

ПРЕСС

ежемесячное издание
для женщин

Коктейль

апрель

2012

**ЗАВЕДИ
«МОТОРЧИК»**

**С белого
листа**

**Близкие люди.
Ближе не будет?**

Встречаем Ласку

Лара Фабиан:

«Я ВЕРЮ В СЕГОДНЯ»

12004



4 607114 610031

Подписка - 2012

С 1 апреля открыта
подписка на II полугодие 2012 года

«Пресс-Коктейль» для женщин

*Получите удовольствие от жизни
вместе с нами!*



Стоимость на полугодие
(без учёта почтовых услуг)

57 рублей

Каталог «Почта России» – 60073

Каталог «Пресса России» – 83254

Внимание!

Теперь три издания в одном комплекте

Каталог «Почта России» – 83440



+



+



Стоимость комплекта
на полугодие
(без учёта почтовых услуг)

123 рубля

Приглашаем к сотрудничеству частных распространителей на выгодных условиях. По вопросам обращаться по тел. (4712) 342-531.

Ваш выход	4	С белого листа	*****
Модная шпарталка	6	Стильный вопрос	*
Девичник	7	Внешний вопрос	*
Фитнес-клуб	8	Вопрос – ответ	*
	9	«Рукой подать» до лета	*
Здоровье	10	Уйди с глаз моих!	*
	11	Под защитой	*
Маленькая страна	12	Характер по часам	*
Душевный доктор	14	Истории в конверте	*
Прошу слова!	15	На свалку? Не дожждётесь!	*
Анатомия чувств	16	«Не суди»	*
	17	Шаг назад	*
Мужчина в фокусе	18	Он хороший. Давай отпустим?	*
	19	А ты попробуй!	*
В постельных тонах	20	Четыре буквы по горизонтали	*
Карьера	22	Почему дятел в лесу умер?	*
	23	Заведи «моторчик»	*
Наука побеждать	24	Истерика	*
	25	«Не мои проблемы»	*
Его точка зрения	26	Близкие люди. Ближе не будет?	*
Без грима	28	Лара Фабиан	*****
Проза жизни	30	На расстоянии руки	*
Вокруг света	32	Эмираты: нефтяной оазис	*
Вечная любовь	34	Эталон настоящей любви	*
Герой времени	36	Иван Крузенштерн	*
Незабываемые имена	38	Ольга Лепешинская	*
Мифы и реальность	40	Подводная охота на... Ихтиандра	*
Между прочим	42	«Мужской» мир	*****
Женщины-легенды	44	Жанна Дюбарри	*
За кадром	46	Гардемарины, вперед!	*
Предания старины	48	Живоносный источник	*
Домашний адвокат	49	Законный вопрос	*
Экспертиза	50	Потолок – дело тонкое!	*
Мировая кухня	51	Мистер соус	*
Кушать подано!	52	Что бы взять на работу?	*
Делюсь рецептом!	53	Встречаем пасху	*****
Живая красота	54	А хозяйку мы узнаем по цветочкам	*
Зверье моё!	55	Кот в шкуре кенгуру	*
Вещь в себе	56	Тонкое оружие	*
Ручная работа	57	Как на картинке	*
Люди и звёзды	58	Гороскоп на апрель	*

Стр. 4



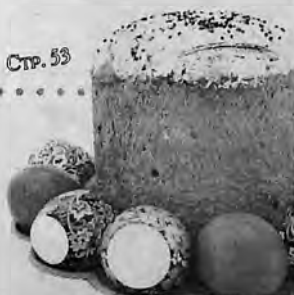
Стр. 28



Стр. 42



Стр. 53



С белого листа

Что никогда не выйдет из моды? Конечно же, белая рубашка! Эта вещь независима от моды и трендов. А эксперименты с белой рубашкой так увлекательны, что после первых примерок хочется немедленно отправиться в магазин за новыми покупками!

Бизнес-класс

Классическое сочетание белого с чёрным никто не отменял. В условиях чёткого офисного дресс-кода белое платье-рубашка превращается в блузу, которая в сочетании с чёрной юбкой-карандаш и чёрным жакетом будет безукоризненно смотреться, придавая одновременно деловой вид и подчёркивая сексуальность. Чтобы сделать образ актуальнее и эффектнее, добавьте крупное кольцо, оригинальную шляпку и сумку ридикуль. Другой вариант — сочетать свободную рубашку с узким женственным корсетом или приталенной чёрной жилеткой. Это создаст вполне офисный стиль в сочетании с классическими брюками с завышенной талией и туфлями на каблучке.



Белым бело

Ансамбли-двойки всегда находились на гребне модной волны. Не столько костюмы, сколько идеально подходящие друг другу верх и низ. Так и белая рубашка с белой юбкой миди удачно гармонируют рядом. Такой лаконичный и одновременно выразительный комплект нужно дополнить аксессуарами. Коричневая кожа будет лучшим инструментом для этого! Широкий ремень на талии и сумка на длинном ремне с бахромой завершат образ. Из обуви подойдут коротенькие казачки или балетки.



В городской суе

В этом сезоне актуальны яркие и сочные цвета. Но если вы не готовы выйти на улицу, надев, к примеру, комбинезон или костюм нетривиального оттенка, белая рубашка придаст вам смелости. Наденьте её поверх наряда, завяжите небрежно на узел, добавьте аксессуары в тон обуви. Этот комплект прекрасно подойдёт и для вечернего выхода. Только не забудьте сменить объёмную сумку на клатч!





Таинственное коккетство

Белая рубашка может сыграть роль идеального фона для разных фактур, цветов и форм. К примеру, дополните белую рубашку короткой пышной юбочкой из шифона, ажурными колготками, туфлями-лодочками. Только не переборщите с добавлением яркой бижутерии. Иначе это будет выглядеть вульгарно. И образ таинственной кокетки готов. Кстати, мужчины от него без ума!

У него в шкафу

Некоторые идеи можно позаимствовать в мужском гардеробе и создать образ настоящего денди, скомбинировав белую рубашку с узкими брюками, шнурованными ботинками и чёрной стильной бабочкой. Такой вариант прекрасно подойдёт как для работы, так и для вечеринки! Просто закатайте рукава и затяните широкий яркий пояс на талии. Кстати, застёгиваться на все пуговицы совсем необязательно. Под полностью расстёгнутой белой рубашкой можно надеть облегающий топ с глубоким декольте. Сочетать этот элемент мужественного наряда можно и с кожаными шортами. Из обуви отдайте предпочтение лодочкам или грубым сапогам.



Пресс-совет

Кстати, белая рубашка будет уместной даже на приёме у английской королевы. Несколько богемных аксессуаров мастерски впишутся в образ: к примеру, платок завязанный, как чалма, широкополая шляпа, прикрывающая лицо, или маленькая шляпка с вуалью. А также длинные перчатки до локтя, которые можно надеть прямо поверх рукавов рубашки – все эти дополнения лишь подчеркнут атмосферу торжественности.



Подготовила
Дарья МОРОЗОВА.

Стильный вопрос



«Мода проходит, стиль остаётся», — сказала Коко Шанель. Но не всем присущи от рождения чувства меры и чувство вкуса. В этой рубрике мы подскажем, как стать эталоном женственности и стиля

У меня непропорциональная фигура: при высоком росте короткие ноги. Как визуально удлинить их?

Для эффекта длинноноготности существует несколько правил. Первое: одевайтесь модно, носите вещи родственных тонов с плавным переходом оттенков. Контраст верхней и нижней части наряда зрительно «дробит» силуэт на части. Второе: если талия низкая, как это бывает при непропорциональной фигуре, «поднимайте» её с помощью одежды. Выбирайте платья в стиле «ампир», их можно сочетать даже с плоскими балетками. Юбки — только с завышенной талией, которую можно подчеркнуть изящным поясом. Юбки и ремни на бедрах — табу, любой акцент в этой области подчеркнёт изъян. Ещё один способ: носить обувь со светлой обувью сочетать светло-тапачные колготы, идеальное дополнение — бежевая юбка. При выборе ботинок останавливайтесь на классических моделях, можно со «стрелкой» — они очень стройнят. Предпочтительны узкие ботинки, но возможны и лёгкий клёш от колена. Избегайте на ботинках или джинсах различных аппликаций и вышивок, которые придадут фигуре тяжеловесность.

Не носите ботинки с коротким жакетом или курткой в паре они редко льстят фигуре, особенно в сочетании с обувью на низком каблуке. К ботинкам надевайте удлиненный жакет или кардиган, тренч, плащ.

Нравятся ботильоны, но, примеряя их, заметила, что выглядят нелепо. В чём дело?

Да, ботильоны «капризные», идут далеко не всем и не под любую одежду. Большинство

моделей зрительно укорачивают ноги, поэтому, выбирая их, нужно максимально критично отнестись к собственной фигуре. У вас полные лодыжки? Останьтесь верны глубоко открытым туфлям или высоким сапогам. Лоскоте юбки ниже колена и макси ботинки? Сочетать это с ботильонами — самое рискованное занятие. Чтобы зеркальное отражение смилостивилось, попробуйте померить обувь с такими вещами: зауженные брюки или узкие джинсы, платье длиной до колена со свободным низом, пышную юбку той же длины или чуть выше колена.

Часто вижу рекламу силиконовых бюстгалтеров. Расскажите о новинке, насколько она надёжна и какого ухода требует.

Силиконовый бюстгалтер уже завоевал симпатии модниц. Он позволяет пополнить гардероб такими смелыми вещами, как платья с глубоким декольте и открытой спиной, топы с открытыми плечами — их красоту не нарушат бретельки и лямки. Выглядит эта деталь туалета как пара чашек, «клеящих» изнутри и соединённых застёжкой. Чтобы надеть, достаточно приложить бюстгалтер к чистой сухой коже груди, без следов кремов и лосьонов. Из-за пластичности и сходства с кожей бюстгалтер создаёт под одеждой безупречные формы, добавляя груди один-два размера в объёме. Именно поэтому он не подходит женщинам с большим бюстом.

Совет от профи:

Влад ЛИСОВЕЦ: «Какой бы наряд вы ни надели, не стоит добиваться безупречной укладки волос, идеальной фиксации причёски. В моде волосы free, то есть чуть-чуть небрежные — то состояние, когда приобретают пряди спустя примерно полчаса сна. Бояться естественности не нужно, ведь любая укладка, сколь хороша бы она ни была, прибавляет возраст».

Производители гарантируют, что изделие не теряет клеющей способности в течение 100 применений, а когда «хватка ослабнет», достаточно поддержать его в тёплом мыльном растворе, прополоскать и высушить на открытом воздухе, накрыв лёгкой тканью, чтобы не попала пыль. Разумное соблюдение гигиены подкашивает, что водные процедуры этому предмету нужно устраивать чаще, по мере необходимости. Хранить в закрытой упаковке, чтобы не испортить клеющую поверхность чашек. Этот предмет не рекомендуется обладательницам чувствительной кожи, склонной к раздражению: под ним кожа практически не дышит, нежелательно носить его более шести часов.

Всегда подбираю одежду родственными тонами и оттенками. Но так хочется попробовать контрастный стиль! По какому принципу нужно подбирать цветовые противоположности?

Профессиональные дизайнеры используют для этого цветовые круг, в котором тона и оттенки распределены, как в радуге, найти его можно в любой графической компьютерной программе. На диаметрально противоположных сторонах круга расположены наиболее подходящие друг к другу контрастные цвета, они и составляют идеальные пары. Хорошо если вы разбавите образ чёрным, белым, серым.

Не люблю золотые изделия, но часто слышу, что в возрасте за тридцать носить бижутерию и серебро неприлично. Действительно ли есть строгие требования к ювелирному дресс-коду?

Среди стилистических канонов есть правило: чем ближе возраст элегантности, тем дороже женские украшения. Дешёвая

бижутерия азиатских «дизайнеров», пластмассовая штамповка, молодёжные аксессуары — табу. Натуральные камни, жемчуг, драгоценные металлы, если не крупные, то замечательные формы — вот основные направления. Кстати, это отнюдь не провозглашает диктатуру золота и бриллиантов. Стильное решение — изделия из чёрного серебра, авторская бижутерия. Не забывайте золотое правило элитного совершенства, сформулированное Коко Шанель: «Лучше снять одно из украшений, нежели добавить».



Вы знаете много секретов красоты, но всё же иногда не можете найти ответы на те или иные вопросы? Пишите нам, и мы постараемся на них ответить

Внешний Вопрос

Так хочется быть обладательницей красивого маникюра, но никак не получается отполировать ногти из-за их ломкости, подкажитесь, что делать?

Ирина, г. Киров.

Необходимо ногти комплексно укреплять. Делать солевые ванночки, принимать витамины А и Д, кальций (молоко, йогурт, творог), железо (рыба, красное мясо), йод. Можно втирать в основание ногтя оливковое масло. Оно богато различными витаминами и микроэлементами. В аптеках продаются лечебные укрепляющие лаки. Для снятия лака следует пользоваться щадящими безацетоновыми жидкостями. Постарайтесь ограничить контакт рук с бытовой химией. При подпитывании ногтей используйте пилки с тифоновым покрытием.

Никак не «подружусь» с подводкой для глаз. Стрелки делают макияж броским, но при этом словно «закрывают» глаза. В чём дело?

Татьяна, Ленинградская обл.

Можем предположить, что всё дело в толщине наносимой на глаза линии. Стоит провести слишком толстую линию, и зрительно глаза уменьшаются. Чтобы добиться нужного эффекта, нарисуйте вдоль верхнего века тонкую линию, слегка расширяющуюся у внешнего угла глаза. Эта процедура требует тренировки и сноровки, возможно, лучше отказаться от подводки в пользу карандаша или тёмных теней. Подводка даёт слишком «бескомпромиссную», а порой вульгарную и непривлекательную для дневного макияжа линию. Карандаш и тени позволяют выделить глаза мягче, деликатнее, а правильная растушевка линий придаёт взгляду загадочность.



Пресс-совет

Для подкрашивания нижних ресниц приобретите коричневую водостойкую тушь. Во-первых, этот оттенок делает макияж более натуральным. Во-вторых, водостойкая тушь не потечёт и не «отпечатается» на нижних веках.

Как правильно пользоваться щипчиками для завивки ресниц?

Валерия, г. Воронеж.

Этот бьюти-инструмент несправедливо обойден вниманием. На самом деле неприятности могут произойти только при неправильном применении. Чтобы этого не допустить, учитывайте следующие нюансы: следите, чтобы резиновая подушечка на нижней дуге плотно прилежала, не допуская высвобождения открытого железного края. Именно «благодаря» ему можно обрезать ресницы. Щипцы используются только на неокрашенных сухих ресницах. Прежде чем приступить к завивке, подержите пару минут щипчики под тёплой струей воды или фена. Приложите их к основанию ресниц, на несколько секунд сожмите дуги. Достаточно фиксирующего сжатия, не тяните в стороны или вверх. Разомкните щипчики. Продвиньте вверх по длине ресниц и повторите сжатие. Это нужно сделать три-четыре раза, чтобы придать ресницам красивый изгиб, а не залом. Финальный этап – нанесение туши обычным способом.



Иногда срочно нужно выглядеть на все это, а «в наличии» – серый цвет лица, уставший вид и мало времени. Как быть?

Елена, Курская обл.

Существует большое количество экспресс-методов, помогающих за короткий отрезок времени привести себя в порядок. Один из них – маски для лица. Причём вам не потребуется бегать в магазин, всё найдётся на вашей кухне. Чтобы кожа засияла, вам поможет предлагаемая нами маска-пятиминутка. Возьмите белок одного яйца, по 1 ч. ложке мёда, молока и лимонного сока. Белок взбейте в пену, добавьте остальные ингредиенты. Нанесите полученную массу на лицо и прилягте. Это очень важно. Через пять минут смойте маску прохладной водой.

В последнее время на службу термин «коммерческий макияж». Что это за техника?

Алина, по e-mail.

Коммерческий макияж – «детище» индустрии визуальной рекламы. Фото и видеосъёмка ведутся с использованием мощных осветительных приборов, нестандартных цветовых форм и решений. Чтобы лицо выглядело идеальным на снимке или в кадре, необходимы специфические приёмы, особые косметические средства. Например, тональный крем более плотной консистенции, влагоотталкивающая тушь для ресниц. Овладевая секретами коммерческого макияжа, чтобы применять их повседневно, не имеет смысла.

Вопрос - ответ

Решили сделать лозунг «Быстрее! Выше! Сильнее!» жизненным девизом или просто хотите поддерживать себя в форме – добро пожаловать в спортзал, а также в нашу рубрику «Фитнес-клуб». На вопросы новичков и опытных спортсменов ответит наш консультант – диетолог и фитнес-инструктор Роман АНАНЬЕВ



Роман АНАНЬЕВ – консультант по фитнесу

Слышала, что часто крутить педали велосипеда на низкой передаче вредно для суставов и связок – из-за этого они быстрее изнашиваются. Так ли это?

Ольга ЛАРИНА, г. Москва.

Чем ниже скорость вращения, тем больше нагрузки на суставы. Так что лучше часто и легко вращать педали, чем с большими усилиями, но медленно. Оптимальный темп кручения педалей – 60-90 оборотов в минуту с частотой пульса не более 130 ударов в минуту. И желательнее во время занятий на велотренажерах употреблять как можно больше негазированных напитков, которые обеспечат коленным суставам необходимую смазку.

В начале моих занятий фитнесом я быстро стала терять вес, а сейчас всё остановилось, даже несмотря на то, что я тренируюсь по-прежнему в таком же ритме. Почему так происходит?

Анна ЧАРКИНА, г. Тула.

Причин может быть несколько: ваш организм привык к тому ритму, в котором вы тренируетесь, следовательно, стоит пересмотреть свою тренировочную программу. Включить в неё новые упражнения, поменять порядок их выполнения, изменить интенсивность. Причина вторая: вы достигли своего оптимального веса, и организм не стремится снижать его ниже этого порога. Может быть, стоит пересмотреть подход к тренировке и попытаться изменить композицию тела за счёт увеличения объёма мышц и уменьшения объёма жира, оставаясь в том же весе. Напомним, оптимальный вес для женщин рассчитывается примерно следующим образом: Ваш рост в см минус 110 см, но это – усреднённый коэффициент. Попробуйте снизить вес ниже этого значения, может плохо сказаться на женском организме. Третья причина: вы потребляете то количество калорий, которое соответствует вашему нынешнему весу, и чтобы снизить вес, следует снизить калораж на 5 %. Похудев ещё на несколько килограммов, нужно снова пересчитать потребляемые калории. И только скинув вес до оптимальной отметки, придерживайтесь калоража для этого веса. Попытки сразу резко уменьшить количество калорий приведут к тому, что вы начнёте запасать жир и снова набирать вес.

Правда ли, что для того, чтобы быстрее похудеть, нельзя голодать и «сидеть» на низкокалорийной диете, если занимаешься спортом?

Светлана НОСОВА, г. Курск.

Да, это правда. Жёсткое голодание и низкокалорийные диеты организмом переносятся гораздо хуже, чем обычное питание при занятиях фитнесом. Когда человек «недоедает», то организм замедляет обменные процессы с целью экономии энергии и переводит всю потребляемую пищу в жир, потому что не знает, когда в следующий раз хорошо «поест». Получается замкнутый круг: вроде бы вы ничего не едите, постоянно тренируетесь, но при этом жира становится всё больше и больше, а мышц всё меньше и меньше. Советую не сидеть на жёстких диетах, а потреблять количество калорий на 5-10 % меньше вашей обычной нормы.

Очень люблю кофе, но знакомая сказала, что чрезмерное употребление вредно для фигуры? Правда ли, что бодрящий напиток виноват в появлении целлюлита и лишнего килограммов?

Светлана КИРЕЕВА, г. Красноярск.

К появлению жира и целлюлита кофе никакого отношения не имеет. А чрезмерное его употребление, скорее всего, негативно скажется на сердечно-сосудистой и нервной системах. Причиной появления лишнего веса может служить то, что кофеманы вместо правильного и полноценного питания предпочитают выпивать чашку кофе, например, с белой булкой и сливочным маслом («Завтрак толстой женщины»). Естественно, такой рацион не может положительно сказаться на фигуре. А что касается кофеина, содержащегося в бодрящем напитке, то он входит в состав многих препаратов для сжигания жира и, наоборот, призван бороться с жировыми отложениями. Лучшим вариантом считается приём чашки некрепкого кофе за 15-30 минут до фитнес-тренировки.

Можно ли заниматься фитнесом и аэробикой в критические дни?

Наталья ОРЛОВА, г. Калуга.

Фитнесом и аэробикой в критические дни заниматься можно, если у вас нет сильного болевого синдрома и обильных выделений, при которых желательно воздержаться от занятий спортом в эти дни. Если же у вас всё в норме, то тренируйтесь, как обычно, только с меньшей интенсивностью, и исключите упражнения, вызывающие сильные напряжения передней брюшной стенки (пресс, приседания, становая тяга и т. д.).

«Рукой подать» до лета

Мечта любой из нас – красивые подтянутые руки. Держать их в тонусе помогут эти несложные упражнения

Для выполнения упражнений потребуются гантели 1,5–2 кг или две 1,5-литровые пластиковые бутылки, наполненные водой или песком.

Упражнение 1



И. п.: стопы параллельны или слегка разведены в стороны, пресс напряжён, руки с гантелями согнуты в локтях и расположены на уровне плеч, ладони направлены вовнутрь, локти – в пол.

Глубоко вдохните, на выдохе медленно поднимите руки вверх над головой и слегка вперёд. Спину держите прямо. Задержитесь на пару секунд и вернитесь в исходное положение.

Упражнение 2



И. п.: сядьте прямо, напрягите мышцы пресса и спины, возьмите гантель двумя руками за гриф поближе к верхнему блинчику.

Согнув локти, заведите руки за голову. Медленно поднимите гантель вверх над головой, без паузы вернитесь в исходное положение.

Упражнение 3

И. п.: ноги на ширине плеч, стопы параллельны, руки с гантелями свободно опущены вниз, ладони направлены вперёд.

Слегка согните колени, напрягите пресс, расправьте грудь, не смещая положение локтей, медленно согните руки, внутреннюю сторону предплечья прижимая к бицепсу. Медленно вернитесь в исходное положение.



Упражнение 4

И. п.: сядьте на край стула и слегка наклонитесь вперёд, опустите плечи, напрягите пресс, руки свободно опущены вниз, ладони направлены друг к другу, локти слегка согнуты.

Соединяя лопатки, медленно разведите руки в стороны, потом так же медленно вернитесь в исходное положение.



Пресс-совет



Чтобы избежать травм, приступайте к упражнениям, предварительно разогрев мышцы. Для этого выполняйте в течение 3–5 минут прыжки со скакалкой, бег, танцевальные или любые другие энергичные движения.



УЙДИ С ГЛАЗ МОИХ!

Вот он, нарисовался...

Еще вчера вы смотрели на мир чистыми и ясными глазами, сегодня без слез не взглянуть! Стоило крошечному волосану мешочку реснички (или маленькую дольку салыной железы около него) воспалиться, и тут же весь драгоценный орган зрения покраснел, набух, разболелся. «Напав» на глаз, ячмень ведёт себя как обидный родственник, сидит и дуется, зреет день, два, наливаются гноем, пока, наконец, не прорвётся и не «выстрелит» своим содержимым. Организм выносит этого с виду мелкого, но вредного пришельца ой как тяжело – могут среагировать расположенные поблизости лимфатические узлы, увеличиться до аномальных размеров, разболеться голова и даже подкочить температура. Диагноз вроде пустячный – ячмень, а сопутствующих симптомов в вашей медкарте на три листа убойным почерком.

Корень зла

Тем временем «ячменное» всю большую голову спомает, где сию напасть мог подхватить? Ответ до банального прост – где угодно! Стоило не прикрыть окошко

летающего на скорости автомобиля – вот и просквозило. Или попасть под дождь, позабыв зонтик, или... Позовите, подобные ситуации случаются со всеми каждый день, а ячмень на глазу только у вас дёргается? Значит, истинная причина не в вашей беспечности, а в слабом иммунитете. Однако и это не ваша сугубо индивидуальная беда, редко кто может похвастаться в наши дни крепкой иммунной системой. Но для того, чтобы в распахнутые «окна души» «влетел» ячмень, необходим ещё один важный персонаж этой истории болезни, прыгучий и живучий – золотистый стафилококк. Вот это и есть ваш настоящий враг, а ячмень – это сигнал бедствия, который подаёт ослабленный организм, крик о помощи в борьбе с захватившей его бактериальной инфекцией.

Не дави на меня

Запомните раз и навсегда – выдавливать гной из ячменя ни в коем случае нельзя! Это может привести к распространению золотистого стафилококка по всей глазнице и «запуску» таких серьёзных заболеваний, как флегмона сетчатки, тромбоз сосудов головного мозга, ме-

Моя бабушка расправлялась с ним в три плевка, приговаривая: «На тебе кукиш, что хочешь, то купишь! Купи себе топор, руби себя поперёк!» Что за враг такой грозный? Има ему – ячмень

нингит, вплоть до летального исхода.

Лечение с продолжением

Бабушкин способ лечения ячменя, конечно, красочен, но, увы, не всем дан дар им эффективно пользоваться. Иные «лекари» чересчур стараются помочь страдающему от атаки ячменя, хорошо если полотенце под рукой окажется. Между тем лечение необходимо начать как можно скорее! Первое, что рекомендуется сделать, – тушировать больную, то есть обработать болезненный участок века этиловым спиртом или «зелёнкой». Если повторять туширование три-пять раз в день, есть шанс остановить развитие заболевания.

Зрелому ячменю пойдёт на пользу сухое тепло или УВЧ-терапия. Чтобы пользоваться вторым, придётся походить в поликлинику, а вот первое вполне доступно дома: достаточно прикладывать к больному месту проутюженный горячим утюгом носовой платок или сваренное и очищенное тёплое яйцо. Правда, золотистый стафилококк останется равнодушным к вашим усилиям, каким бы теплом вы его ни окружили, зато гной из ячменя прорвётся раньше, и облегчение для всего организма наступит быстрее. Как правило, на этом страдания прекращаются, ячмень с глаз долой – из сердца вон! В таком случае не удивляйтесь, если очень скоро он вернётся, да не один, а целым семейством. И тогда поход в поликлинику станет неизбежным. Чтобы избавиться от стафилококковой инфекции, необходимы антибиотики, которые должен назначить врач-терапевт. При образовании множественных гнойников может понадобиться и помощь хирурга.

А вообще хроническим «ячменным» стоит получить консультацию иммунолога и вплотную заняться укреплением иммунитета: пройти курс лечения иммуностимуляторами, правильно подобрать витамины.

И, наконец, повторим то, что все мы слышали ещё в раннем детстве, но почему-то забываем выполнять: «Не трите глаза грязными руками! Мойте руки с мылом!» Инфекция попадает в глаза именно из-за несоблюдения правил личной гигиены!

Наталья АНДРИЯЧЕНКО.

Вопрос – ответ



Утром покрасела ресничку новой тушью, к вечеру на одном глазу вскочил ячмень. Тушь дешёвая, известного бренда, выкидывать жалко. Может, причина и не в ней?

Лариса КАЛУГИНА, по e-mail.

Глубинные причины, разумеется, таятся в вашем собственном организме – слабый иммунитет, «дремлющая» инфекция, однако косметика действительно может спровоцировать появление ячменя. На время лечения вам придётся полностью отказаться от макияжа глаз, а по выздоровлению оменить тушь.

Под защитой

В последние годы врачи всего мира всё больше внимания уделяют профилактике раковых заболеваний. А еда — это один из основных факторов, который может предотвратить болезнь. Поэтому мы решили рассказать о самых популярных продуктах, противораковое действие которых доказано медициной

Брокколи

В брокколи содержится особое вещество сульфорафан. Это вещество способно выводить из организма канцерогены и тем самым предотвращать развитие злокачественной опухоли. Сейчас британские учёные работают над выведением капусты с повышенным содержанием сульфорафана, в котором его будет в 3-4 раза больше, чем в обычных сортах этого овоща.

Лучше всего добавлять брокколи в самом конце приготовления блюда, долгая термическая обработка не рекомендуется. Для приготовления можно использовать как свежую капусту так и заморозки в пакетах.



Помидор

Противораковое действие томатов обеспечивает важное для нормальной работы организма вещество каротиноид ликопин. Именно благодаря ему помидоры приобретают красный или розовый цвет. Понятно, что ни в желтых, ни в зелёных помидорах ликопина нет. Но первое место по содержанию чудо-вещества занимает натуральный кетчуп, так как при тепловой переработке помидоров количество ликопина в разы увеличивается и сохраняется даже в консервированном виде. Но зато низкая температура пагубно влияет на томаты, поэтому не храните помидоры в холодильнике.

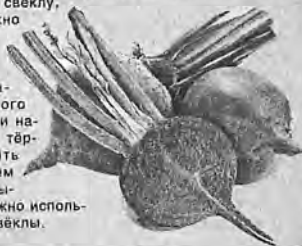
Профилактическая суточная доза ликопина составляет 10-15 мг, а это 0,5 кг свежих помидоров, или 2 стакана томатного сока, или 3-4 столовые ложки томатной пасты. Ликопин особенно хорошо усваивается с растительными жирами, поэтому употребляйте томаты с любым растительным маслом.



Свёкла

Самым мощным оружием в противораковой борьбе является свёкла. Её называют овощем №1 в борьбе со злокачественными образованиями. Содержание веществ, оказывающих влияние на опухоль (красных пигментов антоцианов), в свёкле в 8 раз больше, чем в каком-либо другом растении. Свёкла — богатый источник магния, который также борется с раковыми клетками. Кроме того, свёкла содержит витамин С, помогающий поддерживать иммунную систему.

Выбирая свёклу, обратите внимание на некрупные красные сорта, имеющие продолговатую форму. Перед приготовлением корнеплода срежьте нижний кончик и часть у ботвы. Толщина счищаемой кожуры не должна превышать 5 мм. Для профилактики раковых заболеваний желателен употреблять в пищу вареную или пареную свёклу, которую можно добавлять в салаты или подавать в качестве самостоятельного гарнира, если натереть её на тёрке и сбрызнуть растительным маслом. В сыром виде можно использовать сок свёклы.



Зелёный чай

Зелёный чай не только тонизирующий и приятный напиток. Вещества, которые содержатся в нём, уменьшают способность раковых клеток производить ДНК, необходимую для их размножения. Таким образом, раковые клетки не могут увеличиваться в количестве и распространяться.

Для того, чтобы целебные свойства чая могли проявиться максимально полно, он должен быть правильно приготовлен. Чай нужно заваривать, когда вода достигает второй стадии кипения. В этот момент со дна чайника поднимается большое количество мелких пузырьков, которые как будто окрашивают воду в белый цвет.

Воду лучше кипятить в обыкновенном (не электрическом) чайнике. При заваривании зелёного чая напиток сначала наливают до 1/3 объёма чайника и, прикрыв его льняной салфеткой, дают настояться 7-8 минут. Затем воду доливают уже до 2/3 чайника, а через 2-3 минуты доливают почти доверху.



Подготовила Алиса МОРОЗОВА.

05.30-07.30

У рождённых в это время рано проявляются самостоятельность и лидерские качества. Такой ребёнок страстно желает выделиться среди окружающих. Поэтому маме постоянно приходится сталкиваться с его эгоизмом, но именно этот недостаток следует уметь использовать в «мирных целях». Предлагайте им как можно больше тем для развития.

Минусы: иногда эти дети поступают неразумно, лишь бы доказать только свою правоту, настолько сильна у них тяга к первенству.

Важно: научить их помогать окружающим, особенно более слабым, терпеливо объясняя, что человек живёт в мире не только для себя.

07.30-9.30

Чуткие и ранимые дети, которые любят замирать в себе, рисуют собственный мир и погружаются в него. Чтобы не допустить полной отрешённости от реальности, важно наладить хорошие отношения с отцом.

Минусы: не стремятся к каким-либо достижениям, спокойно мирятся с любыми окружающими условиями и без толчка извне нередко подолгу могут игнорировать свои обязанности.

Важно: они нуждаются в регулярном отдыхе или переключении занятий, однообразная жизнь их очень тяготит или нервирует.

9.30-11.30

Рождённый при подъёме солнца легко заводит контакты и, как правило, играет центральную роль в любом коллективе. Занимается только тем, что ему интересно, поэтому родителям нужно контролировать свободу этих детей и обязательно развивать у них те стороны жизни, к которым у ребёнка есть интерес.

Минусы: интересы друзей порой затмевают всё остальное.

Важно: напоминать своим чадам, что, помимо друзей, мечтаний и планов, есть ещё повседневные обязанности, без которых ни одной мечте не суждено сбыться.

11.30-13.30

Родившись в «королевское» время, они являются хорошими организаторами, любят находиться в обществе. В случае ошибок ни в коем случае не наказывайте их строго и всегда давайте возможность исправиться. Им очень важно почувствовать себя на высоте!

Минусы: в силу своего самонадеянности они склонны останавливаться в любом процессе своего развития, считая, что и так многого достигли.

Важно: показывать на собственном примере правильные модели поведения, знакомить их с интересными людьми, которые преуспели в жизни.

13.30-15.30

Если кроха родился днём, жизненные проблемы лишь закатят характер. У него может обнаружиться удивительная тяга к учёбе, причём весьма разносторонней. Такие дети плохо переносят навязанную им дисциплину, поскольку сами достаточно сознательны и способны с умом организовывать свой время.

Минусы: некоторый недостаток честолюбия подчас не позволяет им превращать свои увлечения в серьёзные занятия.

Характер по часам



Утро или вечер? Оказывает- ся, не только от даты, но и от времени рождения малыша зависят его характер и будущее, считают астрологи

Важно: не навязывать им свои стереотипы, поскольку эти дети действительно разбираются в своей ситуации лучше, чем это кажется со стороны родителям.

15.30 - 17.30

Такие дети в жизни не боялись никаких испытаний. Это пытливые и непростые создания, которые очень рано зададут вам все самые неудобные вопросы, избежать ответов на которые не стоит.

Минусы: из-за высокой категоричности им бывает сложно наладить отношения с окружающими.

Важно: они должны добиваться любого результата только своим трудом, не балуйте их незаслуженными подарками.

17.30-19.30

Это мастера личных отношений, но они обожают обращаться за помощью по любому поводу. В отношениях с ними всегда поддерживайте равенство, подчинения такие дети не выносят.

Минусы: не любят напряжений и неприятной работы и часто могут симулировать нездоровье, только бы добиться вашего внимания.

Важно: воспитывать в них личную уверенность и ответственность за свои дела.

19.30-21.30

Любит работать, помогать по дому и хочет постоянно ощущать свою ценность для окружающих. Не возражайте, если дети захотят рано устроиться на работу — для них это полезно.

Минусы: часто не идут дальше конкретных заданий в учёбе и в других ситуациях.

Важно: сохранять в их жизни нормальный баланс между учёбой и отдыхом.

21.30-23.30

У такого ребёнка немало талантов, но главный из них — умение из всего на свете устроить игру. Вы не сумеете из него сделать послушного ученика: он либо сильно увлекается предметом, либо совершенно равнодушен к нему, и с этим ничего не поделаешь. Ему всё интересно, но нежелания доводить всё до конца придётся преодолеть уже с вашей помощью.

Минусы: нередко это яркие индивидуалисты, у которых нужно воспитывать уважение к коллективу и общим интересам.

Важно: предоставить им большую свободу в тех областях, где у них раскрываются таланты.

23.30-01.30

С младенчества эти дети любят создавать нечто своё, причём основательное. Могут не по годам быть домовыми и хозяйственными. Не огорчайтесь, если во взрослой жизни ваш ребёнок не слишком быстро будет продвигаться в карьере: попросту сама мысль о личной выгоде ему не близка. Зато из него может вырасти прекрасный семьянин, чтящий предков и семейные традиции.

Минусы: могут замыкаться в своём собственном мире и плохо переносят расставание с привычным, то есть трагедией может стать как расставание со школой, так и с любимой одеждой...

Важно: постараться объяснить малышу, что перемены — важная часть жизни и их нужно уметь правильно принимать, развить широкий кругозор, чтобы впоследствии у ребёнка было в арсенале как можно больше моделей поведения.

01.30-03.30

В это время берут старт новые сутки, а на свет появляются весьма любознательные натуры, которые будут развиваться явно в ускоренном темпе, с удовольствием учиться, им всегда нужно быть в курсе всех событий, поэтому не игнорируйте желание своего чада общаться, рассказывайте ему интересные истории из жизни: он обязательно это оценит.

Минусы: эти дети могут сильно зависеть от своей компании и увлекаться чужими идеями. Нередко бросают дела посередине, поэтому нуждаются в авторитетном руководстве.

Важно: внимательно следить за окружением, поскольку они могут перенять не только лучшее.

03.30-5.30

В середине ночи рождаются детки-пчёлки. Их трудолюбие можно только порадоваться. В будущем они умеют зарабатывать и тратить деньги, а также легко добиваться поставленных целей. Заставить такого ребёнка что-то сделать против его воли невозможно. Поэтому внимательно присматривайтесь к его собственным желаниям и талантам.

Минусы: необычайно, живут по своим собственным законам. Ленивы в школе и с трудом догоняют упущенный материал, поэтому лучше не давать им сбавлять темп.

Важно: развивать в них чувство коллективизма и умение делиться с друзьями.

Подготовила Ирина ПЧЁЛКА.

Играем с малышом

Стенка, стенка, потолок...

Эта игра хорошо влияет на развитие мелкой моторики и координации движений.

Сядьте друг против друга. Сначала вам придётся двигать ручками малыша, а вскоре он и сам попытается повторить знакомые движения и слова.

СТЕНКА (указательным пальцем дотроньтесь до правой щеки).

СТЕНКА (дотроньтесь до левой щеки),

ПОТОЛОК (дотроньтесь до лба).

ДВА ОШКОКА (укажите сначала на правый, затем на левый глаз),

ДВЕРЬ (укажите на рот),

ЗВОНКО: «ДЗИ-И-И-ИНЫ!» (дотроньтесь до кончика носа).

Вопрос психологу

«Всё равно его не брошу...»

Нашему ребёнку недавно исполнилось три года. У нас такая проблема: Вова не расстается со своим игрушечным медведем, подаренным ему на день рождения в годик. Засыпает с ним, гулять берёт с собой. Когда малыш пошёл в ясли, за игрушкой следил все воспитатели, чтобы он не потерялся. Никому из детей Вова не даёт поиграть с «любимцем». Подскажите, пожалуйста, что нам делать в такой ситуации и как научить ребёнка делиться своими игрушками, чтобы он не вырос жадничком?

Дарья, Астраханская обл.

Нередко малыш выбирает какую-нибудь игрушку, с которой он может надолго расстаться. Она становится для него символическим «кусочком» дома. «Любимчик» помогает выдерживать волнения и переживания, защищает и успокаивает. Вполне естественно, что малыш берёт любимую игрушку с собой в детский сад. И столь же естественно, что он никому её не даёт. Это не имеет ничего общего с жадностью, хотя и проявляется, как жадность. Поэтому не требуйте от ребёнка невозможного, не заставляйте делиться с другими любимой игрушкой — таким образом вы сохраните связь и доверие между вами, так необходимые для воспитания его чувства уверенности. И пока ребёнок нуждается в любимой игрушке, позаботьтесь о том, чтобы она не потерялась, ведь для малыша такая утрата будет настоящей трагедией. Со временем он убедится в том, что ему ничто не угрожает, и станет относиться к «любимчику» спокойнее, а вскоре обожать его.

Жадность в игрушке может и совсем отпасть. Родителям стоит учесть, что появление таких «любимчиков» сигнализирует о психологическом дискомфорте малыша. Нарушить его тонкую духовную организацию могут многие факторы, например, конфликтная тревожная обстановка в семье, рождение второго ребёнка, поступление малыша в ясли или детский сад. Но главным остаётся — недостаток родительской любви!



Дорогие читатели! В своих письмах вы нередко просите совета, как поступить в той или иной жизненной ситуации. Давайте попробуем вместе найти на них ответ, и поможет нам в этом психолог Ирина ФУРЦОВА. Пишите по адресу: 305044, г. Курск, ул. Ухтомского, 43 или e-mail: press-kokteyl@list.ru

История В конверте

«На тебе сошелся клином...»

«Уже полгода, как мы с мужем развелись. Но я не могу его забыть, мне не хочется даже смотреть на других мужчин! И хотя наш брак не был идеальным, иначе бы не развелись, но только его внешность, тембр голоса, оттенок глаз до сих пор для меня привлекательны... Я повторяю себе, что сильная и смогу преодолеть наваждение, но ничего не помогает! Неужели он был лучшим в моей жизни и больше я себе такого не найду?»

Ирина Р., г. Курск.

Если вы ждете в ответ поддержки в виде того же ответа: «Вы сильная! Держитесь! Вы всё сумеете преодолеть! Скоро вы забудете бывшего супруга и начнете жизнь с белого листа», то обратитесь не по адресу, тем более ваше письмо подтверждает, что этот путь совершенно неэффективен. Вы — человек, находящийся в кризисной ситуации. Известно, что развод вызывает такие сильные эмоции, которые сравнимы с горем по поводу смерти близкого человека. Более того, в вашем сознании очевидно наличие навязчивых мыслей. Перечитайте, как подробно вы описываете черты бывшего мужа, обратите внимание на слово «наваждение». Примите ваше нестабильное эмоциональное состояние как факт, ведь оно совершенно естественно в постигнутой вас ситуации.

Теперь нужно сделать следующий шаг: избавиться от «призрака прошлого». Вы утверждаете, что ничего не помогает вам преодолеть навязчивые воспоминания о бывшем муже, но не пишете, какие конкретные меры вы предпринимали. Возможно, вы удивитесь, но фраза: «Он был самым лучшим и больше я такого не найду» очень выгодна для вас в том случае, если вы ничего не хотите в жизни менять и предпочитаете продолжать упиваться своими страданиями. Лучший мужчина уже был, другого такого и искать не стоит, смотреть даже ни на кого не хочется, а значит, не нужно менять себя! Зачем искать ошибки в прошлом, как вы сами признаете, в неидеальном браке, всё равно больше ничего не будет! Ответьте, вы хотите такого будущего для себя? Вы согласны застыть в «здесь и сейчас»?

Возьмите за правило перекладывать внимание каждый раз, как снова и снова на вас нахлынут мысли о бывшем муже, никак не на другие думы, а на конкретные действия, нужно занять тело, сознание «подтянется». А посему гораздо эффективнее общения с подругами, чтения книг или просмотра кинофильмов, которые могут только разбередить

эмоции, физические нагрузки. Найдите себе занятие по душе — прополка грядок на даче или интенсивные занятия в тренажерном зале.

Экзамен? Обычное дело!

«Подскажите, как справиться с волнением во время сессии? Волнение — это мягко сказано! Учусь стабильно хорошо, но перед каждым экзаменом ночь не сплю, билеты тяну трясущимися руками. Я уже устала от такого стресса за четыре года обучения в университете...»

Алёна К., по e-mail.

Как правило, люди испытывают чувство страха перед неизвестным. Спросите себя, что нового может случиться на экзамене, чего ещё не было за четыре года? Вы уже выдержали не одно испытание на прочность, как студентка, и каждый раз с положительным результатом, как сами пишете. Значит, и следующая сессия должна пройти без сучка и задоринки? А чтобы это наверняка произошло именно так, возьмите лист бумаги, спокойно, без самобичевания, вспомните и методично запишите все, с вашей точки зрения, недочёты, которые, возможно, были у вас на предыдущих экзаменах. Наверняка их наберётся немало, однако стоит учесть ошибки прошлого, дабы впредь быть более уверенной в себе. Повторяйте себе, что это не первый и не последний экзамен в вашей жизни, обычное дело, обычный день, а значит, отправляйтесь накануне в постель в привычное время и думайте перед сном о чём-нибудь совершенно ином — поездка на море на каникулах, например.

Перед экзаменом постарайтесь заранее побывать в аудитории, где он будет проходить, «обживитесь» там: посидите за партой, за которой хотели бы готовиться к ответу, а также у стола экзаменатора. Во время экзамена вам будет комфортнее в ставшей привычной обстановке.

Рекомендуем, не расспрашивать старшекурсников о том, как принимать экзамен данный преподаватель, «страшилки», которые любят рассказывать друг другу о причудах экзаменаторов, вряд ли помогут вам настроиться позитивно.

Постарайтесь зайти в кабинет на экзамен в первой «пятёрке», так вы избежите утомительного ожидания и возможной негативной энергии, которая будет исходить от тех, кто недоволен результатом или вовсе «провалил» экзамен. Ни пуха ни пера!

Дорогие читатели! В редакцию приходит немало писем, в которых вы рассказываете о себе, о том, что не даёт покоя душе. Иные откровения столь пронзительны и актуальны, что так и просились на страницы журнала. Мы решили не сдерживать душевные порывы и публиковать «истово» нежного сердца». В связи с чем представляем рубрику «Прошу слова!» ждём ваших рассказов, вольных комментариев, мнений!

На свалку? Не дождётесь!

Как-то собрались мы с подружками на девичник, посвящённый дню рождения одной из нас. Когда-то в юности моя мама в этом же возрасте казалась мне уже старой. Сейчас в этом же «своём» муж, неплохой быт и ежегодные поездки на море... А вот ждать больше нечего. Только старость! И хотя мы наперебой стали цитировать известную фразу: «После 40 жизнь только начинается», она лишь покачивала головой.

Как получилось, что в нашей стране женщины так относятся к своему возрасту? В той же Англии сёмейная жизнь и карьерный рост в 40 только начинаются – во всяком случае это не редкость. В Италии женщина в 50 лет способна летать на свидания, излучая такие флюиды женственности и сексуальности, причём и 40-летние, и 28-летние. Однажды я была свидетелем «прочитаний» двух девушек 28-29 лет: ложиться и дальше спать.

Конечно, с одной стороны, виноваты в этом жизненные стереотипы: замуж в 18 лет – слишком рано, а в 39 – уже вроде и ни к чему, в женской консультации 30-летнюю беременную женщину причислят к «старородящей», а пенсионеру в поликлинике без стеснения скажут: «Так что же вы хотите – возраст!»

Как это ни печально, но и вся индустрия красоты и моды имеет свой потолок – до 40 лет. Обратите внимание, как наши отечественные гляцевые журналы солидную бродявую одежду надевают на дис-трофичных 14-летних девочек и предлагают 40-летним женщинам представить, как бы они смотрелись в этом. Или на 20-летних девочек показывают приёмы возрастного макияжа.

А вот в тех же западных журналах чётко соблюдаются возрастные рамки. Если журнал для женщин за 40, то и одежду, косметику, макияж демонстрируют на моделях такого же возраста. И если в статье речь идёт о том, как корректировать морщины, так и показывают реальные морщины на реальных моделях.

Кстати, статьи в их журналах не ограничиваются навязчивой рекламой вроде: «Купи этот супердорогой крем для лица, и он остановит твоё время». Ведь для них давно понятно, что одни только дорогие кремы не помогут зрелым женщинам оставаться в форме и чувствовать себя хорошо.

И невозможно представить появление в их журналах такой статьи, написанной мужчиной-журналистом: «Нет, я не зову никого на митинг, не предлагаю сочинять прокламации и бороться за права мужчин. Я просто сейчас предложу и тебе, мужчина, и тебе, женщина, найти весомый ответ на один нехороший вопрос. Звучит он так: «А зачем нам вообще человек женского пола со всей его сегодняшней культурно-идеологической нагрузкой – после того как этому человеку исполнится 40 лет и он окончательно теряет индивидуальное, что в нём было женское – внешнюю привлекательность? Что нам теперь с ним делать?»

Действительно, после такого прессинга остаётся только существовать. Ведь «умные» дяди и тёти знают и советую, когда рожать, когда выходить замуж или жениться, когда можно начать жаловаться на здоровье и когда, в конце концов, умирать. Если же к определённому возрасту не получаем того, что «положено», количество прожитых лет звучит как приговор, как медицинский диагноз.

Есть у наших женщин и ещё одна «шикарная» фраза: «Да кто на меня смотрит!» – говорит, как мини-мун, половина женщин после 35–40 лет.

Кризис пресловутых 40 лет будет кризисом лишь для тех, кто верит социальным стереотипам и подружкам-сверстницам, твердящим, что лучшие годы уже позади. Слушайте их поменьше и почаще вспоминайте знаменитых женщин. Например, известная всем Сальма Хайек в 43 года стала и мамой, и женой. Впервые маме было 39 лет, а вторая в 45. Сандра Баллок свой первый Оскар получила в 45 лет, а Карла Бруни, в 42 года вышла замуж, стала первой леди Франции.

Посмотрите на себя в зеркало, сами себе скажите: «Мои года – моё богатство» и улыбнитесь. Ведь когда злитесь молодая девушка – это может смотреться довольно мило, а вот злая сварливая женщина «в возрасте за...» – лишь подчеркнёт свои морщины.

А затем выбросьте из гардероба мешковатую одежду, забудьте о злоупотреблении лаком для волос и «боевой» раскраске лица.

И, отмечая очередную свой день рождения, не пугайте себя и других своей «страшной» датой, помня: чем дольше живёшь – тем интереснее. И интерес этот не во внешнем мире, а генерируется изнутри. А мир щедро делится своим богатством с теми, кто их хочет и ищет.

Ирина ВОРОВЬЕВА, г. Мурманск.



Насмешки, сравнения, критика – у каждого из нас свой взгляд на поступки людей и свои собственные промахи и достижения: кто-то суров и категоричен, а кто-то снисходителен. Пройдите этот тест, возможно, он даст вам повод поразмышлять о своих реакциях и сделать важные для себя выводы

Большинство А: «Я прав, и точка»

Вы быстро и легко выносите категоричные, как правило, оценочные суждения о людях и вещах. С лёгкостью различаете границу между добром и злом, истинным и ложным. Это, по вашему мнению, даёт вам основания высказывать свои суждения в категоричной форме: вы склонны навязывать свою точку зрения другим людям, как единственно верную. Но ваша категоричность неминуемо вызывает раздражение у тех, кто придерживается иной точки зрения и может приводить к конфликтам. И самый обычный разговор часто превращается в словесное противостояние, цель которого выяснить, чьё мнение победит.

Что изменить: попробуйте посмотреть на вещи с разных сторон, понимать и принимать мысли и чувства тех, кто думает не так как вы. Не прерывайте их, и прежде чем высказаться в свой черёд, постарайтесь понять их доводы. Ведь разговор будет гораздо глубже и интереснее, если в нём существуют различные точки зрения. Старайтесь не только оценивать, сколько описывать ситуацию или людей. Ваши блики будут вам благодарны.

Большинство Б: «Я всё понимаю»

Вы, скорее, оцениваете действия или обстоятельства, а не людей, и знаете, что по одному поступку нельзя судить о человеке. И если ребёнок не отвечает на ваши вопросы – это ещё не значит, что он застенчивый, а за рулём неопытного перестроившегося автомобиля необязательно плохой водитель. Вы не рискуете выносить окончательное суждение о людях или событиях, зная, что на поведение и реакцию каждого из нас существенно влияют внешние обстоятельства.

1. На улице вы встречаете свою знакомую с маленькой дочерью, пытаетесь поговорить с ребёнком, но девочка не отвечает на вопросы. Что вы думаете:

- а) она стесняется
- б) возможно, она чем-то огорчена
- в) она не отвечает, потому что не понимает вопросов.

2. Ваша первая мысль, если вы опрокинули чашку кофе:

- а) ну что ж я за растяпа
- б) да ладно, ничего страшного
- в) скорее тряпку!

3. Наблюдая за вызывающим поведением подростков, вы чаще думаете:

- а) они плохо воспитаны
- б) у них просто кризисный возраст
- в) это лишь способ привлечь внимание.

4. Ваша реакция, если вы видите, как на дороге какой-то автомобиль едва избегает столкновения со встречной машиной:

- а) идиот, опасный для окружающих
- б) он неправильно оценил дистанцию
- в) мне надо быть вдвойне внимательнее на дороге.

5. Человеку, стоявшему в очереди перед вами, удаётся снять деньги с банкомата лишь с четвёртой попытки. Вы думаете:

- а) вот идиот
- б) разроботчики придумали не слишком простую схему
- в) надеюсь, у меня не будет таких проблем.

6. Вам не удалось выполнить задание, порученное начальником, так хорошо, как вам хотелось бы:

- а) вы думаете, что некомпетентны
- б) вы говорите себе, что задание было слишком трудным, но по-прежнему не сомневаетесь в своей компетентности
- в) вы пытаетесь найти кого-то, кто бы вам помог.

7. Чаще всего вы выражаете своё несогласие словами:

- а) это не так
- б) ты ошибаешься
- в) я придерживаюсь другого мнения.

8. Ваша первая мысль при встрече человека с избыточным весом:

- а) он слишком толстый
- б) ему следовало бы меньше есть
- в) ему хотелось бы мне быть на его месте.

Что изменить: почему бы вам не пойти ещё дальше – отказать от оценки поступков окружающих? А если вам сложно передать словами то, что вы чувствуете, довольствуйтесь простой констатацией наблюдаемого. Например: «Эта машина заняла сразу два места» вместо «не умеет парковаться».

Ведь если вы и сейчас не будете ругать за свои оплошности, то станете свободнее и сможете сосредоточить свои силы на том, чтобы улучшить то, что вы хотите.

Большинство В: «Я просто наблюдатель»

Вы больше склонны наблюдать то, что видите и слышите, чем выносить свою оценку происходящему. Это позволяет вам выстраивать хорошие отношения с другими людьми, ведь их привлекает ваша доброжелательность. Вместо того чтобы давать определения, сравнивать или прилипать ярлыки, вы остаётесь на позиции наблюдателя. У такой позиции много преимуществ, вы не навязываете свою точку зрения окружающим как истину в последней инстанции, допускаете возможность различных взглядов на ситуацию. Собоюлюбив, видя, что их не выносите оценку, охотнее раскрываются, и это укрепляет в них чувство, что их принимают такими как они есть.

Что изменить: в такой позиции существует опасность слишком отстраняться от происходящего, ведь за этой мудрой невозмутимостью порой кроется просто равнодушие или отсутствие интереса. Установка «не судить» вовсе не означает, что мы должны мириться со всем, наоборот, энергия, не распрощённая нами на эмоциональную реакцию, можно использовать для изменения того, что нас не устраивает.

Подруга детства

Помню, как в пять лет я вместе с Машкой на импровизированной сцене детского садика в костюмах «прекрасной принцессы» и «принцессы великолепной», держась за руки, дуэтом вопила: «Дружба верная не сломается, не расклеится от дождей и вьюг». Про то, что мы именно пели, мне уже через много лет рассказала мама. Тогда же нам обоим казалось, что поём мы красиво, душевно и главное, громко, чтобы все знали, какие мы подруги. Ещё вспоминаю, как в третьем классе вместе с Машкой мы прогуляли продлёнку. Была зима, и мы рассудили, что лучше проведем это время, катаясь на санках, чем сидеть в душном классе. Родители, узнав о прогуле, устроили допрос с пристрастием: «Кто был зачинщиком?», но мы, уже начитавшись про подвиги пионеров-героев, молчали как партизаны. Потом узнали про героя Шорса, и, выпросив у Машкиного отца настоящую военную фуражку, засекали время и (без обид, по очереди) были «Командиром», который, как известно, всегда впереди. Сзади же шагала его «отряд» с гордо поднятым «знаменем» и со специально выученной песней — «Шёл отряд по берегу». Прохожие оборачивались, как нам казалось, с восхищением. Помню и то время, когда мы, уже будущими подростками, влюблялись. Конечно же, в разных мальчиков — настоящие подруги не могут делить одного. Хотя нет, вру, была у нас одна-единственная общая любовь в пять лет. На наш детский взгляд, самый красивый и самый великолепный — Лев Лещенко. Когда его показывали по телевизору, мир для нас останавливался. Любовь была столь сильной, что мы даже согласны были выйти за него замуж. Как настоящие подруги, по очереди, чтобы никому не было обидно...

Конечно же, любовь к мальчикам была неразделенной. Машкин «избранник» казался мне самым любимым другом, потому что был старше и не обращал на нас «мелких» никакого внимания. «Мой» тоже не вызывал у Машки «ценящего» восторга. Но мы мужественно переносили слезы друг друга, ни разу не упрехнув выбором. Девчонки мы были активными: вместе дрались с мальчишками, если кто-то обижал одну из нас, вместе учили уроки и вместе ходили на многие секции и кружки.

Потом поступили в разные учебные заведения, Машка осталась в том городе, где училась, и общение как-то постепенно сошло на нет.

Встретились через много лет. То, что когда-то мы были близкими подругами, нам не мешало и не помогало. Остались общие воспоминания и ещё одна тема для разговоров.



Шаг назад

Говорят, женской дружбы не бывает. Говорят, женщины, дружившие годами, могут в мгновение разругаться из-за ерунды и, заняв позицию: «Я всегда права», даже не попытаются сделать шаг к примирению. Но если к бывшему мужчине возвращаться всё же не стоит, в случае с подругой возможны варианты

Вывод: подруга детства словно новый человек, которого ты вдруг встречаешь, где одинаковые шансы как подружиться снова, так и разойтись навсегда.

Обжёгшись на молоке

С Таней мы познакомились в зрелом возрасте. Она прекрасный советчик, с ней всегда было весело. Дружили несколько лет, а потом произошёл случай, перечеркнувший нашу дружбу. Я не буду говорить, из-за чего произошла ссора. Скажу только, что обе повели себя недостойно. И никто не хотел первой сделать тот самый шаг для примирения. Я считала, что она была неправа. Таня, в свою очередь, винила во всём меня.

Спустя время мы случайно встретились на улице, даже разговаривали о чём-то. Но я постоянно чувствовала напряжение. Думаю, и она испытывала те же чувства. Прощаясь, мы не договаривались о новой встрече, нам об этом было уже не нужно. Мы стали чужими людьми, помнили давнюю обиду и уже не могли доверить друг другу по-прежнему. А быть просто приятельницами не хотелось.

Вывод: пословицу про «дважды в одну реку» помните? Это как раз тот случай. Особенно когда помнится

обида и повторять пережитое снова не хочется. Лучше уж купаться в другом море.

«Все бабы дуры»

С Катей мы разругались по глупости, когда вместе отдыхали на юге. Познакомились с молодыми людьми, и один из них, узнав сорт моего любимого пирожного, принёс несколько штук в номер. Меня не было, а когда пришла, увидела Катку, доводящую последний кусок. Это было не её любимое пирожное, она постоянно сидела на диетах. А тут даже не знаю, что на ней нашло. Последовала некрасивая сцена, за которую мне стыдно до сих пор. Но после этой ссоры мы не разругались несколько лет, пока я «переваривала» её поступок. «Переварив» поняла, как это глупо и смешно. И написала ей письмо.

Мы помирились. И может, потому, что стали старше, отношения наши тоже стали старше. А опыт ссоры и примирения считаем одним из ценных подарков, подаренных нам дружбой.

Вывод: если вам говорят, что возвращаться к пережитому нельзя, но очень хочется, то можно попробовать. Попробуйте.

Настя АЛЕКСЕЕВА.



Он хороший. Давай отпустим?

...Если эта статья попадётся на глаза твоей маме, бабушке, разведённой тётке, брошенной подруге, вероятнее всего, что ты её прочитаешь, равна нулю. Поэтому что здесь предлагается оставить влюблённого в тебя мужчину из-за сущей «мелочи»: его чувства не взаимны. Пока старшее поколение и пострадавшие стороны не спрятали «крамолу» от твоих глаз, есть возможность «научиться плохому».

Всё так замечательно, что даже не верится: поклонник хорош и лицом, и личностью, благовопителен, крепко стоит на ногах, щедр и внимателен. Подруги, видя его обороты вокруг тебя, делятся на две категории: на «Боже, он чудо! Мы за тебя рады!» и «Ну почему всё самое лучшее достаётся тебе?» Твоя мама его обожает, бабушка подмигивает и даже лапа вопреки обыкновению не имеет ничего против. В общем, не то молиться на этого парня, не то в петлю лезть. Так как в отличие от вышеупомянутых тебе от присутствия мистера Идеала ни горячо ни холодно. Да, он любит, искрит и даже стихи начал писать, а ты скотишься на человека с лёгким раздражением: «Эк разобрало! И что с ним делать?» Хотя, может быть, и, скорее всего, он тебе симпатичен... Но ты не видишь смысла в ваших отношениях. А подруги уже, разумеется, игриво напевают «Марш Менделеева», мама толкает в бок: «Будешь перебирать, вообще одна останешься! Стерпится-слабоится!» А ты горюешь, что фармацевты допустили неперостыльную промашку, не изобрели таблетки для влюблённых. А что если прислушаться к своему сердцу, махнув рукой на подруг и родственников и дать отставку кавалеру? На все твои возможные «да», «но» есть резонные аргументы.

«Прогоню. И что, одной куковать?»

А что значит «одна»? Что, тебе не с кем будет скучать? Не на кого станет раздражаться? Да, будет спутник для походов в кино, на поздравительных открытках, как «у людей», будет стоять твой и его имя — а что это даёт? Ты уже сейчас понимаешь, что проблема «одиночества вдвоём» не выдумана, что фраза «рядом, но не вместе» — это про вас. Даже королеве не всегда нужна свита, зато всем нужно благополучное одиночество. В конце концов, может быть, твой «солёный выступление» не затянется надолго. Но по крайней мере это честно, и в любом случае так будет лучше, нежели держать при себе человека просто для того, «чтобы было».

«Если расстанемся, это убьёт его»

Ой, а вот мелодрам не надо. Из трёх миллиардов (плюс-минус) мужчин процентов 70 получают отказ от горячо любимой женщины. Ты не поверишь, все живы. Хуже будет, если затянешься, а потом при расставании он станет пытать: «Как же так, выходящий ты меня никогда не любила? Зачем тогда говорила морочила?» Правда, зачем?

«А может, я его потом, «в процессе» полюблю?»

Конечно, мировая литература и кинематограф утверждают, что таких случаев много. Объединит их одно: героиня «прозревает», что на самом деле любила, лишь когда герой превратился в бездыханное тело или ушёл к другой, более сообразительной женщине. И она рыдает, а он безучастен. Более оптимистичные творения рисуют счастливый финал, где правда открылась своевременно, и мир наполнился абсолютным счастьем. Одно но: такие романы читают крайне наивные женщины, а фильмы с треском проваливаются в прокате. Не то, чтобы подобное не случалось, но почему-то всегда не с нами.

«Признаюсь, приятно получать подарки и так далее...»

Подарки любят все, даже те, кто не верит в Деда Мороза и «бесплатные акции от нашего супермаркета». Также приятно вести активную светскую жизнь, посещать рестораны, клубы, знать, что все прихоти будут исполнены — и тебе это ничего не будет стоить в купюрах. Цена вопроса — твоё благосклонность. И вроде бы ничего преступного, вы же не чужие, он тебе искренне симпатичен, не меньше, чем эти духи или вон то колечко. Обидно лишь, что такое поведение (небескорыстные отношения) называется неприятными словами. И ещё: мужчины почему-то прямо выходят из себя, когда понимают, что с тобой «из-за денег, а не по любви». Словом, не ради него, а ради себя — отпусти его. Ты стоишь больше, то есть достойна большего. И дело тут не в деньгах.

«Но мне нравится заниматься с ним...»

Не продолжай, мы поняли. И решили ответить цитатой умной женщины Кандес Бушнелл (она же Карри Брэдшоу в «Сексе в большом городе»): «Хороший секс — не повод для серьёзных отношений. Потраивающий интим может значить, что ты или не знаешь ничего, что всего лишь одна из форм общения». А, кроме того, мужчин опять-таки оскорбляет, когда с ними «общаются» по любой другой причине, кроме пламенных чувств.

«Сейчас так мало настоящих, достойных мужчин...»

Самое интересное, эту фразу говорят во все времена. Сильный пол говорит так же само: «Искренних, настоящих женщин почти нет». Но всегда, в любую эпоху, есть кто-то, кто предвещает только тебе. А ты — только ему... Обидно упускать «единственный и судьбой уготовленного» лишь потому, что ты хотела стабильности, гарантий, подстраховки со стороны. На мнене обидно и то, что хороший парень теряет время и питает пустые надежды, что он «транзитный пассажир» в ожидании большего.

Наталья КРОЛЕВЦА

Девушки страшно любят английский термин «must have» — «должно быть». К «маст хэвам» относятся: маленькое чёрное платье, хотя бы один комплект шикарного белья и пара провокационных чулок, туфли на шпильке и ещё куча всего, без чего женщина якобы не имеет права на высокое звание. Но ведь не сумка даёт этот статус, а главный ингредиент — мужчина...



А ты попробуй!

Плохой парень

Он обязательно должен быть роке-ром, байкером или местным хулиганом. Задача этого индивида — разбить тебе сердца, пробудить ревность, задеть гордость. Зачем? Чтобы ты испытала страдания, которые, как известно, облагораживают душу, учат ценить хороших парней и придавать таинственную глубину взгляду. В общем, это шизика, которую ты обязана набить, чтобы впредь быть аккуратнее, и не сломать себе жизнь. Главное, чтобы событие ты пережила в облегчённой версии. Ну слезы, клитва «больше никогда...» и пара центнеров утешительного шоколада.

Он моложе

Принём основательно, не на пару месяцев, а годков на 6-8. И желательно, чтобы он возник, когда тебе около 30 или слегка за. Юный эльф нужен не для того, чтобы испытать приблизительные ощущения Надежды Бабиной или Мадонны. А для того, чтобы скинуть с плеч эти самые 6-8 лет. Ощутить, что ещё нравишься игривым молодчикам. Почувствовать, что способна танцевать, целоваться и прочее ночи напролет. Убедиться, что роскошная зрелая женственность выигрывает отчаянной юности — имеются в виду потенциальные конкурентки-группшки. И понять, что разница в возрасте не помеха настоящему чувству.

Он старше

Принём основательно, не на пару лет, а на пару десятков. Зачем тебе это? Чтобы узнать, что мужчины всегда остаются мальчишками, особенно если теряют голову от страсти. Чтобы почувствовать себя маленькой девочкой, за которую трогательно

ухаживают и заботятся. Испытать силу мудрого всепрощения, когда ты выкинула колёса, за которое по-хорошему надо извиняться, а он только вздохнул. Чтобы убедиться, что мужчины бывают щедрыми, ответственными и нежными. И понять, что разница в возрасте не помеха настоящему чувству.

Можно попробовать

Эту категорию парней можно вписывать в список своих побед, а можно обойтись без них. Потому что есть риск пожалеть о приключении. Итак, можно, но только осторожно:

- закрутить роман с завязатым сердцем. Чтобы вскружить ему голову, а потом отомстить за всех обманутых «однополчанок». Или стать его единственной
- решиться на связь с чертовски сексуальным мужчиной. Это, кстати, подтвердили его бопливные пассии. Зачем? Чтобы получить свою порцию эндорфинов. Или больше не верить слухам
- встретиться с тем, кто много лет назад разбил тебе сердце. Чтобы изумиться его лысине, брешу и очкам с хавковскими диоптриями. Или снова вдребезги расколотить сердце, если вышеперечисленного нет в помине.

Наталья ГРЕБНЕВА.

Лучше не трогай

А теперь, через заляпую переносилку всех, кого нужно оставить в покое. Даже если какой-то представитель тебе очень нравится. В общем, не связывайся с:

- парнями с дурными наклонностями
- женатыми
- коллегками
- боссом
- младшим братом лучшей подруги
- лучшим другом своего мужчины
- с кем угодно — от нечего делать, назло и из азарта.



Любимый

Он же «единственный», он же «мужчина моей мечты», он же «первая любовь» и «последняя», он же «счастье» и «счастье». Из-за любимого возникает бессонница, тяга к стихосложению с рифмами «любовь-кровь» и шальные мысли вроде «на кого будут похожи наши дети». В принципе это ему мы обязаны приобретением чёрного платья, дерзких чулок, бритой головы и мотоцикла — в зависимости от предпочтений. Любимый нужен для тысячи целей. Например, чтоб понять, что ты — настоящая, чтобы разуввериться в себе, потом резко поднять самооценку, потом снова брякнуться о землю — и так тыщу раз. Чтобы с ним вместе состариться и... в один день, как полагаются. В общем, чтобы жить.

Любящий

Очень, даже очень-очень желательно, чтобы любящий мужчина был тот же, что любимый. Но если нет — тоже неплохо. У любящего та же основная функция — чтобы ты ощутила себя настоящей женщиной. Которой дарят миллион алых роз, а она в ответ — «миллон терзаний». Которой посвящают стихи, а она плачет от умиления или придирижово исправляет ошибки. Он нужен, чтобы ты успевала. «Останься со мной, я сделаю тебя счастливой. А если не останешься, сделаю тебя несчастливой». Понимаешь, вся соль в этом выборе: осчастливить или нет? Его или себя? Любящий нужен, чтобы ты однажды задалась вопросом, что лучше — любить самой или позволять любить.



Четыре буквы – это «секс». В принципе они могут располагаться и по вертикали, и зависнуть на высоте десяти тысяч метров, неважно. Важно лишь, что это – единственное «связующее» между вами

Четыре буквы по горизонтالي

Еще лет пять-семь назад, если я слышала от приятельниц «между мной и ним только секс», тут же, с присущим юности максимализмом, вычеркивала барышню из близкого окружения. Потому что «только секс» – это непорочно, предосудительно и вообще «ужас». Если о понравившемся мужчине говорили, что «у него кто-то есть», то там лишь физические отношения», я облегченно вздыхала: горизонт чист, достойных соперниц нет, айда завоевывать!

Сейчас в рассудительные «около 30» исключительно горизонтальные отношения не кажутся мне ни шокирующими, ни чересчур легкомысленными, ни безнадежными. В наше время между людьми возможно

Почему бы и нет

Ни у неё, ни у него никакого толком не было. Вокруг все по парам, и это немаложко угнетало. Сначала обоим честно ждали каждый свою вторую половинку, которую принято узнавать по мгновенным искрам и пронзающим молниям. Но половинки не торопились, молнии и искры тоже. А тут симпатичный человек на расстоянии руки, умный собеседник и, кажется, чувственный партнёр. А жизнь идёт, хочется не только дружеских бесед. «Почему бы и нет?» – неважно, кто первым задался вопросом и пошёл на оближение. Так возникла восхитительная, необременительная связь. Люди прямо договорились, что едва у кого-то возникнет «что-то настоящее», дуэт распадается.

Кому это надо: по словам психологов, это нужно всем. Когда заели

одиночество, рутина и работа, физиология требует своего, самооценка ниже нуля. А тут – просто праздник, южный курорт посреди зимы! Чем хороши такие отношения? Тем, что никакой ревности, свобода от обязательств, можно быть «смешной, распушенной и не играть словами». Можно расширить постельные горизонты, решиться на смелые эксперименты, которые стеснительно реализовывать с желанными и любимыми. Это же ничего не значит. Просто приятно.

Слабые звенья: голливудские режиссёры выдали самый «карманный» вариант перспектив, сняв «Секс по дружбе» и «Больше чем секс». Естественно, в финале оба партнёра наконец разглядели друг в друге красивую душу, следуют признание, статус официальной пары. Но ведь бывает по-другому, думала я при просмотре. Когда один-то разглядел, а вот вторая осталась безучастна. Одна уверена, что ходит на свидания, а второй по-прежнему считает себя свободным. Что делать, если от безответной любви она слоняется по углам? Как быть, если он обрывает телефон ненужными признаниями? Можно ли избавиться от ощущения, что тебя просто использовали?

Сухим из воды: выйдет тот, кто обладает спасительной эмоциональной глухотой. И непостижимым образом умеет разграничивать душу и тело. Почему-то среди пострадавших, как правило, в большинстве своём – прекрасный пол.

Передача опыта

Она считала себя новичком в искусстве любви, а его – искушённым

донжуаном и знатоком по «технической части». Или, наоборот, он был юным и неумелым, а она... Роли несущественны, просто кому-то понадобился наставник. Вторая сторона охотно поддержала инициативу.

Кому это надо: тем, кто обрывает комплексами из-за отсутствия близких отношений, испытывает страх перед близостью. Известно, что с любимым человеком дрожь достигает грандиозных амплитуд, из-за волнения всё идёт кувырком. А когда рядом кто-то опытный и доброжелательный, всё происходит спокойно, по плану.

Слабые звенья: сюжет «Даниса и Хлои» растягивался до неприличия. Но лично меня всегда интересовало: а что, если нового партнёра не устроит приобретенный опыт, если он приходит в экстаз от других способов? И ещё почему-то казалось, что это неестественно – «красть» первые впечатления, которые вообще-то должны предназначаться любимым и желанным. И ещё: что делать, когда курс полностью освоен? Устраивать символический выпускной и отпускать в «большое плавание»?

Сухим из воды: выйдет тот, кто точно знает, чего хочет. Скорее всего, «ученики».

Вести прикорм

У неё – дом полная чаша, прекрасный сынчика и очень надёжный муж. Правда, немного ленивый: нечастая близость – предел желаний. А она особа темпераментная, но дорожащая семьёй и стабильностью.

Поэтому появился, точнее, периодически появляется третий. Который дарит небо в алмазах и, сделав дело, удаляется. После свидания с сугубо определенными целями она порхает и улыбается, ласково целует мужа и балует сына. Каково «исполнительно действа», она предпочитает не задумываться.

Кому это надо: тем, кто испытывает дефицит интима, у кого сексуальные запросы выше, говорят психологи. Вот и ищет человек «добавки». А если в остальном в семье тишь да гладь, это даже не измена, считают некоторые — в основном мужчины.

Слабые звенья: как бы с тем, что близость — это еще и доверие? Почему постороннему нужно доверять то, что вообще-то предназначается близкому-родному? Если, pardon, «не хватает» или что-то не устраивает, взрослые люди садятся за стол переговоров и обсуждают проблему. Благо способов исполнить пробы и внести изменения хоть отбавляй. Так что стабильность и благополучие здесь лишь видимые. И еще: как приучить себя к мысли, что в остальное время «третьего» (жизни человека, между прочим) как бы не существует?

Сухим из воды: вероятно, выйдет «несвободная» сторона. Прагматизм — хороший щит от спонтанных увлечений. А вот второй участник может чувствовать себя «использованным».

Для здоровья

Признаться, данный вид «чисто физических отношений» до сих пор меня обескураживает. Уж сколько статей написано, сколько светил медицины высказались, что воздержание не наносит серьезного урона организму, а нет. Есть масса личностей, употребляющих партнеров противоположного пола, как витаминку, ради стабильности гормонального фона. Для этих целей у них существует более-менее постоянный приятель, проверенный временем и в каком-то смысле надежный.

Кому это надо: тем, кто не читает вышеупомянутые статьи и не слушает светил медицины.

Слабые звенья: секс для здоровья — расхожий миф, это ведь не утренняя пробежка. Гораздо важнее положительные эмоции, которые вообще-то желательно черпать в любимом человеке, а не в «поволовом партнере» — это первый минус. А вот второй: реальность неприглядна, нет гор золотых, нет синей птицы среди вороньих — увы, это так. Но, как пол певец Носков, среди всего этого есть приятное обстоятельство: «Я люблю тебя, это здорово». И это обстоятельство примиряет с несовершенством мира. А когда «обстоятельство» лишено романти-

но в трудную минуту барышни бегут за спасительной близостью...

Кому это надо: деловые, занятые и вообще современные люди в определенной степени обречены на одиночество. А с помощью таких вот «милых друзей» можно компенсировать нехватку душевного тепла, чтобы не чувствовать себя покинутым, потерянными, ненужными.

Слабые звенья: для наглядности приведу быль. Однажды такой же «шурик» влюбился по-настоящему. Но чувство осталось без взаимности: девушка, зная о его спасительной для других любовности, не восприняла всерьез признание. Понять ее можно: как уложить в голове, что с кем-то он занимался «этим» из человеколюбия, по сути глупо раздавая сокровенное.

Сухим из воды: выйдут все, кроме «шуриков».

Когда ее совсем не ждешь

Если послушать счастливые пары, складывается впечатление, что все ласты разминались так: она кормила с руки единорога, ася в грёзах и венке из ромашек, а мимо как раз проезжал он на белом коне... На самом деле жизнь — проза, и порой отношения стартуют из точки, которая больше подходит для рубежа, для перехода из платонической сферы в интимную. Это как у Ахматовой: «Когда

б вы знали, из какого сора растут стихи...» И против упрямых фактов не пойдешь: стихи продолжают расти, а горизонтальные общение подозрительно часто превращается в «жили долго и счастливо». То есть заведомо «чистая физиология» не означает, что непременно кто-то пострадает, исполосует сердце и душу шрамами. Но, соглашайтесь только на секс, нужно буквально вживить в мозг несколько пессимистических вещей: соприкасаться только кожей, в сердце не пускать, не влюбляться, не рассчитывать на чудо, не разговаривать по душам, не ревновать, не обижаться и не обижать. Теоретически это выглядит осуществимым, но получится ли контролировать чувства и эмоции в реальности?

Наталья ГРЕБНЕВА.



Соглашаясь только на секс, нужно буквально вживить в мозг несколько пессимистических вещей: соприкасаться только кожей, в сердце не пускать, не влюбляться, не рассчитывать на чудо, не разговаривать по душам, не ревновать, не обижаться и не обижать. Теоретически это выглядит осуществимым, но получится ли контролировать чувства и эмоции в реальности?

часского флера, применяется строго по назначению и в определенных дозах, так и заботится недолго. От тоски.

Сухим из воды: выйдут оба. При условии, что изначально преследовали одинаковые цели.

Для души

У Людмилы Улицкой есть пронзительная повесть «Искренне ваш, Шурик». Герой Саша Корн, воспитанный и добрый, преследует благие цели, всё время утешает женщин. Одной подарит благосклонность, чтобы не чувствовала себя дурушкой, другую ублажает в объятиях в трудный для нее момент. И всё баскорошно, всё от широты души. Жалея каждую и не любя никого. Его тоже никто не любит по-настоящему.



Почему дятел в лесу умер?

Большинство из нас ещё в нежном детском возрасте усвоило простую истину – ябедничать на товарищей некрасиво и стыдно. Однако опыт западных компаний, где доноительство не считается аморальным, многим нашим соотечественникам дал повод пересмотреть своё отношение к стукачеству. Ох нет, к «информаторству».

Кстати, у них на Западе даже не существует такого понятия, как стукачество. Так как готовность заложить ближнего воспитывается с детства. «Законопослушные граждане с активной гражданской позицией» выстраиваются возле кабинетов начальников в очереди, потому как «не имеют права скрывать сведения о том, что кто-то нарушил правила»: не закрыл сейф, отлучившись со службы, долго разговаривал по телефону о личных делах в рабочее время.

Есть в компаниях и профессиональные доносчики, получающие за свой «тяжелый труд» деньги. Те, понятное, стараются изо всех сил, чтобы оправдать «высокое доверие». Например, был

случай, когда работника компании «Кока-Колы» уволили после того как он выпил пепси на глазах у своего сослуживца. А тот оказался whistle-blower, буквально – «свистуном», на сленге – «доносчиком».

Наши «родненькие» карьеристы с готовностью вливаются культурные и корпоративные особенности иностранных компаний. И только от руководителя зависит, будет ли в его организации доноительство «цвести буйным цветом» или займется на корню.

«Как докатился до жизни такой?»

Держать начальство «в курсе» – целое искусство: у

одних этот дар от природы, другие стараются именно доношением заработать дивиденды и построить на этом карьеру.

«Ябеда обыкновенный» – просто по природе своей любит доносить. Такой «непокойный активист» всегда найдет причину для недовольства. К счастью, подобных индивидуумов немного.

«Наушник-самозащитник» самоутверждается за счёт своих «жестов»: не обладая особыми талантами, нашлет начальству, что и остальные «не семи падеёв во лбу». Например, как только осознает, что порученный ему проект будет провален, заранее свалит вину на других: «подстелет соломку» и ответит беду от себя, любимого.

Для коллектива опасны «заспанные казачки» – люди, решившие для себя, что они такие «серые кардиналы». Общаясь с коллегами, будут источать елей и патоку, а в кабинете начальства преподнесут сведения, умело расставив акценты. И если директор безоговорочно верит своему «заспанцу» – жди беды: ведь «казачок» может не передавать дословно информацию, которую получает в коллективе, а делать микс со своими собственными измышлениями. Среди таких работников много и тех, кто может мстить за нанесённую обиду, ведь с помощью жалоб на так уж сложно выжить неугодового человека из фирмы. Вот как, например, в этом случае: «Я начал влиять на ситуацию в коллективе. Можно было увольнять тех людей, кто мне не нравится. Девушка опаздывала на пять-десять минут, а я говорил, что это полчаса, час. Благодаря мне уволили двух человек». А на место уволенного «Дятлов» постарается «засунуть» своего человека. «Надо взять одного моего хорошего знакомого. У него опыт, он сговорчивый, в общем, золотой человек. Ну, конечно, все решать, безусловно, вам, Марьяна!» Сами понимаете, с помощью таких фраз, он с лёгкостью добьётся своего.

Как убить «дятла»

Вам не повезло, и вы работаете именно в той компании, где «информаторство» процветает? Учтите, что бороться с «шептуном» сложно, если само руководство благоволит ему. Но вы дорожите своим местом, поэтому соблюдайте «технику безопасности»:

- постарайтесь избежать общества доносчика и не делиться никакими сведениями: ни о своей личной жизни, ни о своём мнении по поводу начальства, просто молчите и занимайтесь своей работой, в противном случае рискуете испортить себе карьеру

- питаю ли страсть к интригам? Прилюдно «рассекреть» доносчика, если весь коллектив окажется единодушен в негативном отношении к «информатору», то он, скорее всего, покинет фирму.

Как, например, в этом случае: «Директор вызвал к себе начальника отдела продаж и сообщил, что получил от одного из сотрудников этого подразделения информацию о систематических нарушениях трудовой дисциплины. И, соответственно, приказал разобраться в ситуации и раздать всем «свистрам по серьгам». Чтобы не деморализовать коллектив, начальник отдела сказал своим подчинённым следующее: «Принято решение руководства о поощрении г-на [за прекрасную работу по поддержанию порядка и выявлению нарушения режима работы другими сотрудниками, которое выразилось в том-то и том-то]. Через неделю в отделе появилась вакансия».

- информаторов несколько? Стравите их между собой: им будет чем заняться и отвлекаться на остальных работников они не станут.

Или просто задумайтесь: кто вами управляет? Раздавая штрафы и увольнения по наводке провокатора нужные кадры, директор сам себе наживает проблемы. Медленно, но верно разваливая дружный коллектив.

Подготовила
Настя АЛЕКСЕЕВА.

Если человек не может позволить себе ни минуты, чтобы расслабиться на работе, ему грозит хроническая усталость, апатия, стресс и профессиональное выгорание. Конечно, долго отдыхать на рабочем месте нам никто не позволит, но у нас есть пара минут ежедневно и законный обеденный перерыв, нужно просто научиться пользоваться этим временем так, чтобы работа была в радости.

Марина Орехова, психолог

«Отвлечься от работы, отдохнуть и набраться сил поможет любая смена деятельности: засидевшийся офисный работник может сделать гимнастику, а человек, работающий за станком, наоборот, присесть минут на пять с книжкой или кроссвордом. Кстати, если у вас в руках будет словарь иностранного языка, можно не только отдохнуть, но и потренировать память. Например, выписать 20 первых попавшихся слов, запомнить их и воспроизвести в той же последовательности».

Жанна, менеджер

«Усталость в рабочее время – обычное дело, но с ней никто не борется, считая, что отдыхать нужно после работы, а не во время. А это неправильно, ведь если не беречь себя, можно и допла «гореть». Поэтому обязательно нужно выделить время для восстановления энергии вашего организма. Я, например, отдыхаю так: беру ручку, блокнот и максимально сконцентрировавшись на работе, составляю список дел, обозначаю их рейтинг по степени важности и срочности от одного до десяти. И безжалостно вычеркиваю всё, что получил оценку ниже шести баллов. Эти дела распределяю на несколько дней недели, или делаю вывод, что их можно не делать совсем. Занимает это минут 15. Такой перерыв позволяет мне «душу отвести» и спасает оставшееся время».

Алина, маркетолог

«В любой организации есть регламентированное время обеда. Я использую его по максимуму: ем с душой все 45 минут, превращая еду в культ. Или иду в какое-нибудь ближайшее недорогое кафе – перемена мест и прогулка прекрасно помогают мне отдохнуть. Даже если на обед у меня яблоко или бутерброд, я не тороплюсь оставшееся до конца обеда время посвящать работе. Это мои законные расслабляющие минуты, когда я могу просто закрыть глаза и подумать о чём-нибудь приятном».

Андрей, директор

рекламной фирмы
«У нас есть ритуал: каждое утро и в промежутках между

Слово «работа» – женского рода, «отдых» – мужского. И отдыхать нужно так, чтобы между этими словами сохранялось эротическое влечение: проще говоря, чтобы «отдых» хотел «работу».



Заведи «Моторчик»

работой вместе со всеми сотрудниками идём на кухню и за столом обсуждаем какие-то новости, делимся приятными событиями и заряжаемся друг от друга положительной энергией, повышая себе настроение. А если хочется размяться, я, например, иду на обход по кабинетам, проверяю, как выполняются задания заказчиков и заодно прогуливаюсь: офис у нас большой, так что минимум 15 минут пешего шага у меня есть».

Евгения, отдел кадров

«Когда я чувствую, что от документов у меня начинает рябить в глазах, я откидываюсь на спинку стула, закрываю глаза и мысленно переносюсь в какой-нибудь райский уголок, куда я бы мечтала поехать. Этих нескольких минут обманного путешествия по миру мне хватает, чтобы отдохнуть хотя бы в мыслях где-нибудь на тёплых берегах».

Николай, врач

«Напряжение от монотонной работы поможет эффективно снять коллективный хохот или, если хотите, гогот и даже ржание, ведь пополнение жизненных сил за минуту смеха равносильно трём часам сна. А можно включить что-нибудь, что расслабляет вас лучше всего: музыку или релакс – диск с шумом океана. Чем спокойнее звук, тем больше вероятности, что вы успокоите сердце и нервы».

Алла, секретарь

«Для меня лишней поводом отвлечься – навести порядок на рабочем столе или разложить на мониторе коротенький пейзаж, или прочесть про себя стихи. Времени этого много не займёт, а отвлечёт прекрасно: и расслабит, и одновременно даст заряд бодрости. А ещё я тихонько, чтобы никто не видел, поправляю макияж: достаю своё любимое зеркальце, приподнимаю носик и радуюсь своему прекрасному отражению в зеркале. Или просто звоню своему любимому человеку. Несколько минут разговора с ним поднимают мне настроение». Помните в «Маленьком принце» был персонаж «Деловой человек», который был «так занят, что даже головы не поднимал». В реальном мире тоже можно встретить таких – очень деловых людей – с любимой фразой: «Я не могу позволить себе ни минуты отдыха на работе». Правда, и «перегорают» они довольно быстро.

Пресс-совет

Освободиться от усталости и «перезарядить аккумулятор» поможет самомассаж.

- Быстро потрите пальцем по ладони, а затем разогретыми руками щеки вверх-вниз
- Сожмите руки в кулаки и энергично погладите внутреннюю и внешнюю стороны предплечья
- Большим пальцем нащупайте впадину в основании черепа, нажмите и, сосчитав до трёх, отпустите
- Потрите верх стула рукой или пяткой другой ноги.

Подготовила
Настя АЛЕКСЕЕВА.



Наверное, нет в мире такой женщины, с которой ни разу не случалась истерика. Но не всякое явление, как известно, должно переходить в правило

Истерика: спасайся, кто может

Откуда это в нас?

В современном русском языке истерика — это демонстративное поведение с крайними эмоциональными реакциями (слёзы, смех, крики) и даже судорогами. Истерия считается исключительно женским недугом, хотя встречается и у мужчин. Почему женским? В древности лекари сделали вывод, что у женщин ненормальность и ярость случались тогда, когда matka начинала блуждать по телу. Конечно, с этим в итоге разобрались, но название так и осталось — от древнегреческого *hystera* — «матка».

Древние древними, но, согласитесь, есть такая чисто женская черта — получить жёловое криком, ультиматумом, истерикой, «болезнью» здесь ни при чём, ведь большинство таких экстравагантных поступков — следствие обычной несдержанности и невоспитанности. С такими «заведущими» мы чаще всего и встречаемся в жизни.

«Моя жена ревнивая женщина. Звонит моим коллегам по работе (женщинам) с угрозами не приставать ко мне и не звонить мне на телефон. А звонят-то ведь строго по работе. Ходит даже к нам домой для разборок. Вот что с ней делать, ума не приложу? Разводиться не хочу, так как могу потерять мою любимую дочь, с которой видется она мне после развода точно не даст! А из-за неё стыдно друзьям в глаза смотреть».

Получается, я не глава семьи, раз не могу присмирить свою жену?»

✉ «В моей жизни есть знакомая, у которой всегда что-то происходит, после чего она встречается со мной и так жалостливо рассказывает истории, что приходится рыдать вместе с ней. Всё бы ничего, если бы это не было так часто и от её поведения не страдала семья».

✉ «У нас в группе у одной девочки истерика началась прямо на паре. У неё лабораторная работа не получалась, пара уже к концу подходила, все сдали, а она все тняла. И преподаватель имел неосторожность пошутить над её умственными способностями. У-у, как она психовала, какой отборный мат посыпался из её девичьих уст. При всех! Мышь и клавиатура улетели за монитор, монитор получил нехилый удар. В общем, сорвало девушку».

Психологи давно сделали вывод, что такие женщины, как правило, воспитаны в семьях, где у них не было никаких ограничений, и любой их каприз исполнялся беспрекословно:

«Лишь бы дитё не плакало». То есть своего расцвета истерия достигает под влиянием воспитания и при отсутствии сдерживающих факторов. От мужей, кстати, тоже многое зависит. Зачастую мужья сами позволяют жёнам-истеричкам «сохранить и приумножить» бывшие «боевые» навыки. «Когда моя жена мне закатывает

грандиозную истерику и долго не может успокоиться, я просто говорю: «Хочешь ударить? Ударь». Она залепляет мне пощёчину и успокаивается. Потом прощение просит. Вот такая самоотверженность».

Сталкивались с такими женщинами, кричащими на мужей, обвиняющими их в изменах, устраивающими сцены на улице по поводу и без? Сцены, устраиваемые ими, действительно пугающие, и многие не знают, как справиться с их «действиями». Конечно, можно попробовать найти с ними общий язык, пообещав, что пойдёшь на уступки: глядишь, она и сменит гнев на милость. Да только истерички, как правило, испробовав раз подобный стиль отношений, сознательно делают его образом жизни.

Сделайте тише!

Поэтому, если вам посчастливилось встретиться с истеричкой, помните: человек такого склада воспринимает мир, как театр. Наедине с собой истерикам скучно, они быстро вянут. Им нужна публика, которая бы восхищалась или обращала внимание на них. Если такая личность терпит сознание от чувств, она обязательно упадёт на диван или мягко опустится на пол, чтобы не ушибиться — истерика истеричкой, а боль неприятна.

Противоядие: начинаются «истерические пляски» — молча уходите. Такая женщина играет на публику, устраивая театр одного актёра: пока есть зритель, пьеса идёт на ура, желания исполняются. Нет зрителя — нет смысла устраивать подобные выступления.

Истерики способны лгать постоянно. Причём их обман отличается от лжи обычных людей: когда человек обманывает, он обычно испытывает страх разоблачения и угрызения совести. Истерики лгут обиденно и с невинным выражением лица, ведь они настолько входят в образ, что сами верят в то, что говорят.

Противоядие: вам угрожают покончить с собой и даже находят несколько минут, чтобы написать слезливое прощальное письмо? Могут даже сделать попытку, например, схватить нож или демонстративно выпить таблеток? Да вот только за нож хватаются в вашем присутствии, чтобы вы вовремя смогли остановить неразумную руку. И таблетки льются в таком количестве, чтобы не отравиться. В этом случае забудьте о правилах, что женщин бить нельзя — пощёчина приведёт её в чувство.

Подготовила
Настя АЛЕКСЕЕВА.

«Ехали на тройке с бубенцами»

«Ехала в маршрутке в прекрасном настроении. На остановке вошла женщина. Пока пробиравась на освободившееся место, растолкала всех своим торсом и оттоптала ноги. На мою просьбу: «Не могли бы вы быть поосторожнее» разразилась такой отборной бранью, что я выскочила на ближайшей остановке словно ошпаренная».

Для чувствительных натур такая ситуация может обернуться надолго испорченным настроением. Они будут постоянно прокручивать неприятную ситуацию в голове, возвращаясь к ней снова и снова, постоянно придумывая всё новые, но так и не прозвучавшие ответы. Хотя пострадавшему нужно было сделать всего одну вещь: посмотреть пристально на обидчика и про себя сказать: «Это не мои проблемы». Действительно, может «тётка» с утра в дух и прах разругалась с мужем или ребёнок ей нахамил. А может, из-за своего противного характера она живет и вовсе одна или если кто-то и поналяется у неё, то, скорее всего, сверкая пятками, тут же скрывается за горизонтом. Вы же, симпатичная и воспитанная, не жалейте о том, что не ответили ей в её же стиле. Ваше молчание её ещё больше раздражит, ну и пусть несёт за собой этот шлейф плохого настроения. Это не ваши проблемы.

«На работу, куда, на работу»

Был случай, когда перекинулась с коллегой парой слов, а шеф, сидящий рядом, почему-то стал на повышенных тонах выговаривать за невыполненное задание. Заодно припомнил прежние промахи и пригрозил чуть ли не увольнением».

Конечно, есть вариант, заламывая руки со слезами на глазах скрыться в дамской комнате, просидеть там до вечера, а к концу рабочего дня с опухшим от слёз лицом и трясущимися руками написать заявление об увольнении. А может, просто с холодной головой подумать: что вы сделали не так и где ошиблись. И если окажется, что вы действительно виноваты во всех грехах, приписываемых вам, то нет ничего удивительного, что он сорвался. В ином случае не стоит искать причину — любой работник, даже самый исполнительный, ответственный и аккуратный, может попасть в такую ситуацию. И здесь дело уже не в вас, а в начальство. Подумайте, может, он пять минут назад получил такой же нагоняй от вышестоящего начальства или это какие-то другие неприятности, не связанные

«Не мои проблемы»

Согласитесь, неприятно слышать эту фразу в ответ на какую-либо просьбу. Хотя, с другой стороны, в некоторых случаях она может помочь сбросить и нервы, и хорошее настроение

с работой. Начальник тоже человек со своими слабостями и своими проблемами. Но это его проблемы, а не ваши.

«Вот было б весело в компании такой»

«Шла с работы мимо компании молодых людей. Когда прошла их, услышала за спиной взрыв хохота. Что их так могло развеселить — тушь потекла, колготки «поползли»? Пока до подъезда шла, оглядывала себя с ног до головы, неприятное состояние».

Ну и кто вам сказал, что темой обсуждения были именно вы. Даже если они на вас смотрели. Не опускаться им глаза всякий раз, когда кто-то проходит мимо. Скорее всего, болтали они о вещах, не имеющих к вам никакого отношения, мнительная вы наша. Вспомните, а вам не приходилось ставить людей в неловкую ситуацию? Например, когда вы с подругой, сидя в транспорте напротив незнакомой женщины, обсуждали сверек и, подглядывая на визави, хихикали, потому что та чем-то напоминала матушку мужа. Чувствуете, каково было той женщине? Она же не знала, что у вас просто хорошее настроение.

С другой стороны, не исключено, что вам просто встретилась озорная компания малолетних шалопаев, они подобным образом самоутверждаются. Но ведь это их проблема.

«Как безмерно оно, притяжение земли»

«Мужчина на третьем свидании пригласил меня в ресторан.

Там на глазах у всех в красивом платье, модных туфлях и ярком макияже я растянулась на скользком полу. Ещё и официанта с подносом за собой потянула. Это невозможно забыть».

Неприятно, стыдно, неловко. Но не конец же света! С каждым человеком случается что-то подобное, когда на ровном асфальте или полу словно кто-то в бок толкает. Комплексовать и всячески увиливать по поводу собственной неловкости незачем — это просто маленький промах. Сегодня не повезло вам, завтра — кому-то другому. «Концерт» для собравшейся публики можно закончить просто. С улыбки сказать что-то вроде: «Такое случается только со мной» или в стиле Раневской: «Дайте же руку, народные артистки на земле не валяются!». Не если окружающие люди ведут себя неадекватно, усугубляя неловкость вашего положения, это характеризует только их недостаток воспитания. А это уже не ваши проблемы.

Проблемы появляются тогда, когда мы сами их провоцируем: хамим в транспорте, не благодарим за помощь, сорочка кричим на кого-то. Пусть такое в нашей жизни случается реже. А чтобы облегчить себе жизнь, отличайте свои проблемы от чужих.

Настя АЛЕКСЕЕВА.





Близкие люди. Ближе не будет?

... — А я и не плачу, — гордо ответила спина и «убедительно» вздрогнула... Что делать дальше — неизвестно. Сильная красивая Юлька плакала у окна. А я, её начальник, друг и просто растерянный мужчина, не знал, как привести в чувство сотрудника...

— И за работы? Чем-то обидел? — глупо брякнул я.

— Ма-а-а-а, я тебя умоляю, — пропела Юлька с явными слезливыми нотками.

— Тогда из-за чего?

— Потому что обидно о-о-о, — шмыгнула носом и тоненько взвела коллега.

Через час в моем кабинете можно было вешать топор и устраивать на столе экспозицию «тысяча способов скомкать бумажную салфетку». Юлька, которая в миру была «Юлия Николаевна, специалист-консультант», сидела с опущенным лицом. А я уже не чувствовал себя мудрым шефом, превратился в спящего котенка. Да, мисс консультант, умеете вы формулировать вопросы. А что спросила-то? Всего лишь:

— Макс, а что такое душевная близость?

— Признаться, от волевой Юльки не ожидал. Оказываются, наша гордость с головой окунулась в роман с женатым. И утонула в чувствах. Увы, не совсем взаимных.

— Макс, он добрый, умный и щедрый, — шоботала она. — Он внимательный и заботливый, вот только женатый...

В общем, банальная история. Юлька задумала рядовое преступление: увести любимого от супруги. Как женщина умная, разработала индивидуальную стратегию: не равновать, не скандалить, не предъявлять претензии. Заботиться, баловать, холить и лелеять. Быть всегда легкой, задорной, веселой, ничего не требовать, только отдавать и дарить. Словом, сыграть на контрасте с законной супругой, которая, по Юлькиному мнению, палец о палец не ударяла ради второй половинки. И была душой далека от него, как холодная луна. Но Юлькину нежность и заботу мужчина не торопился замечать.

— Макс, ну как тебе такое? — Юлька вновь вскидывала тонкие запястья. — Машину и дачу он ей купил: «Маша хотела с цветами возиться, вот пусть душу отводит». Откака она ни в чем не знает, только и слышу: «Маша то,

Маша се». Клянусь, Макс, я бы смирилась с ее наличием, если бы видела ответные движения. Но ведь эта Маша — потребитель до мозга костей!

Я до последнего сомневался, действительно ли неизвестная Маша «без стыда и совести». Всё-таки Юлька — лицо заинтересованное. Ей, как любящей до истерики, всегда будет казаться, что предмет очарования заслуживает большего. И только она может дать ему вдоволь любви и ласки. Но тут Юлька выхватила козырный туз из рукава:

— Да чего там, он при своей Маше даже носков не снимает!..

Я глупо захохотнул.

— Может, у них дома холодно? Или у него неприличные татуировки на ступнях?

Юлька смерила взглядом и убила откровенностью.

— Нет, просто Маша сказала, что у него ноги грубые. Представляешь? И потребовала, чтобы он спал компактно, не касаясь ее своими «шершавыми лапами»!

Я так и сел. Просто вспомнилось...

Спиной не поворачиваться

..Не знаю, как называлась болезнь, случившаяся с моим другом Вовкой в раннем детстве. Последствий не осталось, если не считать проблем со спиной: к вечеру, когда Вовка уставал, на позвоночнике отчетливо выделялся острый бугорок, один из позвонков начинал жить собственной жизнью. Вовка это причиняло боль, он пожимал навзничь и бледнел до синевы. И смотрелось это не слишком привлекательно. Как в фильме «Чужой», будто злой и угловатый «подселенец» решил покинуть Вовкино тело. Однажды мы стали свидетелями «обострения», купались летом на речке... Вовку было жалко, человек мялся и скрипел зубами от боли. Кто ж знал, что одного зубного скрежета эпизодическому позвонку окажется мало...

Вовка женился. Мы стали реже встречаться, да чего там, совсем пропали из виду. А потом он позвонил и огоршил:

— Привет. Надо встретиться. Я развожусь.

..Вовкина супруга оказалась чудовищной эстеткой. Этот «выпритивающий» позвонок стал слишком серьезным испытанием для её натуры. Она не позволила Вовке появляться «пред светлыми очами» с обнаженным торсом. Не хотела, чтобы ночью он спал без пижамы, даже в летнюю жару. Её психику травмировало, если ночью он поворачивался к ней спиной, а оттуда угрожающе выпирал болезненный «треугольник».

... — А ведь я так её любил, — грустно откровенничал друг и бросал утками сухарики. Обитательницы пруда, возле

которого мы заливали Вовкину трагедию плавом, шустро хватили добычу. — Прямо как Ляпис-Трубецкой пел «Я выпугивал её глупую собачку». Баловал, забавлялся подарками, даже из вагончика на руках выносил...

Он вздохнул и сыпнул прудовым обжорам щедрую горсть сухарей. Я беззлобно открыл очередную пивную емкость и протянул другу.

— Глупо, Макс, как глупо. Я ей душу открыл, сердце отдал, себя всего с потрохами вручил. Мне казалось, мы близки. Когда любишь, то принимаешь со всем ливером. А тут попросили спички на поворачиваться...

...Через год меня пригласили на свадьбу — принимали поздравления Вовка и одна милая девушка. Гордый жених держал прямо спину, а невеста влюбленно смотрела на него.

— Она особенная? — спросил я во время перекура.

— У неё волшебные руки, — задумчиво сказал Вовка. — Когда гладит по спине, обнимает, ничего не болит. Специально ради меня освоила лечебный массаж, к врачам ездит вместе со мной... Да, она особенная. И руки у неё золотые.

Я улыбнулся. Не в руках дело...

две стороны близости

— Так что именно тебя обижает? — я решил вернуться к Юлькиной теме. — То, что он купил Маше всякой всячины, а тебе нет? При всём том, что ты не имеешь ничего против его грубых лап...

— Сдались мне эти дачи и машины, — опять вскрикнула Юлька. — Понимашь, я его люблю, мне он весь, целиком нужен. С прыщиками и морщинками, в плохом настроении, с ранней седой и переживаниями по поводу работы. Мы близки, может, даже чересчур. Он всё мне рассказывает, делится... Наверное, зря это делает. Ведь заодно скармливает мне рассказы про Машку. А я её ненавижу. Потому, что ей он не нужен, но он у неё есть.

— Юль, — я протянул несчастной сотруднице очередную салфетку, — неужели дело только в ногах?

— Да всё у него нормально с конечностями!

— взорвалась специалист-консультант. — Я ему ванночки делала, с солью и маслами, кремом мазала! Все там в порядке!

Тут я смутился, так как не мог представить интеллектуалку Юльку, омывающей ступни влюбленного. Прямо японская живопись «Влюблённая гейша»...

Может, холодность неизвестной Машки — месье за супружескую неверность? Поди, подозревает женщина, что супруг её не образцов преданности, вот и талдычит про его «дефекты»? Ведь, господа и дамы, что есть душевная близость? Это отсутствие защитных барьеров. Ты сознательно ломаешь их, самостоятельно допускаешь человека в святую святых. Поэтому раны, нанесённые близкими, почти смертельны. Вон Юлька сидит, раненная навзрыд, и кланяется больше не подпускать никого. Если разобраться, что её огорчает? Что близкий мужчина принадлежит другой — женщине, соблюдающей дистанцию, не анимаксующей в его проблемы. Холодной, ровной, увлекающейся цветочеством? Но при всей своей отстранённости женщина Маша не стала для мужчины чужой и далёкой. А Юлька, распаривающая его ноги в ароматной воде, поющая оды во славу, стёршая границы и разрушившая барьеры, не стала ближе и желаннее. Выходит, степень осведомлённости о физиологии (пардон!) не имеет значения?...

Я почему-то подумал о Серёге.

«И мне до тебя, где ты ни была...»

Это история вечного мытаря. Может, какому-нибудь упадническому поэту она показалась бы счастливой, но я не испытываю восторга...

Мой друг и ровесник

Серёга с юношеских лет влюблён в одну фееричную барышню. Которая, вот те на, тоже испытывает нежные чувства, однако попутно умудряется крутить романы с другими, выходить замуж, разводиться. И всё это — не прекращая бойкой переписки и встреч с Серёгой. Чтобы не рвать сердце в разлуке с фееричной, Серёга в прямом смысле забирается к чёрту на кулички: командировки в Сибирь, поездки в Тайвань и Южную Америку. Думаю, впереди космический туризм. Возвращаясь, он вскачь несётся к ней, чтобы вручить очередные индейские бусы или живописные булыжники. Она сияет, он пьянеет от счастья. Как будто не было между людьми разномыслия, расстройств, других мужчин и женщин!... Однажды я спросил Серёгу, зачем он всё время бежит от фееричной и возвращается обратно. Ответ заставил почестать затылок:

— Не знаю, Макс. Я всякий раз пытаюсь доказать себе, что могу с ней расстаться, могу от неё уйти. И постоянно ошибаюсь. Уезжаю — только о ней и думаю, брожу по экскурсиям в забытом азиатском уголке и разговариваю с ней в мыслях... Пробовал уезжать без предупреждения. Вернулся, в аэропорту настигло sms от неё, вот смори: «Как ты, где ты? Тепло ли там на твоей планете? И всё, поняла, что ближе ей у меня нет и не будет».

Я остолебенел. Серёга простил бы ей десяток романов и замужество, но не дай Бог однажды, во время следующей попытки бегства, опоздает её сообщение... Такая вот душевная близость, господа хорошие...

...Я не знаю, чем определяется близость людей. Отсутствием ли защитных барьеров, желанием знать всю подноготную, умением молчать вдвоём, способностью чувствовать друг друга за тысячи вёрст, наверное, всем вместе и по отдельности. Но без любви здесь не обойтись, вот ведь незадача. И, глядя на салфеточную инсталляцию, устроенную Юлькой на моем столе, я искренне желаю, чтобы её мужчина прозрел. А если нет, то пусть всю жизнь бродит в носках, желательных и в лютую жару. Поделом будет.

Макс ПОЖАРСКИЙ.





Её путь к мировому признанию не был стремительным, но сегодня Лару любят миллионы ценителей качественной музыки, а её голос входит в десятку золотых на планете, по мнению Британской королевской академии музыки. В многочисленных интервью она признаётся, что уже не так радела к насмешкам и верит в то, что жизнь только начинается

Лара Фабиан: «Я верю в сегодня»

«Вулкан, покрытый снегом»

Так говорит о своём характере Лара, ведь в ней перемешалась бельгийская и сицилийская кровь.

Однажды Пьеру Крокеру, будущему папе Лары, позвонил друг с просьбой встретить сестру, приехавшую из Сицилии в Бельгию первый раз. Пьер откровенно как мог по важной причине — ему предстоял ужин с девушкой, с которой он был помолвлен. Но услышав: «Ты же мой друг, ты должен помочь мне», поехал на вокзал.

Он увидел, как из поезда вышла девушка в чёрном платье с ниткой жемчуга.

Он представился, «Луиза» — услышал в ответ. И понял, что едва не проворонил своё счастье.

Они поженились, и в январе 1970 года у них родилась дочь. Имя девочка дала мама. Лара — так звали героиню её любимого фильма «Доктор Живаго».

Родители воспитывали Лару исходя из тех ценностей, которые были для них приоритетны. «Для мамы самым важным является семья, дом, для папы —

прагматизм, логика, материальная сторона. Поэтому и результат получился очень интересным — я жизнерадостный, солнечный человек, но могу быть и прагматичной, и приземлённой. И это сочетание двух систем ценности. Я — идеальное сочетание мамы и папы».

В семье Лары пели все. мама обладала красивым голосом, папа великолепно играл на гитаре, ничего удивительного, что любимым детским занятием стало пение. Начав петь в четыре года, в пять она заявила отцу: «Я певица!». Хорошо, — услышала в ответ, — мы купим тебе пианино и отправим учиться».

На пианино, которое ей купили, она и сочиняла свои первые мелодии. «Мои родители учили меня, что музыка — это способ быть счастливой. Когда ты поёшь, играешь на музыкальном инструменте, даришь музыку кому-то — ты живёшь и ты счастлива».

В 8-летнем возрасте Лара начала обучаться вокалу в Брюссельской королевской консерватории, с 14 лет под аккомпанемент отца на гитаре выступала в ресторанах и клубах, а в 16 лет дебютировала на большой сцене в рамках конкурса Евровидения

с песней «Croire» («Верить»), заняв четвёртое место. Молодой певицей всерьёз заинтересовались европейские звукозаписывающие компании, и впоследствии пластинки с её песней были проданы полумиллионным тиражом

В поисках себя

«Европа — замечательный континент, но слишком уж консервативный! — скажет она позже. — Вы сочиняете собственные песни, вы ощущаете свой потенциал, вы хотите идти своим путём согласно своим ощущениям. Но в вашей жизни возникают люди, которые начинают авторитетно указывать, что и как вы должны делать. Я не захотела идти на компромиссы. Я просто переехала в страну, которую считала более свободной».

Так Лара «сбежала» на другой континент, в Канаду, в Монреаль. Компанию ей составил друг, соавтор и продюсер Рик Эллисон.

В Монреале, достаточно известной и любимой в Европе Ларе, пришлось начать всё с нуля. Её первый диск, записанный в Канаде, назывался просто — «Lara Fabian» и появился на свет благодаря финансовой помощи отца. Фабьен — девичья фамилия её матери. Выбирая этот сценический псевдоним, Лара исходила из того, что эту фамилию легко произносить на любом языке.

Её мощный голос и романтический репертуар привлек многочисленную публику, которая окажет певице тёплый приём на каждом её концерте.

Но главной оценкой творчества Лары оставалось для неё мнение родителей.

«Мама и папа никогда не делали поблажек типа наша девочка «самая лучшая». Отец всегда был для меня самым главным и очень строгим судьей. Даже если его что-то трогало, он говорил: «Ну у тебя определённо есть способности и ты кое-чего достигла, но нужно идти дальше».

А для мамы я — её девочка, её дочка: «Ты поела, ты не замерзла, как твоя кожа, ты хорошо спала?» «Мамочка, всё нормально, послушай песню!». «Ладно, ладно, — отвечала она, — всё нормально, садись поешь». В нашей семье никогда не было такого отношения ко мне: «О, Господи, наша дочь «звезда»».

Её популярность в Канаде набирала обороты, она выпускала один за другим новые альбомы, участвовала в различных музыкальных фестивалях и номинировалась на престижные музыкальные премии. А вот критики её не щадили. «Некоторые издательства просто набрасывались на меня, но в какой-то момент я просто поняла, что чем-то спровоцировала такое отношение к себе. Что-то было

в моих действиях, что цепляло их и заставляло «жалить». И тогда я стала анализировать своё поведение, манеру держаться. Я пересматривала все свои интервью, прислушивалась к каждому своему слову. Я была в отчаянии, но я села и задумалась: «Что ты сделала, Лара, что послужило причиной такой ненависти?».

Но в конце концов она смогла растопить и сердца критиков, став «Лучшей исполнительницей» и получив награду за «Лучший концерт». А вскоре бельгийка Фабиан становится канадкой.

Выбор и предначертание

«Я верю, что это предначертан-

ное и то, что мы выбираем. Например, мы встречаем мужчину и безумно в него влюбляемся. Мы делаем этот выбор — безумно в него влюбиться. А потом что-то не складывается, и мы думаем, что наша любовь, которая не сложилась, разрушает нас, и мы решаем, что это было предначертано. Но предначертано было лишь то, что вы должны были встретить этого мужчину, вы ответственные за то, что отношения не сложились и вы позволили этому поражению взять контроль над вами и вашими чувствами».

В Париже, во время европейского турне, Лара знакомится с Патриком Фьори «красавцем Феба» из мюзикла «Notre-Dame de Paris». Их роман был стремительным и так же стремительно развалился. Вместе они были меньше года, оба тяжело и болезненно переживали разрыв, причина и повод которого так и останутся тайной, ибо ни один из них эту тему не затрагивают.

«Этот мужчина, которого я любила больше всего на свете, это единственный человек, о котором я могу сказать, что любила его больше, чем самого себя. Я счастлива, что встретила мужчину, который не любил меня.

Когда ты слишком сильно любишь, любишь до такой степени, что отрываешься от себя, теряешь себя, ты расторяешься, перестаёшь быть сама собой, перестаёшь уважать себя. И очень хорошо, когда в такой ситуации не любящий вас мужчина своей любовью учит вас тому, что так жить нельзя, что это неправильно».

Пройдёт немало времени прежде чем Лара встретит мужчину, с которым захочет создать семью. «Это самая прекрасная новость, которую я могла вам сообщить», — напишет она о беременности на своём сайте поклонникам. Действительно, певица неоднократно говорила в интервью, что не будет чувствовать себя полностью счастливой, если не станет мамой.



Лара Фабиани
Патрик Фьори

«Я верю в сегодня и не верю в завтра. Мы живём здесь и сейчас, то, что приходит с тобой сейчас, и есть единственный шанс полететь. Прошлое уже прошло, завтра может и не быть. Мы можем задумываться о своём будущем, но я не думаю, что нужно чётко говорить о своих целях, планировать будущее, нужно планировать то, что собираешься сделать сейчас, и делать это. И тогда моменты настоящего, сливаясь воедино, формируют наше будущее. Это моё убеждение».

Отец девочки — известный французский режиссёр Жерар Пуллино. «В какой-то момент мы встречаемся с кем-то взглядом и понимаем, что это наш человек. Не потому, что он красив или знаменит, или богат, а просто потому, что у него такие же ценности в жизни и он смотрит в жёме же направлении. Я поняла, что встретила своего мужчину».

О дочери же Лара говорит так: «Я не желаю ей, чтобы она была чьей-то дочерью, я желаю, чтобы она была Лу Получино, чтобы она была сама собой».

«Каждый шаг необходим как часть вашего большого пути»

«Я верю в сегодня и не верю в завтра. Мы живём здесь и сейчас, то, что приходит с тобой сейчас, и есть единственный шанс полететь. Прошлое уже прошло, завтра может и не быть. Мы можем задумываться о своём будущем, но я не думаю, что нужно чётко говорить о своих целях, планировать будущее, нужно планировать то, что собираешься сделать сейчас, и делать это. И тогда моменты настоящего, сливаясь воедино, формируют наше будущее. Это моё убеждение».

Она прекрасно разговаривает на английском, французском, итальянском и испанском. «Я не думаю, что существует такой язык, на котором вообще нельзя петь. Мне кажется, что всё зависит от того, что человек вкладывает в язык, на котором поёт. А какой самый мелодичный? Конечно, английский имеет прекрасный ритм. Но для меня самым мелодичным языком все-таки является итальянский. Он лучше всех сочетается с музыкой. Именно итальянский я люблю больше всего за его потрясающий ритм».

Обладая уникальным, сильным и драматичным голосом, которому подвластен любой репертуар, — от французского шансона до оперных арий — Лара Фабиан поёт на нескольких языках: французском, английском, итальянском. И русском.

Один из счастливых побывавших на её концерте в Москве, так описывал выступление Лары: «Не заискивая перед публикой,

без трюкачества и шикарных костюмов, без шуточных номеров и без блестящих дуэтов, музыка с одним пианистом или с тремя музыкантами на сцене... она великолепна...»

В Интернете есть популярный ролик, снятый на концерте в Ниме, когда весь зал поёт Ларе песню, заменив в ней слова с «Je t'aime» — «Я тебя люблю» на «On t'aime» — «Мы тебя любим». И она не может сдержать слёз. Разве не этого ищет любая дива? Не такого ли любовного признания?

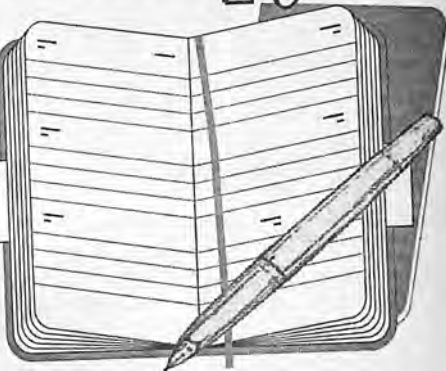
Подготовила
Настя АЛЕКСЕЕВА.



Лара с мужем
Жераром Пуллино

На расстоянии руки

В толще блокнотике, испещрённом сердечками и зайцами в бантах, собрана вся девичья премудрость. Покажите школьницу, которая в перерыв «до 16 и старше» не выписывала для дисциplinательные строчки на листочек в клеточку. Мутт «Баллада о прокурорном ватоне», там россияни Эдварда Асадова. А последняя запись и вовсе крик души: «Худший способ скучать на человека — быть рядом и понимать, что он никогда не будет твоим». Маркес. И разминистное резюме: «Ненавижу!!!»



Я

Я живу в красной пятиэтажке, Настя — в белой кирпичной высотке, мы соседи. У неё молодые родители и вредный папик Кузя. Настя красивая девочка и совсем не задавака. Когда возвращается из музыкальной школы, размахивая скрипочкой в футляре, всегда подходит к девочкам и ребятам во дворе. Если гуляет с Кузей, то разрешает поглядеть и держит его за мордашку. Кузя ой как любит неожиданно цапнуть за палец.

А я живу с мамой и дедушкой. Дедушка добрый и старенький, мама красивая и грустная. Она много работает, любит Аллу Пугачёву и меня. Иногда вечером гладит по голове: «Эх, сыночка, вот вырастешь большим, не будь как твой папка». Я киваю, мол, хорошо, не буду... Папу я не видел никогда. Наверное, его звали Сашей + недаром же я Кирилл Александрович. Мы и без него хорошо живём, дружно, но иногда мне обидно, что без папы. Например, когда классная руководительница говорит: «У нас двое из неполных семей — Кирилл и Маша Лопуховы!» Машка — двоюродница, у неё толстая крикливая мама, и я не хочу быть, как она, «из неполной семьи». И ещё когда на уроке труда к 23 февраля все готовят открытки папам, а я — дедушке...

Я рассказываю маме о Насе. Что у неё конопушки на носу, а на колёнке шрам — с велосипеда упала. И вообще, если бы у меня была сестра, то только Настя! А мама смеется: «Ой, Кирюха, ну ужли влюбился? Не рано ли в 10 лет?» И ничего не «влюбился». И не 10 лет, а уже целых 11... Просто Настя — она чудесная. Мне кажется, я ей тоже чуточку нравлюсь. Если во дворе полным-полно девочек, она всё равно сидит рядышком со мной. Я выхожу, а она машет рукой: «Кирилл, иди сюда, я тебе место на скамейке займала!» Но я не сразу иду к ней, сначала здороваюсь с ребятами, а то засмеют. Противный Валерик дружит: «Что ты всё время с девочкой водишься! Пацан ты или нет?» А сам, едва увидит Настю с Кузей, кричит: «Кузя, Кузя, ко мне!» И глупый пёс мчит к нему, за ним подходит Настя, разговаривает с Валериком. Это нечестно, правда же? Ведь сначала она была моей!

Мама сказала: «А ты Валерику в нос дай Или в ухо. Если его родители придут жаловаться, спущу с лестницы!» Да ну... Валерик здоровый, как ему в ухо дашь? Да и

папы у меня нет, вступиться некому. Вот если бы Настя не лускала к нему Кузю и сама не подходила, я бы перестал обижаться.

Но когда она сидит рядом, смеётся и морщит нос с конопушками, я самый счастливый.

Ты

...Почему ты мучаешь меня, разве я это заслужил? Проходишь мимо, опускаешь глаза, и я не могу думать ни о чём, кроме твоих ресниц. Скоро выпускные экзамены, и я «завалю» их, если не помирюсь с тобой, Настя.

Красивые девочки вырастают в первых красавиц. Умные девочки-насмешницы превращаются в невозможных изв. А красавицы и умницы становятся ночной бессонницей, злыми бесовскими слезами. Это о тебе, Настя.

Знаешь, о чём я мечтаю? Чтобы у тебя вдруг разом не стало всемогущего папы. Чтобы вам с мамой и братом жилось бы плохо, очень плохо. А я пришел бы и помог, накормил, согрел, приласкал. И ты глядела бы на меня как на Бога, я был бы единственным. И больше не вырывала руку, когда я касаюсь тебя. Перестала бы ходить в дурацкие компании, где этот «отморозок» Гаврилов горланит песни, нахально разглядывая тебя.

Мать говорит, что нужно вести себя по-мужски: «Нравится она — дерись, борись за неё! Не считайся ни с кем, покажи силу!» Ха, идеалистка, да что я могу... Если бы я знал, что нравилось ей, если бы она дала знать... Ну, допустим, даже подерусь с Гавриловым, как я пойду на экзамен с синяками?..

Мы

Мы с Кирюхой странные люди. Десять лет живём в одном дворе, рукой дотянешься. И всё это время он «танцует» на расстоянии, не решаясь приблизиться. С детства читает книжки про рыцарей, а сам-то на подвиги не болно горазд. Да что там подвиги, хотя бы просто сказать: «Давай дружить, встречаться...»

Отец говорит, что мужчина должен заявлять о своих правах на женщину. Взять за руку: «Ты моя», подражать из-за неё. Как он завоевывал маму! И кавалеров всех отвалил, и подружкам-советницам объяснил, что не стоит

нос совать. Мама сначала плакала, бедняжка, обзывала его «тираном», а потом полюбила. Говорит: «Я за ним как за каменной стеной!» А я за Кириллом как за плотным дырявым. Не способен даже за себя постоять. Помню, Валерик обзавел его «безотцовщиной». Кирилл аж побелел, губу до крови закусил. «Ну вмажь ему!» — беззвучно змолилась я, — отвлечь, ударь, сделай что-нибудь!» А он развернулся и убежал. Пришлось самой: «Дурак ты, Валерик, даром что отец имеешь». Догнала Кирилла, а тот ед на слезах. «Зачем он так? Разве я виноват, что отца нет?» Да уж, Айвенто он у нас никудышный...

Или, пожалуйста, свежий пример. Сидим на дискотеке, он сумочку мою стережет, пока с девочками танцую. Включили медленную музыку, ко мне парни наперебой: «Настя, танцуй!» Взял бы да рывнул: «Она танцует только со мной!» Нет, о чём вы, Кирилл опять поблелел: «Ты популярна, иди танцуй, а я сумочку покараулю». А потом вздыхает: «Неужели ты не понимаешь, что мне обидно?» Понимаю. А ты сделай что-нибудь, чтобы не ходить в «потерпевших».

— Ладно, это все «лирика». Самов глупое, что я не могу его выкинуть из головы, списать со счетов. Даже обидеться топом не получается, что я вроде как «его», а вроде и нет...

Она

...Настя-Настя, золотые косы. Знал, что потеряю. Боялся, что недостанет. Ну что я ей мог предложить? Только себя, а это у неё давно есть...

Я сидел на скамейке за кустом сирени. Ночь была безлунная, но я видел всё, что нужно. Светлое платье, её смех, мужской голос. Как глупо! Она ходит на свидания, а я поджидаю... Подарив рослому незнакомцу поцелуй в щёку, она пробегает мимо, а я молчу и не дышу. Сколько было таких вечеров?.. В последний из них она остановилась: — Я знаю, что ты здесь. Кирилл, тебе самому не смешно? Зачем шпioniшь из-за кустов?..

Скрываться бесполезно, рассекретила:

— Шпионю, потому что не могу на шпioniть. Ходишь куда-то, целуешься с кем-то. Настя, разве хорошие девушки так ведут себя?

— А как они себя должны вести?..

Мне бы настожить, ведь её голос стал вкрадчивым, даже в темноте видно было, что злитесь, сузила глаза до щёлочек. Но запер старую психу:

— Быть скромными, понимать, что делают больно своим поведением...

И тут она закричала так, что в окнах домов тут и там вспыхнул свет.

— Да что ты заладил со своим «больно»?

Тебе всегда по любому поводу больно и обидно. Обижают тебя — молчишь, уведят женщину — стоишь и плачешь, но ничегошеньки не делаешь, палец о палец не ударил, чтобы изменить ситуацию. Ты можешь по-другому выражать свои эмоции, кроме нытья? Можешь переломить ситуацию, повернуть вспять, по-своему?

И убежала.

А на следующий день почти официально предъявила кавалера всем заинтересованным. Во двор, визжа тормозами, влетела иномарка. Плечистый водитель вышел, достал веверный бокс, к нему из подъезда выпорхнула Настя...

Я стоял у окна, за шторой, и впервые в жизни был готов к бою. Если бы, конечно, в тот момент мог что-то сделать...

Он

...Иногда мне кажется, что детей можно вымечтать. Придумать себе портрет мальчика или девочки, какие у мальшца будут глаза, волосы, даже реснички — и произвести на свет воплощение. Ну удалось же мне заполучить голубоглазую блондинку-дочь при смуглом муже-бронетё? А может быть, дело в том, что, нося её под сердцем, я слишком часто думала о другом... О Кирилле.

...Если бы в тот вечер он не стоял истуканом, если бы кинулся вслед! Я ведь плакала в подъезде за дверью, нужно было только распахнуть её, всего лишь протянуть руку! И я всё поняла бы, простила, была бы готова вести его за собой, нести, поддерживать. Ну подумаешь, нерешительный, «не бои!» Это можно простить. Невозможно простить другое: он не хотел бороться за меня, и в мыслях не держал. Я должна была сама сознательно выбрать его, приять, покори протянуть руку и склонить голову... Много ли вы знаете юных барышень, которые из двух кавалеров предпочтут сильному и властному — несчастного согнута-тая, нитка?.. Все утро ждала от Кирилла звонка, надеялась, что зайдет, листала девичий блокнотик с дурацкими цитатами о любви, «Худший способ скучать по человеку — быть с ним и понимать, что он никогда не будет твоим». Почему не будет? Потому что дурак, ненавижу!.. А потом вытерла слезы и набрала нужный номер.

...У Кирилла тоже дочка. Правда, от официального брака он воздержался: «Понимаешь, Настя, этот ребёнок случился не по моей воле. Девушка решила рожать, я был против. Помогаю, навещаю». Господи, как это знакомо. Опять позволил кому-то решать за себя, снова занял позицию стороннего наблюдателя, шпioniл несчастных. Неужели приятно «с обочины» смотреть, как растёт твой ребёнок, не пытаясь воспитать его по-своему?

Не стану скрывать, я скажу по нему. Всё, что у меня есть, — короткие встречи, когда навещаю родителей. Выхожу из когда-то родного подъезда, Кирилл уже ждёт: «Я провожу». Значит, снова выследит, углядел из-за спасительной шторы. Осенью мы шлёпаем по лужам и багряной листве, зимой «хрустим» снегом, весной я цокаю каблучками... и так далее. В общем, который год подряд мы измеряем дорожку от нашей прежней жизни к нынешней, где «наш» больше не тот. Мы идём рядом и, если верить Маркесу, скачем худшим способом. Иногда Кирилл вдруг решительно говорит: «Все осточертел! Хочу, чтобы ты была со мной, чтобы эта дорога не заканчивалась!»

Услышав впервые, я обрадовалась. Неужели натерпелся, набедовался без меня так, что готов взять за руку и увести за собой, принять решение, отнять, отговаривать свою женщину? Но всегда звучит отравительное, шепелящее предательскими шипящими продолжение: «Может быть, ты разведёшься, вернёшься к родителям, а там посмотришь...» Не сразу же, постепенно надо, без скандалов. Мне уже не больно слышать это, я при-выкла «скачать худшим способом».

«Если ребёнка можно вымечтать, «заказывать», то пусть второй обязательно будет мальчиком. Смуглым и сероглазым бронетом».

Наталья ГРЕБНЕВА.





Есть на свете страна, жизнь в которой настолько отличается от привычного нам уклада, что кажется причудливой выдумкой, сказкой, рассказанной Шахерезадой на сон грядущий. Только остаётся восхищаться, удивляться, недоумевать: «О! А? Эээ...»

Семеро в одной лодке

До 1971 года на карте мира рядом с Саудовской Аравией и Оманом, что на востоке Аравийского полуострова, красовались семь маленьких, но гордых арабских эмиратов. Впрочем, гордиться особо было нечем. В самом крупном эмирате — Дубае простой народ жил тем, что нырял в морскую пучину за жемчугом, а потом обменивал на границе на еду. Свой хлеб выращивать было негде, кругом пустыня, а добываемая в ней нефть ещё не имела нынешней ценности. «Чёрным золотом» всё стали называть во время мирового кризиса 70-х годов, когда западные страны, почти прекратившие собственную добычу, испытали «нефтяной шок», цены на бензин взлетали до небес, а Абу-Даби, Аджман, Дубай, Рас-эль-Хайма, Умм-эль-Кайвайн, Фуджейра и Шарджа возносили хвалу Аллаху за то, что недоумили вовремя создать Объединённые Арабские Эмираты. По отдельности были гордыми да бедными, вместе в мгновение ока

превратились в нефтяных магнатов. Причем семеро побратавшихся эмиратов умудрились не помянуть в своём внутреннем устройстве ничего — каждый остался абсолютной монархией, в которой престол передаётся по наследству веками. А вместе они — вот парадокс! — федерация и даже президентская республика! Президенты выбрали единодушно, просто поручили вести это почётное бремя самому богатому эмиру — правителю крупнейшего эмирата Абу-Даби. Раз богаче всех, значит, решит любые проблемы, возникающие перед новоиспечённым Отечеством, вот она — справедливость по-арабски! А главой правительства стал эмир Дубай, у него запасов благословенного природного ископаемого больше всех, если что — поделится! Чистый расчёт, никакой политики.

«Углеводородная горячка» не вскружила головы эмирам, они-то всегда жили, как и положено восточным правителям — утопая в роскоши. Вырученные от продажи нефти

доллары не складировались на швейцарских счетах, однако целиком и полностью возвращать их в бурение пустыни посчитали неразумным — углеводород имеет свойство рано или поздно заканчиваться. Строительство, промышленность, внешняя торговля, туризм — всем досталось от государства по лакомому кусочку. В краю барханов и песчаных бурь, где рек нет и в помине, а дождь — национальный праздник, сельское хозяйство процветает! Землянику в Европу продают! Как не восхищаться?

Чтобы было чем дышать, миллионы сажают деревья. Чтобы было что пить, сотнями возводятся заводы по опреснению морской воды (ОАЭ омывается водами Персидского и Оманского заливов). Чтобы было чем привлекать партнёров и гостей, строятся всё самое-самое лучшее во всём мире — самые



современные порты, самые высокие здания, самые крупные торговые центры. Даже горнолыжный курорт имеется и, разумеется, один из крупнейших на всем белом свете. Откуда снег влущется? Либо чужой, в очередной раз совершенные Аллахом, либо продукт современных технологий – выбирайте. В ОАЭ свято верят и в то и в другое.

Двое и хиджаб

Однако это дела урбанами змиров, а как живет простой народ? На государственном уровне всё выставлено напоказ, сверкает и манит, а что происходит за закрытыми дверями обычного дома? Женщина – одна из покорных рабынь мужа-господина, владеющего целым гаремом – так обычно представляется семейная жизнь в мусульманской стране. Между тем Коран предостерегает: «Будь осторожен! Не дай женщине заплакать, ибо Аллах считает её слезы». Главная книга мусульман действительно разрешает иметь до четырех жён, но при условии, что мужчина может гарантировать всем достойное и равное содержание. Даже в зажиточных Эмиратах представители сильного пола всё же рискуют погрузиться в такое дорогостоящее и хлопотное предприятие, как многоженство. Если раньше родители стремились связать узам брака бравых горномазов мальчишек лет 13, то теперь

только молятся, чтобы сынок годам к тридцати озорел, а главное – денег накопил. Кальм невесты нынче не то, что прежде. Для воспитанной в строгости девушки из приличной семьи с хорошими внешними данными (в требовании входит: белая кожа, здоровые зубы, густые волосы, большие глаза, полные губы, стройная фигура) и сотня тысяч долларов не цена. Дошло до того, что президент ОАЭ официально обратился к гражданам с призывом образумиться и ограничить величину выкупа стоимостью породистого скакуна или нового «мерседеса». Безрезультатно. А ведь кроме выкупа, жених обязан подарить невесте целый гардероб, золотую диадему, кольца, ковер, шелка. Приплюсуйте сюда ещё подарки её родителям и прочим домочадцам. Потом сама свадьба, которая «сёт и играет» не менее семи дней. А затем начнётся поборщ расходов на строительство дома для новоиспечённой семьи, автомобиль для супруги и так далее. И вот уже президент подписывает один за другим указы о преследовании молодыми парам различных соуд и льгот; замужняя женщина ни в чём не должна нуждаться – это закон! Чем же кительница Эмиратов должна ответить

мужу? Любить, уважать, ухаживать за ним и домом, рожать и воспитывать детей? Так это и у нас испокон веков. Кроме того, быть скромной во всём, что означает прежде всего – показывать нагие части тела на людях, то бишь носить мини или декольтировать категорически запрещено! Но и закутанной с ног до головы в чёрное одеяние замужняя женщина не имеет права показываться в общественных местах без сопровождения дражайшей половины или кого-то из старших членов семьи. Исключение – женские дни. Раз в неделю бутики, салоны красоты, фитнес-центры, пляжи и прочие места отдыха открыты исключительно для дам. Мужчин вход воспрещён. Поди разберись, кого дискриминируют в правах на самом деле –

Восток дело тонкое! В случае развода, а инициаторами всё чаще выступает прекрасная половина ОАЭ (чего им не хватает?!), получают дом и пожизненное содержание от бывшего супруга плюс пособие от государства. Распадаются каждая третья семья, что для арабского мира огромная цифра, немыслимая в прежние времена. Современные мусульманские женщины всё чаще хотят независимости, однако по-прежнему за счёт мужиков, многовековой ментальитет сильнее модных западных веяний...

Наталья АНДРИЯЧЕНКО.

Письмо читателя

«Гудбай, Дубай!»

Дубай – город-сказка, город-мечта, где невиданная роскошь ни у кого не вызывает удивления... Трудно было поверить, что ещё во времена молодости наших родителей посреди унылой пустыни стоял бедный посёлок, насколько продаваемый мощными песчаными ветрами...

Но отойдём от лирики. Почему именно ОАЭ стали местом нашего первого семейного отдыха после рождения дочери? Муж на мой день рождения хотел купить мне настоящую греческую шубу из норки, неожиданно выяснилось, что дивелле всего можно купить не в России и даже не в Греции, а в Эмиратах. Секрет – отсутствие НДС, да и туристам таким образом заманиваются на место. Соблазнились и мы. Решили ехать всей семьёй, дочке Есении на тот момент было три месяца. Проконсультировавшись с участковым педиатром, определили срок – на менее недели (из-за возможных проблем с акклиматизацией). Приобрели тур на 12 суток, оформили загранпаспорт на Сению, продлили визы, уловили лекарства на все случаи жизни (сразу успокой – ничего не пригодилось) и рванули на встречу приключениям! Для экономии летели в Дубай не из Москвы, а из Харькова. Арабский самолёт, Boeing-747 поразовал: удобный, небольшой (не более двухсот мест), приветливый персонал, бесплатные игры на мониторах. Отель, в котором поселились, располагался в старой части города и оказался не «четвёркой», как предполагали, а «тройкой» – одну звезду сняли за возраст. Но нас всё устроило – хорошая добротная мебель, неплохой сервис, только вот еда... своеобразная. Смесь арабской, малайзийской, филиппинской кухни не для кормящей мамы грудного малыша. Приходилось тщательно следить, чтобы блюда на обед были без специй, зато завтрак был прекрасен – настоящий арабский кофе и потрясающие кураасы.

Каждый день в 16:00 нас, туристов, отвозили в Сити-центр, гигантский супермаркет, который после посещения – прохождение искусства, индийского кино, что душе угодно: от катка и ресторанов до выпечки и местных сладостей. Рядом сражающие наповал зрелище – танец фонтанов. Кондиционеры на каждом шагу, впрочем они в Дубае установлены даже на автобусных остановках. Немудрено, ведь летом жара зашкаливает за пятьдесят градусов. Зимой при плюсе 20-25 арабы мёрзнут, носят теплые куртки и шубки. Кстати, о шубе. Приобрели мы её на рынке, что на Насер-сквер, а заодно прикупили часы и сумки очень известных брендов за очень небольшие деньги. Торгуют арабы с удовольствием и скидки делают огромные. Здесь можно спокойно разгуляться, обвешанным покупками. Эмираты – одна из самых безопасных стран мира, за кражи отрубают руки – такое мусульманский закон.

Молится местные жители строго по часам, пять раз в день. Даже в гостиничных номерах висят таблички, указывающие, куда нужно смотреть во время молитвы. Как-то случайно наткнулись на коленипреклонённого араба прямо в лестничном проёме, мы смущились, он нисколько. Разговор с Аллахом превалирует всего. Рассматривая, тем более фотографировать местных женщин, запрещено, а котелос очень Араби всегда идут на шаг позади мужа, одеты в чёрные платья и в хиджаб, так что видны только глаза. Но нам удалось подсмотреть, под строгим одеянием у них – Дольче&Габано и круче! Да стоит только оценить их невероятной красоты сумочки, шильки, шикарные авто, чтобы понять, сколько денег арабы вкладывают в благочервие... Пляжей здесь несколько, и все чистейшие. Много пальм. Тут же шикарные парки с детскими площадками, до которых мы, правда, ещё не доросли. Сенка очень любила купаться, плескаться, улыбалась всем подряд, давила на жалость, когда мы что-то покупали, каждый араб считал своим долгом взять её на руки, улыбнуться, погладить, утешить: бой или гёрл? «Прощай, Дубай!» – мы говорили с сожалением, надемся ещё побывать в этом необыкновенном городе.

Татьяна АНПИЛОВА, г. Курск.



Как сказал однажды Марк Твен, «ни один человек не способен понять, что такое настоящая любовь, пока не проживёт в браке четверть века». Исходя из этой истины можно смело утверждать, что великий комик Чарльз Чаплин познал настоящую любовь сполна. А ведь он искал её всю жизнь...



Эталон настоящей любви

Выбиваясь из нищеты

У будущего мастера мирового кинематографа было отнюдь не безоблачное детство. Чаплин рано осиротел, и с 12 лет мальчику приходилось искать средства для заработка. За какую только работу не брался юный Чарльз, чтобы хоть как-то свести концы с концами: он продавал газеты, мастерил игрушки, работал в типографии, стекольной мастерской, в приёмной врача. И всё это время мальчишка мечтал о театре. Однажды, набравшись смелости, Чарльз обратился в театральное агентство и предложил свою кандидатуру на любую роль в любом театре. И получил место во второсортной театральной труппе, с которой исколесил всю Англию.

Вскоре раскрылся комедийный талант Чарли, и его пригласили сниматься в кинокомедиях за 150 долларов в неделю. Для начинающего и никому не известного актёра это была фантастическая сумма. Не мешкая, Чаплин согласился. Фильмы с его участием имели большой успех, однако он тяжело находил общий язык с режиссёрами. У

Чаплина было своё видение того, что нужно снимать и как нужно играть. Чарли решил снимать фильмы по собственным сценариям. И не прогадал. Кинокартины, созданные им, принесли ему миллионные гонорары и подарили славу величайшего комика.

Всю свою сознательную жизнь Чарли неуёмно любил женщин, но старательно отделил дела от развлечений. «Писать сценарии, играть самому и ставить фильмы — это требовало невероятных усилий, изнурительного расхода нервной энергии. Я старался, чтобы романы не мешали моей работе...», говорил Чаплин.

Среди большого количества покорённых им женщин немало знаменитых актрис того времени: Мейбл Норман, Мэрион Дэвис, Поллет Годар... Он гордился своей славою донжуана и сордцедее и даже называл себя «восьмым чудом света». Но при этом у него была хрупкая мечта встретить ту единственную, с которой он останется навсегда.

С фильмом «Огни большого города» он поехал в Европу не только за славой и кассовыми сборами: «У меня была тайная надежда, что я встречу в Европе человека, который смог бы

как-то направить мою жизнь. Но ничего не вышло. Из всех женщин, которых мне там довелось встретить, очень немногие способны были бы это сделать, и этим немногим я был не нужен».

Неравный брак

Так шли годы поисков. И вот однажды в жизни Чарльза наконец-то произошли приятные перемены. На одну из женских ролей Чаплину посоветовали попробовать Уну О'Нил, дочь известного американского драматурга, лауреата Нобелевской премии Юджина О'Нила. С нежеланием он решил попробовать: «Она улыбнулась, и мои мрачные предчувствия сразу развеялись. Я был пленён её сияющей прелестью и каким-то особенным, ей одной присущим, обаянием: «Чем больше я узнавал Уну, тем больше меня изумляли её чувство юмора и терпимость — она всегда с уважением относилась к чуждому мнению. Я полюбил её и за это, и за многое другое».

Уна выросла в интеллектуальной среде, была блестяще образована и начитана, словом, ничего от среднестатистической смазливой мешаночки.

Помимо привлекательной внешности, она обладала сильным характером: строгая, волевая, светски завышенная...

И, конечно же, она ответила Чаплину взаимностью. Хотя у влюблённых была колоссальная разница в возрасте — Чарльз на тот момент уже отметил свои 54-летие, а Уна едва исполнилось 18 — они в кратчайшие сроки решили пожениться. Позднее Уна скажет: «Он сделал меня зрелым человеком, я же поддерживала в нём молодость». К слову, мать Уны всем сердцем приветствовала этот союз, а вот отец был категорически против. Но влюблённых это не остановило, и они сыграли свадьбу. Так Чаплин, когда-то не пропускавший ни одной юбки, наконец, нашёл свою пристань.

К тому моменту у Чаплина было двое сыновей — Сидней и Чарли. Когда Уна появилась в их доме, они приняли её очень тепло: «Когда она глядела на отца, в глазах её читалось немое обожание. Она тихо сидела, анимая каждое его слово. Немногие женщины могли устоять перед обаянием отца, но с Уной был особый случай. Она боготворила его, упивалась каждым его словом,

буде то отзыв о последнем сценарии, разговор о погоде или философские размышления. Сама она редко вступала в разговор, но когда по ходу вставления точное замечание, даже отца поражали её интуиция и глубина мысли».

После свадьбы Уна призналась мужу, что не хочет быть актрисой. Это Чарльза очень обрадовало. «Наконец у меня была жена, а не девушка, которая делала карьеру». Правда, потом он часто думал, что кино в лице Уны потеряло превосходную комедийную актрису.

Семейные ценности

Общество Уны, потянувшись стать матерью, было для Чарльза радостной отдушиной. Единственное, чего им обоим хотелось, — это уехать из шумной Калифорнии. Они взяли своего чёрного котёнка, сели в поезд и поехали в Нью-Йорк, а оттуда в Миах, где сняли старинный дом.

К тому времени слава «человечка в котелке» шла на убыль — появление звука в кино сыграло с Чарлиным злым шутком. Он делал попытки освоить новую эстетику звукового кино, но они ничем не увенчались.

И тем не менее он оставался живой легендой, чьё место на кинематографическом олимпе не посмел бы оспаривать никто. Чарльза не забыли — поклонники со всего мира, боготворящие его, съезжались в их поместье. Посмотреть на живую легенду, отобедать с актёром считалось высшей честью для кинематографиста самого высокого ранга. После бурной жизни, блестящих триумфов, работы по 16 часов в сутки, непрерывного стремления к совершенству великий артист становится богатым ব্যব্যателем, отцом многочисленного семейства, живущим по расписанию для провинциального помещика.

Чарльз смиряется с мыслью, что его кинематографическое время навсегда ушло. Утешение он нашёл в любящей и любимой семье.

Всего в семье Чарльза и Уны Чарльз Чарльз родился 5 дочерей и 3 сына. Старшая дочь Джеральдина родилась, когда Чарльзу было 55 лет. А в последний раз он стал отцом в возрасте 72 лет. Пока подрастали дети, в доме Чарльза работали (не меньше дюжины) няньки и прислуги. Это было невероят-

но с женой любим друг друга, оттого и счастливы. Не нужно требовать друг от друга слишком многого — эта заповедь, по-моему, ближе всего подходит к формуле семейного счастья. Все остальное достигается терпимостью... Она много вдохновляет; к тому же она и хороший критик. Это у неё от природы, и её оценки мне всегда помогают...»

Уна же говорила следующее: «Я замужем за молодым человеком. Люди считают, что Чарли мне в отца годится, но в нашем доме возраст не в счёт. По мне, так он молодеет с каждым днём. Триста шестьдесят четыре дня в году я и не вспоминаю про то, сколько Чарли лет. Вот только его день рождения всякий раз застает меня врасплох».

Чарльз по-прежнему был предан своей работе, и она, как всегда, была для него самым

домом с парком, у них были слуги. Разбогатев, Чарльз с подозрением встречал любые приглашения к дружбе или сближению. Друзей своих детей Чарльз всеотменно проверял и редко одобрял. Во взаимоотношениях между родителями и детьми установилась сдержанность.

Первой покинула родительский дом Джеральдина, уехав из дома учиться в Королевской балетной школе в Лондоне. Вскоре её примеру последовал старший сын Майкл. Он поступил в Королевскую академию театрального искусства, снимался в кино, записывал шлягеры, женился и наградил Чарльза с Уной их первым внуком.

Даже на закате лет Чарльз был невероятным, никогда не ходил в церковь, однако смерть его не страшилась. «Когда уйдёшь, тогда уйдёшь», — часто говорил он. Чарльз с Уной сами просиживали, вставали за руки, и только изредка пе-

рекидывались парой слов.

«Она способна делиться с ним его непонятное одиночество», — заметил как-то их сын Юджин. Звезда немого кино, как оказалось, в жизни тоже был человеком невероятно тихим. Так он и ушёл из жизни — во сне, незадолго до рассвета, на Рождество 1977-го, в возрасте 88 лет.

В конце жизни почести сыпались на Чарльза одна за другой. Американская академия кино-

искусства присудила почётную «Оскара», чуть раньше Оксфорд и Даремский университет присудили Чарлину почётную докторскую степень. Однако самой большой наградой в жизни он всегда по праву считал свою верную жену и подругу Уну, которая честно разделила с ним 34 года счастливой семейной жизни.

Подготовила
Вероника КАРАУЛОВА.



Уна О'Хара.

«Я замужем за молодым человеком. Люди считают, что Чарли мне в отца годится, но в нашем доме возраст не в счёт. По мне, так он молодеет с каждым днём. Триста шестьдесят четыре дня в году я и не вспоминаю про то, сколько Чарли лет. Вот только его день рождения всякий раз застает меня врасплох».

но счастливое семейство. Они много раз переживали, в конце концов обосновались в Европе.

В день своего 70-летия Чарльз Чарльз шутил: «Чувствую себя на шестьдесят девять и на день старше. Хотел бы только времени сделать всё, что хочется!» Он получил больше тысячи поздравительных писем из всех частей света. О юбилее сообщали газеты всего мира.

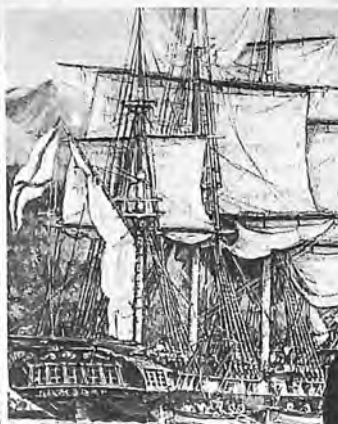
Чарльз не устал выражать чувство благоговения от идиллической сложившейся семейной жизни. В одном из поздних интервью он раскрыл тайну своего счастья: «Мы



Чарли Чарльз с женой Уной, дочерьми Джеральдиной и Жозефиной.

главным. Дети хорошо усвоили первейшую домашнюю заповедь: ни в коем случае не мешать папе работать. Сам Чарльз утверждал: «Мне никогда не бывает в тягость, что дети всё время рядом. Они не только не мешают работать, напротив, их общество идёт мне во благо. Я, прямо скажу, расцветаю, когда вокруг веселье и молодость».

Все дети Чарльза ощущали свою особенность от сверстников. Они жили в роскошном



«Угадайте, кто я? — Иван Фёдорович Крузенштерн! Человек и пароход! — Наверное, он был хороший человек, раз его именем пароход назвали!» А что ещё мы знаем о Крузенштерне, кроме того, что на судне, названном в его честь, плавала бабушка кота Матроскина из «Простоквашино»?

Иван Крузенштерн: «Куда приводят мечты...»

Родная гавань

Когда 19 ноября 1770 года в семье фон Крузенштернов, жившей в захудалой эстонской провинции огромной российской империи, родился мальчик, его нарекли вовсе не Ванечкой, а Адамом Иоханном. Основатель династии дед маленького Адама — офицер Эверт Филипп — после поражения родной Швеции в Северной войне провёл в сибирском плену 22 года и хорошо говорил по-русски. Отец Иоханн Фридрих, чтобы прокормить многочисленную семью (супруга, взятая им из приличной, но бедной немецкой семьи, подарила ему не наследство предков, а наследство — восемь душ), трудился в поте лица где только мог — и судей, и одновременно управляющим соседних поместий. В доме Крузенштернов царили спартанские дисциплины и порядок, скромность в быту, граничащая с бедностью. Единственное, — образование детей. По традиции, сначала учителей приглашали на дом: французенка-гувернантка и немецкие студенты для обуче-

ния Слову Божию, математике и географии — обычный набор для любой дворянской семьи. Когда Адаму исполнилось 12, его отправили в рыцарскую школу в Ревеле. Дальше всё должно было развиваться по многовековому сценарию — старший сын возвращался, чтобы перенять бразды правления отцовским имением, остальные становились военными. И тут Адам удивил родителей. Оказалось, что они, будучи безукоризненно заботливыми и внимательными, совершенно не знают своего 14-летнего сына.

По морям, по волнам

Адам выбрал Морской кадетский корпус, который в те годы не пользовался популярностью у молодых людей. Статус гардемарина ещё не был окутан флером романтики, подобно полководцам, снискавшим славу в сражениях, или гусарам в кавалерии. Как почитаемый сын, юный Адам не мог сказать прямо: «Я не хочу глотать пыль в лехоте, как мой дед, и вернуться в

отставку в наше захолустье, я мечтаю увидеть далёкие чудесные страны». Вместо этого он клятвенно обещал, что будет примерным кадетом и станет достойным фамилии Крузенштернов офицером.

Морской кадетский корпус находился тогда в Кронштадте, на острове Котлин, недалеко от Санкт-Петербурга. Учиться там оказалось холодно, голодно, а зачастую и унизиительно. Будущий цвет русского офицерства воспитывали муштры и розгами. Но Адам, который с лёгкой руки однокурсников превратился в Ивана, никогда не жаловался в письмах домой. В его характеристике значилось: «Иван Фёдорович Крузенштерн благовоспитан, обязательен, надёжен, к обычным шалостям гардемаринского интереса не питает». Истинный интерес он питал к изучению атласов и карт, с жаром живопися соседям по казарме не просто о тропических островах — кто из мальчишек о них не мечтает?! — его целью было увидеть весь мир. А чтобы совершить кругосветное путешествие, на которое ещё не отважился никто в России, не-

обходимо быть не только образованным и опытным моряком, нужно обладать богатырским здоровьем и выносливостью. В результате новоспечённый Иванушка из долгового подростка превратился в настоящего атлета. Каждое утро кадетов начиналось с зарядки, только он её делал с двухпудровыми гириями в руках.

В год окончания корпуса гардемарин Крузенштерн упросил начальство отпустить его на войну со Швецией, отличился в Гогландском сражении 1788 года и был досрочно произведён в лейтенанты. За проявленную доблесть его наградили продолжением обучения в Англии — британский флот считался лучшим в мире. В его составе 20-летний «морской волк» прошёл через Атлантику к северным берегам Америки и участвовал в битвах с французами, за что ему написали крупную награду в фунтах стерлингов, но Иван Фёдорович показал себя истинным русским офицером и разделил деньги поровну между всеми членами команды своего корабля. Впечатительные боевыми и личными качества-

ми Крузенштерна англичане продлили ему срок службы под британским флагом.

Он прекрасно понимал, как ему повезло — видел собственными глазами предметы грез любого гардемарина: знойной Барбадос и загадочные Бермуды, далекий Китай и сказочную Индию, но любовь диокинуку Адам-Иван рассматривал с точки зрения вынесения её в детальную план кругосветки, который разрабатывал каждую свободную минуту. Вернувшись в Россию, Крузенштерн первым делом представил свой проект, причём суливший всей стране огромные экономические выгоды и научные перспективы, в высшую инстанцию — императору Павлу I.

Отвечал было: «За чем какой-то лейтенантишка прислал нам эту чушь?»

Ветер перемен

Казалось, судьба нанесла сокрушительный удар, мечту всей жизни распотрошили, самого мечтателя отправили служить в родные пенаты — в Ревель. Другая бы лодка пошла ко дну, но не таков Иван Федорович фон Крузенштерн. Каждый раз при возникновении подводных рифов и жизненных тайфунов новое имя словно придавало ему сил и энергии. «Ряди славы Отечества, на благо Родины, во имя России!» — стало его личным девизом. Из года в год он с непоколебимой настойчивостью посылал проект кругосветной экспедиции к царскому двору, словно не получая каждый раз за это по шалке...

Такую же железную волю проявил он и в любви. Когда пришло время обязанности собственной семье, 30-летний Крузенштерн, который мог, как офицер, сделать блестящую партию, не выбирал с холодным расчётом, свойственным его по-наемщицк педантичному уму, он влюбился. Увы, его возлюбленную, 20-летнюю Юлию фон Таубе, сироту и бесприданницу, красавицу и умницу, дальние родственники

планировали выдать замуж за богатого помещика, твёрдо стоящего на земле, а вовсе не за какого-то полупризрачного синьора-морехода. Но и не такие корабли брал на бордюр бравады моряк, тем более что любимая отвечала ему взаимностью, и 14 сентября 1801 года Иван и Юлия обвенчались. Через год на свет появился их первенец Отто, а за девять дней до этого счастливого события в семье Крузенштернов новый император Александр I назначил Ивана руководителем первой кругосветной экспедиции. К тому времени, будучи в счастливом браке и ожидая с любимой супругой ребёнка, Иван Федорович впервые а

единственной надеждой стал он сам.

Вокруг света

26 июля 1803 года «Надежда» и «Нева» отчалили из Кронштадта, парселили Атлантический океан, направились к берегам Бразилии, в которой задержались, поскольку кораблям требовался серьёзный ремонт, затем впервые в истории русского флота пересекли экватор, обогнули мыс Горн, изучили температуру, силу и направление течения в Тихом океане, исправили множество ошибок в картах, стёрли с них несуществующие на самом деле острова и уточнили географическое положение

пор считаются классическими, несмотря на то, что с 1803 по 1826 годы Россия организовала 23 кругосветных плавания, причём строго по маршруту, которую разработал и издал Иван Федорович, став одним из учредителей Русского географического общества. Его собственные шедевры детально учились по учебникам, написанным благодаря ему, и картам, в которых их фамилия постоянно встречается. В честь Крузенштерна названы пролив в северной части Курильских островов, проход между Цусимой и островами в Корейском проливе, острова в Беринговом проливе, гора на Новой Земле и гора на Сахалине. Пароходы и парусники, к слову сказать,

тоже часто назывались его именем. Кто же, как не первый обогнувший Землю, достоин этого? Тем более что Иван Федорович действительно был человеком выше всяких похвал. Все члены экспедиции от капитана второго корабля до последнего юнги буквально молились на него. Твёрдой рукой он вёл корабль к намеченной цели, и при этом никто никогда не слышал от него даже крепкого слова, не говоря уже о физических наказаниях, принятых на тогдашнем флоте. Иван Федорович, даже если за бортом бесновался тайфун, возвышался на капитанском мостике как оплот и защита всей экспедиции — косяка сажень в плечах, богатырская грудь (он был физически более крепким, чем самый сильный матрос в его подчинении), а двухдуловый гири сопровождали его в кругосветке, знал весь земной шар, словно дом родной, и думой никогда не падал. Его мечтой зареялось каждый, и все вернулись в родные семьи героями.

Подготовила

Наталья АНДРИЯЧЕНКО.



Маршрут путешествия Ивана Крузенштерна.

жизни допустил мысль о том, что, возможно, пора оставить мечтания о кругосветке, остепениться, заняться имением. Но когда из вышних кругов ему дали понять: или он, или никто, стирнул с себя домашнюю негу и принялся за дело. Супруга, оставшаяся одна с младенцем на руках, провозглаша его в слезах. Секретом не было: вернуться домой живым и невредимым не надеялся никто из офицеров и матросов, отправлявшихся в далёкий поход, а посему набирали только добровольцев. Для утешения супруги Крузенштерн назвал один из кораблей экспедиции, которым командовал лично, «Надеждой». «Всех моряков введёт в путь надежда», — сказал Иван и команде перед отплытием. Очень скоро их

существовали. И вдруг из-за тумана корабли потеряли друг друга в открытом океане. «Надежда» посетила Маркизские острова, а «Нева» наткнулась на остров Пасхи, координаты которого в английских, считавшихся самыми точными картами, оказались неверными. Соединившись уже у Гавайев, корабли вновь разделились — «Нева» отправилась к берегам Аляски, а «Надежда» прибыла в Петропавловск-Камчатский, исследовала Камчатку, Курильские острова и Сахалин, доставила особое посольство в Японию, попал по пути в страшный тайфун, едва не потеряв мечты. Только 7 августа 1806 года Крузенштерн с командой вернулся в Кронштадт. Исследования, которые он провёл в ходе своей кругосветки, до сих



Ольга Лепешинская Танцевать. Не разглашать

Дворянка-комсомолка

Ольга родилась 28 сентября 1916 года в Киеве в семье потомственных дворян. Поэтому когда началась революция, многие её родственники бежали через Киев в Константинополь, а далее кто куда, разбредаясь по всему свету. Её семья осталась в России. А после революции отец, талантливый инженер, оказался нужен новой власти, и семья обосновалась в Москве на Соплянке.

Несмотря на то, что родилась Ольга в дворянской семье, она была ребёнком своего времени и не терпела, когда при ней говорили о том, что их род дворянский. Единственный из родственников, кого она признавала, был дед, потому что в своём мнении он открыл школу для крестьянских детей. Однажды мамя из зависти какого-то ящичка достала кружево, чтобы надеть на Ольгин белый воротничок. Это кружево

принадлежало одной из её бабушек. Ольга устроила грандиозный скандал, заявив, что это «кружево принадлежало классу угнетателей!» Юности простителен такой максимализм.

Пересмотрела она свои взгляды после того как была арестована её тета Шура. «Я не могла больше оставаться столь преданной идеалам партии, — говорила Ольга Васильевна в одном из интервью. — Я, конечно, не сожгла свой партбилет, не спустила его в канализацию — он и по сей день лежит у меня в столе. Он — часть моего прошлого, это ведь всё было, и было много хорошего».

Родители мечтали, что Ольга продолжит дело отца, став инженером-мостостроителем, но у девочки были другие планы. Она с детства страстно любила танцевать и мечтала стать балериной. Но в Государственную балетную школу при Большом театре она поступила только со второй попытки.

Женщина с удивительной судьбой. Она была потомственной дворянкой и любимой балериной Сталина. Может, это и убергло её от ареста, когда были репрессированы члены её семьи?

Учиться было нелегко, но темперамент, воля и трудолюбие делали свое дело. У неё не получалось Фузте — и в часы, свободные от занятий, она подкупала сторожа и проникла в класс, рисовала на полу мелом круг и повторяла движение снова и снова, стараясь не сдвигаться за черту. Сначала удавалось шесть оборотов, потом — больше, потом 64. Позже вращение стало коронным трюком Лепешинской на всю жизнь.

На прославленную сцену Ольга вышла в 10-летнем возрасте вместе с другими ученицами 2-го класса. Малышки в опере «Снегурочка» представляли стайку птичек, приветствующих приход весны. Вскоре у Ольги появилась и первая настоящая роль. В балете «Щелкунчик» она танцевала партию Феи Драже. А по окончании балетного техникума она танцевала уже главную партию в «Щелкунчике» на «Тщетной предосторожности», но слава к Ольге Лепешинской пришла в 18 лет — в 1935 году пос-

ле того как она станцевала партию девочки-куклы Суок на премьерном балете «Три толстяка».

В 1937 году 20-летняя Лепешинская была награждена орденом «Знак Почета». Для молодой артистки это было и признанием, и залогом блестящей карьеры. Правда, когда они были на гастролях во Львове, её с автобуса из-за этого снял милиционер. Думал, что девочка маленького роста надела на платье чужой орден.

Фронтовые артисты

Когда началась война, Ольга забрала свои балетные туфли за шкаф, пришла в райком комсомола и потребовала, чтобы её отправили на фронт. А ей предложили записаться на курсы медсестер. Хотя артистка и возмущалась — как же так, ведь она сдала все нормы ГТО и имеет значок «Ворошиловский стрелок» — отправилась в клинику в челюстной отдел. Но, увидев пациентов, у которых не было половины лица, упала в обморок. Тогда она стала дежурить во время налетов вражеской авиации и провожать уезжавших на фронт солдат и офицеров. Во время проводов она выступала, призывая бойцов крепче бить врага. Но однажды кто-то из слушателей крикнул: «Лепешинская, ты лучше станцуй!». Присутствующие образовали круг, и артистка стала танцевать.

А вскоре была создана 1-я фронтовая бригада Большого театра. Их первый фронтовой концерт состоялся в 1941 году в полуразрушенной церкви под Можайском. Артисты выступали с полной отдачей для защитников Москвы, и наградой им были снастившие лица бойцов, на мгновение забывшие о страшной войне.

Фронтовая бригада ехала с концертами вслед за Большим, а настречу, спасаясь от фашистов, шли, ехали, впрягавшиеся в телеги женщины, дети, старики. А по краям дороги истерзанные тела и живые люди, такие изуродованные, что смотреть на них было страшно. В кюветках — искореженные танки, машины. Но хорошо что человек устроен таким образом, даже в

страшные моменты он может видеть прекрасное. «Помню голубое небо, яркое солнце, зеленые тополя, открытый борт грузовика — и на нем стоит Козловский и поет. И как поет! Так, словно вокруг бархатные кресла, позолоченные ярусы и бра, высокий потолок, словом, как будто на сцене Большого театра».

Вспомнила она и слезы обычно сурового маршала Георгия Константиновича Жукова, когда Иван Козловский спел только что появившуюся «Темную ночь» Никиты Богословского.

С фронтовой бригадой она прошла всю войну. Площадка грузовика, полна в лесу, палата в госпитале, сцена театра. Ей приходилось танцевать и на обычном грунте. Тогда на ее знаменитых футочках просто ввинчивалась в песок. Но восторг зрителей был выше боли и травм. И так через всю войну, до Варшавы, где она танцевала в День Победы.

И в мирной жизни, выступая на сцене, она оставалась по отношению к себе требовательной и даже жестокой. На спектакле «Красный мак», сломав ногу в трех местах, удалась со сцены в предписанный сюжетом момент, изрядно взмахнув рукой, и лишь за кулисами потеряла сознание от боли. Публика поняла, что что-то не так, лишь когда после антракта на сцену вышла другая балерина.

«Я танцевала ... никогда не лучше Улановой, никогда не лучше Семёновой, конечно, гораздо хуже, но я — Лепешинская. Какая есть — такая есть», — говорила она о себе.

Четырежды академик, четырежды лауреат Государственной премии, четырнадцатикратный орденосица, народная артистка СССР.

В зените славы с нее написал портрет Александр Герасимов, советская балерина позировала художнику в гримерке: она в народной лачке и на пуантах, поза — «руки в боки» и победный вид.

Два генерала

Второй муж Лепешинской Леонид Райхман (с первым

мужем — Ильей Траубергом они, прожив три года, разошлись перед войной), генерал-лейтенант МГБ, так переименовали НКВД, был приближенным Берии. Он занимался и внутренними делами с «врагами народа», и внешней разведкой. Майя Лепешинская писала в мемуарах, как замирали артисты в театре, если Лепешинская с лучезарным лицом звонила

— Лаврентий Павлович, вы коммунист, и я коммунист. Давайте говорить как коммунисты: если мой муж виноват — накажите. Не виноват — выпустите.

Меньше чем через год его выпустили.

Но к жене он не вернулся — по одной версии, опасаясь испортить ее карьеру, по другой — ушел к женщине-врачу, спасшей его в тюрьме.

А через пять лет судьба вновь улыбнулась ей, подарив встречу с замечательным человеком. После одного из приемов в Кремле Ольга Васильевна вышла на улицу. Моросил дождь, а машины за ней почему-то не прислали. Вышедший следом человек в военной форме, увидев ее растерянность, предложил подвезти



Ольга на сцене.

по телефону мужу, сподвижнику Берии, и громко произносила в трубку: «Это Кремль?». Известно, что мир театра, нравы за его кулисами, мягко выражаясь, своеобразны. Их неотъемлемые составляющие, увы, — зависть, интриги. Когда раскрыли архивы, выяснилось, что на бланках: «О методах работы с КГБ обязуюсь не разглашать» стоят подписи почти всех танцовщиков и танцовщиц. Таковы были правила игры: хочешь работать в Большом, подпиши бумагу, а нет — убирайся. Но и в такой ситуации у человека оставался выбор: хороший оставался хорошим, негодяй — негодяем.

Когда мужа арестовали, Лепешинская поехала на встречу к Берии. О чем они говорили, известно со слов самой Ольги Васильевны.

— До меня доходят слухи, что вы не доверяете советской власти, — сказал Берия. — Вы думаете, что мы вашего мужа арестовали несправедливо.

Ольга Васильевна поняла не имела, что рядом с ней крупный военачальник, генерал армии Алексей Иннокентьевич Антонов, а ее спутник и не думал, что идет с известной артисткой Ольгой Лепешинской. Короткий разговор в пути положил начало большому чувству. Вскоре они стали мужем и женой. Это была удивительная пара: стройный, благородный внешне генерал и невысокая крупная

балерина. Они любили и берегли друг друга. Дружью по-доброму завидовали, наблюдая, как Антонов и Лепешинская, словно два голубка, общаются на французском. Этот брак Лепешинская называла самым счастливым.

Когда 18 июня 1962 года Антонов умер от сердечного приступа, жизнь для нее потеряла всякий смысл. От горя и шока на похоронах Лепешинская временно потеряла зрение, его удалось восстановить лишь после лечения в Италии.

Вторая жизнь

Она попыталась вернуться на сцену, но поняла, что танцевать так, как раньше, уже не сможет — после смерти мужа пропал душевный подъем.

Завершая сценическую карьеру, она не порвала с искусством, а переключилась на педагогическую деятельность, много работала за рубежом — преподавала в Риме, Будапеште, Стокгольме, Вене, Токио, Мюнхене.

Последние годы жизни великая балерина болела, жила в уединении в своей квартире на Тверской-Ямской улице.

Ольга Васильевна Лепешинская скончалась 20 декабря 2008 года, похоронили ее в Москве на Введенском кладбище.

После ее смерти по телевидению был показан сюжет о том, что обстоятельства смерти балерины для многих остались загадкой, а ее сбережения, богатейшие

собрания картин, квартира в центре Москвы оказались в руках каких-то людей, которые всё крутили возле балерины, пока не добились наследства.

Детей у балерины не было. По ее собственному признанию: «Ряд балета не родила ребенка». О чем впоследствии сожалела.

Подготовила
Настя АЛЕКСЕЕВА.



Алексей Антонов.



Подводная охота на Ихтиандра

Однажды в далёкой Аргентине доброму доктору Сальваторе тамошние аборигены принесли умирающего от болезни лёгких мальчика. Сальваторе спас его, пересадив ему жабры молодой акулы, но теперь ребёнок должен большую часть жизни проводить под водой, иначе ему грозила гибель. Так на свет появилось невиданное существо с загадочным именем Ихтиандр, что означает всего-навсего «РыбоЧеловек». Да и не такое уж оно невиданное...

В каждом омуте...

Фантасты – сончичители, но не пустозвонные фантазеры. Их произведения, как правило, основаны на фактах, которые официальная наука просто не желает признавать таковыми. Так и Беляев создал своего Ихтиандра не на пустом месте, память человечества полна воспоминаниями о встречах с жителями подводной цивилизации. Еще в древних шумерских легендах рассказывалось о полурыбах-полулюдях, которые не просто соседствовали с расой чистокровных людей, а явились для них учителями во всём! Шумерские «ихтиандры» научили земных жителей письму, наукам, строительству зданий, то есть по сути подарили им базу для дальнейшего развития.

Древние японцы оказались ещё более прагматичными, они не просто стремились перенять бесценные знания морских существ – нингё, они жаждали стать такими же, как они, бессмертными. А для этого нужно было поймать нингё в морских водах и... съесть. Популярная до сих пор легенда гласит, что однажды одному человеку удалось изловить бессмертного морского человека, но сам он не решился вкусить его мяса, он провёл эксперимент над собственной 15-летней дочерью Яао-химэ, дав ей попробовать священного кушанья. Яао-химэ прожила целых восемьсот лет, сохраняя внешность подростка и незыблемую любовь к водным процедурам. Девочку почитали, как богиню, построив в её честь храм.

Папуасы Новой Гвинеи тоже издревле не понаслышке знают о морских людях, причём их тут в ласковой океанской водичке плещется не один и не парочка, а целые колонии по сорок-пятьдесят существ, так что аборигены хорошо их разглядели за столетия тесного соседства и утверждают: никакие

у них не хвосты вместо ног, а просто задние конечности от колен до щиколоток как бы спилились от долгого пребывания в воде, а ступни расходятся в разные стороны. А в остальном люди как люди, громкими песнями соседей не беспокоят...

В персидских сказаниях Ихтиандра величают Руна-шахом, повелителем Каспия и рек. В мстах, где он появляется, потом можно рыбу руками ловить, столько её прибывает, дабы засвидетельствовать почтение морскому царю. А вот с человеком Руна общаться категорически не желает, при появлении рыбаков тут же хвостиком помажет и исчезнет в морской пучине. Принципам своим не изменяет и сейчас: в феврале 2003 года во время активизации добычи нефти Каспийского шара видели жители Ирана, и Азербайджана, но вступить в контакт он не пожелал ни с одной страной, молча удалился в свои подводные покои...

Наши предки авторитетно утверждали, что и нечего с нечестью водиться! Водяные да русалки – вот наши отечественные «ихтиандры», и встреча с ними ничего хорошего не сулит. Защекочит до полусмерти и утонут на дно, захочешь выжить там, самому придётся жабры отращивать!

Кто ты, чудотворец, рыба?..

Как появился на свет Ихтиандр, легко узнать, посетив библиотеку. С «ихтиандрами» в древних легендах дело обстоит намного сложнее. Кто они такие и почему, если верить легендам, находятся на более высоком (за редким исключением) уровне развития, нежели человек, – о том рыбы молчат, а люди отгадать пока не могут. Однако могут предполагать...

Некоторые не зашоренные рамками официальной науки антропологи придериваются версии, по сравнению с которой приключенческий фильм

«Человек-амфибия», снятый по роману Беляева и побивший все рекорды популярности в советское время, — скучное документальное кино. А именно: в четвертичном периоде, когда на планете Земля началось глобальное похолодание, часть наших предков отступили на юг, поближе к теплым водам Индийского океана. Там они, словно лягушки, вели полузатопленный, полуводный образ жизни, постепенно склоняясь к тому, чтобы вовсе не выходить на земную твердь. Океан щедрее дарил тепло, пищу, физическое удовольствие от движения. Со временем у людей, словно у дельфинов, появился слой подкожного жира, необходимый для длительных заплывов и предохраняющий от переохлаждения на глубине, а частые ныряния привели к развитию жабр. В итоге эти люди превратились в биологический симбиоз, чудо-юдо — рыболюдей. Отпочковались от единой линии развития человечества, ушли на дно, чтобы жить своей неведомой нам жизнью.

Кстати, о дельфинах. Возмозжно, появление этих уникальных морских созданий на свете — это не что иное, как следующая стадия генетических мутаций рыболюдей. И тогда становятся понятны их невероятные для животных способности: высокий интеллект, абстрактное мышление, коллективная память, способность общаться между собой, большой словарный запас! Размер мозга дельфинов в соотношении с размером их тела гораздо больше, чем у тех, кого учебники биологии называют нашими ближайшими родственниками — шимпанзе. А интеллект у дельфинов в два раза больше, чем у человека. Доказано, что два дельфина, встретившись на прогулке, любезно здороваются, называя друг друга по имени, и даже могут обсуждать за глаза третьего! Воистину чисто человеческое качество...

Сыны Атлантиды

Говоря о тайнах, скрытых под водой, невозможно не вспомнить Атлантиду — материк, ушедший под воду в результате некоей глобальной катастрофы, но не канувший в Лету. Многие исследователи не оставляют надежды, что Атлантида существует и поныне где-то глубоко в океане, а, следовательно, её жителям, «атлантам», необходимо было претер-

аппараты для подводного плавания. А значит, у атлантов существовала мощная научно-техническая база для выживания в любых условиях, и они имели все шансы создать ещё одну тупиковую ветвь человечества. Хотя почему тупиковую? Возможно, это просто наша земная цивилизация ещё не имеет техники такого уровня, чтобы обнаружить их города на дне океана! Рыболюди же не только живут себе припеваючи, купаясь в благих

ровны так, что позволяли дышать и под водой, и на земле. А поскольку поверхность нашей планеты на 3/4 покрыта водой, то икспитики быстро превратились в главенствующую расу. Правда, жить они могли только в пресноводных водоёмах, что и стало причиной их гибели. В эпоху потепления многие пресноводные реки и озёра высохли, а ледниковые воды ушли в солёные океаны. Люди Икс были вынуждены искать

убежища в природных «резервациях»: непересыхающих озёрах, где всегда бьют ключи пресной воды, глубоководных омутах, болотах. Знакомые места? Конечно же! Это же жилища наших водных и русалок! На родине Линдблада их именуют болотными чертями и боятся не меньше, чем мы, начитавшись в детстве сказок о проделках водной нечести. Поэтому «икспитиков» давно одичали, затаяли злобу на «хомяк-сакпенс» за то, что тем выпала лучшая доля на их общей планете, и не упускают случая насолить людям. Впрочем, очевидно, что встречи человека и водного происходят в реальности гораздо реже, чем на страницах книг, а скоро «икспитиков»



Многие исследователи не оставляют надежды, что Атлантида существует и поныне где-то глубоко в океане, а, следовательно, её жителям, «атлантам», необходимо было претерпеть немалые изменения в организме, дабы выжить: жабры, плавники, хвосты — чего только не отращивает природа в своём стремлении сохранить преемственность поколений!

петь немалые изменения в организме, дабы выжить: жабры, плавники, хвосты — чего только не отращивает природа в своём стремлении сохранить преемственность поколений! А может быть, «рыбо-человеки» создали искусственные приспособления для жизни под толщей воды? И жабры с хвостами лёгким движением руки отсдвигаются и складываются на полку шкафа по прибытию домой? Древние легенды утверждают, что придворные механики последних царей ещё не затонувшей Атлантиды умели делать невиданные тогда на других материках механизмы, в том числе

технического прогресса, но и иногда ради любопытства всплывают на поверхность, дабы полюбоваться, что сделали с Землёй их братья прамоходящие...

Люди Икс

А вот шведский биолог Ян Линдблад утверждает, что никаких жабр, ни подаренных природой, ни созданных искусственно для жизни под водой, не нужно! По его убеждению, во времена появления кроманьонцев и неандертальцев на Земле параллельно с ними жили ещё одни полуприматы-полулюди, «икспитики», лёгкие которых были уст-

днём с огнём не сыщешь, сколько в омут с головой ни ныряй, вымирание — вот удел этой тупиковой ветви развития. И хотя враньё от времени появляются романтически настроенные, утверждающие, что лунной ночью вступили в контакт с прекрасными сладкогослыми русалками, никто из нас прагматичный век не верит — «глаза зажали». Неземная любовь между человеком-рыбой и красивой Гуттиэре возможна лишь в кино, в реальной жизни истина такова, что люди предпочитают просто рыбу...

Подготовила
Наталья АНДРИЯЧЕНКО.



Некоторые мужчины утверждают, что женщины за всё существование человечества не добились ни в литературе, ни в точных науках таких успехов как сильный пол. Но это не так. Взять хотя бы автомобили, ведь именно женщина придумала дворники, дала деньги на разработку первого автомобиля и первая в мире совершила длительную поездку на машине

Берта Бенц

Однажды фрау Берта Бенц с двумя сыновьями потихоньку вывела машину из ворот, прокатила её по улице подальше от дома, чтобы муж не услышал звук работающего двигателя, и отправилась с сыновьями за сто километров к своей матери. Скажете, ну и что здесь удивительного: жены частенько ругались с мужьями, ссоряся совершают и не такие поступки. Но здесь семейный скандалом и не пахло.

Это был 1888 год, когда, с одной стороны, технические новинки заволакивали, с другой — во многих новинках люди не видели смысла. Особенно это касалось автомобилей, ведь на улицах не только Германии, но и других стран основным видом передвижения были лошади. А если ещё и породистые лошади, то это и престиж, и статус, да и просто красота. Ну скажите на милость, кому нужны «самобеглые коляски», если в наличии имеется прекрасная лошадиная тяга?

За год до замужества 22-летняя Берта вытребовала у отца-плотника приданое, потому что её жениху Карлу Бенцу необходимы были деньги для того, чтобы выкупить у компаньона часть фирмы: тот устал тратить деньги на «фантастические проекты», за которыми не наблюдалось прибыли. Через год после этого Берта вышла замуж за Карла Бенца.

Берта, как и все приличные немецкие женщины тех времён, занималась домом

и рожала детей. Карл, несмотря на то, что работа пожирала весь семейный бюджет и Бенцы еле сводили концы с концами (Берта всё же была дочерью плотника, а не Ротшильда), разрабатывал проект самодвижущегося экипажа. После того как весь город стал называть его сумасшедшим, Карл готов был бросить разработки. Но Берта настояла на продолжении работы несмотря на погонные времена.

женской промышленной выставке. Газеты заплёбывались сенсацией — построена самобеглая коляска, ура! Но толку от сенсационности не было никакого. Никто, в том числе и газетчики, не воспринимали автомобиль всерьёз. «Самобеглую коляску» Бенца оценивали большей частью как технический курьёз и смотрели на неё как на забавную, но бесполезную штуковину.

Берта Бенц решила, что для простых обывателей нужна «демонстрация практичности», где наглядно можно объяснить людям, для чего может пригодиться подобный механизм и чем он лучше лошадей.

Потому-то 4 августа 1888 года она тайно от мужа отправилась в гости к маме. На подобный «коляска» никто и никогда до неё не совершал таких долгих поездок. Это сегодня расстояние в 100 километров можно проехать за пару часов. Тогда же их путешествие продлилось целый день. Дороги, предназначенные для гужевого транспорта, скорость автомобиля максимум 15 километров плюс приключения, которые сегодня



Сегодня по пути, проделанному Бертой Бенц, организованы мемориальные и туристические маршруты.

Но и после того как самодвижущийся экипаж появился на улицах Мангейма, где жили Бенцы, жители города продолжали смеяться: «У папаша Бенца не все дома». Распространяли слухи о каких-то сумасшедших, которые поменялись в уме, только потому, что рискнули прокатиться на «этой чёртовой машине».

К тому времени кавалиер Бенца уже получил Большую золотую медаль на мюн-

стали достоянием истории. Сначала подвели тормоза — задымилась кожаная накладка, да ещё и на спуске при максимальной скорости. Мальчишки издевались, но Берта Бенц, дочь плотника и жена автоконструктора, командовала: «Наклониться в сторону поворота!», и опасный момент был преодолен. А в ближайший деревенный салончик приобрела новые кожаные тормозные накладки.

Затем растянулась приводная цепь, и её оторвали от привода. Засорившуюся трубку Берта прочистила длинной шпилькой, которой была приколота шляпка к причёске. А для дозаправки заехали в аптеку, ведь ни о каких СТО и автозаправках тогда речи не было, а бензин продавали в аптеках, в маленьких пузырьках, как лекарство от кожных болезней. Она справилась даже с коротким замыканием, когда пробило изоляцию на проводе высокого напряжения — соорудила новую «изолянту» из резинового подвязки от своего чулка. Во время ремонта Берта не трогала зря ни одной секунды, устранив

свои стеклоочистители. И вот в 1903 году она запатентовала первые механические «дворники», состоящие из вращающейся рукоятки и резинового валика.

Но получить доход от своего изобретения она так и не смогла — автопроизводители не торопились устанавливать стеклоочистители Андерсон... до 1920 года. Именно в этот год истёк срок патента. И тут-то предприятия сразу стали оборудовать машины «дворниками», сделанными по чертежам Мэри. А вот изобретательница не получила от производителей ни гроша.



Мэри Андерсон

собравшимся зевакам обзорную экскурсию вокруг машины, подчёркивая достоинства чуда-техники. Речь Берты произвела куда больший эффект, чем золотая медаль на выставке: женщины завилисто поджимали губы и прикидывали, как бы они сами воспользовались такой «самобеглой коляской», ведь и лошадей запрягать не нужно. Финалом пути была телеграмма мужу, который к тому времени уже с ума сошёл от волнения, представляя все ужасы, которые могли приключиться с его семейством и машиной: «Мы приехали к бабушке в Пфарцхайм».

Вот так Берта Банц, верно уловив практическую пользу и назначение машины (доставка пассажиров и грузов из точки А в точку Б), смогла продемонстрировать её публике. И благодаря дочери плотника, симпатичной немецкой девчушке, жене выдающегося конструктора, мир изменился.

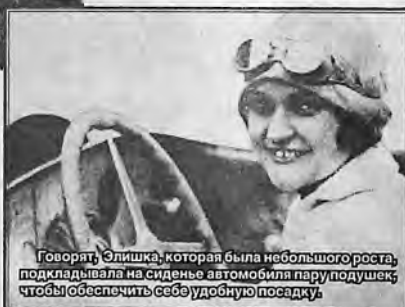
Мэри Андерсон

Сегодня все водители пользуются её изобретением, многие даже не подозревают, что именно женщина придумала эту необходимую вещь. Однажды зимой она ехала из родной Алабамы в Нью-Йорк. И обратила внимание на то, что многие водители, несмотря на холод, ехали полетному — с откинутым ветровым стеклом. Иначе сквозило залепленные осадками окна не было видно дороги. С этой поездкой в её голову и зародилась мысль придумать какое-нибудь устройство, позволяющее открывать любое стекло автомобиля, не выходя из салона. Целый год провёл с той поездкой, в течение которого Мэри чертила, конструировала и испытывала

Камилла де Гасс и Элишка Юнкова

Казалось бы, автомобильный спорт с его бешеными скоростями исключительно мужской мир. А вот и нет.

Первой женщиной-гонимой была Камилла де Гасс, дебютировавшая в далёком 1901 году в пробиго Париж — Берлин, занявшая 32-е место. Но она не стала профессиональной автогонимой. Легко увлеклась, но и быстро меняла свои хобби: после



Говорят, Элишка, которая была небольшого роста, подкапывала на сиденье автомобиля пару подушек, чтобы обеспечить себе удобную посадку.

пробега отменилась в гонках на моторных лодках, где победила, затем на скачках, а потом и вообще стала пианисткой.

А вот чешка Элишка Юнкова «заболела» гонками на всю жизнь, после того как её 22-летнего студентку привёл в авто-спорт муж, богатый банкир. Одного старта в качестве то ли штурмана, то ли механика оказалось достаточно. На подворманном мужем автомобиле Bugatti Type 30 принимала участие почти во всех доступных ей гонках. И за шесть лет она собрала 56 призовых кубков на различных соревнованиях — за победы в горных и кольцевых гонках, спринтах и марафонах на сложных трассах. Она была первой женщиной, которой удалось завоевать победу на Гран-при в Нюрбургринге. По иронии судьбы, эта же трасса положила конец её карьере — в

1928 году здесь разбился муж Юнковой, Винченцо Юнк. После трагедии Элишка прекратила участвовать в автомобильных гонках, но до самой смерти была азартной болельщицей. И даже в 80-летнем возрасте исправно посещала все европейские гран-при «Формулы-1».

Артур Эдсэлл

Согласитесь, что от мужика чистенько можно услышать высказывание про «обезьян с гранатой», «пустое место за рулём» и даже: «Какой дурак тебе права выдал?» А Интернет переполнен «забавными» роликами: «Как они паркуются» и статьи типа: «10 причин, почему женщина никогда не научится водить». И нигде не встретишь подборку: «10 причин, по которым мужчины за рулём являются источником повышенной опасности». Если однажды ваш мужчина позволит себе подобную шутку, не злитесь, а вспомните следующую историю.

17 августа 1896 года в лондонском парке Кристал Палас проходил танцевальный фестиваль, где демонстрировался «самодвижущийся агрегат», за рулём которого был Артур Эдсэлл, сотрудник Англо-Французской компании моторных экипажей. Он был водителем с «огромным» стажем — аж целых три недели за рулём.

Артур Эдсэлл не просто водил любопытных вокруг автомобиля, но и катал желающих за весьма умеренную плату по парку. И чтобы машина двигалась, он подтянул приводной ремень. А рядом с ним сидела симпатичная барышня, которую он, естественно, развлекал беседой. Скорость, отвлечение внимания и недостаток опыта — причины, по которым и сегодня происходит все ДТП. Тогда езда самоуверенного «водилы» тоже закончилась трагедией — он наехал на миссис Бриджет Дрисколл, которая пришла в компании дочери и друзей полюбоваться фестивалем. В результате смерть «пешехода».

Вот так, Берта Банц, совершив первый автопробег, продемонстрировала практическую пользу и то, для чего он может служить — доставка пассажиров в нужное место без катастроф. А Артур Эдсэлл, ощутив себя «ассом вождения», спровоцировал первые ДТП.

Неслучайно сегодня в Англии страховые компании предлагают женщинам-водителям сниженную ставку по сравнению с водителями-мужчинами. Получается, что даже страховщики больше доверяют женщинам за рулём.

Подготовила
Жанна ВЕТРОВА,

Жанна Дюбарри: крестьянка-графиня



«Ещё минутку, господин палач, ещё минутку!» – кричала она, обезумев от страха, и так упиралась, что палачу буквально пришлось затаскивать её на эшафот. Но даже здесь она продолжала кричать: «Я никогда не делала ничего плохого. На помощь! На помощь!..», словно кто-то из толпы зевак мог спасти от страшной участи бывшую королевскую фаворитку

«Скучаем-с»

58-летний Людовик XV, правнуку знаменитого Короля Солнца, пребывал в унынии: скончалась обожаемая фаворитка мадам Помпадур, ушли из жизни сын с невесткой, и вот теперь умирала жена Мария Лещинская. В Париже только и были разговоры о бесконечной грусти Людовика, потому что отменяли все празднества, и придворные теперь развлекались за пределами Версаля. А король? Король был бы благодарен любому, кто мог хоть чуть-чуть развеять его тоску. И вот в один из дней его преданный камердинер Лебелль доложил своему королю, что нашёл чудесную девушку, способную подарить ему и забвение земных хлопот, и радость, убедив Его Высочество в её умении превратить мужчину любого возраста и душевного состояния в пылкого любовника.

Но, увидев её перед собой в лёгком платье ослепительного цвета, поддерживающем близость и нежность кожи, с гирляндой из мирта вокруг талии, придающей лёгкость туалету, с кудрями, опущенными в волшебном беспорядке и рассыпанными по плечам, король с недоумением рассмотрел на своего доверенного слугу: «Лебелль, это и есть то самое «чудо», о котором ты рассказывал?» Понять короля можно, таким миловидный девиц вокруг было множество... Однако наутро он в восторге делился с Ришелье: «Это единственная женщина во Франции, которой удалось заставить

меня забыть свой возраст и свои бедности. Она научила меня таким вещам, о которых я даже и не подозревал!»

В ответ Ришелье поклонился и скромно произнёс: «Потому что вы никогда не были в борделе». Король воспринял эти слова как шутку. В те времена требований к королевским любовницам, вообще-то, было немного, но они соблюдались строго: сертификат об отсутствии венерических заболеваний, статус замужней дамы и... приличное происхождение.

«Есть тяга к благородным у девушки простой»

Матерью Жанны Бекю, а именно так звали новую фаворитку короля, была скромная швея, «прижишная» дочку от монаха (она шила простыни для монастыря). Когда Жанне исполнилось шесть лет, на незамужнюю мать обратил внимания важный господин, армейский казначей и инспектор Биллар-Диомонсо, который увёз их из Воклера в Париж, там они и зажили дружной «шведской» семьёй. В доме всем заправляла любовница Биллара, куртизанка мадам Франческа. Мать Жанны была направлена на кухню, а малютку итальянка держала при себе. Как взрослому, наряжала и причёсывала её, учила танцевать и развлекать гостей. Сам же инспектор развлекался тем, что рисовал ребёнка в образах купидонов и

нимф. А через два года мать отправила Жанну в монастырь Сент-Оре воспитываться на деньги щедрого покровителя Биллара. В 15 лет она покинула монастырь и пристроилась помощницей хозяйки модного ателье на одной из улочек вблизи Елисейских Полей. Посетители ателье – господа и дамы высшего света и полусвета – покупали у них шикарные безделушки, духи, головные уборы и платья. Работа несложная, труднее было отбиваться от внимания господ. Но Жанна этого и не делала. С удовольствием кокетничая с посетителями, принимала от них не только внимание, но и различные подарки. Восхищенные взгляды мужчин сами по себе доставляли ей не меньше удовольствия, чем их подарки. Получать и то и другое казалось естественным и не вызывало ни смущения, ни колебаний, а лёгкий нрав исключал размышления о морали. Среди царившей кругом атмосферы легкомыслия и роскоши трудно устоять против соблазна даже девушке с твёрдыми принципами.

К тому времени в полиции на неё уже было заведено досье с формулировкой на титульном листе: «Гризетка, живущая с разными мужчинами и получающая от них деньги и подарки, но отнюдь не уличная девка».

День, положивший начало переменам в её жизни, не был особо примечательным: Жанна, как обычно, протирала пыль с витрины, когда у дверей раздался звонок

и в ателье вошел благородный господин. Это был известный светский сводник, интриган и, как его называл сам маршал Ришелье, «поставщик удовольствий» Жан Дюбарри. Проще говоря, он занимался тем, что выискивал мимолетных девушек, обучал их хорошим манерам и постельным премудростям, после чего предлагал «товар» своим знатым состоятельным друзьям за определенную плату.

Граф наивне визит матери Жанны, и та добровольно согласилась на совместное проживание единственного чада с этим дворянином, а тот оплачивал все ее расходы. Ну что ж, Жанна должна была быть

благодарна матери за то, что та, по примеру многих нищих одиноких матерей, не продала ее еще в детстве в какой-нибудь притон для утех.

Как Жанне жилось у графа? С одной стороны, он ни в чем ей не отказывал, стараясь исполнить все ее желания: одевал в дорогие платья, дарил украшения и учил манерам. В ее распоряжении были все его слуги, ведь она была хозяйкой не только его сердца, но и гостиной его дома. Ежемесячно он устраивал блестящие собрания, которые посещали маркизы, герцоги и даже принцы, и она своим присутствием оказывала им честь. С другой стороны — она без вопросов принимала «поклонение» всех, кто к ней приближался. Да, Дюбарри добился своего, сделала ее пусть дорогостоящей, но куртизанкой. И все же она была слишком хороша, чтобы он мог устоять от амбициозного плана: сделать свое протеже любовницей самого короля. «Сделка» произошла так: камердинера Лебеля свел с Дюбарри маршал Ришелье. И хотя камердинер короля поначалу и слушать не хотел о девушке столь низкого происхождения, однако по настоянию Дюбарри согласился провести с ней наедине несколько часов. За 50 лундоров, заплаченных Дюбарри, он убедился в «искусствах» Жанны. И через несколько дней представлял ей королю.

«Все могут короли»

Королева умирала, а ее супруг не подходил к себе силе отпустить мадам-узель Жанну, проводя с ней ночи напролет. Двор гудел от возмущения: нет, не из-за поведения монарха, этим никого не удивишь. А вот происхождение Жанны, ее грубоватые манеры, неблагоприятный род занятия в прошлом — вот что вызывало бурное негодование знати. Ведь до сих пор на завидное положение королевской

фаворитки могли рассчитывать лишь дамы из высшего общества с хорошей родословной.

И чтобы прекратить дворцовые сплетни и открытое презрение к Жанне, Людовик приказал выдать ее замуж за дворянина. Находчивый граф Дюбарри вызвал из Тулузы своего младшего брата Гийома и устроил скандальную свадьбу: брачный договор не позволял мужу претендовать ни на деньги жены, ни на ее общество. А чтобы подставному мужу было не так уж обидно за свое незавидное положение, ему выдали из казны некую приличную сумму вместе с высочайшим повелением немедленно покинуть столицу. Так незаконнорожденная гризетка Жанна стала графиней Дюбарри.

Король был счастлив, он снова не скушал — новая фаворитка была весела, всегда в духе и обладала милой развязнос-



Маршал Ришелье.

тью, так его пленявшая — это было для него главное. А одним из первых «скупых» подарков, который влюбленный Людовик преподнес графине, сумевшей вернуть ему «вкус жизни», стал замок в Лувьсьене. Дюбарри в отличие от своей предшественницы Помпадур мало вмешивалась в государственные дела, предпочитая танцы, игры и примерку новых нарядов. И хотя ей нарочитая непопулярность смущала весь двор, однако, на некоторое время «небрежный стиль» Жанны вошел в большую моду.

И всё же двор так и не принял до конца «эту простоплюдинку». А с появлением Марии-Антуанетты, супруги дофина, внука Людовика, унижения усилились. Юную австрийку смущал даже не сам факт появления бывшей модистки в Версале, а то, что «этой выскочке» оказывались почести наравне с членами королевского дома. В первые же дни пребывания в Версале она покаялась, что «никогда даже словом не обмолвилась с «этой женщиной» — самым глупым и несносным существом

на свете». И фактически сдержала слово. Лишь однажды удостоив ненавистную фаворитку издательской реликвой: «Не правда ли, сегодня здесь чересчур много народа?» Но отсидеть от трона живую и развязную куртизанку, столь искусную в постельных утехх, было уже невозможно.

«Король умер, да здравствует король»

Но счастье Жанны, увы, не могло длиться вечно: Людовик умер от оспы, когда их любовь была на пике своего расцвета. 12 мая 1774 года, в день, когда тело того, кто почти 60 лет правил Францией, везли в усыпальницу, Жанна Дюбарри покидала город в компании одной служанки и с небольшим сундуком. Она отправлялась в ссылку.

А через год новый король Людовик XVI вернул любовницу деда в подаренный ей когда-то замок Лувьсьен. В банковских сейфах ее ждали драгоценности, и она жила в привычной роскоши. Более того, смерть старого монарха, наконец, избавила Жанну от придворной ненависти. «Каждая из нас мечтала оказаться

на вашем месте», — со сладчайшей улыбкой объясняла ей одна из придворных дам. Она стала, наконец, уважаемой дамой, да и постель, в которой не раз проводил ночи покойный король, пустовала недолго: графиня не устояла перед ухаживаниями герцога де Бриссака, гвардейского капитана и парижского губернатора. Что еще нужно для счастья?

«Да здравствует революция!»

Но тут задули зловещие ветра перемен.

В 1792 году взвешившая толпа убила де Бриссака. Спустя год очередь дошла и до Жанны: ее арестуют «за враждебные республике действия». В отличие от многих других жертв революции графиня Дюбарри не сумела встретить смерть с достоинством. На потеху толпе она билась, плакала и умоляла спасти ее. «Еще минутку, господин палач, еще одну минутку», — кричала она на эшафоте. Но через мгновение палач невозмутимо покажет толпе ее окровавленную голову.

По иронии судьбы, тот, от чьей руки она примет смерть на эшафоте, в её прошлой жизни, когда она была ещё простой гризеткой, работавшей в ателье, был одним из «постоянных ценителей красоты» Жанны Бако.

Подготовила
Настя АЛЕКСЕЕВА.



Король Людовик XIV



Гардемарины, вперёд!

«Жизнь наша принадлежит родине. Честь — никому»



**«Я замечаю в вас
некоторую...
непоколебимость!..
Непоколебимость!!!»**

А началось всё с неопубликованной книги. В подмосковном городе Троицке жила была Нина Матвеевна Сороткина на профессии инженер, преподававшая в строительном техникуме наружную канализацию и водопровод. Как-то раз, по её словам, она решила переплюнуть Александра Дюма-отца (слава «Трёх мушкетёров» не давала покоя), решила написать своим детям роман о приключениях русских храбрецов на фоне исторических событий: «Думала, что даже если ни строки из романа не опубликуют, он останется в семье. И мои правнуки будут знать, что была такая сумасшедшая бабушка, которая однажды написала книгу. Эдакое, знаете ли, фамильное приращение». Книга называлась «Трое из Навигацкой школы», а её действие разворачивалось в XVII веке, поэтому автор много времени проводила в исторической библиотеке. Кроме того, писала рассказы и посещала семинар при Союзе писателей, где её заметил Юрий Нагибин. «Он стал для меня не только крест-

ным отцом в литературе, но и другом, хотя никогда и нигде меня не проталкивал. И учителем, хотя никогда не правил у меня ни одной строчки. Нагибин был фантастически образованным человеком с невероятной памятью. Общаться с ним значило жить внутри культуры». Когда роман был закончен, Сороткина решила пойти на чистейшую авантюру. Тогда только вышла картина Светлана Дружинина «Принцесса цирка», и Нина Матвеевна, решив, что и её герои могли бы заинтересовать режиссёра, позвонила ей, сославшись на общих знакомых. Светлана Сергеевна, хотя в кино обычно не предлагают неопубликованные романы, рукопись посмотрела согласная. Когда книга находилась у Дружининой, в квартире режиссёра случился пожар, но рукопись сохранилась. Дружинина подумала, что это неспроста, и начала работу над фильмом. Для того, чтобы удержаться в репертуарном плане на «Мосфильме», нужен был именитый соавтор. Им и стал Юрий Маркович Нагибин.

Картины Дружининой всегда имели успех, но тот, что выпал на долю её «Гардемаринов», мало кому даже снился. Дмитрий Хартыян и Владимир Шевельков до этого фильма уже успели сняться в некоторых картинах, Сергея Жигунова никто не знал,

но именно после «Гардемаринов» они стали суперзвездами союзного уровня. Их популярность была невероятной: во дворах играли «в гардемаринов», кто-то записывался в секцию фехтования, если такая была, кто-то даже поступал на истфак. И многие счастливые родители новорождённых дочек называли Анастасиями, в честь Анастасии Ягужинской.

**«А стало быть —
вперёд!»**

Ещё на стадии написания сценария Дружинина планировала сыграть Анну Бестужеву. Но к моменту начала съёмок отказалась от этих замыслов, решив, что не сможет совмещать режиссёрскую и актёрскую работу, и отдала роль актрисе Нелли Пшениной. Главных героев Светлана Дружинина тоже представляла совсем иначе, и если бы всё сложилось так, как хотела режиссёр, то, например, курсанта Александра Белова мог сыграть Олег Меньшиков. Но тот, занятый сразу в трёх картинах, ответил отказом. Тогда Дружинина предложила ему озвучить персонажа, сыгранный Сергеем Жигуновым. Сразу это не поймёшь, но если вслушаться в слова, произносимые Беловым, то угадываются характерные меньшиковские интонации.

**«Вот эта мушка дорогого
стоит»**

«Роман» мушка Алёши Корсака должна была красоваться над губой молодого актёра Юрия Мороза, но он отказался от съёмки в самый последний момент. В срочном порядке начали искать замену: нужен был не просто актёр, а поющий актёр. Дмитрий Хартыян, на режиссёрскую радость Светланы Дружининой, лёт ушёл. Причём ей так понравилось, как он это делал, что в фильме Хартыян исполнил песни не только за себя, но и за Сергея Жигунова.

**«Барин! Стол накрыт, чи
дымятся!»**

Владимир Шевельков попал на съёмки позже всех. Роль благородного князя Никиты Оленева Дружинина писала специально для своего сына, но в последний момент что-то не сложилось. Принять предложение Дружининой Шевелькова уговорили Жигунов и Хартыян: «Давай, соглашайся. Актёры хорошие подбираются. В самом деле, давай, приезжай, а то ещё неизвестно, кого нам подсузнуть могут».

За Владимиром Шевельковым, сыгравшего Никиту Оленева, пел Олег Анофриев; а «сводный хор» гардемаринов с песней «Не вешать нос, гардемарины!» — это Дмитрий Хартыян и Олег Анофриев. Так и сложилась звёздная тройка — Жигунов, Хартыян, Шевельков.

**«Шпаги, погоны, драки — всё
сами»**

До «Гардемаринов» они не снимались вместе, но общий язык на площадке нашли сразу. Актёры практически не пользовались помощью дублёров, на некоторые

трику были им не под силу. Так, например, сцена перестрелки Белова и де Брюль — одна из самых сложных, и вместо Жигунова с лошади падал дублер.

Во время съемок Сергей Жигунов служил в армии, и его прямо из казармы привозили на съемочную площадку, где он из рядового современного Вооруженных сил превращался в курсанта Навигацкой школы XVIII века. И на съемках дрался шпагой не на жизнь, а на амбиции. Молодому актеру Жигунову очень хотелось доказать опытному фехтовальщику Вла-

ский. Кстати, одну из самых трогательных композиций «Голубка» со строчками «Любовь последняя чиста, лети в мой сад, голубка», композитор Виктор Лебедев и поэт Юрий Рыженцев написали специально по просьбе актера. «Ему хотелось сыграть последнюю любовь старшего д'Артаньяна, слезть прощальную песенку мушкетера, попавшего в русские снега».

— Разве может цивилизованный человек понять, что это такое! Рубленый дом, из которого валит дым! И в этом угаре русские

занимаются развратом, вакханалией!

— Ой, Серёжа, ты говоришь чушь. В банях моются.

— Три раза в неделю?! Не смеши меня.

Помимо любовных терзаний, Боярскому пришлось пройти испытание холодом. Сцену в бане, когда Михаилу Сергеевичу пришлось играть разгоряченного француза,

поколение актеров играли великолепно — сцену казни Анны Бестужевой Нелли Пшенная сыграла так проникновенно, что на глаза всякий раз наверливаются слезы. Евгений Евстигнеев, сыгравший канцлера Бестужева, на тот момент уже был очень болен. Но он входил в кадр без релетиги, совершенно не зная текста, и с ходу под суперлера играл гениально. Александр Абдулов, Семён Фарада, Виктор Павлов... После фильма о «Гардемаринах» Светлану Дружинину назовут последним романтиком советского кино.

«Жаль я тебя не убил, там, на болотах!»

Популярность фильма была столь велика, что вскоре режиссёр снял два его продолжения: «Виват, гардемарин!» и «Гардемарин-III». Но, как это обычно бывает, продолжения оказались хуже. В составе народных любимцев произошла ротация. Харатьян и Жигунов остались на местах (здесь Жигунова уже озвучил Александр Домогаров), а вот Шевельков считал, что роль в «Гардемаринах», несмотря на то, что его персонаж очень полюбился зрителям — актерский провал. Да и с Дружининой они друг к другу — такую личную неприязнь испытывали, что кушать не могли.

Зрителям замена обаятельного Шевелькова на Мамонова явно не понравилась, и, возможно, именно тот факт, что великодушная троица распалась, стал причиной, что фильм «Виват, гардемарин!», вышедший в прокат в 1991 году, уже не имел большого успеха. В третьем филь-



Михаил Боярский и Татьяна Литаяева.

дмиру Балану — постановщику трикув, который уже занимался этим делом на «Трёх мушкетёрах», а в «Гардемаринах» сыгравшем аж две роли: учителя фехтования и слугу Жака — олимпийскому призёру между прочим, что управляет со шпагой он умеет не хуже мастера. Харатьян был старше, и актёрского опыта у него было больше, вот только лошадей Дмитрий боялся панически: лучше уж женское платье, чем седло, хотя у него было множество сцен с верховой ездой. Тогда Дмитрий собирал всю свою волю в кулак, включал мужское самолюбие и скрепя зубами двигал вперёд.

«Анастасия, звезда моя!»

На роль красавицы Анастасии актриса Татьяна Литаяева попала так: она, студентка ВГИКа, училась с сыном Дружининой на параллельном курсе. Он-то и разглядел в сокурснице благодарную Ягужинскую. Говорила «Анастасия» голосом Анны Каменевой, а пела голосом Елены Камбуровой.

А вот возлюбленную Алёши Корсака — Софью, должна была играть Марина Зудина. Её утвердили и даже отсняли несколько эпизодов. Но на площадке она работала в паре с Юрием Морозом, и когда тот отказался от съёмки, ушла вместе с ним. А на роль Софии взяли Ольгу Машину.

«Любовь последняя чиста»

Четвёртым главным героем стал «русский народный д'Артаньян» Михаил Бояр-



Евгений Евстигнеев.

впервые познавшего прелесть русского пара. Снимали глубокой осенью. Пар был искусственным в отличие от воды, которой со словами: «Опять он высох» нещадно поливали актёра и на трясающегося от холода наклеивали листья от веника, чтобы у зрителя даже не закралось сомнения в подлинности банной сцены. На съёмках с Боярским произошёл забавный случай: за актёрами даже в глухих лесах постоянно следовала большая группа поклонников, зачастую мешавших работать. Когда снимали знаменитую сцену в бане, откуда де Бриль должен был выскочить голым, зевая постарались разогнать, но это оказалось невозможным — те сумели спрятаться за кустами. Так случилось, что именно на них выскочил голый Боярский, увидел — и с хохотом помчался обратно на съёмочную площадку, где, кстати говоря, тоже находились дамы, которым спешно пришлось отвернуться.

Не только Боярский, но и всё старшее



Ольга Машина и Дмитрий Харатьян.

ме из канонического состава остался только ностальгический Харатьян-Корсака, Жигунова не было, его, видимо, всем надоело озвучивать. И это было уже совсем не то... А в 2000 годах у нового поколения появились свои «мушкетёры и гардемаринки» из сериала «Бригада». Как ни парадоксально, но главного героя там звали Александр Белов.

Подготовила
Настя АЛЕКСЕЕВА.

Икона «Живоносный Источник»

В V веке в Константинополе близ так называемых «Золотых ворот» находилась роща, посвященная Пресвятой Богородице. В этой роще был источник, с давних пор прославившийся чудесами. Постепенно это место заросло. Однажды воин Лев Маркелл встретил в этом месте слепца, сбившегося с дороги. Лев помог ему выйти на тропинку, а сам отправился на поиски воды для путника. Вдруг он услышал женский голос: «Не иди воды далеко, она здесь близко». Удивленный Лев нашел воду в указанном таинственным голосом месте. Воин напоил старца водой, а тину из источника положил ему на глаза. Слепой тут же прозрел и без проводника пошел в Константинополь, прославляя Богоматерь. После того как Лев стал императором, он приказал очистить источник, заключив в каменный круг. И назвал его «Живоносным источником». По имени святого источника получили свое название храм и чудотворная икона Божией Матери, которые были созданы на этом месте после произошедшего здесь чудесного события.

Сам образ Богородицы, именуемый «Живоносным Источником», сначала распространялся в списках без изображения источника. Затем в композицию была включена чаша (фиала). В более поздние времена стали изображать на иконе Богоматерь с младенцем на руках, а также водоем и фонтан. В разных интерпретациях эта икона может и по-разному называться — «Живоносная Источница», иногда — «Живоприменный Источник» и даже просто «Источница». Само название источника потеряло свое прежнее узкое значение. Оно стало употребляться в более широком смысле. Его отно-



с ежегодно в первую пятницу после Пасхи Православная Церковь совершает празднество, посвященное иконе Божией Матери, именуемой «Живоносным Источником». Считается, что все приходящие к этой иконе с верой в душе получают исполнение своих молитв и исцеление от недугов. И в память реставрации храма в Константинополе, именуемого «Живоносный Источник», в этот день совершается чин водоосвящения с Пасхальным крестным ходом.

ся и к самому источнику, у которого была засвидетельствована милость Богородицы, и к Богоматери — Первоисточнику Живоному, и к храму, построенному на

его месте. Именно с Константинопольской иконы было сделано несколько списков, некоторые были привезены в Россию. Наиболее известным русским чудотворным списком образа «Живоносный Источник» является икона, которая находится в Нижегородской области, в городе Сарове, в Саровской пустыни. Этот образ глубоко почитал преподобный Серафим Саровский, который призывал всех приходивших к нему искать утешение и помощь перед святыней, так как сама Богородица, по его словам, неоднократно являлась к старцу, и он видел исцеления больных богомольцев от скорби и прочих недугов после их упорных молитв.

К этой иконе обращались уставшие от боли как физической, так и моральной, перед ней молились те, кто утрачивал веру, или те, кто нуждался в правильном наставлении, в заступничестве и помощи от болезней. Богородица, парящая над чашей, обнимающая Младенца, пристально рассматривается в глаза молящихся. Ей ведомы наши сомнения, горе, усталость, страх. И каждый обратившийся к ней с искренней верой обретает покой и исцеление.

Молитва

О, Пресвятая Дево, Всемилостивая Госпоже Владычице Богородице, Живоносный Источник Твой, целебные дары на здравие душ и телес наших и на спасение миру точащи, подари еси нам; тем же благодарни суще, усердно молим Тя, Царице Пресвятая: моли Сына Твоего и Бога нашего дами нам оставление прегрешений и всякой душе скорбящей и озлобленной милость и утешение и от бед, скорбей и болезней освобождение. Подаждь, Госпоже, храму сему и сим людям покровение, граду сохранение, стране нашей от напастей избавление и ограждение, да мирное зде поживем житие и в будущем веце сподобимся видети Тебе, Заступницу нашу, во славе Царства Сына Твоего и Бога нашего, Ему же слава и держава со Отцем и Пресвятым Духом во веки веков. Аминь.

Законный вопрос

Детям, лишённым родительской ласки и заботы, порой не хватает элементарных знаний о предусмотренных законодательством льготах. Наиболее часто поднимаются права детей-сирот в сфере получения жилья. Именно этот вопрос мы решили поднять на страницах своего журнала. На этот и другие вопросы ответит адвокат, член ассоциации юристов России — Круглик Алексей Владимирович



— Алексей Владимирович, каким образом определяется статус ребёнка-сироты?

— К категории детей, оставшихся без попечения родителей, относятся дети, у которых родители умерли, лишены родительских прав, ограничены в родительских правах, признаны без вести пропавшими, недееспособными, отбывают наказание в местах лишения свободы или же уклоняются от воспитания детей. Именно таким образом и определяется подобный статус.

— В каких случаях ребёнок-сирота может реализовать своё право на получение жилья?

Право на обеспечение жильём имеют дети-сироты, не имеющие закреплённого за ними жилого помещения, в следующих случаях: по окончании пребывания в образовательном учреждении, например, в школе, интернате, лицее; по окончании всех учреждений профессионального образования — ПТУ, колледжа, вуза; по завершении пребывания в учреждениях социального обслуживания, под опекой (попечительством), в приёмной семье либо по окончании службы в рядах Вооружённых сил Российской Федерации. А также вернувшиеся из учреждений, исполняющих наказание в виде лишения свободы — вставшие на жилищный учёт до достижения 23 лет.

— Существует ли возрастной ценз для обеспечения жильём детей-сирот?

— Существует. Федеральный закон чётко определяет круг лиц, на которых распространяются социальные гарантии в получении жилого помещения по договору социального найма во внеочередном порядке в обязательной форме. Это прежде всего дети-сироты до 18 лет, дети, оставшиеся без попечения родителей до 18 лет, и лица из их числа до 23 лет.

— Данные льготы предоставляются только до 23 лет?

— Да. 23 года — это установленный законом возраст, после достижения

которого социальные льготы не распространяются, а лицо, которое могло на них рассчитывать до 23 лет, утрачивает право на дополнительные гарантии, в том числе право на внеочередное предоставление жилого помещения.

— А если ребёнок-сирота не успел воспользоваться своим правом на дополнительные гарантии по социальной защите до 23 лет, что тогда?

— Верховный суд Российской Федерации предусматривает исключение из этого правила. В Обзоре законодательства и судебной практики Верховного суда Российской Федерации сказано, что достижения лицом 23-летнего возраста, вставшим (поставленным) на учёт в качестве нуждающегося в жилом помещении до указанного возраста, не может являться основанием для лишения его гарантированного и нереализованного права на внеочередное предоставление жилья, которое не было им получено, и не освобождает соответствующие органы от обязанности предоставить жилое помещение. Таким образом, Верховный суд Российской Федерации допускает возможность лицам, которые ранее относились к льготной категории граждан, реализовать своё право на внеочередное предоставление жилья после 23 лет, но при условии, если

претенденты на жильё встали (были поставлены) на учёт в качестве нуждающихся в жильё до 23 лет. В противном случае действует общая норма: претенденты лишаются нереализованного права. Это значит, что практика судов общей юрисдикции, в том числе судов субъектов Российской Федерации (кассаци-

онная инстанция), сводится к тому, что если истец (претендент на жильё из числа бывших льготников) сумеет доказать незаконность действий или же бездействие со стороны органов публичной власти (к примеру, органов опеки и попечительства, местной администрации и т. п.) в части непринятия им мер по информированию, содействию детям-сиротам, детям, оставшимся без попечения родителей, лицам из их числа по вопросам обеспечения жильём и при этом сумеет доказать принятие самим истцом попыток встать на соответствующий учёт в качестве нуждающегося в жильё, получить жильё (эти попытки должны быть сделаны до достижения 23-летнего возраста), то суд обязывает надлежащего ответчика обеспечить претендента жилым помещением по договору социального найма, невзирая на его возраст. При этом, безуспешно, такое лицо должно находиться в жильё на момент вынесения судебного решения. А промежуток времени с момента достижения 23 лет и обращения в суд должен быть не слишком большим. Конечно же, в основе изложенной практики лежит, если честно, не норма права (норма закона), а некая «всеобщая справедливость». Благо что суд руководствуется не только законом, но и справедливостью.

Беседовала

Ярослава ПАЛЬЧИКОВА.

пресс-совет

Чтобы ребёнку-сироту не попасть в группу риска для злоумышленников и самостоятельно бороться с отсутствием чёткой поддержки государства, достаточно быть осведомлённым в нормативной акте относительно детей-сирот — Федеральный закон от 21.12.1995 № 159-ФЗ (ред. от 17.12.2009) «О дополнительных гарантиях по социальной поддержке детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей», а также статья 57 «Жилищного кодекса Российской Федерации». В противном случае обратиться за помощью к адвокату по гражданско-правовым делам, который имеет практику в этой сфере.





Именно потолок способен сделать из комнаты настоящий шедевр, привести в ремонт изюминку, а может даже самый интересный проект превратить в скучную картину. Поэтому к выбору этого элемента интерьера нужно подходить с особой тщательностью

Клеевые

Отделка клеевым способом заключается в креплении покрытия непосредственно к базовому основанию потолка с помощью специального клея.

Плитки или панели из вспененного полистирола

Достоинства: такие панели отличаются небольшим весом, легко режутся, что позволяет использовать их в помещениях с углами неправильной формы. Полистирол обладает достаточными звукоизоляционными и теплоизоляционными свойствами.

Недостатки: наклеиваемые встык панели не образуют визуально целостного покрытия и со временем желтеют.

Стеклообои

Забитый способ оклейки потолка обоями с появлением стеклообоев вернулся к жизни. Стеклообои не боятся влажности в поме-

щении. Долгий срок службы (до 20 лет) и возможность окраски до 10-15 раз выводят настоящий материал на новые конкурентные позиции.

Достоинства: легкость и быстрота исполнения, возможность скрытия трещин и других дефектов базового потолка. Толщина покрытия не превышает обычно 10 мм, это качество позволяет применять стеклообои в помещениях с небольшой высотой потолка — 2,5-2,6 м.

Недостатки: позволяют скрыть только незначительные отклонения по горизонтали, ограничивают возможности освещения, исключая использование встраиваемых светильников и не «маскируют» никакие технические приспособления, в том числе электрическую проводку.

Подвесные

Тяга к «парящим» потолкам, мягкому, спрятанному «под на-

вес» освещению, не ослабевает. Какие замысловатые формы и изгибы, какой полёт дизайнерской мысли иной раз воплощён во втором или третьем уровне подвесного потолка!

Достоинства: не требуют выравнивания основного потолка, с их помощью можно скрыть любую коммуникацию, разные уровни потолка используют для того, чтобы оптически отделить одну часть помещения от другой. Например, подиум или барную стойку с помощью разноуровневого потолка можно зрительно отделить от зала.

Недостатки: для хорошего многоуровневого потолка нужна изначальная высота помещения не менее трех метров.

Натяжные потолки

Натяжной потолок — это уже готовое изделие. Оно представляет собой полотно, изготовленное из отдельных полос ПВХ-пленки.

Достоинства: современные технологии позволяют не только наносить на полотно элементы рисунка, но и воспроизводить фотографии. Получается, открыл утром глаза, глянул на потолок, и «очутился» в любимом уголке Парижа или Милана. Натяжные потолки хороши тем, что качество материала и конструкция потолка как бы предусматривают возможность протечки: влага «лужей» скапливается на невидимой глазу стороне натяжного потолка, после её даже можно слить, аккуратно «откупорив» небольшую часть покрытия. Правда, далеко не любая подвесная система позволяет снимать часть потолка и легко вновь надевать на каркас. В некоторых случаях лучше подождать, чтобы «лужа» высохла сама.

Недостатки: незащищённость от острых предметов (можно пробить потолок обычной пробкой от шампанского), в помещениях с сильно повышенной температурой полотно может размякнуться и провиснуть, а при низкой температуре материал потолка становится хрупким и утрачивает свои эластичные свойства.

Подготовила
Ирина СУХОВА.

По-русски

0,5 ст. натертого хрена, 1 ст. сметаны, 2 желтка, 1 ч. ложка лимонного сока, 1 ч. ложка сахара, соль.

Желтки взбить со сметаной и соединить с хреном. Подогреть на слабом огне, непрерывно помешивая. Когда соус загустеет, снять с огня, добавить лимонный сок, сахар и соль (по вкусу).

Французский соус «Бешамель»

100 г сливочного масла, 0,5 ст. муки, 1 л молока, мускатный орех, соль по вкусу.

Растопить масло, снять с огня и добавить муку, снова поставить на огонь и готовить несколько минут, постоянно помешивая. Снять с огня и добавить молоко, хорошо перемешать. Снова поставить на маленький огонь, пока не закипит. Добавить мускатный орех и соль. Оставить на малом огне, периодически помешивая, на 15 минут.

По-испански

150 г грибов, 50 г сливочного масла, рюмка сухого белого вина, 2 ст. ложки бульона, 0,5 л томатного сока, 1 ст. ложка муки.

Растопить на сковороде масло и обжарить грибы, нарезанные ломтиками. Всыпать муку и пассеровать вместе с грибами, влить бульон, томатный сок и вино. Варить на слабом огне 15 минут.

Крымский острый

1 кг спелых помидоров, 1-2 сладких перца, 2 головки чеснока, зелень укропа и сельдерея, 5 небольших жгучих перцев, соль.

Помидоры очистить от кожицы и разрезать на части, перец очистить от семян, зелень крупно порубить. Всё пропустить через мясорубку вместе с чесноком, посолить по вкусу.

По-киргизски

500-700 г тыквы, 2 помидора, 4-6 зубчиков чеснока, 1 головка репчатого лука, 1 острый перец, 1 ст. ложка томатной пасты, сок половинки лимона, соль и сахар по вкусу, по 1 ч. ложке молотой зиры и паприки, по 0,5 ч. ложки молотых имбиря и кориандра, растительное масло.

Тыкву очистить и нарезать кубиками, лук и половину чеснока мелко порубить. В разогретое на сковороде масло выложить лук и чеснок, обжарить в течение пяти минут, добавить тыкву и тушить под

Мистер соус

Он повышает аппетит, придаёт блюдам особый аромат и вкус

крышкой 10 минут. Всыпать специи, потушить примерно 2-3 минуты и добавить нарезанные помидоры, перец, томатную пасту, соль и сахар. Тушить на медленном огне до выкипания жидкости. Затем соус остудить и измельчить в блендере. Добавить оставшийся мелко нарезанный чеснок и лимонный сок.

По-гречески

Для красного соуса: 1 л мясного бульона (процеженного), 30 г сливочного маргарина, 0,5 небольшой моркови, корень петрушки, головка репчатого лука, 2 ст. ложки муки, 200 мл томат-пюре, 1 ст. ложка с горкой сахара. Для основного соуса: 100 г чернослива без косточки, 1 ст. ложка с верхом изюма, 50 г ядер грецких орехов, 250 мл красного вина, 1 ст. ложка сахара, небольшой кусочек сливочного масла, соль и перец по вкусу.

Для приготовления основы часть бульона (1/5) слить в отдельную посуду, немного охладить, всыпать просеянную пассерованную без жира муку и размешать так, чтобы получилась однородная масса без комков. В оставший бульон положить пассерованные томат-пюре, коренья и лук, нагреть до кипения, затем влить бульон, смешанный с мукой, размешать и, периодически помешивая, варить при слабом кипении около часа. В конце добавить сахар и процедить, оставшиеся на сите овощи протереть и соединить с соусом.

Чернослив и изюм запарить в кипятке на несколько минут, затем мелко нарезать, орехи истолочь и всё добавить в готовый красный соус, прокипятить в течение пяти минут. В конце заправить соус сливочным маслом.

По-белорусски

250-300 г отваренных грибов, 1 луковица, 1-2 помидора, небольшой

солёный огурец, 1 ст. сметаны, 0,5 ст. майонеза, 1 сваренное вкрутую яйцо, зелень лука, укропа или петрушки, соль, сахар, перец — по вкусу.

Грибы нарезать кубиками, добавить измельчённые лук, помидоры, огурец и яйцо. Смешать майонез, сметану, посолить, поперчить и добавить сахар. Всё хорошо перемешать.

Грузинский «Ткемали»

500 г сливы ткемали (или алычи), 5-6 зубчиков чеснока, 1 ч. ложка молотого острого перца, по 2 ст. ложки измельчённой зелени укропа и кориандра (кинзы), соль — по вкусу.

Сливу варить до тех пор, пока не начнут отделяться кожура и косточки. После этого протереть получившийся «компот» через сито, добавить перец, толчёный чеснок, соль и зелень. Смесь довести до кипения и охладить.

Варшавский

3 ст. крыжовника, 1 сладкий болгарский перец, 1 перец чили, 2-3 зубчика чеснока, 1 ст. ложку грецких орехов, соль, растительное масло, зелень петрушки, базилика, мяты.

Все ингредиенты измельчить с помощью блендера (мясорубки), посолить и добавить растительное масло.





Бутерброд с колбасой или обед в столовой? Предлагаем салат! Это блюдо имеет множество вариантов и неограниченные возможности создавать новые вкусовые сочетания

Что бы взять на работу?

«Лёгкий»

200 г капусты, 1 отварная свёкла, 1 ст. ложка растительного масла, лимонная кислота, сахар и соль.

Капусту нарезать тонко и посолить, отжать и перемешать с нарезанной свёклой. Добавить сахар, который предварительно должен быть разведён в воде с лимонной кислотой. Заправить всю массу растительным маслом.

«Рабочий полдень»

1 пачка сухариков, 1 свежий огурец, 5 яиц, сваренных вкрутую, 1 банка зелёного горошка и 1 банка красной фасоли.

Яйца порубить, огурец нарезать. Все ингредиенты смешать, заправить майонезом.

«Аппетитный»

0,5 кг цветной капусты, 2 ст. ложки растительного масла, 1 отварное яйцо, зелень петрушки и лука, перец, соль и сахар по вкусу.

В подсоленной воде отварить цветную капусту и разорвать на соцветия, заправить растительным маслом, поперчить, посыпать мелкорубленым луком и зеленью.

«Босс»

200 г крабовых палочек, 1 ст. чернослива б/к, 100 г сливочного масла, 2 отварных яйца, грецкие орехи, майонез, маслины.

Сделать надрезы в ягодах чернослива, предварительно замоченных, вложить в них орешек. Натереть остальные ингредиенты

двигать (в т. ч. и охлаждённое масло). Выложить слоями часть яиц, часть палочек, майонез, часть масла, чернослив, снова палочки и майонез. Затем – остальной сыр, масло и яйца.

«Бутербродный»

По пучку зелени укропа, петрушки, 2 свежих огурца, 300 г творога, сметана, соль по вкусу.

Зелень мелко порубить. Огурцы натереть на крупной тёрке. Смешать творог, зелень и огурцы, посолить, добавить сметану и ещё раз перемешать.

«Сытный»

1 морковь, кусок отварного мяса (любого), 1 головка репчатого лука, 2 зубчика чеснока, масло растительное, соль, перец красный молотый, перец чёрный молотый по вкусу.

Морковь нарезать соломкой, бланшировать пять минут, считая с момента закипания воды, и откинуть на дуршлаг. Мясо нарезать соломкой, обжарить и в небольшом количестве воды припустить до готовности. Репчатый лук нарезать соломкой и спассеровать. Готовые ингредиенты перемешать, добавить мелко нарубленный чеснок, посолить и приправить. Всё хорошо перемешать и прогреть.

По-флотски

300 г мяса (цыпленок, молодая баранина), 1 морковь, 100 г грибов, 2 свежих по-

мидора, 3 отварных яйца, 0,5 кг макароны, масло растительное, 50 г тёртого сыра, лимонный сок, чёрный молотый перец, соль – по вкусу.

Макароны отварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг и промыть холодной водой. Морковь и грибы нарезать кубиками, отварить в слегка подсоленной воде, добавить растительное масло, воду слить, а овощи охладить. Мясо нарезать кубиками и посыпать чёрным перцем. Майонез развести овощным отваром (одной частью), заправить по вкусу лимонным соком и посолить. Соединить соус (половину количества) с нарезанными овощами, яйцами, макаронами и мясом. Залить разведённым майонезом (не размешивая с продуктами), и посыпать натёртым сыром.

«Каприз»

500 г рыбного филе, 200 г крабовых палочек, 100 г оливки без косточек, 1 яйцо, сваренное вкрутую, майонез, зелень, специи – по вкусу, для маринада – по 1 ст. ложке уксуса, растительного масла и воды, сахар, соль, специи – по вкусу.

Филе мелко нарезать и залить маринадом, оставить на час-полтора, прикрыв тарелкой и положив маленький груз. Измельчить крабовые палочки, оливки и яйцо. Добавить майонез, зелень и специи. Смешать с филе.

По-корейски

1 средний кочан капусты, 1 головка чеснока, 1 крупная морковь, для маринада: 2 ст. ложки соли, 1 ст. ложка сахара, 1 ст. ложка уксуса, 1,5 ст. ложки молотого острого перца, 2 ст. ложки соевого соуса, 100 мл растительного масла.

Капусту крупно нарезать, морковь – на крупную тёрку, чеснок – тонкими кружочками. Налить в кастрюлю 1,5 л воды, добавить все перечисленные для маринада специи, соевый соус и растительное масло. Помешивая, довести до кипения. Капусту, морковь и чеснок выложить слоями в кастрюлю или стеклянную банку. Осторожно залить горячим маринадом, закрыть, когда остынет, поставить в холодильник.

Сырный

1 кг отварной моркови, 2 пучки лука, 200 г маслин без косточек, 200 г брынзы, соль, молотый чёрный перец, 5 ст. ложек растительного масла, 4 ст. ложки уксуса, 1 ч. ложка горчицы, 1 пучок зелёного лука.

Все овощи нарезать по желанию: сыр – кубиками, зелень порубить, всё перемешать. Для заправки масло смешать с уксусом, горчицей, солью и перцем.

«Чудо»

Кусок тыквы, 2 головки репчатого лука, 1 банка консервированного горошка, растительное масло, соль и перец.

Тыкву нарезать кубиками, немного поварить, откинуть на дуршлаг. Смешать с нарезанным луком и зелёным горошком, добавить растительное масло, посолить.

Пасха

500 г творога, 0,5 стакана жирных сливок, 2/3 стакана сахара, цедра апельсина, 1 ст. ложка с горкой желатина, по горсти изюма, кураги, грецких орехов.

Желатин замочить. Творог протереть через сито, смешать с сахаром, сливками, цедрой и взбить. Ввести предварительно замоченные и измельченные сухофрукты, орехи, перемешивая ложкой сверху вниз. Растворенный желатин ввести в паску таким же образом. Выложить в форму и поставить на холод застывать.

«Зайцы и барашки»

0,5 стакана сахара, 2 яичных желтка, 1 яичный белок, 2 ст. ложки сливочного масла, цедра одного апельсина, 1 стакан с горкой муки, горсть изюма, 1 ч. ложка корицы.

Взбивая сливочное масло с сахаром, добавить желтки, измельченную апельсиновую цедру, перемешать. Всыпать муку и корицу, добавить изюм. Вымесить однородное эластичное тесто. На присыпанной мукой поверхности раскатать тесто в пласт толщиной 0,5 см. С помощью кулинарных выемок или трафарета вырезать из теста зайчиков и барашков. Разогреть духовку до 180°C. Печенье смазать маслом. Поместить печенье на противень, смазанный белком. Выпекать до золотистого цвета.

Кулич

1 стакан молока, 1 ст. ложка сухих дрожжей, 3 яйца, кусочек (70 г) сливочного масла, по 100 г изюма, цукатов, орехов, 1 пакетик ванильного сахара, соль на кончике ножа, 2 стакана муки, 2/3 стакана сахара, щепотка кардамона.

Чтобы белки взбились в пышную пену, яйца необходимо заранее охладить. Муку и соль просеять через сито. Добавить сахар и половину просеянной муки. Вымесить тесто, накрыть его пищевой пленкой и поставить в теплое место на 2 часа. Отделить яичные желтки от белков и отдельно взбить — кулич в этом случае получится более пышным и нежным. Добавить в поднявшееся тесто оставшуюся муку, взбитые желтки и белки, размягченное сливочное масло. Вымесить гладкое эластичное тесто, вновь накрыть пленкой и дать ему еще раз подняться. Тесто должно быть такой плотности, чтобы при разрезании оно не прилипло к поверхности ножа. Добавить в тесто замоченный изюм, мелко нарезанные цукаты, измельченные орехи, ванильный сахар и кардамон, тщательно перемешать. Форму смазать растительным маслом и присыпать мукой, на треть заполнить тестом. Оставить в теплом месте, чтобы тесто еще раз поднялось. Смазать верх кулича яйцом. Разогреть духовку до

Так приятно, когда дом наполняется ароматом ванили, запахом свежей сдобы, а на столе царствуют крашенные яйца и куличи, создавая особую праздничную атмосферу

Встречаем Пасху

220°C. Поместить в неё нижнюю часть противня, наполненный водой, на него форму с куличом и выпекать в течение часа. Готовность проверить деревянной шпажкой. Аккуратно достать кулич и, пока он горячий, покрыть глазурем (взбить белки с сахаром), посыпать разноцветной посыпкой.

Сбитень

500 г мёда, 1,5 л воды, 50 г дрожжей, кардамон, корица, имбирь, душистый перец.

Вскипятить мёд с водой, постоянно снимая пену, добавить размельченные зёрна кардамона, имбирь, корицу, душистый перец, снова вскипятить и охладить. Развести дрожжи, смешать с мёдовым взваром, разлить в бутылки и поставить на 12 часов в тёплое место. После этого бутылки плотно закрыть и оставить в холоде на 2-3 недели для созревания.

Мясо в капустном рассоле

1,5 кг свиного окорока, 2 стакана капустного рассола, 1 головка чеснока, перец чёрный молотый по вкусу.

Мясо нашинговать дольками чеснока (уйдёт почти целая головка) и перцем, 4 зубка чеснока измельчить, натереть мясо со всех сторон, посыпать чёрным молотым перцем. Залить рассолом, накрыть крышкой и поставить под небольшой пав. Мясо держать двое суток в холодильнике, почаще переворачивая его. Затем вынуть, обсушить салфеткой, обжарить со всех сторон на раскалённой сковороде до золотистой корочки и довести до готовности в духовке, поливая капустным рассолом, в котором маринавалось мясо.

Солить не надо. Мясо получается очень мягким, нежным и сочным.

Желейные яйца

1 ст. ложка желатина, 2 стакана воды, 200 г любых ягод, 0,5 стакана сахара, целые скорлупки от яиц.

Ягоды залить водой, довести до кипения, добавить сахар и, как только он растворится, снять с огня. Дать настояться 30 минут, а тем временем освободить необходимое количество яиц от содержимого через небольшое отверстие. Яйца хорошо промыть водой изнутри. Желатин развести тёплой кипячёной водой и дать набухнуть, а затем растопить на водяной бане. Ягодный отвар процедить, добавить подготовленный желатин, хорошо перемешать, влить в скорлупки и поставить в холодильник. Предварительно можно положить в скорлупу несколько ягод. Через 2-3 часа достать яйца из холодильника, на секунду опустить в горячую воду и очистить от скорлупы.

Сырный салат

Сыр натереть на крупной тёрке. Репчатый лук и чеснок мелко порубить, добавить измельченные варёные яйца, перемешать и заправить майонезом. Из помидоров вырезать луковки или розы, нафаршировать их салатом, украсить зелёной и выложить на ломтики хлеба, обжаренного в подсолнечном масле.

Салат «Петровский»

Нарезать отварную говядину мелкими кубиками, чернослива — соломкой, добавить шампиньоны, пожаренные в растительном масле, измельченные грецкие орехи, мелко рубленые репчатый лук и чеснок, зелёное яблоко, порезанное соломкой. Заправить майонезом.

А хозяйку мы узнаем по цветочкам

Нам всегда хочется, чтобы комнатные растения радовали глаз и создавали в доме неповторимую атмосферу тепла и уюта. А ведь наши любимцы могут многое пове-
дать о своей хозяйке и её характере

Алоэ

Алоэ характеризует человека, который любит традиции и придерживается их. Он может быть робким, воспитанным, молчаливым.

Герань

Владельцы герани неконфликтны, сдержанны и умны, им присущи хорошее чувство юмора и оптимизм

Кактус

Это сурового жития пустыни выбирает, как правило, человек с твердым, порой жестким характером, но при этом всегда справедливый.

Камелия

Обладательницы этой капризной красавицы в основном живут в покое и гармонии, они не выносят суеты, хаоса, желают добиться размеренной и тихой жизни.

Китайская роза

Китайская роза зачастую принадлежит людям творческим, с тонкой и чуткой натурой. Как правило, они избегают конфликтов, стремятся решить проблему до возникновения её последствий.

Лимон

Самостоятельные, уверенные в себе люди делают выбор в пользу лимона. Как правило, у них активная жизненная позиция, работоспособны и усидчивы, всегда добьются того, чего захотят.

Орхидея

Её хозяйка способна влюбиться в себя с первого взгляда, очаровывая всех своей красотой и рассудительностью. Правда, за всем этим внешним лоском, как правило, скрывается довольно неуживчивая натура, которая обожает интриги и сплетни.

Традесканция

Владельцы традесканции общительны, ответственны, часто бывают душой компании, так как люди ценят их за искренность и дружелюбие.

Фикус

Этот цветок выбирают практичные, спокойные и податливые особы, любящие порядок и определенность в жизни, а также уверенные, решительные и с хорошим чувством юмора.

Фиалка

Хранительница домашнего очага, скромная, застенчивая хозяйка, обладательница легкого характера и любительница тихой спокойной музыки.

Подготовила Ирина КОЛЯДИНА.

Царство Нептуна

У меня в ванной комнате небольшое окно. Хотелось бы украсить интерьер с помощью растений. Но не знаю, каким отдать предпочтение. Может, вы порекомендуете подходящее?

Елена, г. Тула.

Большая ванная комната, имеющая хорошую освещенность, может превратиться в райский уголок, если в ней есть центральное отопление, а также стать лучшим местом в доме для выращивания антуриума, калатеи, каладиума, цимбидиума, маранты. Одноличные растения вроде пальмы, нефролеписы возвышенного или фикуса Бенджамина способны совершенно преобразить комнату, добавив тропического колорита. Можно соорудить зеленое окно или небольшой садик с плющом, веспергусом, сингониумом, папоротниками. Прекрасно чувствуют себя в ванной бромелиевые растения и все влаголюбивые. Кстати, растения в горшочках на борту ванны лучше не ставить, поскольку могут упасть. Что касается ухода. Если ванной постоянно пользуются, то опрыскивание растений может быть излишним, но листья нужно мыть губкой, так как на них могут попасть лак для волос, пудра, которые закрывают поры.

Если фикус сбросил листья

У моего любимого фикуса Бенджамина листья стали желтеть и осыпаться. Не знаю, как помочь растению; неужели придется выбросить?

Юлия, г. Шахунья, Нижегородская обл.

Не спешите выбрасывать растение, вероятно, ему ещё можно помочь. Во-первых, в каком месте оно у вас находится. Дело в том, что фикус не любит соседство с отопительными приборами, не любит сквозняки и прямые солнечные лучи. Во-вторых, обратите внимание на полив — он должен быть умеренным, а излишки воды обязательно выливайте из поддона, чтобы не загнили корни. В-третьих, внимательно осмотрите растение: если листья сначала покрылись тёмными жесткими бляшками, обесцветились, а затем опали — наверняка цитовка. Насекомые закрепляются практически на всех частях фикуса и питаются его соком. Чтобы избавиться от них, подготовьте слабый мыльный раствор и удалите щёткой смоченной ватой. Если под листьями или между ними появилась тонкая белёсая паутинка, то это паутинный клещ. Чтобы он не «приставал» к растению, возьмите за правило ежедневно опрыскивать фикус и обмывать водой комнатной температуры. Если же растение поражено сильно вредителями, обработайте актелликом в пропорции 15-20 капель на 1 литр воды. При выполнении этих несложных правил фикус Бенджамина будет долго ещё радовать вас своей красотой.

«Умный» горшок

Вы обожаете читать, но бывает так, что после прочтения одну книгу вы оставляете в своей библиотеке, а с другой без сожаления расстаетесь. А ведь из этой книги можно сделать оригинальный горшок. Для этого возьмите пластиковый контейнер, в который предварительно высадите растение, по его размерам аккуратно вырежьте с помощью разреза углубление в книге, не порвав страниц. Вставьте в книгу контейнер — готово!



Открыла эту породу американка Сандра Хачнед в 1983 году. Прогуливаясь по городу, она подобрала бездомную кошку с необычно короткими лапами. Вскоре эта кошка родила котят, половина из которых, к удивлению Сандры, унаследовала короткие лапы матери. Так появилась новая порода манчкинов.

Кстати, в Европе эти кошки редки и до сегодняшнего дня, хотя приехали туда в 1993 году. Примерно в то же время они «окупили» Японию, став на несколько лет одной из самых популярных и распространённых пород домашних кошек. До России коротконожки добрались в 2001-м, сегодня же в России и на Украине манчкинами занимаются уже три питомника.

Характер общительный плюс собачья преданность

Абсолютно собачья преданность и невозмутимость, компактный размер делают манчкинов незаменимыми компаньонами для одиноких людей, маленьких детей, а также тех, кто много времени проводит в командировках и путешествует. Они совершенно неприхотливы и с удовольствием составят компанию своему хозяину в поездках.

Если манчкины покорили ваше сердце и вы загорелись желанием непременно завести такого котика, то следует обращаться только к опытным и проверенным заводчикам, самим разводить эту породу весьма рискованно: выживают лишь 2/3 помёта.

Ухаживать за шерстью просто, процесс не отличается от ухода за шерстью кошек другой породы. Если у вас короткошерстный манчкин – вычесывать его нужно один

КОТ В ШКУРЕ КЕНГУРУ

За коротконопость их сравнивают с таксой, а за умение сидеть, свесив лапы и опираясь на хвост, – с кенгуру. Но само название породы взято из книги американского писателя Лаймена Фрэнка Баума «Волшебник страны Оз», где манчкинами назывались маленькие забавные чело-вечки. Так кто же они такие?



раз в неделю, если длинношерстный – два-три раза.

В еде эти низкорослые кошечки непривередливы, здоровье имеют хорошее при условии, что заводчик добросовестный и не продал вам большого котенка. Иногда случается, что у манчкинов развивается лордоз (искривление позвоночника в грудном отделе). Вследствие патологии развития конечностей позвоночника манчкинов выгибается не совсем правильно, а на сердце и лёгкие животного производится дополнительное давление, кошка страдает от болей и может погибнуть.

Из-за того, что кошка имеет необычайно низкий рост, нужно постоянно следить, чтоб не наступить на неё. Манчкины хорошо привыкают к поводку и очень любят прогулки на улице с любимым хозяином.

Подготовила

Ирина КОЛЯДИНА.

Знаете ли вы, что...

Кошки лучше собак различают запахи. В британской армии во время Первой мировой войны был создан даже специальный «кошачий корпус», чтобы с помощью четвероногих контролёров можно было в самое короткое время обнаружить появление ядовитых газов. А до войны кошек держали на подводных лодках, чтобы вовремя выявлять утечку газа из приборов.

Стричь или не стричь?!



У нас в доме живёт пушистый кот Авося-ка. Хотелось бы узнать, надо ли его стричь и не навредит ли стрижка нашему любимцу?

Наталья ВОРОНИНА, г. Тверь.

Если же оставить шерсть неухоженной, через некоторое время могут образоваться колтуны, из-за которых животное окажется в «войлочном панцире», что плохо отражается на состоянии кожи. Вторым аргументом в пользу стрижки служит тот факт, что, ухаживая за шерстью во время линьки, кошка заглатывает много волос, которые, спрессовываясь, могут образовывать безоары (кишечные камни) и вызвать закупорку кишечника. Шерсть, попадая в желудок, провоцирует рвоту и активизирует гастриты. Стрижка всё же нужна, но нужно проводить её в тёплое время года специальными машинками, которые не травмируют нежных телёнок питомца.

Делikatная проблема



Мой любимый пёсик после опорожнения кишечника часто катается на попе: летом – на траве, а зимой дома на ковре. Наличие глестов исключаю, так как периодически провожу профилактику. Может, он так вытирается? И как отучить его делать это на ковре?

Жалина ГОНЧАРОВА, г. Самара.

У вашей собаки, скорее всего, закупорка паранальных желёз. Они расположены в области промежностного пространства, а их протоки открываются в прямую кишку за анальным сфинктером. Такое заболевание чаще встречается у малоподвижных животных, имеющих лишний вес: секрет становится вязким, протоки забиваются, что вызывает постоянный зуд в области ануса. У собак же, ведущих активный образ жизни и не страдающих заболеваниями желудочно-кишечного тракта, происходит самопроизвольный выброс секрета во время движения и в процессе акта дефекации. Поэтому вам необходимо срочно обратиться к ветеринару, который проведёт механическую чистку паранальных желёз вашему питомцу.



Тонкое оружие

«Лучше иметь три морщинки на лице, чем одну — на чулке», любила говорить Кoko Шанель. И действительно, ни один из предметов дамского гардероба не способен так сильно будоражить воображение мужчин, как это делают чулки. А дедушка Фрейд считал женские чулки объектом мужского фетишизма

Достоинны королей

Любопытно, что изначально чулки были придуманы не женщинами, а мужчинами, дабы скрыть свою неидеальную форму ног. Предки современных чулок появились ещё в 600-м году до н. э. на территории Древней Греции и Персии. Это была первая деталь одежды греков, которую не оборачивали вокруг ноги, а надевали на неё. Долгое время джентльмены присматривались к этой детали одежды, но потом случился своеобразный бум. Сын Вильгельма Завоевателя Рудфус носил настолько дорогие обтягивающие штаны-чулки, что придворные поэты слагали о них стихи! В те далёкие времена их начали вязать вручную из шерстяной пряжи. Лишь в 16-м веке дамы, воодушевлённые примером английской королевы Елизаветы, отбросили у мужчин привилегию носить чулки. Модницы украшали чулки шелковыми лентами и подвязками, иной раз с драгоценными камнями, превращая их в предмет роскоши и мужского вожделения. Такие чулки являлись способом определения социальной принадлежности: дорогие шелковые — для дам из высшего света, а простые трикотажные — для простого люда. Демонстрация женских ножек в чулках долгое время считалась

крайне неприличным занятием. Первой женщиной, которая себе это позволила, оказалась фаворитка Людовика 14-го маркиза де Помпадур. Маркиза являлась для придворных дам эталоном стиля, поэтому её примеру тут же последовали все восхищённые модницы!

Американский переворот

Во второй половине 19-го века мужчины начинают носить длинные брюки, и значение чулок для них утрачивается. А вот женские юбки постепенно начинают стремиться вверх. Чтобы придать чулкам большую утончённость, их начинают украшать ажурной вышивкой, бисером и рисунками. После Первой мировой войны

в моду входят чулки самых ярких цветов, а также модели телесного цвета. В 1939 году настоящий переворот производит «облегчение» нейлона в США. В рекламном слогане тех времен, говорилось: чулки из нейлона обладают «прочностью стали и тонкостью паутины». Но самое главное — этот материал делает их дешевле и доступнее. Тогда же чулки появляются в культовом фильме «Нинюшка» с Гретой Гарбо в главной роли. Второй переворот в истории чулок связан с появлением в Штатах в 1959 году лайкры — синтетического волокна, которое обладает высокой растяжимостью и к тому же позволяет коже дышать. Чулки становятся удобнее, но, несмотря на это, их популярность падает. Они не выдерживают конкуренции с более практичными и удобными колготками. А мода на мини-юбки и волна феминизма и вовсе «убивают» чулки. Все прогрессивные леди переключаются на колготки.

Фетиш для искушённых

Своим возрождением чулки обязаны французской модельерше Шанталь Томас, которая с 70-х годов занимается дизайном роскошного и соблазнительного нижнего белья. Её первые коллекции производят настоящий фурор. В парижский магазин Шанталь Томас выстраиваются очереди, женщины начинают вспоминать о том, как важно быть соблазнительными и соблазнительными. Коллекции были всегда навеяны одновременно духом фривольности и романтики, парижского кабаре «Мулен Руж». Мадм Томас придумывает чулки с самыми необычными кружевными резинками, замысловатыми узорами и рисунками. Но единственный рисунок, благополучно переживший всю историю женских чулок, не теряя у ценителей своей популярности, — это шов. Сексуальный без вульгарности, он кружится на ножках как восхитительный знак, мгновенно привлекая к ним внимание. Именно поэтому шов, выделенный швом, должны быть красивы по определению. Чулки со швом можно назвать совершенно самостоятельной ветвью эволюции женской самоощущения. Это фетиш с большой буквы! Но в большинстве стран Европы их можно было только вымывать

Что нового?

Теперь чулки класса люкс можно приобрести не только у Шанталь Томас. Огромная армия производителей выпускает большое количество разнообразных моделей в стилистике чувственности и сексуальности. В этом году на волне всеобщего увлечения 80-ми с их яркими диско-цветами дизайнеры не советуют особо скромничать и предлагают носить чулки самых ярких цветов — салатного, малинового, оранжевого и синего. Кстати, в моде снова стиль хиппи. Следовательно, в почёте чулки с невероятными этноузорами.



на чёрном рынке. Те, кто не мог приобрести их, были вынуждены использовать специальный «макияж» для ног, рисуя стрелки сазди карандашом для глаз. На каждом углу открывались салоны красоты, специализирующиеся на таком «боди-арте». Женщины посещали их каждое утро перед работой, чтобы нарисовать стрелки на ногах. К неслаженному забвению аксессуару вернулась былая популярность.

Подготовила
Дарья МОРОЗОВА.

Как на картинке



Пуговичный декор

Какая рукодельница не любит и не собирает пуговицы? Разных цветов, форм и размеров. А ведь они могут выполнять не только роль застёжки, но и послужить украшением. С их помощью, например, можно оживить надоевшую декоративную подушку.

Для этого портновским мелком нарисуйте на наволочке сердце, швом «иглолка вперёд» обозначьте контур, используя нитки красного цвета. А дальше остаётся «заполнить сердце» пуговицами, размер и цвет которых выбирайте по желанию.

Столик за полчаса

На наших дачах чего только не найдёшь! Ведь сюда свозят старую мебель, посуду, вещи, с которыми жаль расставаться, потому что они нам чем-то дороги. Порой весь этот «хлам» годами пылится на чердаке. А ведь если подумать, и ему можно найти применение. Например, негабаритный декоративный бабушкин поднос и старый винтовой стул для фортепиано с помощью строительного клея легко превращаются в оригинальный мобильный столик. Приклейте поднос на стул, который можно поднимать и опускать. Готово!



ВНИМАНИЕ: КОНКУРС!

Дорогие друзья! Мы объявляем конкурс: «Домашняя мастерская». Приглашаем ВСЕХ к участию. Если вы предпочитаете одаривать близких подарками и сувенирами, сделанными своими руками, способные уметь превращать старые вещи в новые шедевры, тогда наш конкурс точно для ВАС! Мы предоставляем полный карт-бланш любым дизайнерским идеям. Чтобы принять участие в конкурсе, нужно сфотографировать своё творение. Чёткие фотографии хорошего качества присылайте в редакцию или на адрес электронной почты с пометкой «Домашняя мастерская» с подробным описанием. Самые интересные идеи будут опубликованы и отмечены гонорарами.

Для получения гонорара необходимо указать фамилию, имя, отчество, паспортные данные и обратный адрес.

Телец**(21.04 – 20.05)**

В вашей жизни продолжатся перемены, и вам придется маневрировать между интересами различных людей. Первая половина исключительно благоприятна для финансовых вопросов, особенно если источники доходов связаны с дальними поездками. Середина апреля принесет популярность в коллективе и поддержку вышестоящих. А третья декада сблизит вас с родственниками.

Близнецы (21.05 – 21.06)

В начале апреля энергия в вас заберет, требуя выхода. Любое направление, за какое возьмется Близнецы, будет успешным. Однако реализовать все замыслы будет невозможно, придется выбирать самое важное. В середине месяца на первый план выйдут семья и дом. Возможны небольшие трения с супругом – ревность к вашему успеху. 22-27 апреля ждите сюрпризов в любовных и финансовых делах, главное – не пускаться в авантюры.

Рак**(22.06 – 22.07)**

Апрель подарит Ракам активность, благодаря чему вы будете практически успевать везде. На работе возрастает авторитет и влияние – воспользуйтесь этим для реализации давно задуманных дел. Вторая половина месяца принесет неожиданности в творчестве и хобби. Не удивляйтесь, если вы почувствуете потребность научиться вязать крючком или вышивать крестиком.

Лев**(23.07 – 23.08)**

Укрепятся все позиции, появится моральная и материальная отдача от работы и долгожданная стабилизация в личных отношениях. После 10 апреля – время внести какие-то изменения в домашний уклад. Некоторым придется поддержать любимого человека в новых начинаниях, и ваши советы могут быть полезны. А в последние шесть дней апреля одиноких представителей этого знака подстерегает просто неземной роман, который придаст вам душевных сил на несколько лет вперед.

Дева**(24.08 – 23.09)**

Апрель для вас – месяц повышенной активности, поэтому постарайтесь подключить других людей к своим делам и решать все вопросы максимально корректно и дипломатично. Середина апреля готовит ряд перемен в личной жизни, чтобы дело не дошло до разрыва отношений, старайтесь держать

Овен**(21.03 – 20.04)**

Это ваш месяц! Вы находитесь в центре внимания. В начале апреля будет много поездок, покупок и ни к чему не обязывающее общение. Только не думайте, что вы зря тратите время! Контакты этого периода принесут плоды позднее. Проявите максимум деловой активности в середине месяца, поскольку в третьей декаде вам предстоит заняться исключительно домом.

себя скромное, а претензии сначала высказывать себе. К 21 апреля сможете расплатиться с кредиторами.

Весы**(24.09 – 23.10)**

Удачный месяц, который надолго запомнится Весам ощущением вселенской гармонии, покоя и правильного хода событий. Ваша коммуникабельность, обаяние будут находиться на высоком уровне, что позволит справиться с любым делом. В середине апреля возможны вынужденные поездки, но после 25 апреля все будет получаться так, как вам хотелось, а семейное общение будет доставлять радость и поддержку.

Скорпион (24.10 – 22.11)

Первая половина месяца идеальна для отдыха и занятий спортом! Не стоит забывать и о себе, любимой, позаботиться о прическе, фигуре, гардеробе, макияже. После 15 апреля обозначится перспектива карьерного роста. Источники прибыли могут послужить новые проекты или нестандартный подход к решению проблем. В доме воплощаются все ваши заветные мечты: не бойтесь нестандартных решений.

Стрелец (23.11 – 21.12)

Второй весенний месяц благоприятен для поездок, встреч с людьми издалека и изучения иностранных языков. Вам будет интересно все необычное, и это проявится в ваших предпочтениях в моде и домашнем хозяйстве. Во второй половине месяца периоды семейной гармонии будут чередоваться с обидами. Наиболее критичны 15-20 апреля, зато после 22-го у вас появится масса приятных возможностей.

Гороскоп на апрель

**Козерог (22.12 – 20.01)**

Хотя вы и не привыкли полагаться на везение и удачу, но в этом месяце на Козерогов может свалиться настоящий подарок судьбы. Возможно, вы подпишете удачный контракт или же оформите личные отношения. Если хотите что-то выгодно продать, то сделайте это до 15 апреля, а крупные покупки лучше отложите до мая. Последние дни апреля откроют какие-то тайны, которые заставят вас задуматься о себе и о том, чего вы раньше не замечали.

Водолей (21.01 – 20.02)

В начале апреля Водолеям придется пожертвовать интересами и мнением друзей, вызывая их недовольство. Одиноких подстерегают стрелы Амура: любовь, которая станет наилучшим советчиком в жизни. Во второй половине месяца вам может выпасть приятная необходимость заняться повышением образования. Многих в это время ожидают поездки и знакомство с интересными людьми, которые могут повлиять на ваше жизненное представление.

Рыбы (21.02 – 20.03)

Ваш жизненный потенциал находится на высоком уровне. Могут появиться заманчивые предложения, но их следует детально обдумывать: добиться успеха будет не так просто, как кажется. Во второй половине месяца будьте внимательны в супружеских отношениях. Лучше не проявлять излишних амбиций, и ваши сдержанность и тактичность будут оценены по достоинству в дальнейшем.

Дорогие читатели, в редакцию приходят письма с просьбой помочь найти спутника жизни. На этой страничке мы публикуем объявления мужчин и женщин, желающих познакомиться. Возможно, с нашей помощью вы встретите свою судьбу. Желаем удачи!



Михаил, Московская обл.
50 лет, рост 170, вес 80. Разведён, дети живут отдельно. Живу в сельской местности в своём доме, люблю работать на участке. Познакомлюсь с приятельной стройной женщиной до 45 лет, без вредных привычек, не обременённой детьми и другими заботами, умеющей создавать и поддерживать семейный очаг. Пьющие, судимые, не беспокойте.
Телефон 8-926-565-53-25.

Николай, Тамбовская обл.
64 года, рост 165, вес 65. Простой, добрый, без вредных привычек. Мои увлечения: рыбалка, лес, грибы, ягоды. Познакомлюсь с честной порядочной женщиной. Предпочтения отдаю той, у которой трудность с жильём.

Адрес: 393360, Тамбовская обл., г. Кирсанов, ул. Рабоче-Крестьянская, д. 42, кв. 3. Николай Фёдорович МЕРЗЕЛИКИН.

Наталья, Нижегородская обл.
30 лет, рост 162, вес 57. Ответственная, верная, добрая, весёлая, люблю заниматься хозяйством. Я слабослышащая, ношу слуховой аппарат, поэтому недостаток жить не мешает. Есть маленький ребёнок. Познакомлюсь с порядочным романтичным мужчиной до 40 лет. Пьющие, жадные, ленивые, не беспокойте.

Телефон 8-953-568-98-22, только sms-сообщения.

Галя, г. Астрахань.
45 лет, по гороскопу Лев. Стройная, приятельная, неземная и усердная в себе. Есть где жить, дети самостоятельные. Познакомлюсь с порядочным добрым мужчиной. Альфонсы, из МЛС, не беспокойте.

Телефон 8-906-458-41-65.

Виктор, Иркутская обл.
58 лет, рост 177. Добрый, нежный и заботливый, образование высшее, военный пенсионер. По состоянию здоровья работать не могу, слабое сердце. Познакомлюсь с одинокой, стройной, доброй, ласковой женщиной 38-45 лет, без детей, согласной на переезд. Напишите мне себе подробное письмо, и я обязательно отвечу.

Адрес: 665830, Иркутская обл., г. Ангарск, ул. Мира, д. 20, кв. 19.

Александр, Алтайский край.
59 лет, рост 165, вес 70. Разведён, детей нет, пенсионер. Увлечения: огород, рыбалка. Познакомлюсь с одинокой, порядочной, доброй женщиной 55-59 лет, согласной на переезд.

Адрес: 659246, Алтайский край, Кытмановский р-н, с. Отрадное, ул. Нагорная, д. 15. Александр МОРОЗОВ.

Ирина, Новгородская обл.
42 года, рост 165, вес 65. Скрываю, добра, домашняя. Разведена, живу с сыном, ему 15 лет. Люблю путешествовать. Познакомлюсь с порядочным, надёжным, добрым мужчиной. Буду для вас хорошей женой и надёжным другом. Для меня главное — взаимопонимание.

Телефон 8-908-292-43-22.

Константин, Воронежская обл.
42 года, рост 180, вес 75. Симпатичный, с высшим образованием, спортивного телосложения, по национальности русский. Познакомлюсь для создания семьи с серьёзной порядочной женщиной 30-45 лет. Ваш ребёнок только в радость, в браке совместный ребёнок будет желанным. Согласен на переезд.

Телефон 8-952-105-19-66.

Елена, Кировская обл.
36 лет, рост 162, вес 62. Приятельная, заботливая, дружелюбная. Замужем не была, детей нет, без жилищных и материальных проблем. Верующая, без вредных привычек. Познакомлюсь с мужчиной без жилищных и материальных проблем до 45 лет. Пьющие, не беспокойте.

Адрес: 613043, Кировская обл., г. Кирово-Чепецк, д/л 241. Телефон 8-912-714-83-09.

Виктор, Тюменская обл.
47 лет, рост 172, вес 82. Живу в сельской местности в своём доме, материально обеспечен. Пенсионер по выслуге лет, но работать могу. Женат не был, без вредных привычек. Познакомлюсь с симпатичной женщиной, можно с детьми в возрасте 35-50 лет. Согласен на переезд.

Адрес: 628215, Тюменская обл., Кондинский р-н, п. Юмас, ул. Ленина, д. 31. Виктор Владимирович. Телефон 8-346-775-31-36.

Ирина, г. Самара.
59 лет, рост 170, вес 68. Симпатичная, стройная, отзывчивая, по национальности русская. По гороскопу Телец. Люблю готовить. Сын взрослый, живёт отдельно. Познакомлюсь с порядочным честным мужчиной до 70 лет, ведущим здоровый образ жизни. Хочу найти и сохранить своё счастье, любить и радоваться жизни. Пьющие, не беспокойте.

Телефон 8-927-686-04-83.



Все желающие разместить в нашем журнале бесплатное объявление о знакомстве должны указать свои реквизиты для откликов. Редакция не несёт ответственности за последствия публикации сведений и оставляет за собой право отбора, а также редакционной обработки текста.

Объявления присылайте по адресу: 305044, г. Курск, ул. Ухтомского, 43 или по электронной почте: press-kokteyl@list.ru с пометкой «Знакомство».



Анекдоты

Беседуют два дачника:
- Что это у тебя растёт?
- Красная смородина.
- А почему она белая?
- Потому что ещё зелёная.

- Послушай, дочка, не позволяй этому парню приходить к тебе. Ты же знаешь, как это меня беспокоит!
- Хорошо, мама. Сегодня я пойду к нему. Пусть теперь беспокоится его мама.

- Покупайте цветы! Молодой человек, купите букетик для жены!
- А я не женат
- Ну купите для возлюбленной!
- Да нет у меня возлюбленной.
- Тогда купите в честь того, что у вас такая счастливая беззаботная жизнь!

- Ты почему не женишься?
- Да вот никак не могу найти себе пару...
- Ну так женись на одной!

Парень спрашивает у девушки:
- Люся, подскажи, забыл это слово... Кем я буду для твоей мамы, если скажем, женись на тебе?
- Ну это... Спасителем!

- С чем у тебя булочка?
- С будущим моим лишним весом.

Адвокат: «Назовите день вашего рождения».
Свидетель: «20 июня».
Адвокат: «Год?»
Свидетель: «Каждый год»...



- Ввод, всем взять пататы и рыть окоп!
- Товарищ прапорщик, а зачем нужно рыть окоп?
- Враг нападет, нам нужно укрытие.
- Товарищ прапорщик, может, мы сами на него нападём, пусть лучше он роет окоп?

Блондинка устраивается на работу, пишет резюме: 22 года, учусь на 3-м курсе журфака, умею вышивать крестиком. Вчера ходила на дискотеку – народу вообще не было! А ещё я сумочку купила новую...

Диалог с клиентом:
- Кредит оформлен на вас?
- Нет, на холодильник.



Жена – мужу:
- Ты знаешь, скоро ты будешь папой!
Муж, тяжело опускаться на стул.
- Значит, она тебе все-таки рассказала...

Оптимист – это пессимист, принимающий антидепрессанты.

Объявление в детском саду: «Уважаемые родители! Не верьте, пожалуйста, всему тому, что ваш ребёнок рассказывает про детский сад. В свою очередь, мы обещаем не верить всему тому, что он рассказывает про вас».

Приходит мальчик в магазин и говорит:
- Дайте мне, пожалуйста, шуртки для ботинок!
- Какие тебе, мальчик?
- Один левый и один правый!

- Тебе какие женщины нравятся – умные или красивые?
- Ни те ни другие. Мне нужна только ты!

Сегодня мы наконец-то победим оди, – говорит ухажёр девушке.
- Я купил три билета в кино.
- Почему три?
- Твоей матери, отцу и брату!

Лучшая машина времени, придуманная человечеством, – это кровать. Дёшево и без проблем переносит каждого на 6 часов в светлов будущее.

- Почему твоя кошка ходит по потолку?
- У соседей пылесос мощный!



ГОВОРЯТ ДЕТИ:

Анастасия (3 года 5 месяцев).
Бабушка не разрешает внучке делать то, что разрешила мама. Настя ручки в бока и заявляет:
- Бабушка, у нас жеждо прочим по дядям мама главная!

Олег (4 года 3 месяца).

По радио звучит песня «Птица счастья застрявшего дня прилетела, крыльями звеня». Сын с удивлением бежит к матери:
- Мама, мама, дядя поёт: «Прилетела с крыльями свинья»!

Александр (4 года 6 месяцев).

Мама уговаривает сына победить:
- Если ты не будешь кушать манную кашу, то я позову Бабу-Ягу.
- Мама, неужели ты думаешь, что Баба-Яга будет есть эту кашу?

Кирилл (4 года 7 месяцев).

- Папа, купи мне барабан!
- Зачем? Мне и так хватает шума!
- Купи, я буду играть на нём, только когда ты будешь спать.

Олег (4 года 11 месяцев).

Возвращается от зубного врача.
- Ну, герой, зуб теперь не болит? – спрашивает отец.
- Не знаю папа, доктор оставил его себе.

Афоризмы

Кто хочет – ищет способ, кто не хочет – ищет причину.

Мудрость начинается с желания докопаться до истины, а честность – с уверенности, что уже давно докопался.

Будильник ненавидят в двух случаях – когда он звонит и когда он не прозвонил.

Детство – счастливейшее годы жизни, но только не для детей.

Счастье не зависит от внешних условий. Оно зависит от условий внутренних.

Отрывки из школьных сочинений



У древних людей орудиями труда были деревянные железки.

Некоторые думают, что консервы делают в консерватории.

Мы катались на санках, и я упал прямо на зуб.

Ветер был хорошо виден из моего окна.

Улетающие журавли мурлыкали прощальную песню.

Велосипедист ехал так быстро, что заднее колесо обогнало переднее.

У реки горел костёр, возле него были какие-то люди... Но оказалось, это не люди, а мальчишки.

Сороки сидели на дереве и разговаривали на иностранном языке.

Я очень люблю слонов и собираю их у себя дома.

Кругом расцвели тюльпаны, ландыши и всякие лопухи.

Петька навёл рогатку на ворону, и она поблдедела от страха.

Я стояла на полянке и считала, сколько же лет накукарекает мне кукушка.

Светлячок сидел в траве и подмигивал прохожим.

На богатыре была кольчуга и шлем из металлолома.

Собака от радости обалдела.

Лопухий посёнок собирал землянику.

Давочки шли и дружно хрустели ногами.

Люди в парке посадили деревья и скамейки.

По краю опушки леса толпились большие, маленькие и средние зверьки...

Невыдуманнные истории

Знакомая рассказала смешной случай. Она по профессии секретарь. Когда уходит с работы, в офисе всегда кто-то ещё остаётся работать, и у неё выработалась привычка перед уходом говорить: «Всем до свидания! Если что – я на связи». Так вот, заходит в метро после рабочего дня, усталая, вся в мыслях о работе, подъезжает к своей станции... Открываются двери, знакомая поворачивается к людям, стоящим в вагоне, и говорит:

– Всем до свидания! Если что – я на связи! Пассажиры удивлённым взглядом проводили её, а она, выйдя из метро, рассмеялась.

Две бабушки беседовали между собой, делись достижениями своих внуков, и одна другой рассказывала смешную историю.

Учительница на уроке рисования задала внучке домашнее задание – нарисовать свою семью. Внучка сидела, старательно и долго выводила первую фигуру. Потом критически осматрела результат и сказала: «Какая-то я страшная получилась... Бабуль, а давай это будешь ты, а я себя ещё раз попробую нарисовать!» Я сразу засмеялась, а внучка подошла и обняла меня.



Весна

Снова чаша ожидания полна.
Погромихивают громы вдали.
Пьесу вечную с названием «Весна»
Снова ставят на подмостках земли.

Декоратор, засучив рукава,
За привычные берётся дела.
Вот уже вверху плывут острова
В ясном море синевы и тепла.

Птичья спевка вразнобой начата –
Подбирают к гимну метр и столу.
В почке учит роль прообраз листа –
Как птенец, долбит, долбит скорлупу.

На торопится маэстро блеснуть:
Он-то чувствует, мудрец-режиссёр,
Что ни зрителям, ни труппе – ничуть
Не наскучил ежегодный повтор.

Отряхнись, моя земля, от зимы,
Принимая за блистательный труд.
Выходи, моя душа, из тюрьмы.
Выбирайся, моё тело, из пуг.

И пока ещё не грянул финал,
И пока не вспыхнул зной костёр –

Разреши покинуть зрительный зал,
Дай мне роль в твоей весне, режиссёр!
Любовь СИРОТА.

Апрельское утро

Ещё рассветный зыбок свет,
Зарёй окрашены туманы.
И лес ещё хранит секрет,
Деревья замершие – странны,


Полуодеты и свежи –
Во сне, за миг до пробужденья,
Стоят, как будто миражи,
Висят в пространстве без движения.

И воздух – розовый рассвет –
Всепроницающ и прозрачен,
Он полон снов, ещё не спят,
Ещё не выпит, не растрачен.

Ещё сонливы и тонки
Побеги ивовых печалей.
И первоцветов огоньки –
Неясно: луч зажжёт, сгаснет ли?

Но там, где яблони метель
И альчи цветущей пудра,
Вдур соловья пробилась трель,
И мир очнулся, Здравствуй, утро!
Ольга АЛЬТОВСКАЯ.

ПРИЗОВОЙ

Обита- тель тихого океана	↖	Порт- фель- чино- длинки	↘	Восточ- ные горы Америки	→	↘						3
		2		И Бисмарк, я Ланс	↘	Калачная рыба		Адаская жаря				
Роддом для истины		Корова в девичь- естве	→				1					
Опийный нос	↘			Душевный страда- лец		Каусти- ческая сода						
	↘	Модель «Жигу- лей»	↘	Итальян- ская священ- ница	↘			Покрой- ничья	↘			
10				Одно- спальная фанера		Высокий женский голос		Связи- вают супругов	↘	Задняя мышелька	Отвечает на пароль	
	↘	Ручное оплакивание		Геометри- ческая фигура	↘	8		Громкий крик	↘			Высоко- горный бык
	↘			Карточ- ная игра	↘						Попаст из кур в ...	
Летка... (танец)		Нужны для ремонта		Телефон с прин- тером	↘	Большой и богатый дом (разг.)		Украше- ние со штатной	→			9
Уют и удобство в жилище	→			4				Поэтиче- ский образ	↘	Пови- турщик	Политик крайнего взгляда	
Песчаная мелководная четырех- гранка	→					Выключатель весов	→			6		
Камчатка	↘	Сернобык		Искусство из Гол- ливуда	→			Деревя- нная	→			
						Футболь- ная дуэль	↘			Государ- ство в Южной Америке		Имя кав- казской племянницы
						Продажа товаров партиями	↘	Женское наго	→	Карлик в лошади- ном племени		
											5	
						Учебное задание		Актриса Зеленая ро имени	→			
			7					Родина камен- но- цветов	→			

Из букв в пронумерованных клеточках сложите ключевую фразу. ВЫРЕЖЬТЕ и отошлите в редакцию по адресу: 305044, г. Курск, ул. Ухтомского, 43. (Пожалуйста, указывайте полностью свои имя и отчество).

Среди приславших правильный ответ будут разыграны призы.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10



А поскольку писем придёт явно больше трёх, победителей определит жребий.

Желаем удачи!

Первый
приз 700 руб.,
второй - 500
третий - 300

В следующем номере:

Непростой Пушной



По образу-ванию физик, по профессии телеведущий, по призванию музыкант, в жизни любящий муж и заботливый отец. Это далеко не все грани личности Александра Пушного.

КОПЕЙКА К КОПЕЧКЕ

Если срочно нужно накопить наличность, то есть повод ввести режим жесткой экономии. Но совершенно необязательно сразу «садиться на хлеб и воду». Существует масса способов выкроить необходимую копейку.



ТАЙНА КЛАДА

«Эх, вот бы однажды повезло во время дачных «раскопок» отыскать кушачин с золотыми монетами!» – если думать о неожиданном обогащении посетуют вас, не корите себя за легкомысленность. Во-первых, данная «тема» выстрадана десятками поколений предков. Во-вторых, на свете много сокровищ, не нашедших своего хозяина...



Ты меня на рассвете разбудишь...

Рано или поздно это происходит: ты впервые просыпаешься в постели не одна. Независимо, у себя дома, у него или на нейтральной территории. Все свершилось, и уже, как тебе кажется, всё позади. Но на самом деле не придумайшь более ответственного момента, чем первое совместное утро.



Пресс-Коктейль

для женщин
(ежемесячное издание)

4 (97) Апрель 2012 год
Учредитель: ООО «Будуар»

Светлана АНДРЕЕВА - главный редактор
Ярослава ВОРОБЬЕВА - выпускающий редактор
Дмитрий ДУБИНИН - дизайнер и верстка
Юлия МАЛЫЦЕВА - редактор раздела социальных проблем
Ирина КОЛЯДИНА - редактор раздела культуры
Дарья МОРОЗОВА - редактор раздела моды и красоты

Адрес редакции:
305044, г. Курск,
ул. Ухтомского, 43.
Телефон для справок
(4712) 34-25-31,
факс (4712) 34-25-31.
E-mail: press-kokteyl@list.ru

Газета зарегистрирована в Министерстве Российской Федерации по делам печати, телеразвлекательных средств и массовых коммуникаций. Свидетельство о регистрации ПИ №ФС 77-29572 от 21.03.07.

Редакция знакомится с письмами читателей, не вступая в переписку. Мнения редакции не всегда совпадают с мнением авторов.

Присланные по почте рукописи не рецензируются и не возвращаются. Литературная обработка писем осуществляется редакционным коллективом.

Использование материалов без письменного разрешения редакции запрещено.

Ссылка на ежемесячник «Пресс-Коктейль» при цитировании обязательна.

При подготовке номера использовались материалы следующих изданий и Интернет-сайтов: Cosmopolitan, Elle, Glamour, travel.ru, peoples.ru, www.anekdotal.ru, www.humor-advice.narod.ru, www.lidet.org.ru, www.podkai.ru.

Номер подписан в печать 22.02.12. Заказ № 150.

Газета отпечатана в типографии «Пресс-Лини»: г. Курск, ул. Ухтомского, 43.

По всем случаям полиграфического брака обращаться в типографию.

Телефон производственного отдела (4712) 34-25-31. Тираж 70 000 экз.

РАСПРОСТРАНЕНИЕ:
Курск: (4712) 34-25-31;
Алматы (727) 270-70-28;
E-mail: buduvar_press@mail.ru.

Не опоздай на раздачу слонов



Спасибо всем, кто прислал правильный ответ на призовую сканворд, опубликованный в № 2 (февраль).

Троих победителей определил жребий

ПЕРВЫЙ ПРИЗ (700 рублей)

получает Н. В. Козлов, г. Брянск.

ВТОРОЙ ПРИЗ (500 рублей)



получает В. С. Доронин, г. Борзя.

ТРЕТИЙ ПРИЗ (300 рублей)

получает Т. И. Михайлова, г. Гатчина.

Поздравляем! Желаем удачи!



Узелковое письмо	Голландский футбольный клуб		Украинская деревня				Проба на туберкулез	
			... буки, веди	Завод, выпускающий «Жигули»	Античная нижняя одежда			
Безглазое у семи нянек	Норма на импорт							
Песня-юнофильм			«Двадцать одно»	«... на шее» (Чехов)				
	Шилучий Эффералган	Остров каменных истуканов			Испанский повец			
		Закрытая территория	Публикация рукописи	Лист и в супе	... и хатод	Титул де Бражелона	Футбольная дружина Мадрида	
	По ним карабкаются строители	Купол собора		Греческая буква				
		Этуш - Шлак, Путоакин - ...						
Хлопчатобумажная «жань»	Пристал как банный ...	Венский сгнутой спинкой	Внезапное просветление сознания	Болотная травяная бритва				
Примечание под страницей				Кучавые или перистые	Окаменевший кумир			
Двойник слова со своим смыслом	Ъ по старинке		Графическое изображение звука		Бедренная часть туши	Босоногий мальчик эстрады		
	Героиня романов А. Кристи	Трактор		Восковая ячейка				
			Травма от удара	Кормовая культура	Единица силы			
			Дерево в иголках	Верование в зомби на Гаити				
				Знаменитый русский адвокат				
			Театральные вещи					
Грязево-озеро			Пуля на кабана					

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД

По горизонтально: 23, хутор, дитя, квота, унос, зона, аэрозоль, лист, палец, вап, липс, озериние, осок, шокока, идол, дит, нота, ульид, сота, Марлин, ешь, вулз, реканзист, кони, лиман, жакан, Лаврентия, клин, ономин, кижу, лист, Пасхи, ер, клис, свол, Вад, стун, очко, юрта, хитон, издание, Анна, облека, ро, Итесмас, выки, аюд, огузак, Биконт, диня, манту, Фаал, Агулин.