теннисе было не принято особенно напрягаться. Одна из стенок корта являлась одновременно стеной ресторана «Эрмитаж» (позднее «Узбекистан», ныне «Белое солнце пустыни»). Через специальную дверь, которая была

вы) мечтала стать балериной. Она говорила, что если не станет звездой балета, то лучше всего ей умереть еще в юности. Родителям хотелось, чтобы девочка стала врачом, но упрямый характер Нины не позволял навязывать ей свою волю, поэтому мать сказала: «Принеси мне документ, что ты окончила школу, и тогда занимайся чем хочешь». Теплякова училась в гимназии, затем в трудовой школе — и не пропускала ни одного школьного бала. И летом в Мамонтовке, когда устраивались танцы на открытой эстраде, она самозабвенно танцевала модный чарльстон.

В Мамонтовке в Нину влюбился Николай Иванов, один из сильнейших теннисистов того времени. Глядя на грациозную девушку и постоянную свиту ее кавалеров, он понимал, что на танцевальной площадке у него нет шансов. Иванов пригласил Нину на теннисный корт, предложил дать ей несколько уроков. Семнадцатилетней ветренице



НИНА ТЕПЛЯКОВА
И АННА ДМИТРИЕВА

Нина с удовольствием забегала на Петровку в перерывах между репетициями и спектаклями, болтала со всеми, много шутила. Окружающие, в свою очередь, подшучивали над тем, как она, готовясь принять подачу, становится в классическую балетную позицию. И никто кроме мужа не догадывался об амбициях тоненькой танцовщицы: потерпев неудачу в балете, Теплякова хотела взять реванш в спорте и тренировалась прямо-таки остервенело.

В 1926 году она уже одержала несколько побед, а в 1927 году стала первой ракеткой страны среди женщин. В том же 1927 году на чемпионате Москвы Нина в паре с Николаем Ивановым выиграла турнир и в миксте. Правда, их короткая семейная жизнь к тому времени уже закончилась, но Иванов навсегда остался для Тепляковой лучшим другом и наставником и спустя сорок лет с удовольствием говорил об их совместной игре: «Мне просто очень нравился ее удар справа...но у Нины на уме всегда были одни танцы!»

Потерпев неудачу в балете, Теплякова хотела взять реванш в спорте и тренировалась прямо-таки остервенело. В 1927 году стала первой ракеткой страны.



ДВЕ САМЫЕ СПОСОБНЫЕ
УЧЕНИЦЫ – АННА ДМИТРИЕВА
И ОЛЬГА МОРОЗОВА, 60-е годы

Просто и убедительно, в стиле чемпиона

Сразу удержать первенство Нине Тепляковой не удалось: на два года она погрузилась в сложные перипетии личной жизни. Окружающие поверили, что ее триумф был простой случайностью, но однажды Нина вдруг почувствовала себя настолько несчастной, что «ушла» в теннис полностью, нагружала себя на тренировках так, чтобы забыть о своих проблемах. Результаты не замедлили сказаться: Нина снова вышла замуж и возвратила себе лидерство в женском теннисе. Это произошло в 1930 году — и до 1940 года Теплякова оставалась первой ракеткой страны. Она предпочитала не проигрывать никому даже на тренировках, и если бы ее карьера случилась в наши дни, то Теплякову наверняка занесли в Книгу рекордов Гиннеса: с 1934 по 1939 год она вообще не проиграла ни одной одиночной встречи. Про Нину говорили: «Об нее все разбиваются,

как о скалу». Огромную роль в ее победах играла несгибаемая воля; ведь в Москве, в Ленинграде и в Киеве было много талантливых спортсменов — Мальцева, Ольсен, Калмыкова, Клочкова, Налимова, некоторые из них обладали более разнообразной, чем у Нины, техникой игры. Но каждая из этих теннисисток могла проиграть «случайно», а Теплякова себе такого не позволяла.

Танцы продолжались по-прежнему: в 1930 году Теплякова, пройдя по конкурсу, поступила в балетный ансамбль московского мюзик-холла «30 герлс» под руководством Касьяна Голейзовского и проработала там шесть лет. Голейзовский добивался от своих «экзотических танцовщиц» идеальной слаженности движений и ежедневно в первой половине дня проводил многочасовой мастер-класс. Нина всегда утверждала, что упражнения у станка ей очень помогают на корте. Зато, уже будучи многократной чемпионкой, ей со слезами приходилось

соревнований приходили многие знаменитости, поклонниками ее игры были Ильинский, Старостин, Миронова и Менакер и даже сам Асаф Мессерер, которого Нина по-прежнему боготворила и смертельно боялась. Однажды знаменитый танцовщик попросил дать ему несколько уроков тенниса. Теплякова, конечно, не могла отказать кумиру, но чувствовала себя ужасно: как это она может учить небожителя! Нина робко показывала Мессереру необходимые движения.

Конечно, было бы наивно полагать, что за этими яркими людьми не наблюдали и власти не желали контролировать каждый их шаг. Теплякову (как и Ахматову) мучили страданиями близких: один муж Нины был отправлен в лагерь в тридцатые годы, другой — уже после войны. Да и у нее самой был всегда наготове чемоданчик со всем необходимым на случай ареста. Берия любил чемпионку страны, но это и было особенно опасным — находиться на виду.

щую чемпионку, публика засвистела и затопала ногами, некоторые кричали, что она хромает нарочно, чтобы не так стыдно было проигрывать. Калмыкова, увидев, что соперница начала прыгать на одной ноге, стала бить по мячу со всей силы, чтобы приблизить свою победу — а Нина лишь «собирала» ошибки соперницы и выиграла второй сет со счетом 7:5.

В раздевалку Теплякову вели под руки. Врач определил растяжение, и она могла бы отказаться от продолжения встречи, но не могла допустить, чтобы подумали, что она испугалась поражения. Ей заморозили и перебинтовали ногу. В третьем сете Нина заставила себя нападать — и разбила растерявшуюся соперницу. После матча в раздевалке Калмыкова зло швырнула ракетку.

— Я бросаю играть, я бездарь, — стонала она. — Я не могла тебя обыграть, когда ты прыгала на одной ноге! Я, наверное, смогу выиграть, когда у тебя оторвется нога и будет лежать около корта.

Во время войны Нина Сергеевна проводила мужа и брата на фронт, отправила сестру и мать в эвакуацию, а сама осталась в Москве. Когда собралась наконец-то сделать продуктовый запас, то увидела на магазинных полках только банки с кофе; всю зиму питалась лепешками на воде и кофе. Шила для фронта, обучала призывников штыковому бою. Весной 42-го с фронта приехал муж, привез масло, селедку и сахар. Они пригласили в гости музыканта Александра Цфасмана и устроили грандиозную вечеринку при свете коптилки. В мае известным спортсменам выдали по три килограмма картошки и разрешили посадить ее на территории стадиона «Динамо». Нина вырастила лишь огромную ботву и очень жалела, что сразу не съела всю картошку...

Но в конце июля 1942 года уже проходили соревнования — и Теплякова в очередной раз выиграла звание чемпионки Москвы. Она истосковалась по теннису и играла вдохновенно; хотя надо признать, что ее основные соперницы в это время были кто в эвакуации, кто в блокадном Ленинграде.

А на открытое первенство Москвы в августе 1943 года уже собрались все сильнейшие довоенные теннисистки. Из Ленинграда на военном самолете доставили На-

Утром Нина шла на мастер-класс, потом тренировалась с подругой, затем они шли в ресторан.

отпрашиваться на соревнования, если они совпадали со временем спектаклей. День теннисистки-герл летом (зимой в те годы не тренировались ввиду отсутствия закрытых кортов), если не было спектакля, проходил примерно так. Утром Нина шла на мастер-класс, потом тренировалась с подругой Ольгой Ольсен, затем они шли обедать в ресторан «Барселона»; под вечер встречались в Столешниковом переулке в кафе «Взбитые сливки», оттуда шли на Петровку — и, вновь потренировавшись, отправлялись куда-нибудь, где можно немного потанцевать. Кстати, однажды попав в компанию бильярдистов и впервые взяв в руки кий, Теплякова обнаружила в себе удивительные способности и к этой игре; в 1938 году друзья уговорили ее участвовать в первенстве Москвы — и она легко дошла до финала! В середине сентября Нина Сергеевна каждый год уезжала в Гагры, где светский и теннисный сезон продолжался. Посмотреть на игру чемпионки во время

Неподдающиеся

В конце тридцатых молодые и агрессивные соперницы изо всех сил пытались столкнуть Теплякову с пьедестала. Ольга Калмыкова, например, была на десять лет моложе чемпионки, играла легко и разнообразно. На первенстве страны 1938 года она буквально забила Теплякову в начале матча, постоянно выходя к сетке. Москвичи аплодировали молодой киевлянке Калмыковой — всем хотелось, чтобы после десяти лет царствования кто-нибудь победил Нину Сергеевну хотя бы для разнообразия. Калмыковой в этом матче удавалось все. Она выиграла первый сет и повела во втором 3:0. Нина Теплякова потом вспоминала: «Все как будто. Можно сдаваться, да? А я не сдаюсь. Но абсолютно не нападаю. Я в этом матче сбилась: не могу я напасть на нее — никак не могу». Только «на зубах» Тепляковой удалось сделать во втором сете счет 5:5. И когда она сделала по пяти, то упала — от усталости и напряжения. Увидев хромаю-



ОЛЬГА МОРОЗОВА И ЕЕ МУЖ
ВИКТОР РУБИНОВ РЯДОМ
С НИНОЙ ТЕПЛЯКОВОЙ, 70-е годы

Однажды Нина Сергеевна залюбовалась тем, как девочка лет шести ловко перелезла через забор и необыкновенно быстро погналась за проезжавшей поливальной машиной.

лимову и Клочкову, которые в Москве никак не могли наесться, каждый день бегали на центральный рынок, покупали булочки и пили разбавленное какао. Все понимали, что пришлось пережить ленинградцам, все знали, что они уже давно не играли в теннис. Теннисисты шутили: «В интереснейшем матче тень Тепляковой встретилась с тенью Клочковой...». Нина Сергеевна играла с блокадницей и удивленно наблюдала, что та неплохо передвигается по корту, потом отмечала, что координация у соперницы все-таки нарушена. В своей книге «Иди на корт» журналист Юрий Зерчанинов подробно описывает этот матч. Теплякова задумалась о том, что и сама, наверное, выглядит не лучше, чем сорокалетняя Зинаида Клочкова... Но пока Нина Сергеевна рассуждала сама с собой, ее соперница боролась за каждый мяч — и победила. На этом турнире, выступая в парном зачете, Нина Сергеевна Теплякова упала и получила тяжелую травму. Былые соперницы тор-

жественно унесли ее с корта. История теннисной чемпионки на этом закончилась.

Продолжим наши игры

Последующие тридцать лет Теплякова так же вдохновенно пыталась воспитывать новых чемпионки. Надо сказать, что у нее это получалось очень хорошо.

Две всемирно известные советские теннисистки, победительницы крупных международных турниров — Анна Дмитриева и Ольга Морозова — были воспитаны Ниной Сергеевной. Она постоянно искала, мечтая найти талантливую девочку, чтобы научить ее всему, что умела сама. Теплякова приходила в школы, присматривалась на улице к играющей малышне. Однажды Нина Сергеевна залюбовалась тем, как девочка лет шести ловко перелезла через забор и затем необыкновенно быстро погналась за проезжавшей поливальной машиной. У Тепляковой и у самой всегда была неплохая стартовая скорость — она рванула наперерез, пой-

мала шустрюю девочку и стала уговаривать прийти в теннисную секцию... Одно поколение учениц, другое, третье; спортивная жизнь, насыщенная, полная страстей и амбиций, продолжалась. Благодаря своей страсти Теплякова и в семьдесят лет оставалась дамой молодежь и азартной, она по-прежнему возилась и прыгала с семилетними малышками. Да и многие из ее подруг-соперниц тоже были не прочь поиграть в теннис или волейбол или пробежаться. Когда в 1974 году Нина Сергеевна объявила о своем желании набрать группу из самых маленьких, многие сочли это очередным экстравагантным поступком. К тому времени ее ученицы: Татьяна Сафонова, Елена Ханга, Ольга Харламова, начали одерживать победы на различных детских соревнованиях. Зачем же брать новых, разве хватит сил вести этих девочек на протяжении десяти—двенадцати лет?! Тогда Нина Сергеевна обиделась и сказала: — А я жадная. Понимаете, жадная...

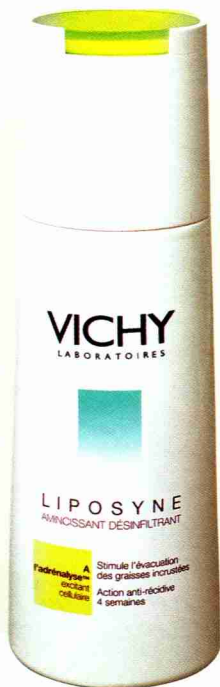
Возьми с собой массаж

Всем известно, что наша кожа зависит от тонуса мышц. Миниатюрный, легкий и удобный в использовании массажер для лица FCM-100 от **BINATONE** обеспечивает женщинам выполнение целого комплекса косметических процедур по уходу за кожей и мышцами лица и шеи. Комплекс из пяти сменных насадок позволяет проводить глубокую или мягкую чистку лица, интенсивный или укрепляющий массаж, делая кожу более гладкой и подтянутой, возвращая ей свежий и здоровый вид. Массажер работает от двух батареек и имеет удобный дорожный футляр, что делает его незаменимым для всех, кто ценит собственное время и комфорт.



Краска в два хода

Уникальная система мультитонального окрашивания волос в домашних условиях Couleur Experte от **L'OREAL Paris** открывает новые возможности для самовыражения. Роскошный цвет, богатый тонкими оттенками и переливами, теперь легко получить без помощи парикмахера всего в два этапа. Сначала окрасить волосы базовым цветом, а затем осветлить их прядь за прядью с помощью специальной щеточки, создавая изысканные полутона. Все для вашей индивидуальности — вот главное правило мультитонального окрашивания.



Жиры, расщепляйтесь!

Пляжный сезон уже не за горами. Хотите сделать свое тело гладким и упругим? Начните с самого простого — с нового антицеллюлитного средства Liposyne от Лабораторий **VICHY**. В списке его главных достоинств уникальный комплекс активных компонентов, которые эффективно расщепляют и выводят сформировавшиеся жировые отложения, в результате чего заметно уменьшается целлюлит и происходит коррекция проблемных зон женской фигуры. Обогащенная глицерином, легкая гелеобразная текстура средства увлажняет кожу так же хорошо, как и молочко для тела, оказывая одновременно разглаживающий и тонизирующий эффект.

Запах легенды

Компания **ORIFLAME** представляет свой новый аромат — парфюмерное воплощение одной из самых красивых легенд Скандинавии. Имя ему — Elvie. Так зовется лесная фея, которая никогда не показывается людям. Легкая цветочно-древесная композиция аромата воплощает ее образ — нежность, хрупкость, чистоту. Тонкий запах белого мускуса, составляющий основу композиции, придает ей чувственность и загадочность. Выразительный цветочный букет наполняет сердце аромата свежестью, а яркие верхние цитрусовые ноты создают игривое настроение.



Чистый шелк

Сегодня все больше женщин выбирают эпиляцию как самый эффективный способ удаления волос на теле. Компания **BRAUN** на нашей стороне. Ее новый эпилятор Silk-epil Soft Perfection придает коже шелковую гладкость, обеспечивая превосходный эффект до четырех недель. Это целая система различных насадок для мягкого и бережного удаления нежелательных волосков на всех, даже самых деликатных, участках тела, а также идеальное решение для тех, кто делает эпиляцию впервые.

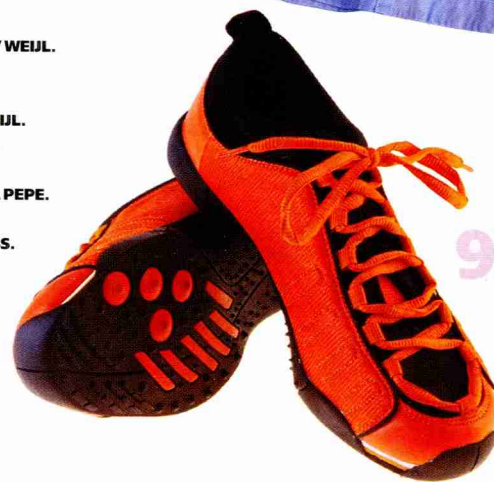


Навстречу солнцу

Для плавного перехода в лето понадобится минимум средств. Все легко и просто. Брюки и юбки - короткие. Материалы - натуральные. Цвета - чем ярче, тем лучше. Что еще? Конечно, хорошее настроение!

Футболка из хлопка, CRACKER.
Короткие джинсы, TALLY WEHL.
Туфли из замши, STRANGE.

факультет модных вещей



1. Пояс из пластика, **TALLY WEIL.**
2. Джинсовые бриджи, **PATRIZIA PEPE.**
3. Топ из хлопка, **TALLY WEIL.**
4. Тишот из хлопка, **GUESS.**
5. Джинсовая юбка на бретельках, **PATRIZIA PEPE.**
6. Сумка из ткани, **GUESS.**
7. Джинсовый жилет, **GUESS.**
8. Юбка на пуговицах, **PATRIZIA PEPE.**
9. Спортивные туфли, **SCAMPERS.**
10. Топ из эластичного трикотажа, **TALLY WEIL.**



Топ из хлопка, TALLY WEUL.
Юбка и пояс, все PATRIZIA PEPE.
Джинсовая куртка на «молнии»
и сумочка, все GUESS.
Спортивные туфли, STRANGE.

факультет модных вещей

Фотографии Игоря ПРИМАКА.
Стиль – Елена ЯМЦИКОВА.
Модель – Марина БОЛТЕНКО/PRESTIGE.



Кто эта фея ?

Кто из нас доволен тем, что у него есть — лицом, фигурой ? Даже именитые модели и звезды шоу-бизнеса совсем не в восторге от своих данных. Но они знают главное — научиться нравиться окружающим вполне реально. И это гораздо проще, чем кажется.

Лица могут быть разной формы, черты — самые разные. Но только при одном условии лицо привлечет внимание, остановит на себе чей-то взгляд — если оно ухожен-

ное. Да-да, к семнадцатилетним это тоже относится.

Прежде всего я советую... нет, не бороздить магазины и отделы косметики в поисках чудо-средств. Не разглядывать до кругов перед глазами модные журналы. Прежде всего я советую сделать вот что. Повернитесь у зеркала — но только в спокойной обстановке, когда рядом никого нет, под красивую музыку, под зажженные ароматические свечи.

Уверена — вы поймаете такой ракурс, который даже вам, самой взыскательной по отношению к себе девушке, понравится. И тогда, почувствовав вдохновение и веру в себя, вы можете приступить к работе.

Для начала надо научиться правильно умываться. Нет, то, чему вас учила в детстве бабушка, следует забыть. Вода из-под крана — не для продвинутых особ. Годится минеральная, которую можно, кстати, превратить в ледяные кубики. Протерев лицо льдинками, вы немного подсушите кожу, сузите поры и

придадите щекам естественный румянец. А можно взять пульверизатор и через него равномерно по всему лицу распылить воду. Оставить на пару минут и — промокнуть бумажной салфеткой. Посмотрите, нет ли чего-то, что бы смущало вас, допустим, банального прыщика. Если он «дозрел», то расправьтесь с ним так, как, например, это делает сама Кейт Мосс и многие другие именитые модели:

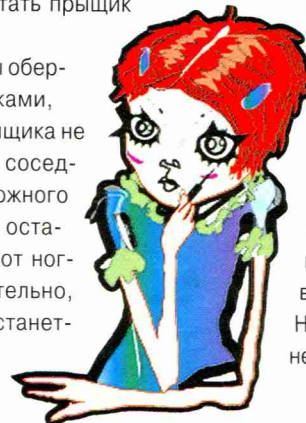
сначала прыщик нужно обработать лосьоном на спиртовой основе; затем взять две салфетки и, обмотав ими два пальца, легкими надавливаниями освободить комедон от лишнего наполнения; снова обработать прыщик спиртом.

Так как пальцы обернуты салфетками, «грязь» от прыщика не перейдет на соседний участок кожного покрова и не останется следов от ногтей, следовательно, эпидермис останется неповре-

жденным. Обработанную точку от прыщика можно замаскировать любым тональным эффектором. Но если кожа нездорова, если у вас угри, сыпь — лучше не полниться и сходить к врачу, который посоветует, как лечить кожу. «Замазывать» проблему не надо.

Каким же должен быть макияж тех, кому до 20? Минимальным. Нужен ли крем-основа для него? Нужен. Я бы посоветовала молодым девушкам выбирать в основу кремы со светоотражающими частицами. Если кожа в идеальном состоянии, то такого крема окажется вполне достаточно. Ну, в крайнем случае добавьте пару прикосновений блестящей пудры. Смешайте две блестя-

щие пудры (наилучший вариант — нежно-розовая и терракотово-золотая) и легким взмахом кисти, предварительно стряхнув излишек, нанесите на скулы, веки и подбородок. Ни в коем случае нельзя такой пудрой





пудрить нос, вы получите натуральным Буратино, виден будет только ваш нос. Если хотите что-то сделать с губами — ограничьтесь прозрачным блеском для губ. Помада прибавит вам лет 5, а зачем они вам?

Честно говоря, я бы этим и ограничилась, но если вы решили идти до конца и наложить на свое лицо еще и тональное средство, то запом-



ните хотя бы одно — это должны быть жидкие прозрачные тональные кремы, которые практически незаметны на лице. Здесь как раз и сработает в полную силу фокус со светоотражающей базой. Такие тональные кремы лучше наносить руками.

А если уж вы непременно хотите украсить

себя тенями, то я бы рекомендовала нежные тени, блестящие с жирной основой, персиковые, бежевые или совсем розовые, что очень модно сейчас. Туши для ресниц должно быть именно достаточно, а не целая тонна. С близкого расстояния многотонные ресницы выглядят неопрятно, а если тушь не совсем новая, она еще и осыпается.

Если впереди важное свидание, можно после душа

нанести небольшое количество сухого масла с блестками, предварительно растерев его в ладонях, на все тело и волосы. Или выделить несколько прядей и некоторые места на теле, например, плечи и декольте. Эти масла помимо всего прочего обладают необычным тонким ароматом, что не помешает.

Теперь можете опять рассмотреть себя в зеркале. Кто эта золотистая фея? Вы!

Ольга Бабарыка,
стилист



Супер стойкая крем-краска Impression[®] plus

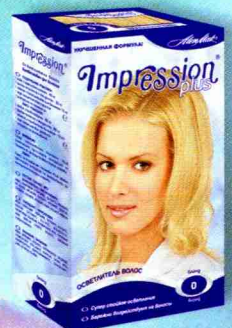
Теперь окрашивание любых, даже седых волос, будет супер стойким!

Новая крем-краска **Impression PLUS** с большим количеством красящих веществ и меньшим количеством окислителя стала еще эффективнее.

Ее идеально сбалансированная формула содержит высокий процент яичного лецитина, который препятствует повреждению и пересушиванию волос, сохраняя при этом их естественную живость и блеск.

- **Яичный лецитин** обогащает корни волос микроэлементами, укрепляя их, питает и защищает волосы от корней до самых кончиков, предупреждает потерю естественной влаги и возвращает волосам природную эластичность и красоту.

С **Impression PLUS** Ваши волосы всегда будут сильными, яркими, выразительными и шелковистыми.



Alen Mak[®]
Perfumery & Cosmetics
since 1892

000 "Ален Мак": (095) 487-60-03, 487-63-96. E-mail: contacts@alenmak.ru

Мы очень рады вашим письмам. И очень хотим вам чуть-чуть быть полезными: помочь найти друга, например, или просто выслушать.

Здравствуй, уважаемая редакция журнала «Крестьянка»! Хочу рассказать о своей проблеме.

Моя проблема в том, что я не знаю, какой мне в жизни выбрать путь. Я мечусь уже несколько лет. Постараюсь объяснить подробнее.

Во мне как бы борются два человека, две несовместимые натуры... Иногда мне хочется просто спокойной жизни, любви, покоя. Хочется просто иметь семью, работать, пожалуй, няней (я очень люблю детей, и вообще, мне такое занятие очень по душе). А иногда так хочется заняться своей карьерой, стать «звездой»! Хочется быть настоящей манекеницей! Я, кстати, уже полгода ежедневно занимаюсь аэробикой, соблюдаю диету, учусь ходить по подиуму, то есть приготовления идут полным ходом.

Я не знаю, какой мне путь избрать, решить, по крайней мере, что для меня важнее! Может быть, вы опубликуете в журнале какой-нибудь тест, чтобы я могла определить свою судьбу? Для

меня очень-очень важно иметь перед собою четкую цель, планы на будущее. А неопределенность меня угнетает. Я хочу твердо знать, к чему мне стремиться. Заранее спасибо, с уважением, Женья, 15 лет.

От редакции:

Дорогая Женья! Тестами твоему «горю» не поможешь. Поговори со своими близкими, которые видят тебя со стороны, — может, они помогут советом. Может быть, вместе с тобой сходят в какое-либо рекламное агентство, поговорят со специалистами. Но в любом случае ни аэробика, ни разумное питание никому еще не помешали завести семью и детей.

Привет, «Крестьянка»! Мне очень охота переписываться с участниками «Notre Dame de Paris»: Антоном Макарьским, Теонией Дольниковой, Александром Маракулиным, Александром Постоленко, Вячеславом Петкуном, Сергеем Ли. Я балдею от этого мюзикла. Люди, напишите мне, пожалуйста. Ответ гарантирован. Мне 13 лет.

Надя Аكوпова,
457212 Новый Урал,
Варменский р-н
Челябинской области.

От редакции:

Надя! Должны предупредить тебя, что на твое письмо могут откликнуться совершенно другие люди. Может быть, они даже не умеют петь.

Уважаемая редакция!

Пишет вам Никифорова Ольга. Мне 16 лет, живу в деревне. В свободное время пишу стихи. Сочинять стихи я стала в 12 лет. С тех пор написала 248 стихов. Пишу обо всем: о своей деревне, о труде, о любви, о природе... Кстати, сочинение стихов для меня хороший способ успокоиться, когда бывает нелегко. Начинаешь писать стихи — и словно забываешь о своей печали. Это же лучше, чем напрасные слезы...

И еще. Опубликуйте, пожалуйста, мой адрес: вдруг кто-то захочет мне написать? Я одинока, друзей нет, и потому с радостью стала бы с кем-нибудь переписываться.

Знаю я своей грусти

название:

Одиночество имя ее.

Эта грусть причиняет

страданье,

Вершит черное дело свое.

С уважением,

Ольга Никифорова,

172704 Тверская обл.,

Фировский р-н, п/о Дубровка,

д. Пухтина Гора.

От редакции:

Ольга! Больше оптимизма! Правильно ведь заметила, что слезы — последнее дело. Держись веселее — и люди потянутся к тебе. Правда, могут уйти стихи.

Привет, любимая «Крестьянка»! Привет всем, всем, всем!

Меня зовут Ирина, мне 15 лет. Хобби — музыка, спорт. Люблю читать книги и журналы. У меня хороший характер и прекрасное чувство юмора. Девчонки 13—20 лет, с нетерпением жду ваших писем! Обещаю, что отвечу каждому, кто пришлет мне весточку!

Пишите по адресу: 347320

Ростовская обл., г. Цимлянск,

ул. Белинского, 99.

Здравствуй, дорогая «Крестьянка»!

У меня много подруг, но самая близкая — Катя. Она очень красивая, веселая, жизнерадостная... Если у меня плохое настроение, она его очень быстро поднимет, в трудную минуту поддержит, даст свой совет. Однажды мы познакомилась с Сашей, подружился с ним, и в результате и она, и я влюбились в него. Но он выбрал Катю. «В жизни всякое бывает», — подумала я и про себя пожелала им счастья. Они друг друга любили, но через два года разошлись как друзья. На месте Саши появился другой парень — Олег. Он был безразличен Ка-

переписка



felina

Музыка Вашего Тела



те, и она избегала его, а мне Олег понравился. Но, несмотря на это, он выбрал Катю. Но, конечно же, у них ничего не вышло и он ушел...

Много, очень много было парней, готовых на все, лишь бы Катя встречалась с ними, а на меня внимания обращали немногие. Я бы не задумалась над этим, если бы не случай за случаем... Катя всегда в центре внимания. Мне было больно и обидно оттого, что Катя кому-то нравится, а я нет. Катя, наверное, красивее и интереснее меня. Но у меня тоже неплохая внешность: кудрявые волосы, голубые глаза, рост 170 см, я такая общительная, веселая, у меня много друзей, с одноклассниками у меня хорошие отношения, во дворе есть парни, которым я нравлюсь. Но тогда почему я всегда остаюсь в стороне, когда Катя со мной? Почему тот человек, который мне нравится, провожает ее, а не меня? Неужели и дальше будет так?

Олеся, 17 лет.



От редакции:

Олеся! Если Катя действительно твоя лучшая подруга, не закидывайся на этих ситуациях, у тебя своя личная жизнь, у нее — своя. Но может быть, Катя нужна тебе, чтобы быть вместе с ней в центре всеобщего внимания? Ответ самой себе честно...

Здравствуй, редакция!

Пишет вам Оля. Мне 13 лет. У меня дома много всяких животных, но я хочу написать про свою любимую кошечку Василису. Чаще всего я ее называла Василисой Премудрой, такая она умная. Но у меня случилось горе, она умерла. Я хочу, чтобы о ней знали все-все: какая она была необыкновенная!

Порода у нее персидская. Она вся из трех цветов: грудка белая, туловище черно-серое, а местами коричневое.

Однажды был такой случай. У нас курица зысидела цыплят и их бросила. Некоторые цыплята умерли, а осталось всего двое. Мы с мамой решили их поднести Василисе — что она будет делать с ними? Василиса их полизала, а они забились под лапку, как будто под крыло курицы. Мы цыплят оставили с ней, и она их вырастила.

Вот такая у меня была замечательная кошечка.

Оля Кониная,

Пермская область,

Юрлинский р-н, д. Вятчина.



Товар сертифицирован

www.felinasng.ru

*Николь Кидман —
трепетный сфинкс Голливуда*

Юрий БЕЗЕЛЯНСКИЙ

Николь КИДМАН — необычная «звезда». Об этом свидетельствует хотя бы ее прозвище — «Снежная королева Голливуда».

Что удивительно и даже смешно. Снежная королева приехала не из ледяной Гренландии, а из вечно зеленой Австралии.

Под родительским прессом

Николь Кидман родилась 20 июня 1967 года в Гонолулу (Гавайи), куда занесло ее австралийских родителей. Родители были весьма политизированной четой: отец, биохимик по профессии, — ярый сторонник лейбористской партии, мать, медик, — не менее яркая феминистка. И оба являлись горячими противниками начавшейся войны во Вьетнаме. С криками «Янки гоу хоум!» родители Кидман вместе с другими протестантами отправились в Гонолулу, где стали пикетировать американские военные базы. Причем Джанилл Кидман была уже на девятом месяце беременности, но это ее не остановило. И вот в палатке пикетчиков, в далеко не стерильных условиях, появилась на свет рыженькая девочка с зелеными глазами.

Родители ждали мальчика, продолжателя «дела борьбы за мир», а появилась девочка. Мать долго не могла с этим смириться и наотрез отказывалась одевать маленькую Николь в женско-розовые одежды, и никаких бантиков, рюшечек и обо-

почти сто процентов девочек. И еще я любила посещать кладбища. Это очень развивает воображение. Чего стоят одни надписи: «Любимой матери», «Дорогой бабушке», «Верному мужу». Оттолкнувшись от них, можно нафантазировать такие жизненные истории!

За «швабру» ответишь!

На Западе развито самодеятельное искусство. Устраиваются рождественские спектакли и среди маленьких детей. В одном из них на Рождество и выступила Николь в сюжете из Евангелия. Девочке было всего лишь четыре года, но она как-то сразу приобрела вкус к публичным выступлениям. Оказывается, она была рождена, чтобы стать актрисой, а отнюдь не бойскаутом. Родители скрепя сердце разрешили ей заниматься сначала балетом, а потом брать уроки мимики в студии пантомимы, как говорится, в свободное время от основной бойскаутской деятельности. В 10 лет Николь Кидман поступила в школу драматического искусства. Актёрская игра была для нее подлинным освобождением от родительского деспотизма.

Родители воспитывали Николь как мальчика — строго и без всяких нежностей. Они решили сделать из девочки настоящего мужественного бойскаута. Подобно мальчишке маленькой Николь приходилось носить тяжелые армейские ботинки, неуклюжие куртки.

рочек. Более того, никаких кукол и игр в дочки-матери. Родители воспитывали Николь как мальчика — строго и без всяких нежностей. Они решили сделать из девочки настоящего мужественного бойскаута. Вместе с мальчишками маленькой Николь приходилось носить тяжелые армейские ботинки, неуклюжие куртки, а в ранце держать алюминиевую флягу — как символ солдатского мужества. И, конечно, много утомительных походов с грузом за плечами и разнообразных спортивных занятий — бег, прыжки, поднятие тяжестей. Родители радовались, Николь — нет. Подавить в девочке женскую сущность так и не удалось.

В одном из интервью Николь Кидман призналась:

— Я — неисправимый романтик. С самого детства я терялась в романтических историях. Моими любимыми книгами были «Мадам Бовари» и «Анна Каренина». Мне были неинтересны всякого рода положительные героини, а только те, у кого не сложилась жизнь, кто был задавлен какими-то трагическими обстоятельствами, у кого был изломан характер. Даже смотря «Волшебника из страны Оз», я никогда не отождествляла себя с Дороти, что, по-моему, делают

В театральной студии с ней обращались заботливо и бережно. В ней разглядели талант. В 15 лет Николь Кидман начала сниматься в кино. Первые ее ленты: «Пятимильный ручей», «Погоня в ночи», «Рождество в кустах», «Бандиты БМХ». Кстати, «Рождество в кустах» в Австралии часто показывают по телевидению под Новый год, вроде нашей «Иронии судьбы».

К 13 годам Николь Кидман имела уже рост 175 см. Мальчишки хоть и дразнили ее «морковкой» и «шваброй», но напрямую обижать не решались после «одного случая», когда Николь отвалузила своего обидчика по всем правилам бойскаутского боя. Ее уважали, а ей хотелось любви.

В 17 лет она набила рюкзак кое-какими носильными вещами и покинула родительский дом. Добралась до Европы, а там стала колесить автостопом по странам.

Посмотрев Европу, покурлесив и приобретя взрослый опыт, Николь Кидман вернулась в Австралию молодой красивой женщиной и элегантной сексапильной манекенщицей. Ей не составило проблем получить и играть роли в различных театрах Мельбурна и Сиднея. К своей актерской профессии она относилась весьма серьез-

но, для чего изучала даже ораторское искусство и историю театра. В 1985 году она снялась в телесериале «Вьетнам», за что была названа австралийским киноинститутом лучшей актрисой года. Ей было тогда всего лишь 18 лет.

На волне этого успеха режиссер Филипп Нойс пригласил ее в психологический триллер «Мертвый омут», и это стало первой «звездной» ролью для Николь Кидман. Дело не в том, что она не постеснялась сняться обнаженной, а в точном психологическом образе, который создала Николь на экране. А роль была трудной: молодая женщина оказывается на яхте в открытом океане один на один с психопатом. И проявляет при этом решимость и мужество (не подкачал бывший бойскаут!).

«Мертвый омут» оказался для Николь Кидман бурным плаванием в Голливуд. Там всегда зорко отслеживали молодых актрис и приглашали в Штаты достойных кандидатов на роль будущих «звезд». Голливудские продюсеры угадали с Николь Кидман, она оказалась той свежей кровью, в которой нужно было американское кино. И ее пригласили в фильм «Дни грома» на роль врача-невропатолога, влюбившегося в участника ралли, которого играл Том Круз. Это был как раз тот случай, когда кино перешло в жизнь, любовь на экране — в любовь в действительности.

Счастливые дни

Николь Кидман и Тома Круза сразу притянуло друг к другу. Она увидела в нем не только классного актера, но и красивого, обая-

портеры зафиксировали этот роскошный кадр. Том Круз осыпал Николь Кидман различными знаками любви — дарил охапки роз, спортивные автомобили, драгоценности, яхту и даже просто приносил кофе в постель. Конечно, в Голливуде ей многие завидовали по-черному, утверждали, что она не любит Тома и вышла за него исключительно ради денег и карьеры, на что Николь отвечала с почти ангельской улыбкой: «Я люблю Тома, он действует на меня как наркотик — он самый сексуальный мужчина, которого я когда-либо знала!»

Самый сексуальный мужчина страдал какими-то проблемами по части продолжения рода, или, говоря иначе, не мог иметь детей. И тогда они с Кидман по взаимному согласию завели двоих чужих — сначала удочерили малышку Изабеллу Джейн, а затем афро-американского малыша Коннора Энтони. Появление детей еще более укрепило семью. Дом, дети, кино — Том и Николь снялись вместе в нескольких фильмах.

Вспоминая после развода с Томом Крузом свою прошлую жизнь, Николь Кидман говорила о своем муже так:

— Чисто профессионально он повлиял на меня просто фантастически. Во-первых, мы снялись во многих фильмах вместе. Представляете, вы — дома, с любимым человеком, а потом вы же в других обстоятельствах, в других одеждах, с другими биографиями, и только одно совпадает — там вы тоже любите друг друга. Это создает феноменальную Вселенную, из которой не хочется уходить. Во-вторых, Том вошел в элиту индустрии задолго до меня. Это значило, что я — молодая актриса — у себя

Высокая рыжеволосая австралийка с зелеными глазами выгодно отличалась от многих американских кинодив: она была красива, умна и остра на язык. Короче, вспыхнула любовь с первого взгляда.

тельного мужчину (о, сколько женщин мечтали о Томе Крузе), к тому же на тот момент он разошелся со своей женой Мими Роджерс и был, как говорится, в свободном поиске. В глазах Тома Круза высокая рыжеволосая австралийка с зелеными глазами выгодно отличалась от многих американских кинодив: она была красива, умна и остра на язык. Короче, вспыхнула любовь с первого взгляда. И оба постарались поскорее оформить свои отношения официальным браком.

Брачная церемония состоялась 24 декабря 1990 года (на Рождество), свидетелями стали Дастин Хоффман и младшая сестра Николь — Антония. Молодожены поселились на роскошной 48-комнатной вилле Круза.

Началось семейное счастье, хотя Том Круз и заявил сразу в прессе о том, что «мне нужна идеальная женщина, компромиссов я не потерплю!». Насколько идеальной оказалась Николь? По крайней мере, когда Том Круз предложил ей прыгнуть вместе с ним на парашюте, она согласилась. Он-то был почти профессиональный летчик и парашютист, а она хотя и не робкого десятка, но все же новичок. И они прыгнули вместе. И фоторе-

дома принимала Мартина Скорцезе, Сидни Поллака, Стивена Спилберга и других великих режиссеров, и слушала, и разговаривала с ними, и они отвечали мне. Что может сравниться с такой школой?..

Ровно десять лет у Николь было безоблачное счастье в отношениях с мужем. Но счастье невечно. И 6 февраля 2001 года по телевизору — именно по телевизору — она услышала о том, что Том Круз подает на развод. В глаза Николь такое сказать Круз не смог, а вот репортерам, не видя ее, — смог. Можно представить себе, как была ошеломлена Николь Кидман. Она бросилась звонить мужу по мобильному телефону — он был отключен. Лишь неделю спустя Том Круз набрался храбрости и сам позвонил Николь: «Мне очень жаль, ты ни в чем не виновата, проблема во мне, с тобой быть больше не могу, мне очень жаль!»

После таких слов Николь упала без сознания. Ее доставили в больницу, и там у нее произошел выкидыш — того самого ребенка, которого с Томом трепетно ожидали все десять лет совместной жизни. Такой оказалась цена разбитого счастья...

Скандала в средствах массовой информации, однако, не было,



СЛАРСОМ
ФОН ТРИЕРОМ

УДИВИТЕЛЬНА
СПОСОБНОСТЬ
НИКОЛЬ КИДМАН
БЫТЬ РАЗНОЙ...



«ЗАПЯТНАННАЯ РЕПУТАЦИЯ».
АКТРИСА СТАЛА ДОСТОЙНОЙ
ПАРТНЕРШЕЙ САМОГО
ЭНТОНИ ХОПКИНСА



УСЛОВНЫЙ,
НО ЗАВОРАЖИВАЮЩИЙ
«ДОГВИЛЬ»



«ЧАСЫ».
ГЕРОИНЯ КИДМАН –
ВИРДЖИНИЯ ВУЛЬФ



В «МУЛЕН РУЖЕ»
КИДМАН ДАЖЕ СПЕЛА



МУЖ, ДЕТИ...
СЧАСТЬЕ ДЛИЛОСЬ 10 ЛЕТ

ибо Том Круз и Николь Кидман объявили, что они «дружески расстались», то есть без претензий и скандалов. Расстались — и точка, и обсуждать, мол, нечего. И тут же Том Круз был замечен в обнимку с испанской кинодивой Пенелопой Крус. А чем утешилась Кидман? Сначала она вернулась к австралийскому актеру Маркусу Грэму, с которым жила вместе до Тома Круза. А потом появился знаменитый музыкант Ленни Кравитц. Короткий бурный роман, и новое расставание. На очереди замаячил бразильский художник Изиш Арруда. В конце концов Николь Кидман всего лишь 36 лет, и все возможности судьбы далеко не исчерпаны. Поэтому оставим любовную тему.

Покорение киновершин

«Эта холодная блондинка всегда была сфинксом Голливуда», — так писала пресса о Николь Кидман. А еще: «Интеллектуалка,



С ЛЕННИ КРАВИТЦЕМ

играющая в комедиях и комиксах». Да мало ли чего писали, пока она не вышла из тени Тома Круза. В Голливуде Николь Кидман как бы задалась целью показать разные стороны своего таланта: декоративная роль в «Днях грома», мужественная ирландская эмигрантка в «Далекой стране», шикарная любовница гангстера в «Билли Батгэйте», любящая жена в мелодраме «Моя жизнь», безжалостная роковая женщина в ленте «Злоба». А первым хитом, стоившим 100 миллионов долларов, стала роль психолога и одновременно секс-бомбы Чейз Меридиан в фильме «Бэтмен навсегда».

«Бэтмен навсегда», «Умереть за...» и «Портрет леди» доказали, что Николь Кидман не просто жена Тома Круза, но и самостоятельная яркая «звезда». — Конечно, долгие годы я была под влиянием Тома Круза, — признавалась Николь Кидман, — за что ему безмерно благодарна, но, начиная со спектакля «Голубая



... В ЭТОМ ДОМЕ

комната», его воздействие становилось все слабее. Это как бесконечная сессия у психоаналитика, когда старые доминанты постепенно отступают, уступая дорогу новым. Нужно просто отвергать то, что от тебя ожидают. Повторишься — пропадешь. Частично поэтому я снялась в ленте «Догвилль» культового режиссера Ларса фон Триера, который стал событием на Каннском фестивале 2003 года, — весьма необычная роль. Это первое. Второе — не надо программировать успех. Ни кассовый, ни эмоциональный, ни интеллектуальный. Мне просто хочется работать так, чтобы это было интересно.

В этом маленьком монологе вся Николь Кидман: она жаждет работать и она не хочет повторяться в своих ролях. И она действительно не повторяется. Достаточно вспомнить русскую невесту, приехавшую в Америку, в фильме «Именинница». Или роль Ады в эпосе Энтони Мингеллы «Холодная гора». Или образ писательницы Вирджинии Вульф в картине «Часы», за которую Николь Кидман получила статуэтку «Оскар». Вирджиния — это далеко не Николь. О себе английская писательница говорила: «Я ни то, ни другое. Я и не женщина, и не мужчина». И еще: «Этот туманный мир литературных образов, похожий на сон, без любви, без сердца, без страсти, без секса — именно этот мир мне нравится, именно этот мир мне интересен». И Николь Кидман удалось проникнуть во внутренний мир Вирджинии Вульф.

«Оскар» за «Часы» вполне справедлив, хотя многие ожидали, что Николь Кидман его получит за роскошный фильм «Мулен Руж», который один из критиков назвал «костюмированным балом в сумасшедшем доме». В этом мюзикле Николь Кидман экстравагантна до невероятности, неотразима до упомощения. Ролями в «Часах», и в «Мулен Руже», и в последнем фильме «Холодная гора» Николь Кидман доказала, что она совершенно разная, но во всех образах предельно неповторимая, а значит, «звезда» из «звезд».

Журнал – через редакцию

Уважаемые читатели! Если вы хотите получать номера журнала до конца 2004 года непосредственно через редакцию или вас заинтересовали уже вышедшие номера за 2003 и 2004 годы, вы можете заказать их сейчас. Стоимость одного номера за 2003 г. с доставкой – 79 руб., за 2004 г. – 99 руб. Вы получите журналы заказной бандеролью.



Чтобы определить полную стоимость вашего заказа, умножьте 79 руб. на то количество месяцев **2003 года**, и 99 руб. на то количество месяцев **2004 года**, за которые вы хотите получить журнал «Крестьянка». Затем сложите полученные суммы и впишите результат в квитанцию в графу «Сумма платежа».

Чтобы заказать журнал:

1. Аккуратно заполните квитанцию и купон заказа. Пожалуйста, разборчиво напишите в **квитанции** ваши фамилию, имя и отчество.

2. Оплатите в Сбербанке или через другой банк стоимость заказа.

3. Обязательно известите редакцию о вашем заказе.

Пришлите в редакцию **купон заказа и копию квитанции об оплате по адресу:**

127994, г. Москва, ГСП-4,
Бумажный пр., дом 14, стр. 1
Журнал «Крестьянка».

Либо пришлите их **по факсу:**
(095) 257-39-63

тел. для справок: 257-30-77

Внимание! Очень важно!

1. Заказы принимаются только от читателей, проживающих на территории России.

2. С момента получения извещения бандероль на почте хранится бесплатно в течение пяти дней. Сверх этого срока почтовое отделение взимает плату за каждый день хранения.

Купон заказа на журнал «КРЕСТЬЯНКА»

Фамилия, имя, отчество _____ Год рожд. _____

Индекс _____ Область/край _____

Район _____ Город/село _____

Улица _____ Дом _____ Корп. _____ Кв. _____

Я заказываю следующие номера журнала «КРЕСТЬЯНКА»:

(отметьте нужные вам номера)

2003 г.

№1 №2 №3 №4 №5 №6 №7 №8 №9 №10 №11 №12

2004 г.

№1 №2 №3 №4 №5 №6 №7 №8 №9 №10 №11 №12

Стоимость **одного** номера с доставкой:
за 2003 г. – **79 рублей**,
за 2004 г. – **99 рублей**

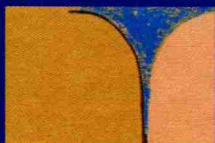
ВНИМАНИЕ! Все графы для заполнения обязательны

Извещение	ЗАО «Крестьянка -Диалог» (наименование получателя платежа) 7734173433 КПП 773401001 _____ (ИНН получателя платежа) № 40702810038320101108 _____ (номер счета получателя платежа) в Марьинорощинском ОСБ № 7981 Сбербанка России, (наименование банка и банковские реквизиты) г. Москва, к/с 30101810400000000225 _____ БИК 044525225 заказ журналов «Крестьянка» за 2003 г. на №№ за 2004 г. на №№
	_____ (ФИО плательщика) Дата _____ Сумма платежа: _____ руб. _____ коп. Плательщик (подпись) _____
Квитанция	ЗАО «Крестьянка -Диалог» (наименование получателя платежа) 7734173433 КПП 773401001 _____ (ИНН получателя платежа) № 40702810038320101108 _____ (номер счета получателя платежа) в Марьинорощинском ОСБ № 7981 Сбербанка России, (наименование банка и банковские реквизиты) г. Москва, к/с 30101810400000000225 _____ БИК 044525225 заказ журналов «Крестьянка» за 2003 г. на №№ за 2004 г. на №№
	_____ (ФИО плательщика) Дата _____ Сумма платежа: _____ руб. _____ коп. Плательщик (подпись) _____

Июнь наполнит нашу повседневность суетой и беспокойством, а многим принесет существенные перемены в жизни.

ОВЕН (21.03 — 20.04).

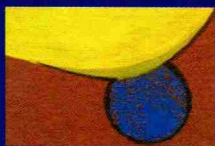
Вся первая половина месяца окрасится бурными эмоциями — вы то пребываете в восхищении от тех, с кем сводит вас жизнь, то так же яростно возмущаетесь их пороками, причем иногда существенно преувеличиваете действительность. Многие Овны исхитрятся превратить круг близких людей в кипящий вулкан, особенно 9—11-го. Тем, кто вовлечен в служебный роман, предстоят нелегкие времена — вы рискуете стать объектом сплетен. Сдержанность — вот единственное средство, которое может помочь вам в июньских катаклизмах. А ближе к концу июня страсти затихнут, вы получите возможность отдохнуть, многие отправятся на дачу или займутся нехитрыми хозяйственными хлопотами.



венно преувеличиваете действительность. Многие Овны исхитрятся превратить круг близких людей в кипящий вулкан, особенно 9—11-го. Тем, кто вовлечен в служебный роман, предстоят нелегкие времена — вы рискуете стать объектом сплетен. Сдержанность — вот единственное средство, которое может помочь вам в июньских катаклизмах. А ближе к концу июня страсти затихнут, вы получите возможность отдохнуть, многие отправятся на дачу или займутся нехитрыми хозяйственными хлопотами.

ТЕЛЕЦ (21.04 — 21.05).

Вам понадобятся два замочка — чтобы запереть кошелек и холодильник. Ваша душа становится в июне особенно ранимой и требует приятных переживаний — покупок (которые вы потом выбросите) и вкусенького (а вес «ползет» как на дрожжах). Вообще, будьте аккуратнее с деньгами — есть риск не только растратить их, но и потерять, стать объектом воровства. Не стоит давать в долг или поручаться за кого-то. Самые неприятные в этом отношении дни — 11—13. В еде также потребуются осторожность и умеренность. А конец месяца обещает немало радостного — многие получают приятные подарки, кому-то повезет в лотерее, а остальные просто хорошо проведут время с друзьями.



Вам понадобятся два замочка — чтобы запереть кошелек и холодильник. Ваша душа становится в июне особенно ранимой и требует приятных переживаний — покупок (которые вы потом выбросите) и вкусенького (а вес «ползет» как на дрожжах). Вообще, будьте аккуратнее с деньгами — есть риск не только растратить их, но и потерять, стать объектом воровства. Не стоит давать в долг или поручаться за кого-то. Самые неприятные в этом отношении дни — 11—13. В еде также потребуются осторожность и умеренность. А конец месяца обещает немало радостного — многие получают приятные подарки, кому-то повезет в лотерее, а остальные просто хорошо проведут время с друзьями.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 — 21.06).

Начало месяца многих из вас застанет не в лучшем настроении, даже пустяк может вывести вас из терпения. Не слишком ли вы самолюбивы? Может быть, обиды и яйца выеденного не стоят? Если сумеете глядеть в глаза жизни с улыбкой, то и события сразу приобретут благоприятный оттенок. А тем, кто по долгу службы связан с зарубежными коллегами, вовсе некогда будет предаваться переживаниям: дела пойдут очень бойко. Будьте осторожны за рулем и старайтесь сдерживать эмоции на людях 14—16-го. Ближе к концу месяца нервы успокоятся сами собой, и вы найдете радость в устройстве домашнего интерьера, возне с летним гардеробом.



Начало месяца многих из вас застанет не в лучшем настроении, даже пустяк может вывести вас из терпения. Не слишком ли вы самолюбивы? Может быть, обиды и яйца выеденного не стоят? Если сумеете глядеть в глаза жизни с улыбкой, то и события сразу приобретут благоприятный оттенок. А тем, кто по долгу службы связан с зарубежными коллегами, вовсе некогда будет предаваться переживаниям: дела пойдут очень бойко. Будьте осторожны за рулем и старайтесь сдерживать эмоции на людях 14—16-го. Ближе к концу месяца нервы успокоятся сами собой, и вы найдете радость в устройстве домашнего интерьера, возне с летним гардеробом.

РАК (22.06 — 23.07).

Июнь лучше всего посвятить отдыху — ваша активность, как на деловом, так и на личном фронте, едва ли принесет хорошие пло-



ды. Займитесь укреплением здоровья, пройдите по врачам — раньше ведь вам вечно не хватало на это времени! Тревоги и переживания не раз постучатся в вашу душу — не накапливайте их, вспомните — на такой случай существуют психотерапевты. А вот с подружками делиться не стоит, чтобы ваши тайны не стали всеобщим достоянием. Вообще старайтесь поменьше общаться, особенно 8—11-го, это поможет сохранить внутреннее равновесие и добрые отношения с окружающими. Во второй половине месяца тучи рассеются — вас ждут развлечения и приятные поездки.



Займитесь укреплением здоровья, пройдите по врачам — раньше ведь вам вечно не хватало на это времени! Тревоги и переживания не раз постучатся в вашу душу — не накапливайте их, вспомните — на такой случай существуют психотерапевты. А вот с подружками делиться не стоит, чтобы ваши тайны не стали всеобщим достоянием. Вообще старайтесь поменьше общаться, особенно 8—11-го, это поможет сохранить внутреннее равновесие и добрые отношения с окружающими. Во второй половине месяца тучи рассеются — вас ждут развлечения и приятные поездки.

ЛЕВ (24.07 — 23.08).

Жизнь бурлит событиями и эмоциями, а вас, конечно, тянет в самую гущу. Множество планов рождается в вашей голове, появляются новые знакомства, и прежние приятели предлагают разнообразные проекты. Самое главное для вас — стараться не давать поспешных, необдуманных обещаний и не очень-то доверять подобным посулам со стороны других. Чтобы не испортить отношения с друзьями, не слушайте сплетен и не давайте вовлечь себя в интриги. Родителям-Львам нужно обратить внимание на



дела детей — их так и тянет к опасным играм и неосторожным поступкам. В местах развлечений избегайте азартных игр — Фортуна не на вашей стороне. Осторожность за рулем и в быту потребует 19—21-го.

ДЕВА (24.08 — 23.09).

Месяц обещает быть богатым на события и плодотворным для тех, чьи интересы сосредоточены на карьере. У многих появится



возможность занять более высокую должность, получить выгодное место. Но не забывайте — самолюбие хорошо в умеренном количестве, не старайтесь настаивать на своем. Четко держитесь намеченных

задач, успех целиком в ваших руках, главное — целеустремленность. А тем, кто занят преимущественно хозяйством, понадобятся осторожность и внимание 14—16-го — возможны небольшие, но малоприятные домашние аварии. Конец месяца порадует всех Дев общением с друзьями и взаимопониманием с любимыми.

ВЕСЫ (24.09 — 23.10).

Начало июня реанимирует проблемы прошлого, и многих это может неприятно удивить. Старайтесь обдумывать свои слова и поступки, не принимайте скоропалительных решений — придется смириться



с тем, что мы не всегда в силах контролировать события. А кто-то будет вынужден заниматься проблемами родни, живущей в других городах или странах. В дальние поездки, однако, отправляться не стоит. Будьте осторожны в местах массовых развлечений 23—25-го — возможны конфликты и неприятности. А под конец месяца удача вернется к вам — проблемы решатся, появятся новые профессиональные идеи, замаячат заработки, всплывут могущественные покровители.

с тем, что мы не всегда в силах контролировать события. А кто-то будет вынужден заниматься проблемами родни, живущей в других городах или странах. В дальние поездки, однако, отправляться не стоит. Будьте осторожны в местах массовых развлечений 23—25-го — возможны конфликты и неприятности. А под конец месяца удача вернется к вам — проблемы решатся, появятся новые профессиональные идеи, замаячат заработки, всплывут могущественные покровители.

СКОРПИОН (24.10 — 22.11).

Конфликтные ситуации как на службе, так и в семье не раз заставят вас волноваться, и от того, насколько вы умеете идти на компромиссы



и лавировать в отношениях с людьми, будет зависеть исход игры. Не давайте воли желанию тянуть одеяло на себя и собственническим интересам — умение отступить и расставаться потребует вас сейчас больше.

Однако нет худа без добра — именно трудности помогут вам обнаружить в себе ранее не использованные способности и возможности, и потом вы будете вспоминать с удовлетворением июньские боления — ведь ваше внутреннее «Я» получит импульс к максимально-му раскрытию. Важные дела не стоит планировать на 26—28-е.

СТРЕЛЕЦ (23.11 — 21.12).



«Не судите, да не судимы будете» — вот что скажет вам июнь. Не стоит предъявлять слишком высокие требования к окружающим, воспитывайте в себе лояльность. Многим придется расхлебывать не-

простую ситуацию в отношениях с любимым человеком, который может вести себя не так, как хотелось бы. И самая правильная тактика — выждать, к концу месяца проблемы разрешатся сами собой. Возможно, что пожилые члены семьи активизируются в связи с вашими личными неурядицами и начнут подливать масла в огонь — не нужно принимать это всерьез. В последние дни месяца, 28—30-го, старайтесь не торопиться в делах и решениях — излишняя суета не в вашу пользу.

КОЗЕРОГ (22.12 — 20.01).

Вспомните пословицу: «Тише едешь, дальше будешь». Излишний напор, упрямство и торопливость сейчас не ко времени. В любых делах, как в личных, так и в служебных, вы добьетесь успеха, если не от-

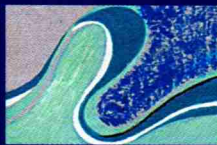


вернетесь от проблем окружающих и постараетесь им помогать. К концу июня ваша сдержанность, щедрость и доброта окупятся сторицей. Стоит заняться и здоровьем — спорт, диеты, отказ от излишеств и отдых

помогут вам накопить сил на будущее. Неприятные, чреватые случайностями дни — 3—5 июня, в это время лучше свернуть свою активность. А к концу месяца многим из вас улыбнется счастье в любви — кто-то встретит долгожданную «половинку», а кто-то просто хорошо проведет время с близким человеком.

ВОДОЛЕЙ (21.01 — 19.02).

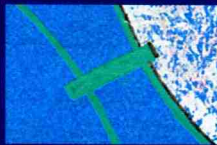
Вы острее, чем кто-либо, чувствуете — началось лето, пора отдыха и развлечений! Мысли снуют вокруг приятных тем — удовольствий, легких романчиков, планов на отпуск. Родители-Водолеи



займутся подготовкой и осуществлением совместного отдыха с детьми. Не стоит только увлекаться посещением многолюдных увеселений и азартными играми. Для работников творческого труда наступит плодотворный период — радует взлет вдохновения. Будьте осторожны за рулем и в быту 4—6-го. Во второй половине июня легкомысленный настрой сменится трудовым порывом — многим «подвалит» денежная работа, а кто-то вплотную займется хозяйственными мелочами, до которых раньше не доходили руки.

РЫБЫ (20.02 — 20.03).

Главные события месяца будут происходить на семейно-хозяйственном фронте. Многие затеют ремонт, вплотную займутся переустройством интерьера. И все бы хорошо, но вас совершенно не



ко времени тянет учить близких жизни, капризничать, пристрастно оценивать события и поведение окружающих. Наилучшая политика для Рыб — уйти на глубину, перестать мутить воду, тихо заниматься своим

делом и не мешать другим. Осторожность в делах и решениях потребует 7—9-го, лучше в эти дни не затевать важные дела. Вторая половина месяца выглядит более спокойной — дружеские встречи, общение со своими и чужими детьми, любовные радости вернут вам доброе расположение духа.

АВТО ДЛЯ ПЬЯНИЦ

В Швейцарии за нарушение скорости или употребление алкоголя за рулем класс водителя могут временно понизить из категории «легковых автомобилей» в более младшие классы, предполагающие управление транспортными средствами с ограничениями скорости до 45 км/час. Обычно к ним относятся тракторы и газонокосилки. Компания Suzuki-Garage взялась сделать жизнь пьяниц максимально комфортной и предлагает брать в прокат автомобили, где ограничитель скорости заранее установлен на уровне 45 км/час. На данный момент компания предлагает три модели с соответствующим лимитом скорости.

СЕКСУАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ ПО ТЕЛЕФОНУ

Россия решила присоединиться к проведению акции ESAE (European Sexual Awareness Event) в рамках образовательной программы «Сексуальное Здоровье Общества 2004». Целью этой общеевропейской программы является повышение уровня осведомленности населения в вопросах сексуального здоровья. Тема важная, ведь несмотря на громадный поток информации о сексе в СМИ, вопросы сексуального здоровья и качества жизни населения затрагиваются редко.

Многие люди не могут решиться на открытое обсуждение с врачом интимных вопросов, из-за недостатка информации не знают, к какому специалисту обратиться, а то и вовсе не имеют возможности получить квалифицированную медицинскую помощь. Для них и создана программа «Сексуальное Здоровье Общества 2004». В каждой из 14 стран-участниц программы организована бесплатная информационная линия, по которой можно получить консультацию по вопросам сексуального здоровья. В России это горячая линия «Новая формула мужской уверенности» — тел 8-800-200-36-36. На вопросы о мужском здоровье отвечают высококвалифицированные врачи-специалисты (урологи, андрологи, эндокринологи) из ведущих клиник Москвы. Для жителей России звонок бесплатный.

ТОЛСТУШКАМ МЕНЬШЕ ПЛАТЯТ

Страдающие ожирением представительницы прекрасного пола в должности служащих получают в среднем на треть меньше, чем работницы, у которых вес не превышает нормы. К такому выводу пришли финские ученые после долгих наблюдений за соотношением между весом работающих женщин и их зарплатами. Получилось, что толстушки могут терять до \$5000 в год из-за сво-

его веса. Правда, выводы эти верны в основном для образованных женщин. Женщины рабочих специальностей могут спокойно набирать вес, практически не теряя в зарплате. Ученые полагают, что все дело в некоторой разнице стандартов для высоких и низких социоэкономических слоев. Чем образованнее женщина, тем к более высокому слою она относится, тем сильнее в ее среде стандарты, согласно которым женщина должна обязательно иметь стройную фигуру. Соответственно, отсутствие такой фигуры рассматривается как личная недоработка, что сказывается в том числе и на зарплате женщины.

НОВАЯ ДИЕТА

Как установили американские ученые, диеты, резко ограничивающие количество углеводов, поступающих в организм, могут приводить к депрессии. К таким диетам относится, например, популярная диета Аткинса. Дело в том, что достаточное количество углеводов в рационе является условием выработки в головном мозгу серотонина, а это вещество, как давно известно, принимает самое активное участие в регуляции настроения. Оно же и выполняет функции регулятора аппетита. Когда серотонин синтезируется и становится активным, его действие заключается в том, чтобы заставить чувство-

вать сытость раньше, чем заполнится и растянется желудок. Так вот, ученые обнаружили, что серотонин вырабатывается только при поступлении с пищей быстроусвояемых углеводов, например, в составе сладкого или мучного. Более того, белковая пища просто мешает высвобождению серотонина. И если порция спагетти, например, заставляет мозг чувствовать сытость довольно быстро, то картошка с мясом не дает такого эффекта. Некоторые люди особенно чувствительны к недостатку серотонина при дефиците углеводов. Они бывают подвержены резким перепадам настроения. Именно эти люди часто испытывают сильное желание поправить свое эмоциональное состояние чем-нибудь сладким или мучным. Для них ученые предложили новую методику борьбы с лишним весом, которая предлагает продукты с достаточным содержанием углеводов, но низким содержанием жиров. Диета сочетается с занятиями йогой и индивидуальными фитнес-программами.

Сергей Слюсарев

по материалам сайтов:
<http://www.autoban.ru>
<http://www.iamik.ru>
<http://www.mednovosti.ru>
<http://www.korrespondent.net>
<http://www.nrs.com>
<http://newsru.com>
<http://www.mignews.com>

ПОЛЕЗНЫЕ АДРЕСА МАГАЗИНОВ:

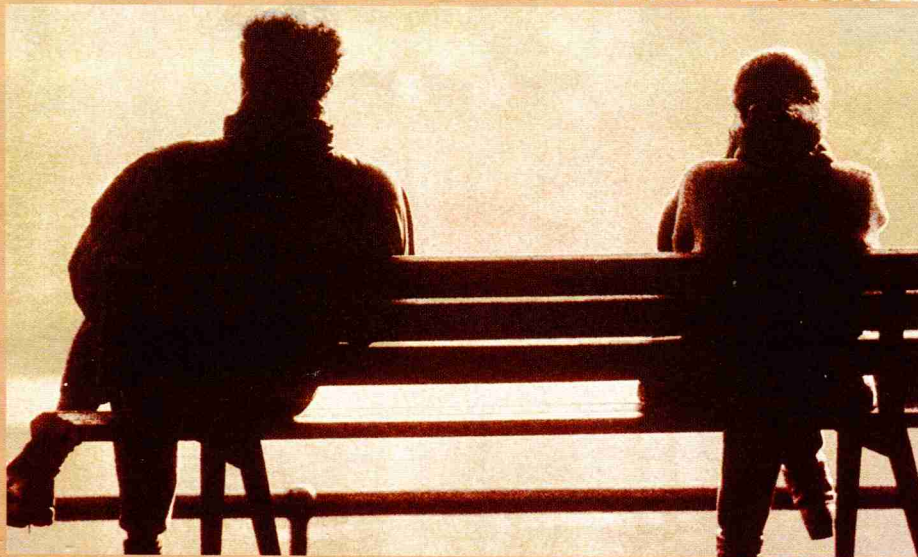
ШКОЛА ДЛЯ ДЕВОЧЕК (СТР 89 – 91)

COURTNEY G*: ГУМ, 3-Я ЛИНИЯ, 1-Й ЭТ.; ТК «ОХОТНЫЙ РЯД», 2-Й УРОВЕНЬ. **CRACKER, SCAMPERS, STRANGE, TALLY WEIL**: М-Н «STRANGE», УЛ. НОВОКУЗНЕЦКАЯ, 6. **GUESS**: САЛОН «ЛИ-ЛУ», МОЛОЧНЫЙ ПЕР., 1, ОФ. 1; М-Н «STRANGE», УЛ. НОВОКУЗНЕЦКАЯ, 6; «KALINKA - STOCKMANN», СМОЛЕНСКАЯ ПЛ., 3/5; ТВЕРЬ, М-Н «НЕО», ТВЕРСКОЙ ПР-Д, 45. **PATRIZIA PEPE**: БУТИК «PATRIZIA PEPE», УЛ. Б. ДМИТРОВКА, 5; САЛОН «ЛИ-ЛУ», МОЛОЧНЫЙ ПЕР., 1, ОФ. 1.

ОН & ОНА

как понять друг друга

East News / Stock Image



В рубрике «Я и другие» читайте монолог Марии Аджибековой «Я хочу быть счастливой». (стр. 150–151). Модернизация семьи — исторический процесс, начавшийся несколько поколений назад и сегодня еще весьма далекий от завершения — порождает множество противоречий, из которых и состоит частная жизнь современного человека. В старину заключение брака было прежде всего хозяйственным мероприятием и совершалось по традиции. Мы, сегодняшние, так жить уже не можем, даже если кто-то из нас верит, что это правильно. А по-новому — так, чтобы по любви и на равных, чтобы никого не приносить в жертву семье, а семья чтобы жила благополучно — этому мы еще только учимся. На своих ошибках. А быть счастливыми хочется сегодня — не через несколько поколений.

Ни в сказке сказать...



Уверена, что после публикации «Я — молодая мама» на вас обрушился поток писем. Это единственная статья из всех прочитанных мною на тему материнства (а читала я их огромное количество), которая полностью совпала с моими собственными ощущениями от этого периода жизни. Все верно, вплоть до отросших нечесанных волос и время от времени — неопишумого восторга на фоне пыточного режима дня.

Я не буду утомлять вас описанием своей собственной истории. Мне хотелось бы просто, опираясь на свой опыт, ответить на любимые вопросы мужчин и бездетных женщин (набор которых был приведен перед статьей). Все сказанное мной будет относиться к женщине, воспитывающей своего первого ребенка без подменных помощниц — бабушек, нянь, сестер.

1. Почему молодая мама «лишается мыслительных способностей» и не реагирует ни на что, кроме себя и ребенка?

Однажды мне довелось прочитать статью об экспериментах по изучению сна, проходивших в США, в центре подготовки НАСА. Группе молодых людей разрешили спать один час, потом судили, два часа они работали, потом опять спали один час и т.д. За сутки набиралось 8 часов сна, но не подряд, а порциями 8 раз по одному часу. Через трие суток подопытным начали мерещиться потусторонние существа, а работоспособность, скорость реакции и чувственные способности снизились до угрожающих жизни параметров.

Это результат воздействия прерывистого сна на абсолютно здоровых молодых мужчин с крепкими нервами и специальной подготовкой — других «НАСА не держат. Что же говорить о женщине, еще не оправившейся от родов и обремененной ответственностью за жизнь и здоровье новорожденного? Когда сна спит 4 — 5 часов в сутки, тоже не подряд, а урывками, и проводит в подобном режиме не трие, а триста суток, то есть в сто раз больше. Естественно, и психика, и организм переходят на энергосберегающий режим.

2. Почему мамочка с раздражающим идиотизмом постоянно разговаривает с ничего не соображающим дитятей?

Представьте, что жестоким капризом судьбы вас забросило в плен в страну, язык которой вам неизвестен. Охрана общается с вами с помощью нехитрого набора приказов: «Есть», «Пить», «Спать», «Вставать», «Гулять», «Писать», «Катать», «МОЛЧАТЬ». Насколько уверенно вы заговорите на языке страны пребывания через год?

Если ребенок растет в большой семье, он поневоле постоянно находится в разговорном поле окружающих. А если все его окружение — молчащая мама? Вот и приходится маме переходить в режим спортивного комментатора и постоянно вести беседы «неизвестно кем» на тему «Что вижу — о том говорю». Для детей с функциональными нарушениями типа гиперактивности такие разговоры — необходимая часть реабилитации, они тренируют определенные зоны мозга. Да и просто звук маминого голоса успокаивает.

3. Чем занимается мама, сидя дома с ребенком?

Представляю примерный хронометраж дня для самого простого варианта: ребенку 5 — 6 месяцев. Раньше за ним требовался специфический уход, да и навыки мамы были еще не доведены до автоматизма, позже он научится ходить и станет опасно вездесущим.

а) Ребенок писает 15 — 20 раз в сутки. Если мама не держит его постоянно в памперсах (что дорого и, по-моему, затягивает про-

блему во времени: приучение к горшку произойдет только годам к трем), то после каждого такого события ребенка надо переодеть, подтереть лужу на полу или сменить белье в кроватке (подстилку в манеже). Это занимает около 5 минут.

5 мин. x 20 раз = 100 мин., т.е. почти 2 часа.

б) Раз в сутки ребенок какает (когда болеет — значительно чаще). Ребенка надо подмыть. Если в вашем доме горячая вода не течет из крана, то ее предварительно надо нагреть. Затем надо удалить с ползунков остатки загрязнения, застирать их, подтереть забрызганный пол, убрать тазик с водой. Вся процедура занимает минут 20.

20 мин. x 3 раза = 60 мин., т.е. 1 час.

в) 5 раз в день ребенка надо покормить. Даже если у мамы есть молоко, в этом возрасте начинается активный прикорм. Еда для ребенка готовится непосредственно перед кормлением, разогревать ее нельзя, да и не получится. Красивые баночки с пюре стоят дорого, кроме того, основа прикорма — каши. Надо приготовить кашу, потом накормить ребенка, который плюется, пускает пузыри, лезет руками в кашу, опрокидывает сок. При этом постепенно и настойчиво учить дитя пользоваться ложкой и кружкой. Потом надо переодеть едока, вымыть посуду, прибрать испачканную кухню, возможно, и переодеться самой. На все 30 мин.

30 мин. x 5 раз = 150 мин., т.е. 2,5 часа.

г) Прогулка. Самая легкая часть дня, если ребенок согласен сидеть в коляске. Тогда прогулку можно сочетать с закупкой продуктов. В противном случае в магазин, аптеку, сберкасса приходится с призовой скоростью бежать во время дневного детского сна. Занимает 2 — 2,5 часа.

д) Вечернее купание. Осложняется при отсутствии в доме горячей воды, ванны, канализации (загородное жилье). Детей с диатезом и другими кожными проблемами (а таких едва ли не большинство) рекомендуют купать в отварах ромашки и череды, которые предварительно надо приготовить, процедить, остудить. После купания протереть забрызганный пол, очистить от коричневых травяных подтеков ванну. На все 30 — 40 минут.

е) Укладывание спать. Покров Божий простерт над теми родителями, которые кла-

дут дитя в постель, мурлыкают песенку и уходят заниматься своими делами. Большинство детей ну никак не могут отойти ко сну. Они плачут, машут руками и ногами, им плохо в кроватке и на руках, в тишине и под музыку, в одиночестве и рядом с мамой; задремав, они с криком просыпаются вновь. Укачивание обычного ребенка занимает 30 — 60 мин.; гиперактивного, больного, с режущимися зубками — от полутора часов до всей ночи.

ж) Стирка пеленок. Если у вас машина-автомат с сушкой — не проблема. Если такого агрегата нет — около часа во время сна ребенка.

Итого: около 10 часов самой неотложной работы.

А еще надо с ребенком поиграть, сделать массаж, гимнастику и, по необходимости и по возможности, другие закалывающие и развивающие процедуры. Надо приго-

ного обсуждения своих удач или промахов. В компании коллег — тем более. Почему человек, который месяц ругался с автосервисом, а потом сам по инструкции отрегулировал зажигание, может похвастаться своим достижением, а мама, которая без толку обошла нескольких врачей и сама нашла способ избавить ребенка от затяжной болезни — нет?

Только беременность, и то лишь если женщина здорова, протекает сама собой, под управлением природной программы. А выхаживание и воспитание ребенка — результат обучения и собственного опыта. Если на ваших руках не выросли младшие братья-сестры-племянники, если вы не педиатр или медсестра, то все необходимые знания, умения и навыки приобретаются уже на ходу (точнее — на бегу), после рождения ребенка.

Между прочим, у диких животных первые

Перечитала письмо, и самой стало казаться, что желание иметь ребенка — просто крайняя форма мазохизма. Но действительно та любовь к малышу, к себе, ко всему миру, которая снисходит на тебя вместе с материнством, стоит всех страданий и утешает во всех обидах.

товить и поесть пару раз самой, постирать и выгладить свою одежду и постельное белье, прибрать в квартире (если ребенок свободно ползает, то особое внимание — чистоте пола).

Если есть муж и он сторонник традиционных взглядов на женскую роль в доме, то надо еще приготовить ему еду и чистую одежду, а также обеспечить необходимый физический и душевный комфорт.

Думаю, теперь понятен и ответ на вопрос, с какого жиру молодые благополучные мамы рвутся на работу (особенно тихую офисную).

4. Почему мамочки только и говорят о воспитании и болезнях детей?

А почему новоиспеченные автомобилисты или компьютерщики только и говорят, что о своих агрегатах? Освоение нового и трудного дела — всегда повод для бесконеч-

детеныши нередко гибнут из-за неопытности самки. Это к вопросу о том, какие вообще могут быть сложности в таком естественном процессе, как уход за младенцем: мол, природа сама всему научит. Природа, знаете ли, берет слишком дорогую цену за обучение.

Перечитала письмо, и самой стало казаться, что желание иметь ребенка — просто крайняя форма мазохизма. Но действительно та любовь к малышу, к себе, ко всему миру, которая снисходит на тебя вместе с материнством, стоит всех страданий и утешает во всех обидах. Только чтобы описать ее, нужен великий поэтический дар. А я, к сожалению, не поэтесса.

С уважением,
Татьяна Столыпина.
Санкт-Петербург

Так я привык о ней думать. На самом деле я никогда не зову ее «бабушка», только «бабуля». Это одно из самых ласковых, нежных и мягких слов, какие я знаю в русском языке.

Мое первое воспоминание, связанное с ней, такое: мы бежим на автобус, я маленький, не успеваю за ней. И тогда, сильная, еще почти молодая, она подхватывает меня на руки и несет на бегу.

Сейчас ей семьдесят восемь лет. У нее сахарный диабет и нет ноги. Поэтому она считает себя обузой. Я так хотел бы ее переубедить! Но это, честное слово, сложно. Бабуля — человек очень стойкий, и ее трудно заставить изменить свое мнение. Однако при этом она очень мягкая и не любит спорить. Поэтому в дебатах на любую тему она сначала не соглашается, потом говорит: «Ну ладно», — и уходит, но остается при своем мнении.

А мне кажется, что люди, жившие во время войны, обладают железным стержнем, каким бы слоем мягкой ваты он ни был обернут. Бабушка особенно. В моем восприятии она очень большая, надежная, как скала, и сильная, как девятый вал. Она поможет всегда, для нее нет ничего невозможного, и совершенно не важно, что она при этом уже немолода.

Она мое прошлое, мое детство, мои корни. Когда я говорю «дом», то подразумеваю бабулю и маму. Без всяких «потому что». Просто это так.

Во время войны бабушка работала на радиостанции. А потом в отделе кадров в цирке. Цирк — это всегда некая тайна. Моя бабуля приносила к нам домой маленькие календарики, которые были редкостью в то время, и я всегда знал, что она причастна к этой тайне.

Мой дедушка был подполковником саперных войск. И бабуля хорошо освоила такую профессию, как солдатская жена, а потом жена офицера. Они всегда жили в военных городках в разных частях России, а потом Германии и Польши. Может быть, именно такой



Бабушка — это мой дом

тяжелый быт сделал из нее очень мастерового человека. Ей все приходилось делать самой. От нее я знаю, как построить шкаф из картонных коробок. Их надо поставить одну на другую и оклеить обоями: получается прочный и красивый шкаф.

А еще бабуля всегда сама делала ремонт (мы с мамой были только на подхвате), причем так, как сейчас его делают только очень дорогие строительные фирмы. Например, положенный бабушкой кафель в ванной на стенах, полу и потолке лежит так ровно, что я только кривлюсь, глядя, как такой же кафель выложен в домах у моих знакомых. А уж как тщательно она это делала! Бабуля выпливали лобзиком кусочки плитки, так чтобы даже в самом дальнем углу, вокруг ножки ванны, кафель лежал аккуратно.

Потом состарилась и заболела моя прабабушка (я звал ее «другая бабуля»), она перестала всех узнавать, и одна комната превратилась

Мы поздравляем с 9 Мая всех читателей, но особенно наших бабушек и дедушек.

«Мне кажется, люди, жившие во время войны, обладают железным стержнем», — написал наш читатель Юрий в письме о бабушке. И письмо-то не о войне, и бабушка сама не фронтовичка, но для внука она — «человек, живший во время войны». Наверно, и сама для себя тоже: не надо объяснять, почему.

лась для меня в запретную, страшную территорию, куда в основном из домашних ходила моя бабуля. Бабуля сама собрала из батареек, кнопки звонка и проводков гудок и прикрепила к кровати прабабушки, чтобы та всегда могла ее вызвать. Этот гудок был странной и неприятной штукой, означающей уход бабули на «ту сторону», от игр со мной. И я, конечно, его очень не любил. Однажды я решил сделать из него фонарик и воткнул его в розетку. 220 вольт оказались для приборчика невыносимым испытанием. Незаметная темно-синяя полосочка проводов превратилась в огненную змейку, а потом вспыхнул по всей длине капроновый палас, и занялась деревянная подставка под телевизор. Я пришел на кухню, потрогал бабулю за локоть и будничным тоном сказал: «Бабуль, горим». Когда она мне поверила, то бросилась тушить пожар сухой тряпкой, которая была у нее в руках. И потушила. И вот после этого понятно, с каким уважением к ее характеру я говорю, что она никогда меня не шлепала. Когда я был маленьким, то часто просил бабулю читать мне фантастику (сказки я не любил). Она читала мне Стругацких. Я лучше бабушки знал текст (почти наизусть), но было очень уж приятно, что это она читает! А ей, видно, было не очень интересно, и она засыпала. У бабули всегда был прекрасный слух и голос. Она знает очень много песен, арий и симфоний. Почти все, что я когда-либо слышал по телевизору или по радио, она способна спеть наизусть. Бабуля очень хорошо готовит.

Курица, запеченная в духовке, у нас в семье считается праздничным блюдом и ассоциируется у меня с монументальным стилем, как дома сталинской постройки. Пирог — другое коронное блюдо бабули. На всех застольях ее многочисленные подруги просили рецепт, и ни у кого потом эти пироги не получались так хорошо, как у нее. А как она смешивала коктейли из вин! Когда мне было почти семь лет и надо было идти в первый класс, я был очень ленивым, и мы с бабулей решили утопить лень. Мы написали магическое стихотворение. Жаль, я его не помню! Сложили эту бумажку специальным образом и пошли на пруд, который был у нас неподалеку. Там мы прочитали это стихотворение и утопили лень. Возможно, если бы не это, я был бы еще ленивее, чем сейчас! В первом классе я записался в музыкальную школу: к нам в класс пришел дядька и рассказал, как это будет славно и какие мы будем молодцы, если запишемся. Эта школа была за городом. Когда было поздно, бабушка ходила меня встречать, и тогда темная и неудобная дорога по чужим местам становилась гораздо короче, потому что меня держала за руку бабуля. Я был нетерпеливым: час игры на аккордеоне был для меня настоящим мучением. Одному это было делать совсем невыносимо, поэтому рядом со мной, когда я занимался, сидела бабушка. Я срывался, рычал, кричал и заставлял аккордеон реветь похуже волюнки. Бабушка терпеливо слушала. А потом она ходила на концерты, которые мы устраивали в музыкальной школе. Для меня зал всегда представлял собой море, в котором где-то есть моя бабуля. И всегда после моего выступления она кричала: «Браво, бис!» Я очень стеснялся, и в то же время было очень приятно. Бабуля не очень-то любит нежности просто так. Но, например, когда ей даришь подарок, она понимает, что этот момент годится для того, чтобы понежничать вволю. Я наклоняюсь к ней, она обхватывает меня за шею и очень нежно и мокро целует в щеку. Бабуля, я очень люблю тебя, я очень тебя ценю. Ты мне очень нужна. Я без тебя не могу. Оставайся со мной долго-долго, пожалуйста.

Твой любящий внук Юра.
Москва

К слову сказать

Странно видеть, как День Победы — семейный праздник нашего детства — на глазах превращается почти совсем в книжную историческую дату для наших детей. Правда, у многих из них бабушки и деды еще могут сами рассказать о тех годах. Но это уже не бабушки и дедушки — ветераны, а бабушки и дедушки — дети военных лет.

Ушел XX век. Мало осталось участников и свидетелей его главных событий. Чтобы великий и страшный опыт XX века не оказался напрасным и не повторился, он должен быть осмыслен. А для этого сначала проговорен и записан.

Двадцать лет назад вышла книга белорусской писательницы Светланы Алексиевич «У войны не женское лицо». Документальная книга, основанная на сотнях рассказов женщины, которые воевали. Были связистками, снайперами, санитарками, врачами, летчицами, партизанками, прачками на войне, саперами, пулеметчицами, командирами зенитных орудий (да-да, и такие были: около миллиона женщин воевали в Советской Армии, и уже как минимум двадцать лет это точно не секрет; но многие ли из нас и сегодня об этом знают?). Сейчас, в 2004 году, московское издательство «Пальмира» переиздало книгу С.Алексиевич в новой редакции. Книга обновлена наполовину: восстановлено и то, что вырезали цензоры, и то, что Светлана Алексиевич когда-то не решилась опубликовать сама — не решилась поверить в то, что услышала.

Двадцать лет назад книга «У войны не женское лицо» была знаменита. Сегодня при попытке разыскать в книжных магазинах ее новое издание приходится иной раз по слогам повторять продавцам, как фамилия автора и как книга называется. До чего же быстро все забывается. Но это не должно забываться.

Книга С.Алексиевич переведена на многие языки. Недавно писательница спросила своего французского издателя: «Зачем вам сейчас моя книга о войне?» Он ответил: «Нынешние французы мало знают о Второй мировой, но это даже не главное. Главное, что мы, европейцы, находим в воспоминаниях ваших людей урок прочности человеческого духа: сегодня у нас в Европе появились проблемы по этой части».

У нас тоже. Нам уж точно не меньше, чем французам, нужен опыт наших любимых людей — наших бабушек: и героинь знаменитой книги, и героини сегодняшнего читательского письма. Бабушек, которых не смог сломать железный XX век: наоборот, они стали «надежными, как скала, и сильными, как девятый вал».

Подробнее о книге Светланы Алексиевич читайте в июньском выпуске «Он&Она».

Мы не рабы

И вот мы с вами в XXI веке.

По данным Госдепартамента США, международный невольничий рынок ежегодно насчитывает до 4 миллионов рабов.

По оценкам экспертов, каждый год в руки работорговцев попадают до 2 миллионов новых жертв.

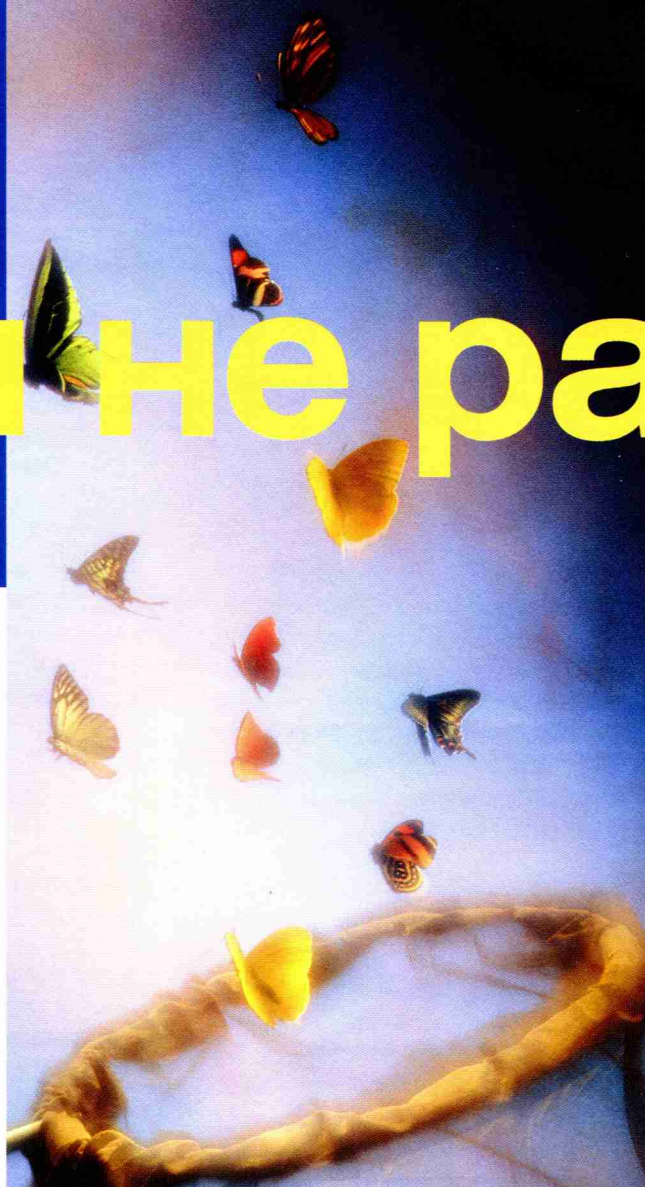
По данным управления Верховного комиссара ООН по правам человека, из России уже продано полмиллиона женщин.

По данным ООН, Россия занимает первое место в мире по объемам поставок на невольничий рынок «живого товара».

Следом идут Украина, Таиланд, Нигерия, Румыния, Албания, Китай, Белоруссия и Болгария.

Тут разве слепой не заметит, что речь идет о трагедии общенационального масштаба. Тем не менее до самого конца прошлого года в российском законодательстве вообще не было таких понятий, как торговля людьми и использование рабского труда. Законопроекты «О противодействии торговле людьми» и «О защите жертв торговли людьми», подготовленные рабочей группой Елены Мизулиной, тогдашнего заместителя председателя Комитета по законодательству Госдумы, так и не были приняты. Государство отказывалось замечать проблему.

Fotobank



Все мы учились читать по букварю: «Мы не ра-бы. Ра-бы не мы». Мы в этом не сомневались. Рабовладельческий строй проходили на уроках истории: он был очень давно, в древнем мире, когда восстал Спартак. Правда, была работорговля и позже — об этом рассказано в «Хижине дяди Тома». А классики русской литературы справедливо называли «рабами» крепостных крестьян. Но в России отменили крепостное право, а в Америке освободили рабов. Правда, потом был XX век: у нас — колхозные крестьяне без паспортов, опять будто крепостные, и ГУЛАГ, в Европе — фашистские концлагеря. Но и это все — уже история.

Между тем за последние годы Россия стала не только крупнейшей страной вывоза «живого товара»: от нас в Европу, Америку, на Ближний Восток везут в первую очередь женщин и девочек для работы в секс-индустрии.

Россия одновременно — и страна назначения: к нам с Украины, из Белоруссии и Молдавии ввозятся женщины для работы в секс-индустрии, из Узбекистана и Таджикистана — мужчины для работы за копейки, а то и задаром на стройках и в сельском хозяйстве.

Россия — и страна транзита: через нас в Европу везут невольников из Китая, Вьетнама, Индии, Бангладеш, Пакистана. Время от времени промелькнет сюжет по телевизору: московская милиция обнаружила двухкомнатную квартиру, где в течение месяца взаперти содержались двадцать индийцев или, к примеру, женщин из Вьетнама, не говорящих ни на каком языке, кроме родного.

Это не только беда трудовых мигрантов. Это наша беда, если Россия становится страной, где спокойно относятся к рабству. Ведь существует внутренний траффик. Женщин из провинциальных городков, едущих в Москву и Петербург в поисках работы, иной раз прямо на вокзале, у поезда

встречают вербовщики, представляющие «девочек» сутенерам. Правозащитники рассказывают о случаях, когда милиционеры не только закрывают на это глаза, но и прямо участвуют в вербовке. Мужчины тоже рискуют попасть в рабство не только за границей. Вербовщик нанимает строителей где-нибудь в Липецкой или Белгородской области и везет, скажем, в Тюмень. Дальше выясняется, что платить строителям отказываются или обещают «потом», условия жизни и работы — кошмарные, но жить в Тюмени все равно негде, кроме как на той же стройке, а на то, чтобы вернуться домой, нет денег. Особо несговорчивым могут пригрзнуть: как бы чего не случилось с твоей семьей. Могут просто регулярно избивать. Возможны варианты. Вот все это, год от года разрастаясь, и было абсолютно личными трудностями отдельных граждан Российской Федерации, пока наконец, в конце 2003 года, не были приняты изменения и дополнения в Уголовный Кодекс: там появилась статья 127¹, «Торговля людьми», и статья 127², «Использование рабского труда». Теперь у сотрудников правоохранительных органов стало несколько больше возможностей для того, чтобы привлекать к ответственности работодателей и рабовладельцев. Но все равно это очень трудно. В статье 127¹ сказано, что торговля людьми — это «купля-продажа человека либо его вербовка, перевозка, передача, укрывательство или получение, совершенные в целях его эксплуатации». Но когда вербует людей один, пе-

ревозит другой, эксплуатирует третий, причем уже за границей, и все это на фоне коррупции, — пойдешь докажи, что тот, кто вербовал будущих рабов здесь, делал это «с целью эксплуатации», или пойдешь поймай того, кто эксплуатирует проданных в рабство там, за рубежом. Ведь мы имеем дело с международным преступным бизнесом, дающим прибыль в миллиарды долларов в год. Государство российское пока противопоставило этому только поправки к Уголовному Кодексу. Вопрос о принятии специальных законов «О противодействии торговле людьми» и «О защите жертв торговли людьми» теперь, видимо, считается закрытым, что плохо. В этих проектах предусматривалось открытие государственных центров поддержки и помощи жертвам торговли людьми, специальные меры по защите свидетелей — в частности, создание убежищ для людей, которых «хозяева» будут искать, чтобы вернуть, или запугать, или просто убить. Ведь ничего невозможно доказать без свидетельских показаний, а где их взять, когда нет системы медицинской, психолого-психиатрической, социальной помощи людям, которым удалось вырваться из рабства. Люди возвращаются чуть живые, месяцами не выходят из дома, всего боятся. Пока что защита граждан от работодателей — прежде всего дело самих граждан: отдельных людей и их семей, а также общественных организаций. Единственная в стране специализированная «горячая линия» по проблеме предотвращения торговли людьми

организована Ассоциацией кризисных центров «Остановим насилие» при поддержке USAID и АЙРЕКС.

(095) 783-92-32

с 10.00 до 18.00 по будням

Позвонив по этому телефону, можно получить бесплатную консультацию — например, о правилах заключения трудовых контрактов; об организациях, помогающих жертвам торговли людьми в интересующей вас стране; о российских консульствах за рубежом; о проблемах, связанных с нелегальной миграцией.

«Горячая линия» открылась в 2003 году. За первые 8 месяцев ее работы было 256 звонков. Каждый пятый позвонивший сообщал о том, что его родственник или друг уехал за границу и там исчез, и каждый четвертый абонент просил помощи, уже зная, что близкий человек попал в рабство.

Если бы люди обратились на линию заранее, они бы убереглись от грубых ошибок.

Они бы знали, что если им говорят: «Поедете по туристической визе, ее получить легче, а уж там, на месте, я вам выправлю трудовую визу», — ЭТО СОВЕРШЕННО ТОЧНО ОБМАН. Ни в одной стране не существует подобной юридической процедуры. А право работать дает только трудовая виза.

Они бы знали, что получать билет, визу, жилье за чужой счет — простой и надежный способ попасть в долговую кабалу, а следом и в рабство.

Они бы знали, что нельзя никому доверять свой паспорт.

Они бы заранее договорились с родными и друзьями об условном сигнале опасности: нередко рабовладельцы позволяют своим жертвам позвонить домой, чтобы родные не бро-

сились их искать, но разговор жестко контролируется.

Они бы знали, что, нанимаясь работать за границей, надо позвонить в российское консульство в том городе, куда собираешься. Узнать, есть ли на самом деле такая фирма, в которую тебя приглашают, чем занимается, какая у нее репутация. Для того и существует консульство.

Наивность наших людей бывает поразительна. Один абонент «горячей линии» объяснял, что с фирмой, в которую он едет, все в порядке: правда, по указанному телефону ни разу не отозвался живой человек, но зато там всегда работает автоответчик...

В сфере противодействия торговле людьми работают общественные кризисные центры в Барнауле, Екатеринбурге, Иркутске, Казани, Костомукше, Москве, Мурманске, Нижнем Тагиле, Перми, Петрозаводске, Санкт-Петербурге, Саратове, Твери, Челябинске, Шелехове. Узнать координаты этих организаций можно, позвонив на «горячую линию» или просто по телефону Ассоциации: (095) 250-91-71 или по электронной почте: rac2women@mtu-net.ru.

Собираясь искать счастья за границей или просто в чужом городе, будьте вездьливы, внимательны, дотошны. Все проверяйте сорок раз. Не рискуйте легкомысленно свободой и не продавайте ее ни за какие деньги.

Нет ничего дороже свободы. Может быть, это звучит банально. Но лишь до тех пор, пока мы не рабы.

Александра Лацис

С праздником
1 МАЯ!



*Дорогие читательницы
и читатели!
Поздравляем вас с
праздником труда!*

Ура!

В странах развитого капитализма 1 мая профсоюзы устраивают демонстрации, требуя социальных гарантий и прибавки к зарплате. У нас пока что настоящий профсоюз, то есть организация наемных работников, созданная для того, чтобы всем вместе, сообща торговаться с работодателем, — большая редкость. Миллионы трудящихся вовсе ни в каких профсоюзах не состоят и сражаются со стихией дикого капитализма сами, как могут.

«Корректировщик» в поиске

К практическим руководствам по трудоустройству я всегда относилась с большим уважением. И как только крах нашей фирмы, о котором так долго говорили все ее сотрудники, наконец свершился, я честно принялась проверять на себе полезные идеи авторов этих книжек.

Идея первая

Если вы долго не можете найти работу — значит, вы что-то делаете не так.

Оставим в стороне тот случай (кстати, не такой уж и редкий), когда на данную вакансию давно определили кого-то из родных и

близких руководителя, а ваше резюме рассматривают, просто чтобы чем-то занять кадровика. Возьмем конкретный пример: допустим, вы по специальности корректор, как и я. На интересующее вас место будет претендовать уйма народу: нынче едва ли не каждый, у кого в школе по русскому языку была оценка выше двух баллов, мечтает получить работу корректора. Что вообще-то странно, ведь это каторжный труд за очень маленькие деньги. Даже если вы как специалист явно сильнее остальных претендентов, это еще не гарантия успеха. Может оказаться, что потенциальный ра-

ботодатель предпочитает худых / полных (темноволосых / блондинистых, женатых / незамужних) мужчин / женщин, постарше / помоложе. Вот, пожалуйста, объявление в газете: «Для работы оператором ПК приглашаются замужние женщины от 28 лет, имеющие одного ребенка от 6 лет». Я заинтересовалась причинами такой селекции. Оказалось, это чтобы люди с интересами, отличными от чистки кастрюль, выбора школы и дискуссий о сволочизме мужей, не будоражили коллектив. Еще случай из жизни: прихожу я на собеседование и с радостью вижу, что как специа-

лист я на порядок сильнее всех сотрудников. Послужной список у меня хороший, как себя вести, вроде бы тоже знаю. Но рабочего места почему-то не получаю. Через некоторое время я по другому поводу встретилась с тамошней заведующей отделом, и она прояснила ситуацию: «Мы сразу увидели, что вы в одиночку справитесь с работой всего подразделения; а где тогда окажутся остальные? Правильно, на улице». В другой раз на работу взяли человека, не имевшего моего образования и опыта, но согласившегося на значительно худшие условия, чем были определены изначально.

Идея вторая

Нужно обратиться на биржу труда.

На бирже мне пообещали пособие — сколько-то процентов от последней зарплаты. Но, во-первых, платить его будет недолго, постепенно уменьшая, во-вторых — на последней работе я расписывалась в ведомости за 260 рублей, а вы? Тото. А если я где-то подрабатываю хотя бы полдня в месяц, то считаюсь трудоустроенной и никакими правами безработной не обладаю. Конечно, работник биржи пощелкает для меня вакансии в базе данных, но разве я сама не смогу этого сделать в ближайшем интернет-кафе?

Стояние на бирже сохраняет непрерывность стажа (если стать на учет в течение трех недель). А знаете, какая беда случится, если стаж прервется? На новом месте будете получать по больничному 60% оклада вместо 80 или 100%. Если только вы не женщина с детьми до 14 лет: тогда непрерывный стаж у вас сохранится и без биржи. Наконец, многие говорят о переучивании. Когда я размечталась, что освою за государственный счет что-нибудь престижное, вроде компьютерной верстки или бухгалтерского учета, мне предложили на выбор учиться или на швею-мотористку, или на оператора башенного крана.

Идея третья

Если нет спроса на вашу профессию, вам непременно поможет освоение смежной. Дополнительное образование — это здорово. Оно развивает личность, не дает мозгам атрофироваться, повышает уверенность в себе, помогает найти новых

друзей. Но вот что касается трудоустройства... Прежде чем тратить на это прекрасное дело время, силы и деньги, я исследовала рынок труда: а много ли требуется специалистов данного профиля без опыта работы? Когда такое объявление все-таки нашла, обратила внимание на зарплату. Такую можно было себе позволить в семнадцать лет, а годам к тридцати за эти деньги, даже с перспективой роста, работать несерьезно.

И все же, задумав переучиться на верстальщицу, я окончила несколько компьютерных курсов. Устроиться на работу мне это не помогло никаким образом, а на практике пригодилась только «слепая» машинистка, которую можно было освоить и дома по самоучителю.

Идея четвертая

Обращайтесь в кадровое агентство.

Тогда же, чтобы получить работу верстальщицы или другую в той же области, я забросила резюме в несколько агентств. За полгода мне позвонили из двух фирм. Первый раз попросили назвать параметры фигуры, уточнив, что требуется сотрудница с европейской внешностью. А поскольку мои параметры скорее российские, чем европейские, до собеседования дело не дошло. Кадровик второй фирмы вообще, видимо, моего резюме не читал, поскольку предложил работу, где требовались как раз те навыки, на отсутствие которых я прямо указала в тексте. Зато мне регулярно названивали сотрудники кадровых агентств, упрашивая снять резюме как неперспективное. А услуги этих фирм, между прочим, бывают недешевы. От пустой траты денег меня спасло только полное на тот момент их отсутствие: я не смогла обратиться в агентство, требующие предоплаты.

Вот тут бы мне придать читательницам оптимизма — рассказать, как я нашла безотказный способ поиска работы... Способ-то действенный, но нашли его задолго до моего рождения. Это устройство на работу по знакомству. Когда моей приятельнице кто-то из бывших коллег помог найти работу получше, она привела меня на свое старое место. А до этого я почти год мыла подъезды. Кстати, тоже достойное занятие.

Что должен знать «лингвист»

Кто бы мог подумать, что это такая смешная профессия — корректор. Баян о том, как люди приходят наниматься в корректуру, у меня накопилось уже на целый сборник.

Входит эффектная дама:

— Я хочу работать этим... как его... коррективщиком.

— Какой институт вы окончили?

Дама очень гордо:

— Инженерно-строительный, но разве это имеет значение?

Заведующая вздыхает и дает ей тест — несколько страниц текста, специально насыщенного разнообразными ошибками. Минут через сорок пять соискательница отрывается от бумаги:

— Ой, а что это тут ошибки?

Появляется мужчина средних лет:

— Мне нужна коррекция.

— Что, простите?

— Это же отдел коррекции? Я бывший военнослужащий, и вы обязаны трудоустроить меня вне конкурса.

— Вы хотя бы знаки корректурные знаете?

— Откуда? Я же говорю — в армии служил, и именно поэтому вы должны меня взять.

— Но нашу профессию люди осваивают за шесть лет в соответствующем вузе.

— Это не страшно. Я хорошо обучаюсь.

С этой кандидаткой я беседовала лично.

— Какое у вас образование?

— Лингвистическое.

— Ну ладно. — Задаю ей несколько вопросов из грамматики. Все ответы мимо. Напоследок спрашиваю:

— Как напишете «смит-и-вессон»? — Я имею в виду, нужны ли прописные буквы, дефисы и кавычки, в чем часто путаются начинающие корректоры.

— А что это?

— Это револьвер такой.

— Ну... свиит... нет, симит... А почему я должна это знать? Я же корректором хочу работать, а не специалистом по оружию!

Из резюме: «Ищу работу корректора. Хорошо танцую, пою, играю на гитаре...»

Варвара Вельская



после которой родителям ничего не остается, как дать согласие. Но в глубинке можно увидеть примеры иных краж. Среди сельского населения в Кыргызстане насильственным кражам подвергается каждая девятая молодая женщина, и только каждая третья из похищенных пытается защититься, обращаясь в органы милиции, реже в суд, не принято, ведь это — «дело семейное», да и замучаешься пыль проглатывать, ища справедливости

Я хочу быть счастливой

Самая теперь студентка, уже несколько лет живу в Москве. Моя знакомая из Кыргызстана, рассуждая на эту тему, говорила, что для многих кража — это надежда на лучшую жизнь. Уровень жизни в деревнях очень низкий, а семьи многодетные, и кража воспринимается родителями девушки как избавление от лишнего рта.

Киргизские семьи всегда были патриархальными. Отец единолично распоряжался семейным бюджетом и управлял всей жизнью семьи. И если для жениха существовало два способа выбора невесты: либо это делал он сам, либо его родители, то у невесты права самостоятельного выбора не было. Отец указывал дочери, за кого выходить. Но если девушку «воровали» раньше, чем он успевал сделать свой выбор, то будущему тестю не оставалось ничего, как смириться. Считалось позором принять дочь обратно в отчий дом, если она провела ночь в доме жениха. Задача выбора жениха была непростая. Учитывалось общественное положение семьи будущего зятя, его трудолюбие, физическое здоровье. Все, кроме желаний, чувств и предпочтений самой девушки. Самая красивая и популярная легенда в Кыргызстане, объясняя происхождение озера Иссык-Куль, говорит о том, что, томась в неволе, озеро выплакала красавица Айжан,

Когда я была маленькая, то со страхом думала, как много людей живет на Земле и как трудно будет мне среди всего ее мужского населения найти любимого человека. Где-то к пятому-шестому классу школы пришло осознание того, что круг поисков спутника жизни придется сузить, и значительно. Выбирать нужно из тех, кто рядом со мной. Тут у меня начался самый романтический период, полностью посвященный ожиданию принца. Предчувствие чуда не покидало меня нигде, в каждую минуту была готова к его внезапному появлению. Не страшно было, что белого коня мог случайно заменить скрипящий троллейбус, я бы все равно поняла, что это едет ко мне Он, и принц непременно разглядел бы меня...

А потом меня украли. На моей родине, в Кыргызстане, некоторые принцы вместо

того, чтобы баловать своих избранниц прогулками верхом на белом коне или цветами, просто крадут их. Украли и меня, четырнадцатилетнюю девочку. Все мои годами излеченные мечты в один миг разбились о настоящую, невыдуманную чужую грубость и глухое непонимание. Страшно даже подумать, как могла бы дальше сложиться моя жизнь, если бы не вмешательство моих родных, которым я буду за это вечно благодарна.

Украденные невесты

Ведь бывает и по-другому. Правда, в городах сегодня кражи невест — это, как правило, просто дань традиции, все происходит по договоренности между влюбленными. И если родители не одобряли свадьбу, то к краже прибегают как к маленькой хитрости,



готова до сих пор. Не потому, что человек, который со мной рядом, в чем-то меня не устраивает — я скорее не уверена в самой себе. Пока идеальное решение для меня — незарегистрированные отношения. Я могу быть рядом с любимым, но если вдруг что-то пойдет не так, мы сможем расстаться, причинив друг другу как можно меньше вреда. Многие люди старшего поколения не одобряют подобный подход из-за незакононорменных сексуальных отношений. Я же считаю, что к моменту свадьбы нужно точно

после того как отец, убив ее любимого, отдал дочь замуж за старого богатого бая. В годы советской власти красть девушек было запрещено. Несмотря на это, в деревнях обычай продолжал существовать и дожил до наших дней.

Стерпится — слюбится?

Веря в то, что «так положено», «нельзя позорить родителей» и полагаясь на принцип «стерпится — слюбится», девушка выходит замуж в надежде, что уж если ее украли, то непременно по любви. Будущего мужа, которого она может впервые увидеть в день кражи, такая девушка представляет себе как надежную опору на всю жизнь. Но ведь на самом-то деле жизнь изменилась. Сегодня редко встретишь в Кыргызстане, даже в деревне, женщину, не имеющую образования. Более того: в последние годы все чаще женщина оказывается главным, а то и единственным кормильцем в семье. После распада СССР кризис, охвативший все республики Средней Азии, очень сильно ударил и по Кыргызстану. И пока мужчины недоуменно получали гроши на работе, отчаянно пытались устроиться где-нибудь еще, срывались на жен, искали и не находили, спорили и воевали, женщины адаптировались к новой жизни. Нескончаемые вереницы женщин, скопивших денег на дорогу, потянулись за дешевыми товарами в Турцию, Китай, Корею. Вчерашние учительницы и врачи, женщины с

высшим образованием стояли на базарах и, краснея и потупя взор при встрече со знакомыми, говорили: «По-другому никак не прожить».

Изменилась жизнь, и вместе с ней изменились мы сами. Обмануть самих себя молодым женщинам, как правило, все же не удается. В 2003 году по заказу Детского фонда ООН (UNICEF) проводились исследования социально-экономического благополучия молодого населения в странах бывшего СССР. Они показали, что большинство девушек, вышедших замуж «по различным причинам», в том числе и по причине «воровства», разрывали свои отношения с мужьями уже через первые полгода. В итоге «по-старинному» украденная невеста превращается в современную разведенную маму с ребенком, заплатив за избавление от патриархальных взглядов ту же цену, что многие ее ровесницы платят за избавление от романтических иллюзий, когда «по большой любви» выскакивают замуж совсем юными, не успев еще узнать ни взрослую жизнь, ни своих избранников, ни самих себя.

Гражданский брак

Я так не хочу. Я хочу быть счастливой в любви. Иначе зачем выходить замуж? Сегодня мне уже двадцать два. И хотя иногда кажется, что уже пора задумываться о будущем, о построении новой «ячейки общества», к такому шагу, как свадьба, я не

знаю, что человек, с которым ты связываешь дальнейшую жизнь, подходит тебе во всех отношениях, и физическая составляющая брака тут очень важна.

Многие полагают, что это всего лишь привнесенная Западом мода, которая нашла у нас благоприятную почву. Но разве это неправильно — суметь выбрать, что для тебя хорошо, а что нет? Разве культурнее мучиться всю жизнь оттого, что ошиблась, что поддалась воле родителей, общественному мнению, не обдумала все как следует? А ведь еще нужно учитывать появление детей: в семье, где между родителями нет чего-то самого главного, разве они будут чувствовать себя уютно? Я полагаю, что замуж надо выходить один раз и навсегда. А для этого необходимо быть абсолютно уверенной не только в партнере, но прежде всего в себе. Знать, что если вдруг будут какие-то трудности, а они обязательно бывают в семейной жизни, то прежде всего я сама смогу их преодолеть, поддержав любимого человека.

Мария Аджибекова

Автор снимков — Умида Ахмедова, уже знакомая вам («Он&Она» № 12, 2003). Мы поздравляем Умиду с победой в фотоконкурсе «Пресс-фото России — 2004»: она получила гран при в номинации «Современная фотография Средней Азии». Браво!

По материалам:

<http://www.owl.ru> (Портал «Женщина и общество»)

<http://www.washprofile.org>

<http://lenta.ru>

<http://www.rosbalt.ru>

<http://members.fortunecity.com/saglaevanews/index.htm>

НОВОСТИ ИНТЕРНЕТА

В Америке студенток больше, чем студентов

Тридцать лет назад очень немногие американки получали высшее образование. В результате кампаний протеста, организованных феминистками и либералами, в США появились особые программы, направленные на искоренение подобного неравенства. В конце 1970-х годов была отмечена новая тенденция — число женщин, поступающих в университеты, превысило число мужчин. Сегодня в США женщины составляют 56% учащихся вузов, их на 1,7 миллиона больше, чем студентов-мужчин. Каждый год число женщин, поступающих в высшие учебные заведения, превышает число мужчин более чем на 300 тысяч.

Ныне руководители некоторых колледжей признают, что уделяют больше внимания абитуриентам-мужчинам, поскольку «если студентов станет совсем мало, то ни мужчины, ни женщины не захотят здесь учиться». Мужчины получают более высокие оценки за тест SAT (стандартный экзамен для поступления в высшее учебное заведение) — 1 347 баллов из 1 600 возможных по сравнению со средним 1 323 у женщин.

Однако девушки получают более высокие оценки в школе. Эта тенденция прослеживается с младших до старших классов. С 1969 года штаты США проводят экзамен «Национальная оценка академического прогресса» (National Assessment of Educational Progress), который сдают все школьники в возрасте 9, 13 и 17 лет. Каждый раз и на всех уровнях девочки получают равные с мальчиками оценки по математике и более высокие оценки по гуманитарным дисциплинам.

Есть несколько теорий, объясняющих, почему меньше юношей поступают в университеты. Согласно одной, молодые мужчины стремятся «выйти в мир» и начать работать, вместо того чтобы зубрить. Молодые мужчины, даже не имеющие высшего образования, зарабатывают больше, чем молодые женщины. Гораздо больше мужчин, чем женщин, предпочитают идти в армию вместо того, чтобы поступать в университет. Некоторые эксперты предполагают, что мальчики интеллектуально взрослеют позже девочек, и это влияет как на их желание учиться, так и на их шансы попасть в университет. Другие эксперты считают, что причина лежит в системе обучения, которая более соответствует женскому биологическому темпераменту. Мальчики обычно более шумные, беспокойные и недисциплинированные. Мальчиков значительно чаще, чем девочек, исключают из школ, они являются виновниками львиной доли нарушений школьной дисциплины.

Шведские женщины-парламентарии жалуются на коллег-мужчин

Корреспонденты газеты Svenska Dagbladet побеседовали со 150 из 158 депутатов риксдага (шведского парламента), большая часть из которых сказали, что мужчины-парламентарии не воспринимают всерьез их выступления и даже откровенно смеются над ними. Особенно четко прослеживается культура «мужской власти» в риксдаге при выдвижении кандидатур на различные политические посты, отметили 97 из 150 опрошенных избранниц народа. При этом риксдаг Швеции считается одним из самых равноправных законодательных собраний мира. В шведском риксдаге из 349 депутатов 158 — женщины (45% от общего числа).

Главой ватиканской академии впервые стала женщина

Впервые на пост главы важного подразделения Римской католической церкви назначена женщина. Иоанн Павел II назначил американского профессора Мэри Энн Глендон главой Папской академии социальных наук — это консультативная организация при Папе.

Мардж Симпсон признали идеальной матерью

Британские подростки выбрали в качестве лучшего образа современной матери персонаж мультсериала «Симпсоны» — Мардж Симпсон (Marge Simpson), сообщается на сайте телеканала Sky News. Такие данные были получены в результате социологического опроса, проведенного по заказу благотворительной организации Mothers' Union.

Мардж получила 23 процента голосов опрошенных.

На втором и третьем местах в рейтинге лучших матерей оказались тележурналист Лоррейн Келли (Lorraine Kelly) и жена премьер-министра Великобритании Чери Блэр (Cherie Blair).

Кроме них в списке фигурируют певица и жена знаменитого футболиста Виктория Бекхэм, жена известного музыканта Ози Осборна Шэрон и актриса Лиз Харли.

Почетный титул «идеальной матери» Мардж Симпсон завоевала благодаря своей искренности, легкому отношению к жизненным трудностям и усилиям по возвращению не вполне политически корректной семьи Симпсонов на путь истинной добродетели, отмечает Sky News. В опросе участвовали 400 респондентов — граждан Великобритании.

С глаз долой — из сердца вон?

Вероника НУРКОВА

Предстоящая разлука всегда вызывает опасения. Выдержат ли ваши чувства проверку? Не станете ли вы чужими друг другу? Ответить на эти вопросы поможет наш тест.

Блок 1. Выберите один вариант ответа.

1. Неожиданно позвонил двоюродный племянник из далекого города. Вы не виделись много лет; он приезжает на неделю, хочет остановиться у вас.

а) Теперь это совсем чужой для вас человек, но вы-то помните его еще подростком. Поэтому вы ему рады.

б) Жаль, что вы не умеете твердо отказывать. Конечно, придется его принять, но особого восторга вы не испытываете.

2. Ваш ребенок подрался и пришел домой с подбитым глазом.

а) Вы рассказываете ему, что у вас тоже случались конфликты в школе.

б) Убеждаете себя: дети не могут не драться. Вы же не хотите, чтобы ребенок вырос тихоней, которого всякий может обидеть.

3. Вы встретили одноклассника, которого не видели со школьных лет.

а) Вы начинаете рассказывать о том, что произошло за эти годы.

б) Оглядев его с головы до ног, приходите к выводу, что вы сохранились гораздо лучше.

4. Вы идете по улице с другом и видите на прохожем точно такую же куртку, какая когда-то была у вас.

а) Молча погрузитесь в воспоминания: ах, какое славное было время!

б) Порадуетесь, что теперь на вас надета теплая шуба, а не куртка на рыбьем меху.

5. На вечеринке на работе вы перебрали и публично поставили шефа в неловкую ситуацию. На следующий день вы —

а) Снова и снова прокручиваете в голове происшедшее, пытаясь понять, когда все пошло наперекосяк.

б) Стараетесь удержаться от обсуждения происшествия с коллегами, надеясь, что через несколько дней все забудется.

Если вы выбрали больше ответов а), то первая буква в вашем коде П, если больше ответов б), то первая буква в вашем коде В.

Блок 2. Выберите одно из двух слов, чтобы закончить предложение.

1. Если бы мне предложили создать личный герб, на нем бы красовался:

а) орел; б) голубь.

2. В школе мне больше нравилась:

а) химия; б) история.

3. Если бы мне пришлось отправиться на месяц на необитаемый остров, я взяла бы с собой:

а) любимую книгу, которую могу перечитывать с любого места;

б) новый роман, который мне хвалили.

4. Лучший способ поднять настроение:

а) сделать новую прическу; б) перелистать альбом с фотографиями.

5. Моя любимая длина юбки —

а) мини; б) макси.

6. Я могла бы коллекционировать:

а) монеты; б) бабочек.

7. Среди видов искусств я предпочитаю:

а) живопись; б) театр.

За выбор ответов 1а, 2а, 3б, 4а, 5а, 6б, 7б поставьте себе по одному баллу. Если в сумме вы набрали 4 и более баллов, то вторая буква вашего кода Н, если 3 и менее, то вторая буква вашего кода С.

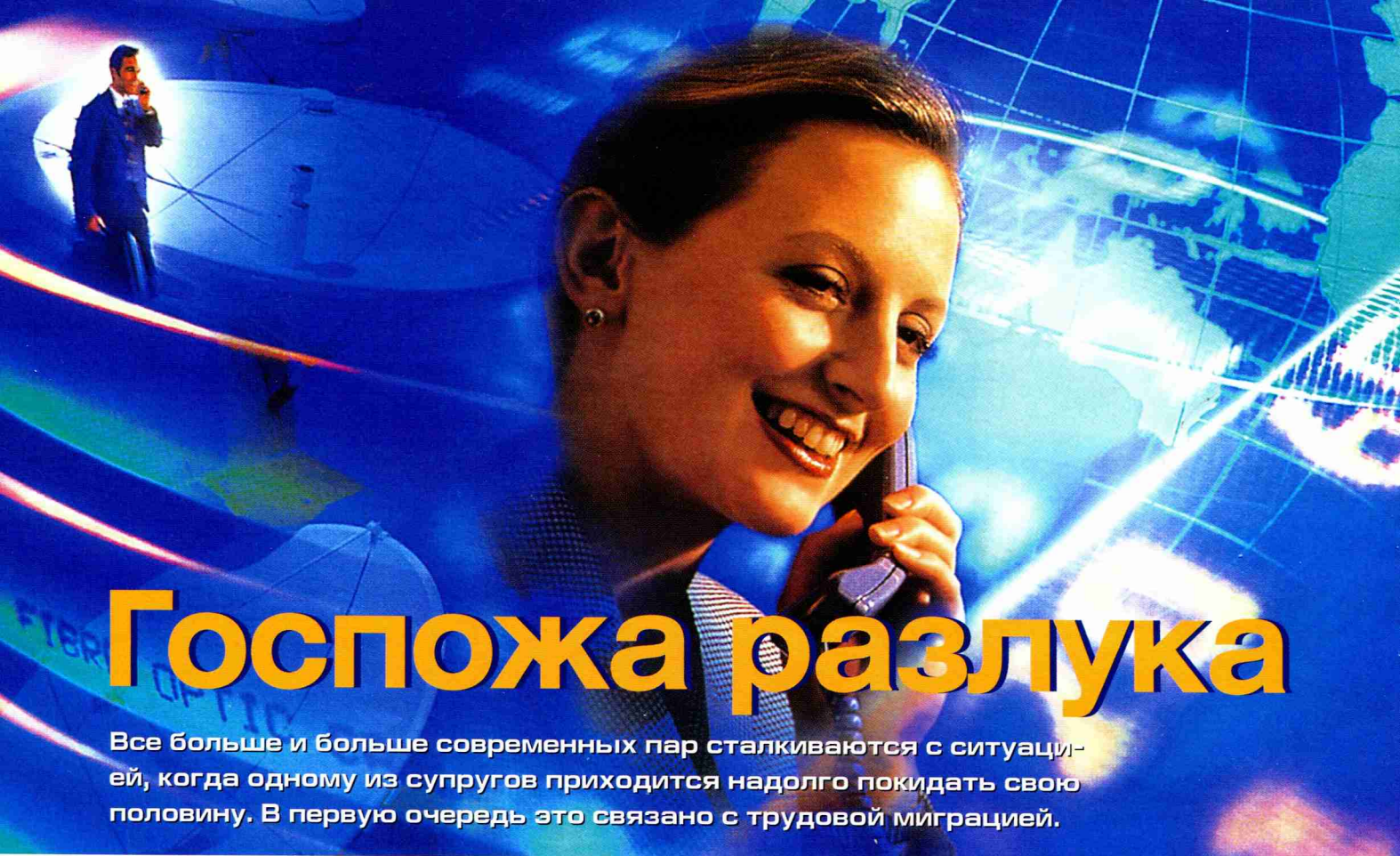
РЕЗУЛЬТАТЫ

ВС Прошлое кажется вам далеким, будущее — неопределенным, вы предпочитаете вовсе использовать сегодняшний день. Разлука с любимым не сломит вас, ведь вы обладаете счастливой способностью отвлекаться от воспоминаний во имя того, что переживаете сейчас. С одной стороны, это повышает вероятность измены (вы можете просто-напросто позабыть, что дома вас кто-то ждет). Но, с другой, такие случайные адюльтеры едва ли разрушат вашу семью. Оказавшись дома, вы решительно вычеркнете из памяти все, что произошло за его стенами.

ВН Как бы хорошо ни сложилась ваша судьба, вам кажется, что вы упустили возможность сделать ее еще лучше. Разлука с привычным окружением для вас — не горькая необходимость, а шанс начать все с чистого листа. Вы непременно воспользуетесь случаем пуститься в романтическое приключение. И едва ли будете испытывать раскаяние. Ваш партнер наверняка догадывается, что за вами нужен глаз да глаз. Если вы оба хотите сохранить свои отношения, для вас не составит труда убедить его последовать за вами.

ПН Вы человек твердых нравственных устоев, поэтому вашему партнеру нечего опасаться. Несмотря на то что вы открыты новым впечатлениям и охотно заводите новые знакомства, теплые воспоминания о доме удерживают вас от необдуманных поступков, которые могли бы повредить вашему семейному благополучию. Вы верите, что разлука способна укрепить отношения и поэтому бесстрашно соглашаетесь покинуть дом, хотя и понимаете, что будете тосковать. Если же за моря отправляется ваш партнер, вы, безусловно, сохраните семейный очаг и дождетесь своего любимого.

ПС Вы из тех людей, которые тяжело переносят разлуку с близкими людьми и знакомым окружением. Вам настолько дорог домашний уют и постоянное общение с партнером, что вы просто не понимаете, какие журавли в небе могут быть лучше синицы в руках — вашего привычного семейного счастья. Долгая разлука вам противопоказана. Даже если под давлением обстоятельств вы решитесь покинуть своего партнера, скорее всего жизнь в одиночестве, пусть даже ограниченная во времени, принесет только страдания.



Госпожа разлука

Все больше и больше современных пар сталкиваются с ситуацией, когда одному из супругов приходится надолго покидать свою половину. В первую очередь это связано с трудовой миграцией.

Вероника НУРКОВА

Развитие капитализма еще в 18 веке привело к возникновению отхожих промыслов, когда мужчины покидали на зимнее время родные деревни и уходили в города на заработок. Всеобщая воинская повинность создала особую культурную традицию «ожидания жениха из армии»... До определенного времени само собой разумелось, что в чужие земли отправляется мужчина-завоеватель, а его подруга преданно ждет у родного окошка. Теперь предложение об обучении, стажировке или работе вдали от дома зачастую получает и женщина.

Переживается разлука по-разному, в зависимости от того, на какой период цикла отношений она приходится.

Разлука на заре отношений. Вы вместе недавно: окружающие еще могут видеть и в вас, и в нем людей, не связанных определенными обязательствами. Значит, от вас будут ожидать поведения, типичного для одиночек. Кроме того, вы сами еще не уверены в крепости своих чувств и страдаете от сомнений. Пожалуй, самый распространенный случай разлуки на заре отношений — призыв в армию. Два года для юного человека, еще растущего и физиологиче-

ски, и психологически — огромный срок. Юноша и девушка, наконец встретившись, часто испытывают шок, обнаружив, что предмет их обожания — совсем новый, непохожий на себя прежнего. Для только-только разворачивающихся отношений первая длительная разлука очень часто становится последней. Стоит ли грустить об этом? Скорее всего, разлука в этом случае лишь ускоряет то, что произошло бы и без нее. Всем известно, что первая любовь редко вырастает в стабильный брак.

Разлука на пике отношений. Променять радость близости с любимым на преимущества карьерного роста кажется невысказанным. Однако конфликт между долгом и чувством все-таки иногда решается в пользу первого. Тогда разлученные переживают поистине Танталовы муки: знать, что любимый живет на свете, и не использовать шанс быть рядом. Особенного рвения от работника, который мыслями ежеминутно уносится к своей «половине», ждать не приходится. Однако на «короткой дистанции» пылко влюбленный демонстрирует чудеса трудового героизма. Он готов работать за троих, чтобы завершить дела поскорее и помчаться к любимому существу.

Разлука на этапе зрелости чувств. В этот период люди уже настолько крепко связаны, что, как это ни парадоксально, в меньшей степени нуждаются в постоянном присутствии друг друга. Каждый из них легко может угадать, чем занимается, о чем думает и что чувствует близкий человек, даже если тот находится на другой стороне земного шара. У них настолько богатый опыт взаимной любви, что воспоминаний хватает, чтобы скрасить минуты печали. И в то же время перед ними открывается такая широкая перспектива продолжения отношений после разлуки, что случайные встречи не могут разрушить эти планы.

Разлука на излете чувств. Часто возможность расстаться подворачивается именно в тот момент, когда связь между партнерами слабеет. Дело в том, что предложения, которые вы раньше просто игнорировали, теперь прямо бросаются в глаза. Разлука на излете чувств может стать приемлемым для обоих партнеров вариантом мягкого завершения отношений. С другой стороны, поднадоевшие друг другу партнеры, погруженные в мелких бытовых проблемах, в разлуке зачастую обнаруживают, что, казалось бы, испарившиеся чувства еще живы.

Fotobank

Опасности разлуки

Это мой выбор. Расставание, продиктованное интересами карьеры, вызывает чувство вины перед покинутым супругом. Тот, кто уезжает, как бы берет на себя весь груз ответственности за психологический дискомфорт того, кому пришлось остаться одному.

Жизнь без него — потерянное время. И тот, кто уезжает, и тот, кто остается, могут переживать настолько острое чувство потери, что буквально весь свет становится немил. Отсутствие партнера накладывает мрачный отпечаток на все происходящее. Не радуют даже приятные события, а весь досуг сводится к томительному ожиданию. Бывает, что человек отказывается не только от удовольствий («Зачем я буду готовить вкусный ужин для себя одной? Обойдусь бутербродом»), но и от совершенно необходимых действий («Зачем надевать красивое платье? Зачем делать макияж? Все равно он не увидит»). Установка на то, чтобы перетерпеть разлуку, а не полноценно существовать в период, который вам приходится прожить без партнера, крайне пагубна. Махнуть на себя рукой легко, вернуться к нормальному ритму жизни трудно.

Мне неплохо и одной. Спустя некоторое время вы обнаруживаете, что отвечать только за себя значительно легче, чем постоянно учитывать интересы всего семейства. Постепенно у вас начинает формироваться психология одиночки. Предстоящее возвращение домой уже не радует, а пугает: опять придется впрягаться в воз обязанностей.

Все сначала. Опыт, пережитый порознь, порой меняет партнеров до неузнаваемости. Приходится заново приспособливаться друг к другу. Нужно быть готовой к такой ситуации. Чужие дети растут быстрее, чем свои именно оттого, что вы нечасто их видите; точно так же любимые в разлуке приобретают новые черты, которые могут позарить при встрече, и не всегда приятно.

Ностальгия по чужим местам. Вы всей душой стремились из чужих мест вернуться поскорее домой, а вернувшись, с удивлением замечаете, что скучаете по тем, чужим местам и людям. Бывает, что человек бросает все и снова летит туда, откуда только что вернулся. К счастью, это состояние

обычно быстро проходит. Главное — терпеливо пережить этот всплеск «ностальгии» и не наломать дров.

Новая встреча. Даже дома, не покидая пределов родного городка, люди, случается, изменяют. А вы уехали далеко от дома и за короткое время познакомились со множеством новых людей. Среди них может оказаться и Он, тот, на встречу с которым вы уже и не рассчитывали. Тут главное не потерять голову. Хотя командированные всегда славилась тягой к романам, такие отношения обычно не предполагают развития. Не стоит корить себя, если вы немного увлеклись. Но надо тысячу раз подумать, прежде чем ломать свою жизнь на «большой земле» и ставить в известность о случившемся своего супруга.

Перспектива разлуки едва ли обрадует благополучную пару. Утешением может служить то, что и у этого, во многом печально, явления есть светлая сторона.

Преимущества разлуки

Большое видится на расстоянии. Многие люди в разлуке начинают относиться к своей половине лучше, чем прежде. Мелкие обиды быстро забываются, а то настоящее и ценное, что связывает супругов, выходит на передний план.

Роман в письмах. В повседневной жизни общение супругов постепенно начинает сводиться к кратким замечаниям на бытовые темы — разлука дает уникальный шанс обратиться к эпистолярному жанру. Волей-неволей они начинают писать друг другу пространные письма (не важно, доносит их обычная почта или Интернет). Бывает, что только в таких письмах супругам наконец удается обсудить темы, важные для них обоих, на которые обычно не находится времени.

Свои проблемы я решу сама. Разлука приучает нас беречь партнера от мелких проблем. Не станете же вы заказывать междугородный звонок, только чтобы пожаловаться, что забыли, куда подевали ручку или расческу! В разлуке как женщины, так и мужчины становятся более самостоятельными, что по возвращении смягчает многие проблемы, ка-

завшиеся ранее практически неразрешимыми.

Здоровая ревность. Порой мы привыкаем к своим мужьям, как к домашним тапочкам. Только разлука заставляет нас вспомнить, что они сильные и привлекательные мужчины, которыми могут интересоваться и другие дамы. А это побуждает нас, в свою очередь, «почистить перышки» и пересмотреть некоторые взгляды на жизнь.

Как сохранить любовь?

Не терять связь! Ничто не ценится так дорого, как человеческое общение. Не экономьте на нем. Пусть телефонные звонки и Интернет будут ощутимой статьей расходов, но сохранение близости с любимым сделает вашу жизнь более полной.

Жить вместе на расстоянии. Делитесь пережитым. Стремитесь к тому, чтобы ваш партнер «проживал» все интересное, что вам довелось увидеть и услышать, вместе с вами. Покупайте сувениры. Каждый день делайте что-нибудь специально для него. Наслаждайтесь воспоминаниями. Разрешите себе вспоминать. Не стесняйтесь проронить слезу умиления, воскрешая в памяти самые волнующие моменты вашей совместной жизни. Поставьте на видное место фотографию любимого. Память — мощный ресурс, позволяющий нам чувствовать себя психологически комфортно.

Не замыкайтесь в себе. Многие командированные, стараясь не впасть в искушение, избегают новых знакомств, сторонятся компаний и внеслужебных развлечений. На самом деле подобное отшельничество не страшает от измен, а, напротив, только подливает масла в огонь. Главное — не скрывайте своего положения, пусть ваши новые знакомые знают, что есть человек, который вас ждет и о котором вы скучаете. Рассказывайте о нем другим.

Живите в ожидании, но не живите ожиданием. Ожидание не должно заполнять всю вашу жизнь. Вспомните, как в детстве вы ждали того момента, когда станете взрослой. Или как в школьные годы ждали наступления летних каникул. Вы ждали, но это не мешало вам проживать каждый новый день по-новому, быть открытой миру и людям в нем.

№ 1-5/04 Мария

18 лет, рост 171 см, вес 60 кг, симпатичная, стройная шатенка с зелеными глазами. Живет в Красноярском крае, студентка университета. Серьезная, добрая, нежная, жизнерадостная. Интересы разносторонние. Познакомится с симпатичным, интересным молодым человеком. Ответит на письмо с фото.

№ 2-5/04 Светлана

48 лет, рост 158 см, среднего телосложения. Живет в Костромской обл., ср. спец. образование, модельер-технолог. Вдова, две замужние дочери. Добрая, нежная, симпатичная, большая оптимистка, любит уют и порядок, хорошо готовит. Познакомится с мужчиной соответствующего возраста, порядочным, без в/п, способным на серьезные отношения.

№ 3-5/04 Ирина

40 лет, рост 168 см, вес 60 кг, глаза голубые, блондинка. Живет в С.-Петербурге, в/о, администратор. Любит рисовать, кататься на роликах, шить, устраивать праздники. Любит детей и животных. Ненавидит хамство, грубость и глупость. Хочет встретить мужчину с голубыми глазами, выше среднего роста, светловолосого, спортивного, образованного. Желательно фото.

*E-mail: Shpilova@pisem.net
195274 С.-Петербург, д/в.
Шпилова Ирина Евгеньевна.*

№ 4-5/04 Янина

23 года, рост 167 см, вес 56 кг, шатенка с желтыми глазами. Живет в Крыму, в/о, администратор. Замужем не была. Эмоциональна, чувствительна, дружелюбна. Увлекается современным искусством, фотографией, путешествиями, цветоводством, хобби — создание уюта и гармонии. Познакомится с серьезным, сильным по характеру, нежным, ответственным мужчиной.

№ 5-5/04 Елена

42 года, рост 176 см, вес 85 кг, обыкновенной наружности. Живет в Костроме, в/о, логопед. «Очень хотелось бы подарить мужчине близкого возраста свою любовь и нежность, которые в последние годы отдавались только ребенку».

№ 6-5/04 Елена

21 год, рост 168 см, вес 72 кг, стройная, красивая. Живет в Ставропольском крае, ср. спец. образование, медсестра. Материально обеспечена. Немного застенчивая, добрая, с разносторонними интересами. Познакомится с мужчиной 25 — 30 лет для переписки, дружбы. Надеется на серьезные отношения. Фото обязательно.

№ 8-5/04 Сергей

35 лет, рост 176 см, вес 75 кг, обаятельный, трудолюбивый, честный, без в/п. Работает оператором ЭВМ, одновременно учится — получает высшее юридическое образование. «Познакомлюсь для вступления в брак с девушкой обаятельной и привлекательной, доброй и отзывчивой, с православными взглядами на жизнь. Желательно фото».

*211391, Орша 11, Витебская обл., Республика Беларусь,
до востребования, по паспорту ВМ 0901016*

Клуб знакомств «Крестьянки»

Фамилия

Имя

Отчество

Индекс

Адрес

Телефон

e-mail
(если есть)

Возраст Рост Вес

Образование высшее, среднее,
среднее специальное
(нужное подчеркнуть)

Профессия

Кем работаете

Как вы получаете журнал:

по подписке, покупаете в розницу,
берете у друзей, в библиотеке
(нужное подчеркнуть)

**Уважаемые
читатели!**

*Публикация объявлений
на странице «Знакомства»
платная.*

*Стоимость публикации
650 рублей. Оплатить ее
можно в любом
отделении Сбербанка.
Просьба верно заполнять
квитанцию об оплате:*

*Получатель платежа —
ЗАО «Издательский дом
«Крестьянка»*

*Расчетный счет —
№ 40702810000010000475
в АКБ «Ингосстрах-Союз»,
г. Москва,
БИК 44585122*

*Корреспондентский счет —
№ 30101810400000000122
ИНН — 7714008953*

*Вид платежа —
объявление в «Он&Она».*

Текст вашего объявления вместе с *копией квитанции* о переводе денег, а также *купоном*, который необходимо вырезать из журнала и правильно заполнить по всем пунктам, отправьте по нашему адресу.

МОДА В ДОМЕ

Как известно, треть жизни мы проводим... во сне. От того, насколько уютна комната, достаточно ли комфортна постель, приятно на ощупь и экологично белье, напрямую зависят наши настроение и работоспособность. Однако не всегда нами учитывается и еще один важный фактор: насколько грамотно обустроена спальня.





Доброй НОЧИ!

МИНИМАЛИЗМ + ПАРА ЯРКИХ ПЯТЕН

Столь лаконичное убранство подходит для небольшой спальни. В ней будет комфортно тем, кто привык к неброскому стильному интерьеру и любит содержать его в чистоте. Здесь есть все необходимое, и в то же время — ни одной лишней вещи. Постельное белье как нельзя более соответствует общему направлению: лаконичный рисунок, дополняющий скромный дизайн цветowymi пятнами.



СТАРИННАЯ, НО СОВРЕМЕННАЯ?

В такой спальне будет удобно людям, привыкшим к роскоши и уюту. Но не обязательно все вещи должны быть старинными и очень дорогими, достаточно нескольких предметов, имитирующих антикварные, — бронзовых статуэток, сундука... Если в доме есть старые вещи, их необходимо отреставрировать, например, у зеркала обновить амальгаму, деревянные изделия подкрасить или заново покрыть лаком. А дальше в ход идет все — шелковые покрывала, лаковые шкапки, сундук пополняется вышитыми скатертями.

СПАЛЬНЯ-СТУДИЯ

Эта спальня похожа на уютную мастерскую художника. Она подойдет романтически настроенным людям. Оригинальные эмалевые картины на подрамниках органично вписываются в общий настрой комнаты. Эту комнату можно использовать не только как спальню, но и как своеобразную студию: кровать днем убрана, ее можно использовать и как диван. Гостей сюда вполне можно позвать.





«ОХОТНИКИ НА ПРИВАЛЕ»

В большой спальне хозяйки любят устраивать и гардеробную: это удобно, не остается неуютного пустого пространства, да и гардероб дополняет меблировку. Большое количество драпировок и наличие в спальне аксессуаров вроде мягких игрушек выдают пристрастие хозяев к развлечениям, путешествиям, возможно, к охоте...

СПИМ, НО СМОТРИМ ТЕЛЕВИЗОР!

Оригинальное решение для маленькой квартиры и, соответственно, небольшой спальни. Обычно в таких комнатках не развернуться. Да и не надо! Здесь достаточно места для кровати необычной формы (специально для любителей посмотреть телевизор, валяясь в кровати). Новые разработки дизайнеров дают возможность изменять положение спинки в зависимости от необходимости: если вы читаете или смотрите телевизор, ее можно поднять, ночью, чтобы было удобнее спать, она опускается.



ОТ ДВУХ ДО... ДВАДЦАТИ ПЯТИ

Чудесная детская комнатка просто создана для приятного времяпрепровождения и игры. В ней ребенок будет отлично себя чувствовать: яркая, но в то же время не раздражающая глаз цветовая гамма, много источников света, уютные драпировки. Этот дизайн достаточно функционален, так как дает возможность быстро что-то изменить в комнате при помощи одного лишь текстиля или светильников. И комната станет выглядеть по-новому.

ВОСТОЧНЫЙ ЭКСПРЕСС-ДИЗАЙН

Элегантный дизайн, в котором ощущается влияние Востока: лаконичная расстановка мебели, приглушенная цветовая гамма и изысканные аксессуары. Так обставляют спальню люди с отличным вкусом, привыкшие посещать выставки, страстные театралы. Минимализм здесь вполне оправдан: он дает возможность, заменяя детали, полностью менять образ комнаты.

Лилия Ненашева, дизайнер интерьера



КУХНЯ СОСТОЯЛАСЬ



Нет для хозяйки
ничего
неприятнее
кухни, в которой
натыкаешься
на все углы.

Только ли от размеров и планировки зависит, сколь эффективно можно использовать это помещение? Двери, окна, коммуникации — фиксированные точки, на основе которых и приходится составлять оптимальный план. Кухня функционально «состоялась», если в ней ширина свободного прохода — не менее 1,80 м.

МЕБЕЛЬНЫЙ РЯД

Самое красивое зрительное решение — плита и мойка в углу. Это позволит несколько ослабить строгий порядок, необходимый при расстановке мебели в ряд. Многие пожелания можно реализовать, используя навесные шкафы разных конструкций, размеров и назначения. Если пространство позволя-

ет, незаменимыми окажутся напольные шкафы, которые помогут выделить на кухне зону столовой. Даже какой-нибудь старый шкаф может внести неформальную ноту в достаточно безликий современный дизайн.

ВЫДВИГАЕМ ВСЕ ЧТО МОЖНО

Чем больше на кухне шкафов с выдвижными досками, тем лучше: они не только облегчают работу, но и значительно снижают нагрузки на спину. Наличие в доме универсаль-





ных приборов для резки продуктов и взбивания, контейнеры в зоне мойки, дополнительные горизонтальные поверхности под столиками, угловые навесные шкафы с выдвигающимися полками — незаменимые помощники в домашней работе. Особенно технический прогресс сказался на духовке: автоматическая система чистки, различные способы нагрева дают возможность выбрать для готовки самый оптимальный.

ШЕСТЬ ХОРОШИХ ПРАВИЛ

Эргономика позволяет с научной точки зрения выяснить, как идеально приспособить бытовую технику и другие рабочие приборы к человеческим возможностям. Вот несколько рекомендаций, как облегчить работу по дому.

1. Высота рабочих поверхностей должна соотноситься с ростом пользователя.
2. При работе нужно стараться максимально часто менять положение тела.
3. Рабочее место должно быть хорошо освещено (центральный свет + местные светильники в зонах).
4. Благоприятны для спины рабочие поверхности, высоту которых можно регулировать.
5. Мощная вытяжка на кухне обязательна! Когда готовите, не забывайте ее включать.
6. Навесные шкафы размещайте так, чтобы до верхних полок можно было дотянуться, не совершая немислимых «кульбитов» (на высоте спокойно, без напряжения вытянутой руки).

Кухня — любимое место хозяйки. Так почему бы не обустроить его по последнему слову науки?

Инга Клепко, дизайнер



Отпустите меня В ГИМАЛАИ



■ Главное направление в декоре — текстиль, что вполне соответствует мировым тенденциям. Но, в отличие от европейских стран, в тибетском дизайне присутствуют не декоративные дешёвые ткани, а полный спектр рукотворных произведений, которые можно использовать не только для декора интерьера, но и носить.

Широкий шарф с аппликацией этнического узора (писк моды на Западе!) может быть скатертью, покрывалом или... дверью: в маленькой квартире без внутренних дверей им можно занавесить вход, например, на кухню или в коридор.

Модный рисунок в Тибете — нечто похожее на штурвал корабля. Он повторяется в аппликации на декоративных подушках, покрывалах, ковриках. Нам он привычен, так как напоминает морскую тему, очень модную в Европе. Кроме того, рукотворность изделий придает им хорошую энергетику. ■

■ Вполне современные европейские этажерки можно украсить яркими деревянными расписными мелочами, которые придают интерьеру неповторимый колорит. В традиции жителей Тибета — украшать свой дом деревянными расписными картинками — аналогами наших оберегов. Так, можно с помощью этих картин попытаться привлечь в свой дом здоровье, друзей, благосостояние... Например, эта картина призвана принести Дженифер и Джамиянгу удачу в бизнесе. Такие картинки наряду с обычной живописью в примитивном стиле отлично украсят строгие белые стены. ■

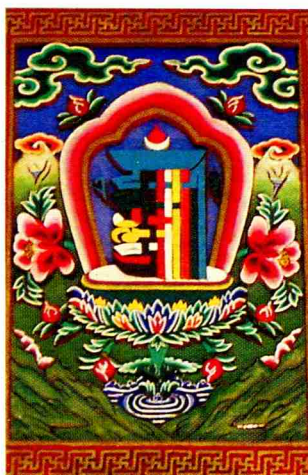
■ Яркие декорированные подушки и маленькие коврики из натуральной шерсти отлично komponуются с современной деревянной мебелью, сделанной, однако, в стилистике народных промыслов. С ними скамья из жесткого дерева становится удивительно мягкой. ■



■ Нигде не умеют так делать пашмину (широкий женский шарф), как в Тибете: стопроцентный кашемир (самый мягкий пух горного козла — архара) с тонким рисунком, нанесенным, правда, по последнему слову техники — швейцарскими несмываемыми и нелиняющими красками. Эти изделия во всем мире теперь не только носят на голове, но и охотно используют как покрывала и парадные скатерти. Модно даже просто кинуть пашмину на спинку дивана или повесить на стену как панно или коврик. ■



Дженифер НЬЮФЕЛД — владелица небольшого магазина, представляющего тибетское направление в дизайне интерьера. Вместе с мужем Джамиянгом, непальцем по происхождению, она знакомит нас с древней культурой Гималаев.





■ Плотные ковры, развешанные на стены на металлических кронштейнах, напоминают шпалеры в средневековых рыцарских замках. Лучше всего они выглядят на светлых однотонных стенах. Готовый ковер можно местами расшить бисером. ■

Тибетская культура многогранна: она не похожа ни на одну другую, но в то же время напоминает все мировые культуры сразу.



■ Репродукции картин Сарьяна или Рериха в сочетании с яркими настенными ковриками или расписным деревянным панно вполне могут соответствовать духу тибетского декора. Все это отлично вписывается в любой привычный нам интерьер. ■



■ Кроме аппликаций на прочной холстине в тибетском декоре широко используют изделия из бисера. Причем под видом аксессуаров, развешанных на стенах или разложенных на подставках и этажерках, могут выступать вполне светские вещи — сумочки, пояса. Романтическая небрежность, с которой эти аксессуары выставляются на всеобщее обозрение, соответствует тенденциям европейского декора, в котором расположение, например, «нечаянно» брошенного на кресло шарфа выверено до сантиметра.

Кроме аксессуаров предметами декора может служить даже одежда (можно сказать, театральное решение, приближающее реальный интерьер к декорации): яркий костюм на плечиках подвешивается к какому-либо предмету мебели или поверх оконных штор на карниз. Разнообразить стены некими яркими пятнами — один из широко известных дизайнерских приемов. ■



■ Изделия из бронзы и натурального камня актуальны. Старинная очень ценная бирюза зеленоватого цвета будет отлично смотреться в полевневшем блюде или рядом с оригинальным кувшином. И все это — этнические приметы загадочного Тибета, которые мы, европейцы, уже взяли «на вооружение». ■





ЦВЕТЫ не для всех

Выращивать орхидеи — занятие не для ленивых. Но эти экзотические цветы так красивы, что на подвиги вместе с известным детективом Ниро Вульфom готовы и обычные граждане.

1. КОМПОЗИЦИИ «МОДЕРН»

В современной композиции контрастируют блестящие металлические поверхности деталей: подставки для цветов, декоративные кашпо, рифленая поверхность и теплые золотисто-коричневые стеклянные вазы с белыми орхидеями. Материалы — металл, стекло, причудливо изогнутые стебли цветов — диктуют композиции стиль: модерн. Стеклянные вазы отражают цвет и искаженные детали интерьера, а над всей этой суетой парят похожие на бабочек цветы орхидей. Им не нужно никакое «сопровождение» и дополнение ни в виде листьев, ни других цветов — концентрированная красота.





коративные шары, где головки орхидей полностью закрывают поверхность специальной формы из флористической губки.

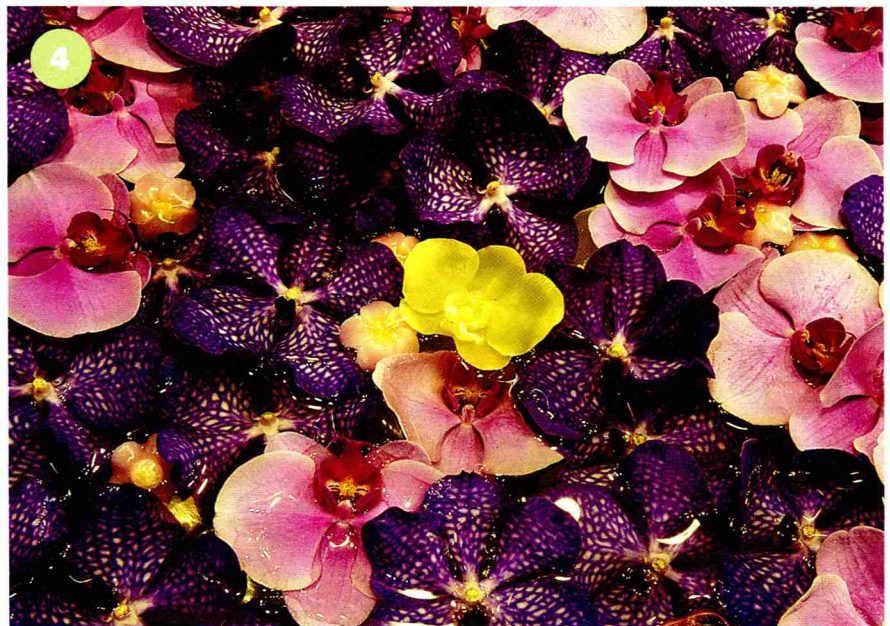
4. ЦВЕТЫ БЕЗ СТЕБЛЕЙ

Композиции из плавающих головок орхидей могут поспорить друг с другом по эффектности, а размещенные рядом просто великолепны. И если для одной из них вам потребуется довольно много гармонирующих по цвету орхидей, то вторую можно построить на игре цветовых нюансов плавающих свечей в виде цветов, на фоне которых еще сильнее заиграет «жи-



2. ОРХИДЕИ ДИКТУЮТ УСЛОВИЯ

Цветут орхидеи лишь при соблюдении нескольких условий: необходим определенный режим влажности почвы и воздуха — его можно определить как повышенный, но корни не заливать, температура в помещении должна быть невысокой, а освещение — хорошим, но не на прямом солнце. В пору цветения необходима подкормка. Родом эти неженки из тропических лесов, где растут, прикрепляясь к стволам деревьев с помощью воздушных корней. Эту особенность надо учитывать, направляя слабые стебли по опорам. Орхидеи не терпят ярких, перегруженных деталями интерьеров. Для них изысканная строгость и простота — лучшее обрамление. Из дополнительных материалов хрупкую красоту цветов подчеркнут плетеные из веток декоративные шары, конусы.



3. ЭКЗОТИЧЕСКИЕ ШАРЫ

Если вы не чувствуете в себе готовности к подвигам, но любите орхидеи, советуем приобрести искусственные ручной сборки, например, китайские, которые по цвету и

форме настолько достоверны, что иногда могут обмануть и специалиста, или норвежские, художественно выполненные. Такие цветы великолепно смотрятся в необычных композициях, например, эти де-

вая» красота цветка. Зажженные свечи, красота и богатство цветовых оттенков лепестков, блики на воде сделают вечер незабываемым.

Ирина Мазаник, фитодизайнер

«Печеное» стекло принимает форму



Начало статьи
читайте
в «Модe в доме» № 4.

ЗНАКОМЫЙ ФЮЗИНГ

Инструменты потребуются те же, что и для фюзинга. А вот материалы будут и новые.

Глина: лучше использовать шамот, он дает минимальную усадку (продается в специальных магазинах).

Гипс: можно использовать алебастр или ювелирный порошок. Чем мельче гипс, тем лучше высушиваются формы. В гипс наливают воду и, постоянно помешивая, доводят до состояния жидкой сметаны.

Пластелин: от простого детского до профессионального скульптурного. Смело выбирайте тот, с которым вам удобнее работать.

Мыльная смазка: нужна для того, чтобы гипс легко снимался с формы. В воде взбивается кусочек мыла щетинной кистью до состояния однородной массы. Потом этой смесью обрабатывается форма.

СТЕКЛО МЕНЯЕТ ФОРМУ

Возможности стекла не ограничиваются созданием пло-

Моллирование – технология, которая дает возможность получить из плоского стекла объемную вещь.

При помощи моллирования из уже готового панно, исполненного при помощи фюзинга, или из просто однотонного стекла можно создать блюдо, тарелку, плафон, пепельницу...



ских панно, оно может даже принимать форму предмета, на котором лежит. Именно этот эффект и эта технология называются моллированием. Чтобы лучше понять, как моллируют стекло, понаблюдайте, как горит свеча: если воск «пролить» на монетки, горкой лежащие на столе, и подождать, когда он затвердеет, окажется, что, повторив все изгибы и узоры этой формы, он застыл корочкой, которую легко снять с монеток. Похожее происходит и со стеклом.

НАЧАЛО НАЧАЛ

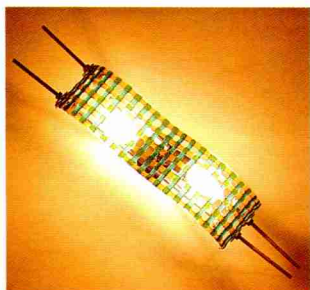
Принимаясь за эскиз, надо помнить, что стекло может растянуться и утончиться или, наоборот, сложиться складкой и увеличиться в толщину. Его хрупкость и твердость, податливость и пластичность меняются в зависимости от температуры. Продумывая форму изделия, проверьте, нет ли в ней «карманов» (мест, откуда затекшее стекло невозможно вытащить). У форм желатель-

но избегать резких перепадов и острых углов.

Особенно капризно спеченное и неоднородное стекло. Поэтому задача художника в том, чтобы как можно больше упростить форму изделия.

ФОРМЫ

Из гипса или из глины создается форма. Они бывают внешними и внутренними. Внутренняя форма выглядит как холмик — стеклянный лист накрывает ее. Внешняя представляет собой углубление (стекло как бы проваливается в ямку). Чтобы сделать форму из гипса, предварительно лепится макет из пластилина (исходная форма). С пластилиновой формы, тщательно обработанной мыльной



смазкой, делается оттиск из гипса. Получилась внешняя форма. Сняв оттиск с внешней формы (опять же не забудьте про мыльную смазку), получают внутреннюю форму. При использовании такой формы стекло будет гнуться, «обнимая» ее. Какую форму выбрать — внешнюю или внутреннюю, — зависит от эскиза и образа самого изделия. Для глубоких тарелок или полусфер больше подходят внешние формы, а если вещь напоминает мелкое блюдце или полуцилиндр, ей подойдет внутренняя. Отлитую форму необходимо очень медленно просушить в отключенной печи до 250 градусов.



Для глиняных форм лучше всего использовать шамот. Шамотные формы почти вечны, а гипсовые — одноразовые. Делая шамотную форму, не забудьте, что она дает усадку!

ВЫКРОЙКА

Чтобы получить моллированное изделие, из бумаги вычерчивают выкройку. Ее рассчитывают так: для внешней формы она повторяет край формы плюс 2–3 см на припуск (чтобы стекло не сползло внутрь), для внешней же необходим макет. Выполнять его удобнее из полиэтилена (подойдет и полиэтиленовый пакет). Положив полиэтилен на форму, посмотрите, как он ее «обнимает», и очертите контур. Затем перенесите его на картон, сделав поправку на то, что стекло вытягивается.

По полученному лекалу из листового стекла вырежьте контур. Стекло можно отправлять в печь.

НЕ СЛИШКОМ ЖАРКО!

Вот мы и подошли к самому моллированию. Температура, при которой стекло начинает изменять форму, меньшая, чем необходима для фюзинга. Для обычного оконного стекла — примерно 650 градусов.



С тугоплавкими же стеклами нужно работать, увеличивая температуру. Подбирая температурный режим, лучше поставить меньшую температуру на большее время (как если бы вы готовили гречневую кашу). Крайне важно правильно соблюсти отжиг, чтобы в стекле не было «внутренних напряжений».

Температурный режим моллирования таков:



1 — подъем температуры до уровня пластичности (приблизительно до 600°);

2 — выдержка;

3 — медленный спуск температуры до 450° (температура оконного стекла).

Если вещь недостаточно вытянулась, можно повторить процесс, увеличив время или температуру выдержки. Медленно, методом проб и ошибок подберите нужный режим. Стекло гораздо капризнее керамики, зато почти все, что происходит с ним, обратимо. Другими словами, всегда есть возможность довести изделие «до ума».

Мария Потемкина, художник.
Работы автора



ЖАСМИН и ее просторный дом

Как живут «звезды», хотят знать многие. Чаще всего интерес сугубо практический, ведь артисты всегда знают, что модно, актуально, авангардно... Не стоит слепо следовать чужим советам, но взять на вооружение некоторые рекомендации можно, особенно если своими секретами по оформлению интерьера делится популярная певица ЖАСМИН — девушка с изысканным вкусом.



Все в моей квартире сделано по моему вкусу и пожеланиям, хотя без архитектора здесь не обошлось. Его зовут Винченцо Фортунелли, он итальянец, поэтому в дизайне очень сильно ощущается итальянский дух. Мы с Винченцо вместе работали над проектом квартиры, начиная с планировки и заканчивая оформлением и мебелью. Архитектор сумел понять и почувствовать, каким я хочу видеть свой дом. Стройка продолжалась так долго, было столько хлопот и проблем, что порой казалось: этому не будет конца. А когда все было построено, закончен внутренний интерьер и я впервые переступила порог своей новой квартиры, у меня даже дух захватило. Все было так торжественно и красиво, что я боялась присесть на диван — вдруг помнется, старалась не прикасаться к мебели, чтобы не запачкать. Помню, первое вре-

мя ходила по дому с тряпочкой и вытирала микроскопические пятнышки.

Любой ремонт, перестройка — это вообще стихийное бедствие. Мне кажется, что ни один человек вообще не может сказать, что в окончательном варианте получилось все на сто процентов так, как планировалось. Даже начиная с того, что ты, например, можешь придумать снести эту стену, чтобы сделать из двух комнат одну большую, но обязательно окажется, что по плану БТИ она является несущей и сносить ее никак нельзя. Поэтому приходится «включать» воображение и думать, как иначе можно оптически увеличить или вытянуть то или иное помещение. Что касается материалов, то здесь тоже не все просто. То, что на первый взгляд выглядит очень красивым и подходящим, может оказаться, например, не того качества, которое необходимо. В общем, компромисс в ремонте совершенно необходим.

Весь мой дом — начиная от цвета, который присутствует в моей квартире, освещения и заканчивая мебелью из дерева — отражает мой характер. Поскольку я — человек спокой-





Работы эстгг.рпс

Картина вышита на серо-голубой сорочечной ткани мулине в одну нитку. Сначала вертикальными стежками выполните лес на горизонте, используя несколько оттенков светло-зеленого и зеленого цвета. Береговую линию проложите светло-серыми длинными стежками в раскол.

Затем переходите к вышиванию травы и кустов различными оттенками зеленого и болотного цвета, подчеркивая направлением стежков рельеф местности. Прежде чем приступить к «изображению» деревьев, нанесите белым мулине следы облаков на небе и блики на воде длинными горизонтальными параллельными стежками с прикрепами. Вышивать деревья начните с самых дальних. Ствол сосны внизу вышейте вертикальными стежками, а в верхней части — горизонтальными, поверх которых уложите отдельные вертикальные стежки. Ветви березы выполняются преимущественно вертикальными стежками разной густоты. Пространство стволов заполняется в горизонтальном направлении, а контуры обшиваются длинными стежками с прикрепами.

В последнюю очередь вышейте цветущий кустарник навивными узелками нитками белого цвета и нежно-зелеными тамбурными петельками в прикреп, уложенными поверх уже выполненной вышивки: это создаст впечатление пространства и объема, а пейзаж получится «как живой».

Анна Иванова,
преподаватель вышивания

Вышитая картина, как и нарисованная, имеет пространство, глубину, перспективу. На переднем плане пейзажа предметы выглядят крупнее, ярче, а по мере удаления к линии горизонта становятся размытыми, нечеткими, исчезают их мелкие детали. Подбирая нитки для вышивания, не забывайте, что передний план требует теплых оттенков, а задний — холодных.

ИЛЛЮСТРАЦИИ К ЖИЗНИ

При нынешнем изобилии готовых рамок и альбомов для фотографий предложение сделать их самостоятельно может показаться ненужным. Но как быть со старыми черно-белыми снимками из нашего детства, часто нестандартного формата, но такими любимыми?





Отберите нужные фотографии и определите формат будущего альбома. Купите листы цветного картона, нарежьте их острым ножом и сбросюруйте. Обложку вырежьте из плотного картона. Кстати, ее можно оклеить однотонной тканью, расписать клеевыми красками с добавлением ПВА или наклеить аппликацию из кусочков ткани. Готовую обложку прошейте шилом вместе со страницами альбома.



Просчитайте расположение фотографий по страницам и сделайте диагональные прорезы. Каждую страницу можно дополнить красивым графическим знаком, виньеткой или узором из общей ткани. Получится уникальный документ, иллюстрация многих лет жизни, составленная в единственном, неповторимом экземпляре. В комплект к альбому можно сделать и несколько рамок. Из плотного картона вырежьте «зеркало» рамки и ее заднюю сторону, обтяните тканью и придумайте декор.

1. ПЛЕТЕНИЕ ИЗ ТКАНИ

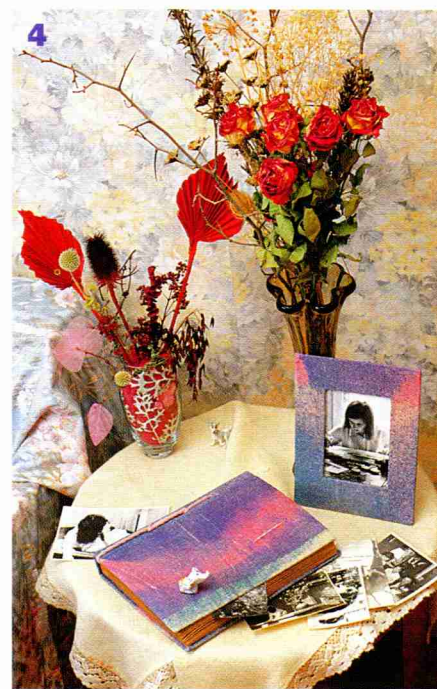
Большая плетеная рамка удобна тем, что в нее можно вставить или одну большую, или несколько более мелких фотографий. Их крепеж осуществляется очень просто: верхний и нижний края фотографий закладываются за натянутую по всему внутреннему полю рамки тесьму. Сама рамка сплетена из разноцветных ситцевых полосок. На углах «лишние» концы полосок подложены под попеременные. Край рамки окантован объемным жестким руликом.

2. ЖЕЛТАЯ РАМКА

Рамка — это три слоя картона, в каждом оставлено окно. Первый слой (6 см) обтянут ситцем, второй (4,5 см) украшен полоской лимонного кружева. Внутренний слой из светло-желтого ситца присборен и уложен складками, будто занавески дачного домика. По углам — тесьма.

3. КЛЕТЧАТАЯ ПАРА

Клетчатый ситец отлично подошел для альбомной обложки. Ее украшают яркая ситцевая бабочка и цветущие ромашки. Объемная серединка



цветка получается из пуговицы или цветной бусины. Шнурок, стягивающий альбом, тоже делается из разноцветных бус.

4. СИРЕНЕВЫЙ КОМПЛЕКТ

Этот комплект обтянут заранее окрашенной анилиновыми красками мягкой холщовой тканью. Роспись сделана аэрографом в несколько этапов: первый слой — светло-голубой; когда он высох, на нем разложили листы бумаги в виде длинных перьев; затем ткань была прокрашена сиреневым красителем; «перья» сняли и закрытые ими места прокрасили интенсивным малиновым; затем влажная ткань еще раз была полностью прокрашена сиреневой краской. Такое многократное прокрашивание дает мягкую полупрозрачную окраску с тонкими цветовыми переходами.

Ксения Митителло,
театральный художник

Вышитое КРЕСЛО

Наступление весны
и более долгий световой
день – прекрасный повод
обновить любимое кресло.

Впечатляющая вышивка ришелье очень украсит новую обивку или чехол. Огромные тюльпаны в обрамлении кружева из брид отлично гармонируют с нежно-коралловым цветом ткани. Если новое кресло не требует такого кардинального вмешательства, можно выполнить вышивку на ткани нужного размера, располагая мотивы по своему усмотрению, а саму ткань использовать лишь в качестве драпировки.

Если в доме есть пуф или подходящий по конструкции табурет, сделайте и для него чехол, украшенный небольшим мотивом. Получится красивый комплект.

ПОРЯДОК РАБОТЫ

Рисунок мотивов увеличьте в 4 раза и перенесите на ткань.

Вышивка по линиям узора:

● **на участках, где ткань не вырезается.**

Вдоль контура рисунка проложите настил тамбурным швом или стежками «вперед иголку». После этого обшейте его петельным швом (рис. 1).

● **на участках, где ткань вырезается.**

Короткими стежками «вперед иголку» прошейте контур. Ткань срежьте до ширины 1–2 мм. В зависимости от конфигурации линии рисунка, если это необходимо, выполните надсечки вплотную до стежков настила. Край обшейте плотными ровными стежками. Для бриды протяните 3 нити, обшейте их петельным швом, бриду украсьте «пико». Для этого обвейте нить вокруг острия иглы. Придерживая пальцем обвивки, протяните через них иглу и нить. Затем продолжите обшивать нити петельным швом (рис. 2).

● **более тонкие линии узора** вышейте стебельчатым швом (рис. 3).

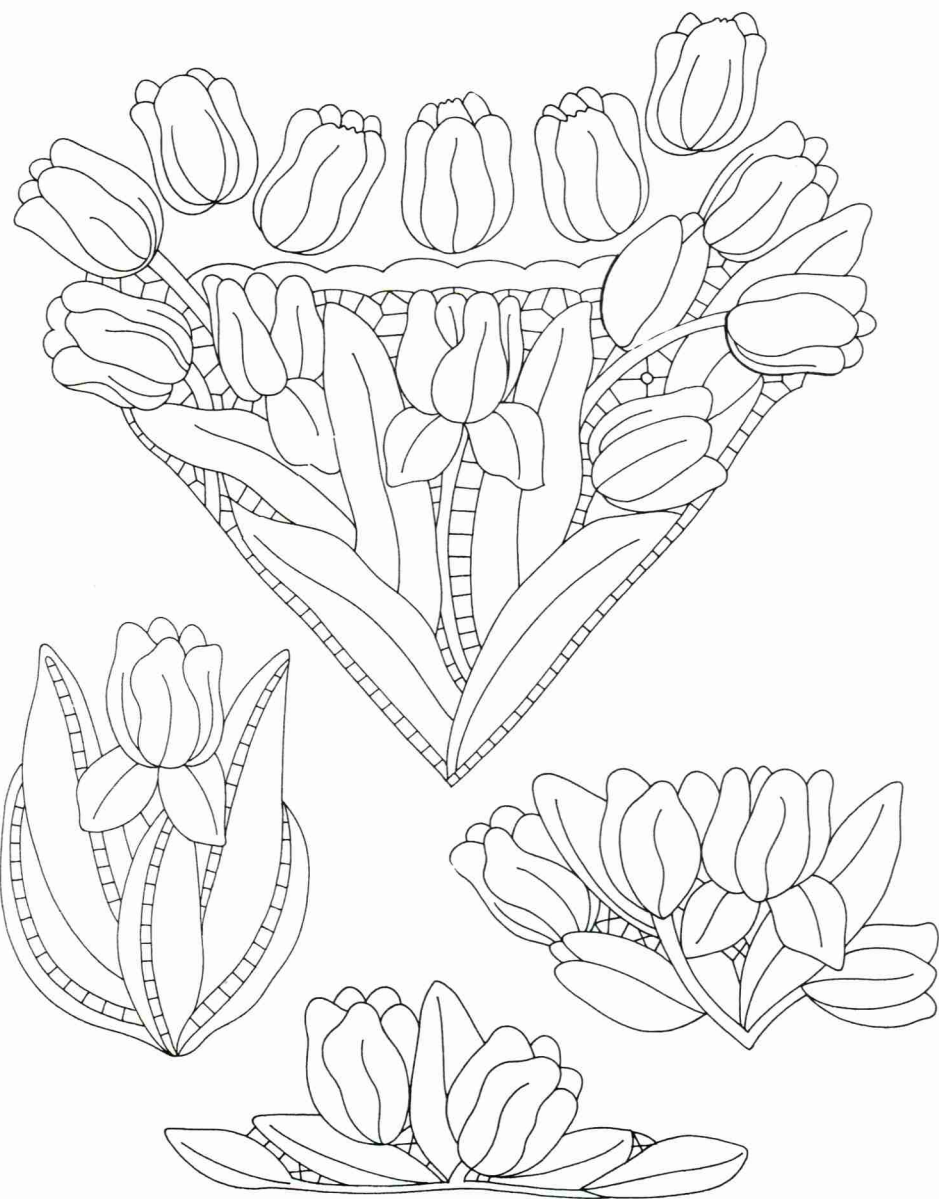


СХЕМА МОТИВОВ

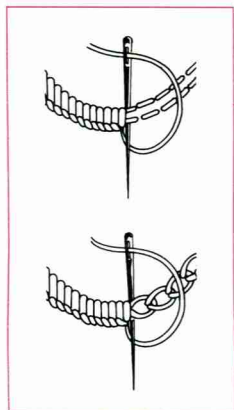


Рис. 1

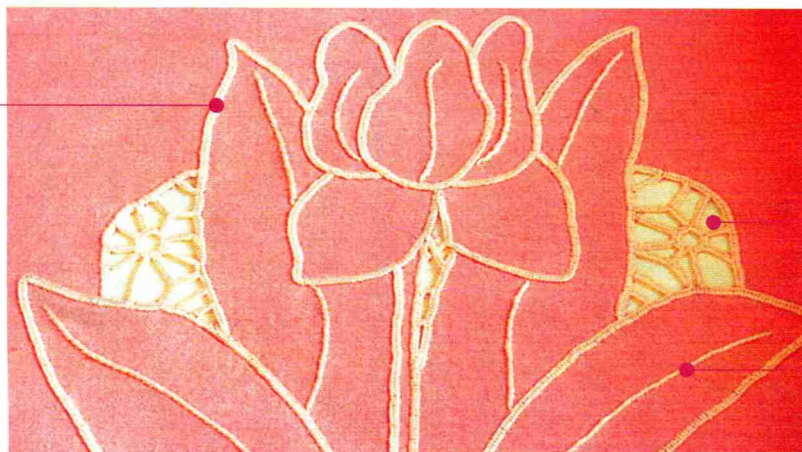


Рис. 2

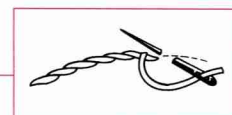


Рис. 3



ТАКИЕ РАЗНЫЕ ПОДУШКИ

Иногда достаточно нескольких аксессуаров, чтобы весь интерьер заиграл новыми красками.

Самый простой способ изменить дизайн дома — призвать на помощь декоративные изделия из текстиля.

ДЕКОРАТИВНЫЕ ВАЛИКИ

Чтобы одеть валик в новый наряд, нужно сначала сделать замеры средней стенки и круглой боковой детали будущей подушки (рис. 1). Затем к полученным меркам прибавьте по 3 см: длина валика (A–B) + 3 см, ширина (C–D) + 3 см и радиус боковой стенки (E–F) + 3 см. Из новой ткани выкроите две детали круглых боковых стенок и деталь средней части.

Деталь средней части сложите лицевой стороной внутрь и прострочите с двух сторон на 5–6 см до места, оставленного для «молнии» (рис. 2). Шов разутюжьте и аккуратно вшейте «молнию». Боковые части пристрочите к средней, сложив их лицевыми сторонами внутрь, швы равномерно рассеките (рис. 3). Выверните готовую наволочку на лицевую сторону и украсьте бахромой или красивой пуговицей, помпоном.

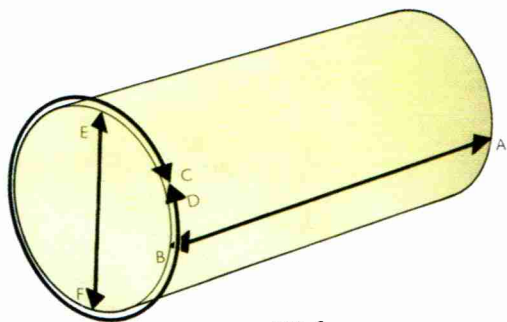


рис. 1



рис. 2

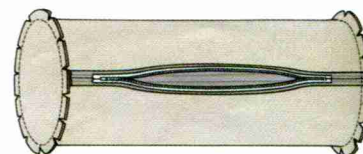


рис. 3



рис. 4

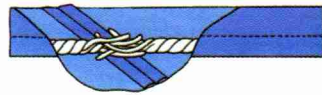


рис. 5

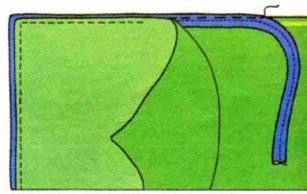


рис. 6

ПЛОСКИЕ «ГЕОМЕТРИЧЕСКИЕ»

Особое изящество подушкам придает выпуклый кант. Как его сделать? Определитесь, какой бы вам хотелось (соответственно размеру подушки), затем просто купите готовый шнур-кант. Выкроите полоски ткани по косой нужной длины. Ширина полосок зависит от толщины шнура и равняется его четырехкратной ширине: если кант в готовом виде равен 1 см, то полоска — 4 см. Сложите полоску вдоль изнаночной стороной внутрь и прострочите посередине. Вденьте шнур в полученную деталь (рис. 4). Пристрочите кант к лицевой стороне наволочки по существующей строчке, сов-

мещая срезы (сгиб канта направлен внутрь наволочки). Остановитесь за 5–6 см от места соединения концов канта, концы шнура соедините встык и продолжите строчку (рис. 5). Сверху пристрочите верхнее полотнище наволочки, оставляя кант за строчкой (рис. 6). Круглый чехол обрабатывается в таком же порядке, что и валик (рис. 7), только сначала вшивается «молния» в половину окружности наволочки (рис. 8, 9), и только потом пристрачиваются круглые части с проложенным в шов кантом (рис. 10). Прямоугольный чехол шьется также (рис. 11, 12, 13).

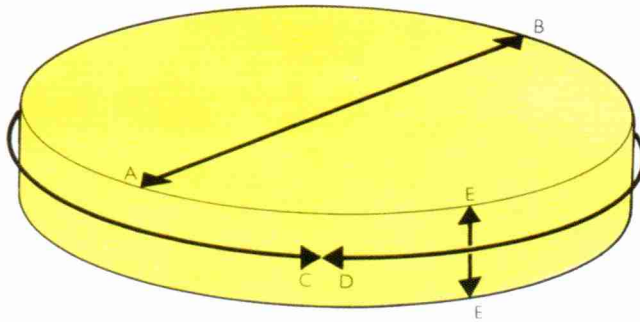


рис. 7

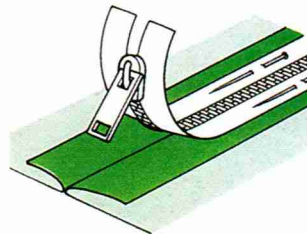


рис. 8

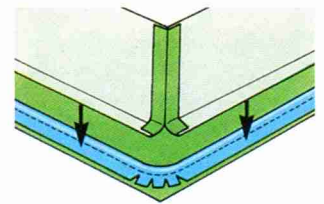


рис. 12

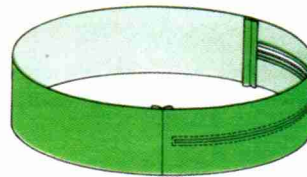


рис. 9

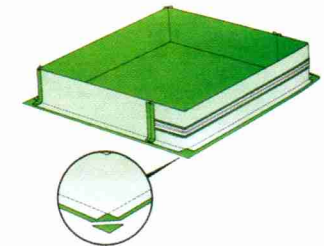


рис. 13

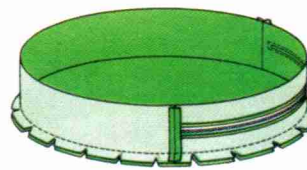


рис. 10

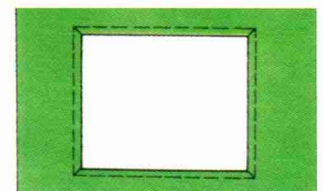


рис. 14

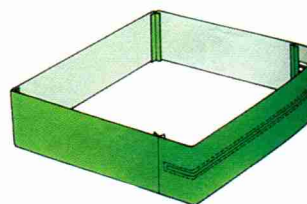


рис. 11

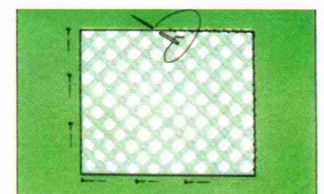


рис. 15



Вместо гладкой подушки можно сделать более нарядную — со вставкой или аппликацией (рис. 14 и 15).

В СБОРОЧКУ

Очень «воздушная» наволочка получается, если лицевая сторона ее украшена гладкой вставкой, обрамленной воланом в сборку.

Чтобы сделать такую оборку, выкроите сначала круг (центральную часть), затем полоску ткани длиной в 2–3 раза больше окружности центральной части и шириной, какую выберите сами.

Стачайте полоску в круг и соберите в сборку на толстую нить внутренний и внешний срезы.

Внутренний срез наложите на круг и равномерно распределите сборки (рис. 16). Внешний срез по длине равен окружности подушки.

Притачайте центральную часть к внутреннему срезу полоски, собранной в сборку, вставляя кант между ними (рис. 17), а затем соедините с боковой частью наволочки, так же прокладывая между ними кант (рис. 18).

Декоративная подушка в такой наволочке украсит спальню или гостиную. А если середину наволочки сделать из гобеленовой ткани, получится еще наряднее.

Зоя Кочеткова,
модельер-конструктор

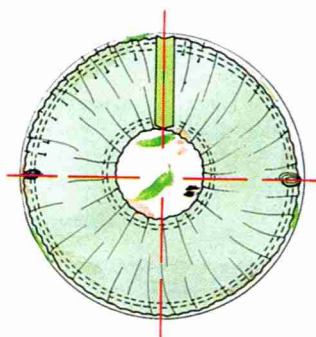


рис. 16

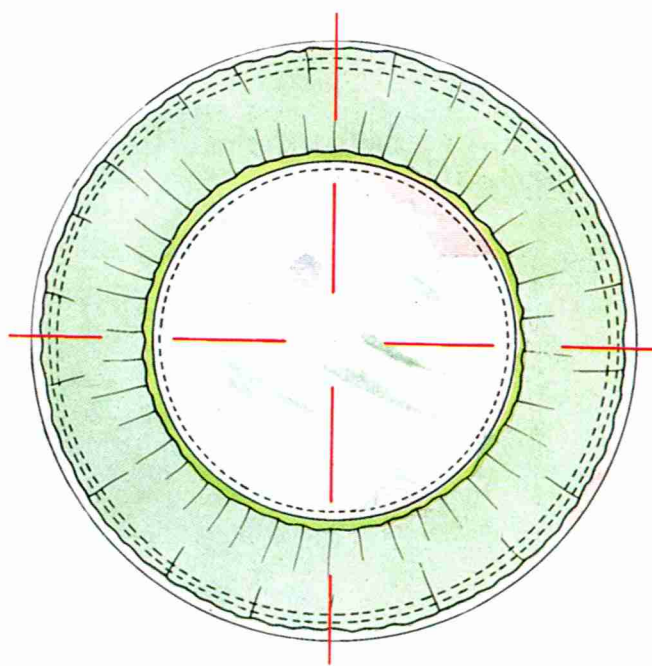


рис. 17

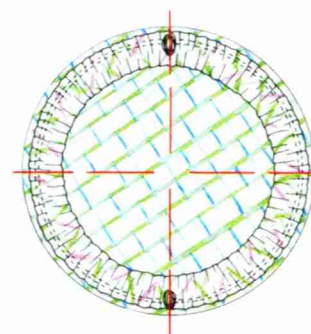


рис. 18

САМОЧУВСТВИЕ



УЖЕ
ЭТИ

ПРАЗДНИКИ!



Несмотря на домашние хлопоты мы, как в детстве, с нетерпением ожидаем праздников. Наконец-то можно поваляться вдоволь на диване, почитать любимый журнал, посмотреть забавную комедию, послушать музыку, пару часов поболтать с подружкой по телефону! Да, это почти рай.



Холодильник ломится от всевозможных продуктов, полезных и не очень, а вы понимаете, что вам предстоит всё это съесть или хотя бы попробовать. «Ну какой же праздник без индейки, ветчи-

ны, сыра и разных салатиков? А соленые огурчики, маслинки — просто прелесть! Как можно игнорировать этот великолепный пятикилограммовый торт со взбитыми сливками и шоколадом, клубничное

мороженое и коньячные конфеты? Хватит изводить себя диетами! Поем как нормальный человек. Ну подумаешь, посижу потом пару дней на кефирчике или яблоках и сброшу лишнее!»

East News / Masterfile

В период подобных «отпусков» ваш организм переживает двойной стресс: сначала человек поглощает неимоверное количество пищи, затем погружается в режим голодания. Вам кажется, что вы таким образом восстанавливаете естественный баланс пищеварения и организма в целом. Как бы не так!

Что же делать?

Оставить все вкусоности домашним и гостям, а самой питаться йогуртами и овсянкой?! Совсем необязательно. Порадуйте себя, позвольте себе насладиться любимой индейкой или кусочком торта. Только следите за порциями — режим 5–6-разового питания здесь как нельзя более уместен. Откажитесь от жирных соусов и подливок, они существенно прибавят калорий

Переедание разрушает привычный режим питания и замедляет метаболизм. Это значит, что снижается скорость обменных процессов, нарушается здоровый аппетит и развивается ложное чувство голода — все это ведет к набору лишнего веса и жировым отложениям.

скромной порции мяса или салата. Будьте сдержанны в употреблении алкогольных напитков. Вместо экстравагантного коктейля лучше выпить бокал сухого вина. Ешьте больше свежих овощей и фруктов, они быстро насыщают, содержат массу витаминов и не отражаются на фигуре.

«Скорая помощь»

Как быть, если вы все-таки не удержались и за пару дней «слопали» недельный рацион? Спокойствие и только спокойствие! Не вздумайте ругать себя за то, что поддались соблазну. Настройтесь на то,

что вам придется существенно потеть на аэробике и в тренажерном зале, придерживаясь своего обычного режима питания. Ваша цель — растратить побольше калорий, разогнать метаболизм и выравнять рацион. На это у вас уйдет минимум неделя. И не смотрите на весы, избавьте себя еще от одного стресса! Лучше подарите их вашей подруге, а сами займитесь визуализацией. Попробуйте перед каждой тренировкой мысленно представлять желаемый результат. Например, вы хотите улучшить форму бедер, а противное «галифе» никак не поддается коррекции. Расслабьтесь, закройте глаза,



Спонтанные «голодовки» заставляют организм с максимальной экономией расходовать энергию. В итоге ваши килограммы остаются при вас, а в награду вы получаете усталый вид и ужасное настроение.

сфокусируйте свое внимание на проблемной зоне и представляйте, как подтягиваются ваши мышцы, сглаживаются нежелательные выпуклости и вы видите в зеркале желанный результат. Откройте глаза и отправляйтесь на тренировку.

Наталья Смирнова,
инструктор по фитнесу

Шелковые пяточки

Листая семейный альбом, я засмотрелась на свою еще молодую бабушку. Снимок был сделан в фотоателье. На это указывало и качество фотографии, и интерьер, и поза. Все это вызывало восторг и умиление, особенно белые носочки в черных босоножках. В 50-х годах это было модно. Оказывается, и полезно: носочки предохраняли кожу от мозолей, пыли и трещин на пятках.

Но чтобы ноги выглядели безупречно, этого явно недостаточно. Большую часть времени мы проводим в закрытой обуви. Чтобы ноги дышали, на работе всегда следует переобуваться. Дома старайтесь ходить босиком или в широких тапочках. Носите удобную обувь. Нормальная высота повседневных туфель не должна превышать 4–6 сантиметров. Вечером ноги заслуживают особого внимания. Ежедневно мойте их перед сном. Если ноги сильно потеют, вам помогут травяные ванночки. Помогают ванночки с листьями шалфея, кожурой граната,

полевым хвощом, плодами шиповника, со слабым раствором марганцовокислого калия. Места между пальцами протирают одеколоном, наполовину разбавленным водой. Закачивают процедуру нанесением жирного крема. Уважающая себя женщина никогда не появится на людях с неухоженными пятками. Педикюр можно делать в домашних условиях. Процедуры начинают с горячей ванночки, в которую добавляют натертое на мелкой терке мыло, питьевую соду и немного нашатырного спирта. Эти компоненты хорошо очищают и размяг-



Ванночка для ног — не только хорошая подготовка к педикюру, но и отличное средство для снятия стресса. Добавьте в ванночку несколько капель эфирного масла (лаванда, роза, розмарин, мята), душистую соль или шипучую таблетку для ванночек. После пятнадцати минут такого расслабления мир покажется вам не таким уж плохим.



Ванночка из дубовой коры

200 граммов коры дуба заливают литром воды и кипятят в течение 20 минут. Отвар процеживают. В тазик с прохладной водой добавляют 1 столовую ложку на литр воды.

Домашнее средство от глубоких трещин на пятках

Отвар из картофельной кожуры. Перед сном подержите в нем ноги 20–30 минут, сполосните и смажьте касторовым маслом и наденьте хлопчатобумажные носки. Полезны также компрессы из тертого яблока, меда и репчатого лука.

Fotobank/REX



Загораем с пользой

Раз в году выбраться на море и не пожариться на солнце? О пользе солнечных ванн мы знаем с детства. Однако помните, загар может принести больше вреда, чем пользы.

Слишком частое и длительное пребывание на солнце делает кожу дряблой, она теряет эластичность. Солнечные ожоги — самое безобидное, что может случиться на пляже. У людей, перенесших тяжелые болезни, могут обостриться затихшие процессы.

Лучшее время для приема солнечных ванн — в промежутке с 9 до 11 и с 15 до 18 часов. Не забывайте о головном уборе — он защитит вас от солнечного удара.

А поля шляпы и темные очки — от избыточного воздействия на чувствительную кожу лица. Достаточно находиться на солнце всего 15 минут

в день, чтобы полу-

чить все необходимое.

Для светлокотых европейцев продолжительность солнечных ванн в течение всей жизни не должна превышать 50 тысяч часов. Это примерно две недели. Для смуглых этот период увеличивается втрое. Собираясь на пляж, откажитесь от декоративной косметики. Некоторые косметические средства могут вступать в реакцию с солнечными лучами, некоторые — притягивать их к коже.

Защищать организм следует не только снаружи.

На солнце в организме разрушается витамин А.

Поэтому требуется повышенная его доза. Она укреп-

лит защитный верхний слой кожи и волос.

Защитный крем позволяет продлить удовольствие от пребывания на солнце.

У разных фирм-производителей солнцезащитной косметики фактор защиты кожи (SPF) колеблется от 5 до 30 индексов. В индексации кремов учитываются тип кожи, цвет волос, способность к загару и так далее. Если вы хотите высчитать нужный вам фактор, поделите время вашего предполагаемого пребывания на солнце на то время, за которое вы обычно обгораете.

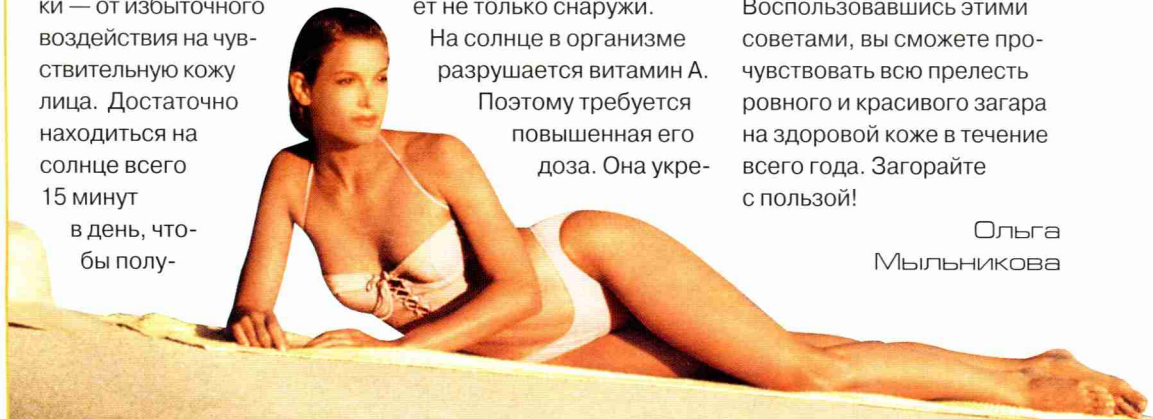
Например, 100 минут: 20 минут = 5. Значит, вам подойдет крем с SPF 5.

Воспользовавшись этими советами, вы сможете почувствовать всю прелесть ровного и красивого загара на здоровой коже в течение всего года. Загорайте с пользой!

Ольга Мыльникова

чают кожу. Подержав ноги в воде 20–30 минут, их насухо вытирают полотенцем. Ороговевшие наслоения счищают пемзой, у мозолей щипчиками удаляют стержень. Если удаление вызывает сильную боль, лучше обратиться в косметический салон. После очистки на кожу следует нанести жирный крем. Теперь можно приступать к педикюру. Лак на ногтях — это не дань моде, это прежде всего защита от грибковых заболеваний.

Ольга Воронкова



Чем грозит пародонтит

Обычно в кабинете стоматолога мы оказываемся, если вопли зуба о помощи уже не дают нам спать. Лучше все-таки не ждать последней стадии, когда помочь вам сможет только протезист. Ведь именно так может закончиться, например, не вылеченный вовремя пародонтит. О его симптомах и способах профилактики рассказывает врач-пародонтолог, доктор медицинских наук, профессор, директор стоматологической клиники «АРПА-М» **Тамара Николаевна МОДИНА**.

У вас появился и не проходит тяжелый неприятный запах изо рта? Это должно насторожить. А если к тому же зубы у вас «пляшут», вам неудобно жевать, а десны кровоточат — бегите к пародонтологу немедленно! Развитие заболевания грозит потерей многих зубов. И не всегда пародонтит возникает из-за неправильного и нерегулярного ухода за зубами.

Главные виновницы пародонтита — микробактерии, разрушающие десны, связки и ткани зубов. Поэтому в острой, быстро прогрессирующей стадии заболевания пациентам назначают антибактериальную терапию. Но каждая медаль имеет обратную сторону, в том числе и лечение антибиотиками. Разносясь с кровью по всему организму, они воздействуют на все органы: частично оседают в мозге, печени, легких, почках и только небольшая их часть попадает по назначению.

А если использовать для доставки антибиотиков не кровь, а лимфатическую систему? Биохимические исследования подтвердили, что новый лимфотропный метод введения антибиотиков значительно эффективнее при ле-

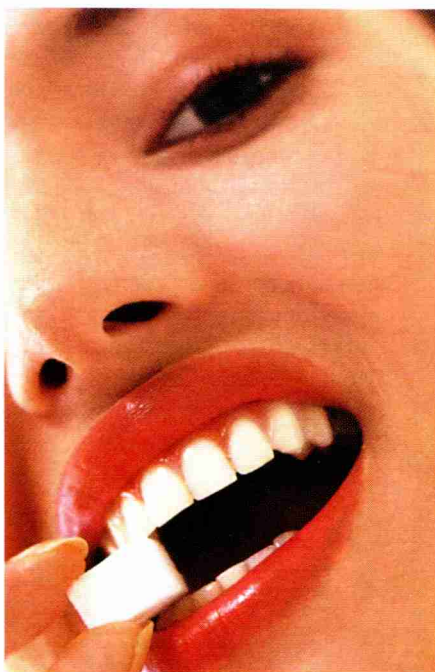
чении пародонтита. Лекарство вводится непосредственно в лимфу. Лимфоциты подхватывают его и переносят сразу к месту поражения. Причем доля препарата в 2–4 раза меньше обычной курсовой дозы.

Для введения лекарственного препарата создается лимфатический отек на... ноге — заметьте, не во рту! — который «разгоняется» с помощью «массажных чулок». Это специальный аппарат, первоначально разработанный нашей оборонной промышленностью для реабилитации космонавтов. Лимфотропная терапия просто подготавливает ткани к последующему хирургическому лечению.

Пародонтит разрушает не только зубы и десны. Инфекция может распространиться на другие органы. Особенно она опасна во время беременности. Причина — в изменениях гормонального фона. Увеличивается количество эстрогенов, а они-то и дают благоприятную почву для развития патогенной микрофлоры в ротовой полости. Беременным нежелательно принимать антибиотики, но в острой стадии быстро прогрессирующего пародонтита это бывает необходимо, чтобы не допустить внутриутробной инфекции плода. На стадии острого, быстро прогрессирующего пародонтита нельзя предпринимать никаких радикальных мер. В первую очередь следует остановить воспаление. И только потом, сделав рентгеновский снимок, врач решит, стоит ли удалять зуб.

Даже потеря одного шестого зуба может иметь нежелательные последствия. Как только его удалили, начинается смещение челюсти. У нас же «шестерку» удаляют школьникам в 12–13 лет. Американцы разработали методику, по которой берется зачаток восьмого зуба и переставляется на место шестого.

Юлия Борта



East News/Stock Image

Инструкция по уходу

- **Не надейтесь на жевательную резинку.** Удалить зубной налет и предотвратить размножение бактерий можно только с помощью щетки и зубной пасты.
- **Зубы нужно не просто чистить, а вычищать.** Делается это не длинными попеременными движениями, а короткими: от десны вверх на нижних зубах и от десны вниз на верхних, то есть от красного к белому. Не ленитесь и чистите зубы утром после завтрака и вечером перед сном **не менее 2–3 минут.**
- **Не позволяйте зубам «лениться».** Пища должна

быть жесткой, нерафинированной. Ешьте яблоки, морковь в сыром виде.

- Существует йоговская гимнастика для профилактики пародонтита и подвижности зубов. Йоги берут бамбуковые палочки и прогрызают их поочередно в каждую сторону. Считается, что так они как бы «вколачивают» зубы.

- Но все это имеет смысл только для профилактики здоровых зубов. При начавшемся воспалительном процессе никакая гимнастика уже не поможет, нужно лечить заболевание.

Куда пойти лечиться



Здоровье бесценно лишь теоретически. А на практике ясно как светлый день, что средства надо вкладывать не только в приобретение квартир, автомобилей и товаров широкого спроса.

Наипервейшая статья расходов, а точнее, долгосрочных эффективных вложений — наше драгоценное здоровье. Казалось бы, каждая женщина прекрасно знает: раз в полгода необходимо показаться гинекологу. Хотя бы для душевного спокойствия. Но многие ли из нас следуют мудрому правилу — лучше предупредить болезнь, чем героически с нею бороться? Сегодня в гинекологии применяются различные виды консервативного и оперативного лечения различных женских недугов, в том числе бесплодия и климактерических нарушений. Остановите свой выбор на лечебном заведении, специалисты которого предпочитают современные, наиболее щадящие методы диагностики и оперативного

лечения. Они позволяют максимально ускорить восстановительные процессы, дают возможность женщинам достаточно быстро возвращаться к привычным делам и заботам. Тот, кто хотя бы раз испытал, что такое настоящая боль, может понять радость многочисленных пациенток, избавленных благодаря лапароскопии от тяжелых травм. Как физических, так и душевных. Одно дело, когда до больных органов можно добраться с помощью привычного для хирургов скальпеля. И совсем другое — аккуратные проколы, через которые в брюшную полость вводятся всевидящий прибор и деликатные инструменты. По мнению специалистов, лапароскопия может заменить до

90 процентов всех полостных операций. Лапароскопически можно удалить доброкачественную опухоль яичника, осуществить перевязку маточных труб, восстановить их проходимость при трубном бесплодии, устранить внематочную беременность, прекручивание придатков, удалить матку при фиброаденоме, провести диагностику и лечение эндометриоза. В глазах женщин, мечтающих после лечения сохранить возможность стать матерью, врачи почти волшебники. Они ювелирно удаляют миоматозные узлы, не трогая собственную матку. Называется это миомэктомия. К сожалению, такая операция возможна не всегда. Но возможна. И дарит счастливицам радость материнства. Обычным делом стала эмболизация маточных артерий. Это самый современный метод лечения миом матки, выражаясь чисто медицинским языком, — органосохраняющий. Выполняется под местной анестезией. Пациентка задерживается в стационаре не больше двух дней. Можете представить? И — главное — эта операция исключает повторное возникновение миомы. Выполнение ее требует высо-

кой квалификации в области эндоваскулярной хирургии и весьма дорогостоящей специальной аппаратуры. Она позволяет снимать покров тайны с многих и многих неясностей — того, что врачи определяют как невыраженную симптоматику. Вовремя распознать недуг, это ли не удача? Но удача возможна только в одном случае: если женщина дорожит своим здоровьем и умеет позаботиться о себе с помощью настоящих профессионалов своего дела. К кому обращаться за квалифицированной помощью? Возможности, без всякого преувеличения, безграничны. Были бы средства, а качественные медицинские услуги нынче можно получить быстро и там, где вам это кажется наиболее гарантированным.

Хорошее самочувствие и желанную уверенность в личном благополучии успешно возвращают, например, в медицинском центре «Клиника 31» при Московской городской клинической больнице №31. Высочайшие диагностические возможности, новейшая аппаратура, квалифицированные специалисты, среди которых немало докторов и кандидатов медицинских наук, отлично организованный процесс лечения, наконец, комфорт, которым не избалованы пациенты множества других больниц... Мы — лучшее, что у нас есть, не так ли? И дороже нас для нас самих — разве что обожаемые дети. Ради общего будущего можно и нужно вкладывать средства в собственное здоровье. Оно того стоит.

Варвара
Строгина

МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР
КЛИНИКА 31

Лицензия МДКЗ №135/90/6809

- «Клиника 31» — это многопрофильный медицинский центр, работающий на базе Городской клинической больницы №31 в сотрудничестве с Российским государственным медицинским университетом им. Н.И. Пирогова.
- Пациентами МЦ «Клиника 31» являются жители Москвы, всех регионов России и иностранные граждане.
- Лечение проводится амбулаторно и в стационаре по следующим направлениям: терапия, хирургия, неврология, травматология и ортопедия, урология, проктология, флебология, дерматология, стоматология.
- **ГИНЕКОЛОГИЯ**
В клинике применяются все виды консервативного и оперативного лечения гинекологических заболеваний, в том числе лечение бесплодия и климактерических нарушений. **Гистероскопические и лапароскопические** методы диагностики и оперативного лечения позволяют максимально ускорить восстановительный период.
- **ДИАГНОСТИКА**
КТ, МРТ, маммография, УЗИ, ЭКГ, функциональные исследования, эндоскопическая диагностика, лабораторная диагностика (200 видов анализов).

www.med31.ru
Тел.: 431-30-94, 432-57-95, 432-16-00, 431-47-32
E-mail: office@med31.ru м. Проспект Вернадского

Слагаемые надежды

Даже самый страшный диагноз еще не смертный приговор.

Спросите у женщин, оглушенных словом «рак», о чем они думают в минуту трагического осознания масштабов случившейся беды. Пережив шок, практически все со свойственной женщинам отвагой и энергией бросаются в бой с недугом. Хорошо, когда в дни тяжелых испытаний, выпавших на их долю, им активно помогают не только врачи, но и все окружающие. Такая поддержка особенно необходима

женщинами, прошедшим через хирургическое вмешательство, лучевую и лекарственную терапию, применяемые при лечении рака молочной железы. Только со стороны кажется, что главное — пережить операцию. Вернуться к обычной жизни, восстановиться, обрести былую уверенность женщинам ничуть не легче. Как утверждает старший научный сотрудник Российского научно-

го центра рентгено-радиологии Минздрава Российской Федерации, кандидат медицинских наук А. В. Кондаков, первый год после радикального лечения рака молочной железы — решающий для медицинской реабилитации больных. Очень важно использовать его с максимальной пользой для восстановления утраченных функций организма.

Подавляющее большинство больных — от 35 до 55 лет. Они не хотят мириться с инвалидностью, стремятся жить активно. И в первую очередь стараются свести на нет, хотя бы зрительно, ущерб, нанесенный операцией. В этом помогает экзопротезирование.

Р. В. Полковникова, генеральный директор Центра реабилитации, считает безусловным достоинством грудных накладок, особенно созданных за рубежом, естественность

бюстгалтера, а можно и прикрепить непосредственно к телу с помощью специального состава.

Послеоперационный рубец при этом ничуть не пострадает. Даже наоборот. Кожа благодаря прикреплению к телу станет мягче.

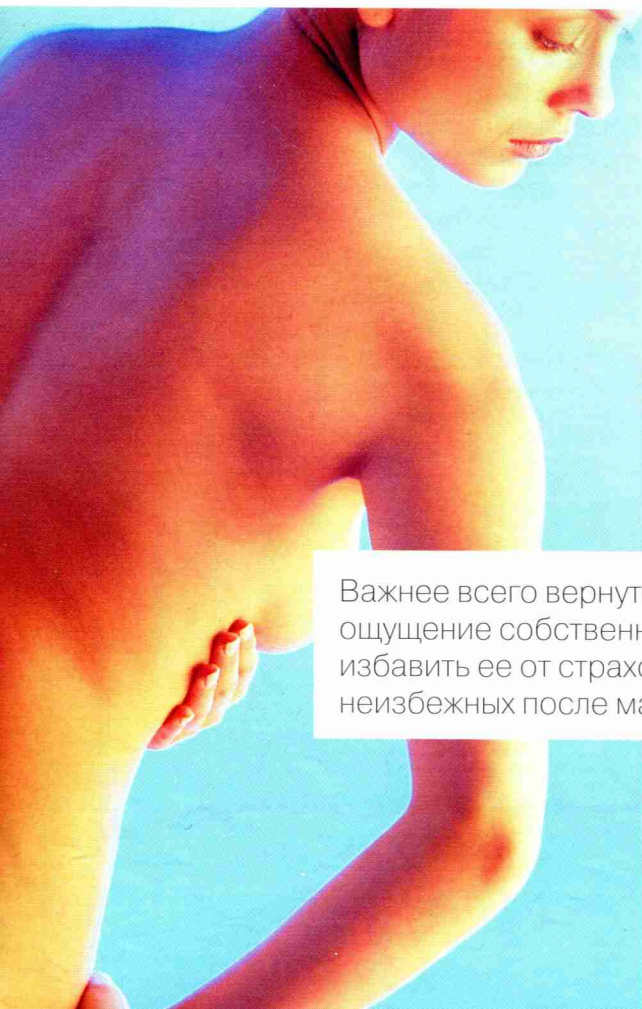
Лучшие из силиконовых изделий зарубежного производства потрясают воображение. Берешь в руки совершенную копию молочной железы и откровенно изумляешься: она — живая! Такая же теплая и нежная, как дарованная природой.

Творение современных биотехнологий отличается редкими свойствами. Накладка послушно откликается на каждое движение своей хозяйки, ведет себя так, что даже самый придирчивый взгляд не обнаруживает «подмены». Множество гладкообтекаемых неровностей, таких «пупырышков» позволяет значительно увеличить поверхность соприкосновения бюстгалтера с грудной клеткой. Иллюзия безупречности плюс изысканно красивое белье дарят и уверенность, и радость. Еще один важный шаг — физические упражнения. Гимна-

стику надо делать еще в больнице, после операции. Первый этап щадящий. Это значит, что все упражнения выполняются сидя в кровати или на стуле. Со временем можно перебираться в бассейны: водная среда помогает снижать вес тела, она замечательно расслабляет, тонизирует. Немецкая фирма Felina выпускает для прооперированных женщин купальники, как сплошные, так и отдельные, которые по красоте и удобству превосходят классические образцы.

Особый разговор — психологическая коррекция. Преодолеть послеоперационную депрессию легче под чутким руководством думающих, по-настоящему гуманных специалистов, способных искренне сопереживать пациенткам. Где отыскать таких волшебников в глубинке? Милосердие меньше всего привязано к прописке. Уж если оно есть, то есть.

Да, очень жаль, что многим российским женщинам приходится практически в одиночку преодолевать последствия операции и восстанавливаться прежде



East News/Masterfile

Важнее всего вернуть женщине ощущение собственной женственности, избавить ее от страхов и сомнений, неизбежных после мастэктомии.

и пластичность. Их можно вложить в специальный кармашек симпатичного

всего собственной верой и волей. Но ситуация может и должна измениться. Залог — увеличение количества маммологических кабинетов, активные и целенаправленные действия Российской Ассоциации маммологов, которую возглавляет талантливый организатор, заслуженный врач РФ

Е. Г. Пинхосевич.

По мнению А. В. Кондакова, достижения нашей медицины и оборонной промышленности, выпускающей неплохое медицинское оборудование, позволяют более широко внедрять в жизнь эффективные методы реабилитации. Продуманная, четко выстроенная реабилитация, финансово поддерживаемая на местах, даст и ощутимый экономический эффект: каждый вложенный в реабилитацию рубль может быть возвращен в двукратном размере. Однако куда важнее и бесценнее желание жить полной жизнью, на которое имеют право женщины, стремящиеся выиграть бой за свое здоровье. Государство, общество, наконец, благотворительные организации обязаны им помочь.

Вера
Петрова



Не бойся, я с тобой!

Еще совсем недавно общепринятым было заблуждение, что не стоит лишний раз брать ребенка на руки, чтобы не приучать к рукам, и что поплакать вообще полезно, «потому что легкие развиваются».

Одна моя знакомая оставила свою дочь плакать в течение двух часов и после с гордостью говорила: «Моя дочь не плачет никогда». Она права, ее девочка не только не плачет, но и не улыбается. К счастью, мода на жесткое воспитание детей постепенно проходит, и у сегодняшних новорожденных больше шансов сохранить здоровую нервную систему и способность радоваться жизни, а главное, чувствовать, что окружающий мир не враждебен.

Правила для мамы

Мама должна как можно скорее отреагировать на плач младенца, установить его причину и устранить ее. Только тогда ребенок постепенно будет плакать все меньше. Внимательная мать, как правило, быстро начинает понимать новорожденного и различать, какой плач о чем говорит. Она всегда безошибочно определит, хочет ли ее ребенок есть, сообщает ли ей о том, что ему мокро и холодно или у него что-то болит.

Есть несколько правил, хорошо известных многодетным матерям, которые необходимо знать всем родителям.

Если ребенок заплакал, его надо немедленно взять на руки и предложить грудь. Если он за-

Новорожденные часто плачут. Это естественно, ведь плач — единственный способ сообщить маме, что что-то не так.

плакал, находясь на руках, дайте ему грудь и слегка покачайте.

Проверьте, не вызван ли плач мокрыми пеленками. А может, он только собирается их испачкать. Попробуйте высадить малыша. Если ваши действия не дают быстрого результата, а ребенок

продолжает плакать, посмотрите, не беспокоят ли его опрелости или высыпания на коже. Может быть, ему просто неудобно лежать? Например, сбились пеленки.

Спокойствие, только спокойствие

Мама, пытаясь успокоить малютку, должна сама быть спокойна. Дети очень чувствительны и часто плачем реагируют на поведение и самочувствие матери.

Здоровый и ухоженный ребенок плакать не станет. Все время плачут только больные дети или те, у кого невнимательные родители.

Если все эти меры не помогают, значит, причина плача кроется в недомогании ребенка либо в уходе за ним вы допускаете грубые ошибки, и самим вам не разобраться. В таком случае необходимо звать на помощь психолога-перинатолога или врача.

Наталья Драгомирова

Почему он плачет?

- ✓ чувство голода или желание утолить сосательный рефлекс;
- ✓ желание уснуть;
- ✓ потребность опорожнить кишечник;
- ✓ воспоминание о родовом стрессе;
- ✓ ощущение холода;
- ✓ реакция на атмосферные явления, магнитные бури, фазы Луны;
- ✓ потребность в физическом контакте с матерью;
- ✓ недомогание.

Поставь свой рекорд

Сердечно-сосудистые заболевания можно сравнивать с эпидемией чумы в средневековье. У среднестатистического российского мужчины есть шанс дожить до 58 лет 11 месяцев и 16 дней, у среднестатистической женщины — до 72 лет 1 месяца и 12 дней.



Академик РАМН **Р. Г. ОГАНОВ** считает, что нарушение липидного обмена — высокий уровень холестерина в крови является основным фактором риска сердечно-сосудистых заболеваний. Еще древние говорили, что мы роем себе могилу ножом и вилкой. Казалось бы, все просто. Хочешь жить — питайся правильно. Но... пока болезнь не возьмет за горло, мало кто спешит менять сливочное масло на постное, отказываться от сыра и колбас, сосисок и яичницы. Да и картошку многие предпочитают жарить

на сале, а не на растительном масле, и жареную курицу есть вместе с золотистой шкуркой — вкусно же! Впрочем, говорят, что вкус — дело привычки. Если уж вы предпочитаете одни продукты другим, по крайней мере, делайте свой выбор сознательно, понимая, чем рискуете или что приобретаете вы и ваша семья. Специалист по питанию, врач **Ольга ЛЕЩАНСКАЯ** рассказывает: — Четверть века назад в Финляндии была разработана целая национальная стратегия, которая комбинирует профи-

лактику, образовательные мероприятия в области здоровья и доступность качественного лечения. И вот итог: на 60% за последние 25 лет снизилась смертность от сердечно-сосудистых заболеваний! Правда, фин-

ская программа очень дорогая. А вот в Центральной Европе — Чехии, Словакии, Польше, — не затратив дополнительно ни гроша, добились не менее поразительных результатов: с 1991 по 2000 годы резко снизили смертность от сердечно-сосудистых заболеваний. Среди людей в возрасте 20–44 лет — на 40%, в возрасте 45–64 лет — на 30%, старше 65 лет — на 20%. Произошло это, как считают эксперты Центральной и Западной Европы, благодаря тому, что потребление растительных жиров и маргаринов выросло с 6 до 19 кг на человека в год, потребление животных жиров снизилось с 17 до 11 кг, а сливочного масла — с 9 до 4 кг в год. Беспристрастная статистика отразила результаты

разъяснительной работы медиков среди населения. Снижение в рационе питания насыщенных жирных кислот и увеличение ненасыщенных благотворно сказались на здоровье целых народов. Почему бы и нам не повторить этот опыт — хотя бы в масштабах своей семьи? Результат того стоит. А затраты на питание (да и на лечение) существенно уменьшатся. Долше всех живут в Японии. По данным статистического комитета этой страны, в ней проживают 20 тысяч 561 человек, перешагнувшие столетний рубеж. 84% из них — женщины. Старшая из них, Камато Хонго, отметила 116 лет. Второй по старшинству гражданин Японии — 114-летний Юкити Тугандзи. Оба занесены в Книгу рекордов Гиннеса как «са-

Содержание жирных кислот и холестерина (в 100 г различных видов жиров)

	Название продукта	Жирные кислоты			Холестерин (мг)
		Насыщенные	Мононенасыщенные	Полиненасыщенные	
Животные жиры	Масло сливочное	50	27	1	190
	Говяжий жир	51	41	3	110
	Свиной жир	40	46	1	100
	Бараний жир	51	40	4	100
	Маргарин Rama Vitality	24	14	27	0
Растительные масла	Подсолнечное	11	24	60	0
	Кукурузное	13	24	58	0
	Оливковое	16	67	12	0

ПРИЗЫ ДЛЯ НАШИХ ПОДПИСЧИКОВ ! * ПОДПИШИТЕСЬ НА ПОЧТЕ И ВЫИГРАЙТЕ

набор модной испанской косметики от NINELLE

ЧТОБЫ ПРИНЯТЬ УЧАСТИЕ В РОЗЫГРЫШЕ:

Подпишитесь на «Крестьянку» с приложениями или без них на второе полугодие 2004 г. по любому каталогу в вашем почтовом отделении. Пришлите **КСЕРОКОПИЮ** подписной квитанции («доставочной карточки») на журнал «Крестьянка» в конверте по адресу редакции: 127994, Москва, ГСП-4, Бумажный проезд, 14, стр.1, «Крестьянка» **ВНИМАНИЕ!**

Розыгрыш призов от NINELLE проводится среди всех подписавшихся **не менее чем на 6 месяцев** и отправивших в редакцию копии подписных квитанций **до 15 июня 2004 года**. Датой отправки считается число на почтовом штемпеле конверта.

- ✓ увлажняющая крем-пудра IDEAL линии «ORO»
- ✓ удлиняющая тушь для ресниц линии «ORO»
- ✓ увлажняющая помада линии «ORO»
- ✓ блеск для губ для придания объема линии «ORO»

О любящих – на родном языке

«КРЕСТЬЯНКА» объединяет людей, которые хотят жить лучше и полнее, не откладывая на завтра то, что они способны сделать сейчас. «КРЕСТЬЯНКА» – необходимое чтение для активной, думающей современной женщины. В каждом номере – вечные темы: любовь, семья, дети, карьера, здоровье. А также новости моды, культуры, психологии, советы потребителям, особый раздел «Школа для девочек», гороскопы и многое другое.

ПЛЮС В КАЖДОМ НОМЕРЕ

МОДА В ДОМЕ

Стиль и уют в доме. Интерьер-дизайн.

ХОЗЯЮШКА

Журнал в журнале. Энциклопедия домоводства.

ОН & ОНА

Мужчина и женщина. Как найти друг друга.

САМОЧУВСТВИЕ

Главное о здоровье и здоровом образе жизни.

МУЗЕИ МИРА

Уникальная художественная вкладка. Ваша личная картинная галерея.

выписывайте вместе с «КРЕСТЬЯНКОЙ» ПРИЛОЖЕНИЯ

НАША УСАДЬБА

Журнал для опытных и «зеленых» дачников. Экономим силы и время. Лучшие сорта и новейшие методы.

ПЯТНАШКИ

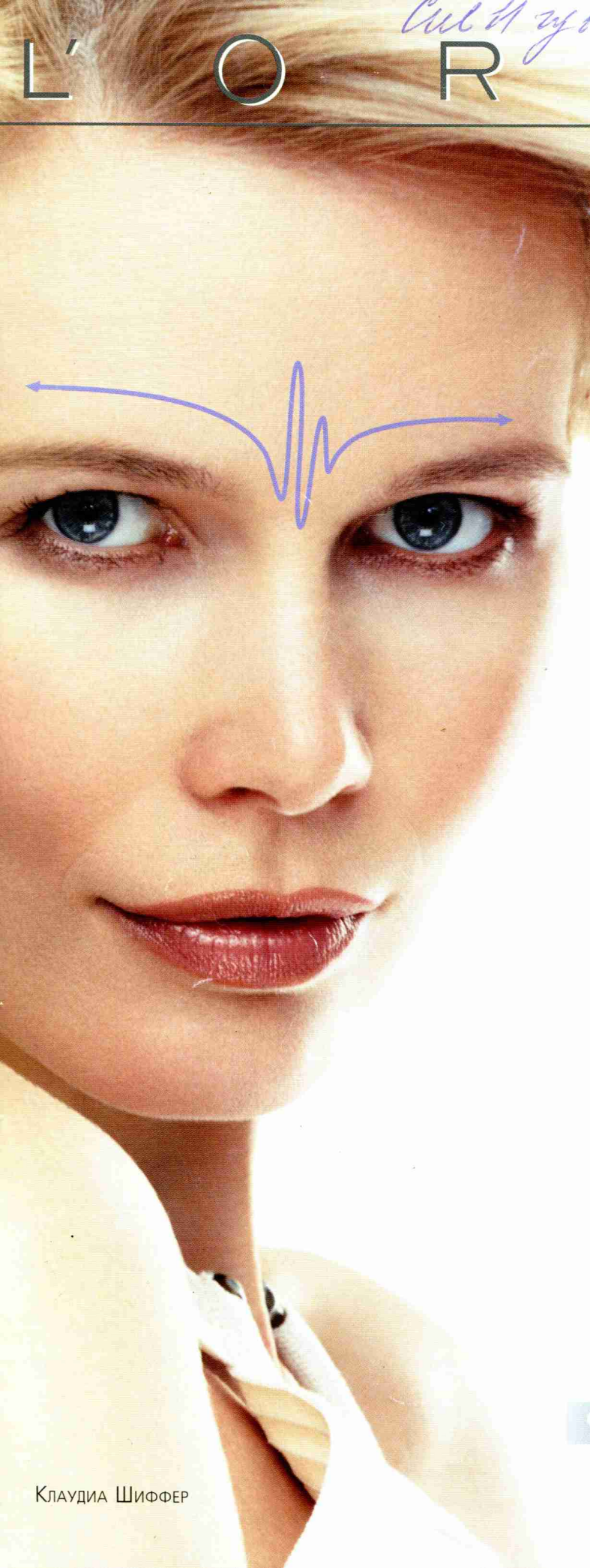
Веселый детский журнал для умных и умелых. Самоделки, настольные игры, комиксы, конкурсы.



НА НАШИ ЖУРНАЛЫ МОЖНО ПОДПИСАТЬСЯ:

ОАО «АГЕНТСТВО «РОСПЕЧАТЬ» тел. 195-02-55; ЗАО «АГЕНТСТВО ПОДПИСКИ И РОЗНИЦЫ» (АПР) («Зеленый каталог») тел. 974-11-11; ООО «АГЕНТСТВО «КНИГА-СЕРВИС» («Зеленый каталог») тел. 124-71-70; ООО «МЕЖРЕГИОНАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ПОДПИСКИ» (МАП) тел. 974-21-31; **АЛЬТЕРНАТИВНАЯ ПОДПИСКА В ОТДЕЛЬНЫХ РЕГИОНАХ:** г. ИРКУТСК ЗАО «Центр финансово-экономической информации» тел. (3952) 250-12; г. КАЗАНЬ ЗАО «Коммерсант-курьер» тел. (8432) 91-09-82; г. КОРОЛЕВ КМУП «Муниципальный центр печати» тел. (095) 519-16-50; г. КРАСНОЯРСК ООО «Начало дня» тел. (3912) 21-50-88; г. МОСКВА ООО КА «Союзпечать» тел. (095) 319-82-15; г. МОСКВА ООО «Вся Пресса» тел. (095) 787-34-47; г. МОСКВА, ООО «Интер-почта» тел. (095) 921-33-10; г. НОВОКУЗНЕЦК ЗАО «Роспечать» тел. (3843) 78-64-67; г. САНКТ-ПЕТЕРБУРГ ООО «Петербург-Пресс» тел. (812) 320-67-89; г. СЕРГИЕВ ПОСАД, ООО «Обновление» тел. (254) 6-09-83
ПОДПИСКА В ЕВРОПЕ: DMR Rusexpress GmbH тел. (+ 49 341) 960-52-79 www.pressa.de

Наш сайт: www.krestyanka.ru Наша почта: mail@krestyanka.ru Наш телефон: (095) 257-39-39



Хирургия Подождет!

1^й крем против морщин с **БОСВЕЛОКСОМ™** :
разглаживает морщины, омолаживает черты лица.

КОРРЕКТОР МИМИЧЕСКИХ МОРЩИН DECONTRACT' RIDES

ИННОВАЦИЯ Крем против морщин, Разглаживающий Кожу
Сокращая мышцы лица, Ваша мимика приводит к морщинам.

РЕШЕНИЕ? Корректор Мимических Морщин с **БОСВЕЛОКСОМ™**, новейшим
фито-комплексом, который противостоит микросокращениям кожи (Test in vitro).

■ Результаты подтверждены, эффективность доказана :

Мгновенно разглаживает черты лица.

- 76%¹ : эффективность против мимических морщин.
- 70%² : разглаживание черт лица.
- 28%³ морщин на лбу за 3 недели.

Лицо выглядит более молодым и сияющим.

ДЕРМО-ЭКСПЕРТИЗ
ОТ НАУКИ К КРАСОТЕ

Ведь Вы Этого Достоинны.

www.lorealparis.com



1. Тест при участии 50 женщин. 2. Тест при участии 196 женщин.
3. Тест при участии 40 женщин. Товар сертифицирован.

С 30 ЛЕТ – НАПРАВЛЕННОЕ ДЕЙСТВИЕ