

ПРЕСС

ежемесячное издание
для женщин

Коктейль

октябрь

2012

Сплетням
бой!

БЕБИ-БУМ:
ПОВТОРИМ?

Ностальгия
по лету

Каша –
сила наша

МУСЛИМ МАГОМАЕВ:
«Ты моя мелодия»

12010

4 607114 610031

«Пресс-Коктейль» журнал для женщин



Продолжается подписка
на I полугодие 2013 года

Стоимость на полугодие
(без учёта почтовых услуг)

57 рублей

Каталог «Почта России» – 60073

Каталог «Пресса России» – 83254

ПОЛУЧАЙТЕ ТРИ ИЗДАНИЯ В ОДНОМ КОМПЛЕКТЕ



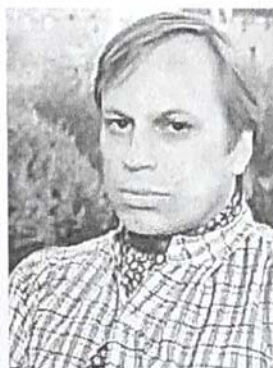
Стоимость комплекта
журналов на полугодие
(без учёта почтовых услуг)

123 рубля

Каталог «Почта России» – 83440

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

Ваш выход	4	Ветер перемен	Стр. 4
Модная шпаргалка	6	Стильный вопрос
Девичник	7	Длинные ресницы
Будь в форме	8	Стройность мыслей
Фитнес клуб	9	Вопрос-ответ
Чистим пёрышки	10	По совершенным образцам
Здоровье	11	Взяться за грудь
Маленькая страна	12	Учим назубок!
Душевный доктор	14	Вопрос-ответ
Прошу слова!	15	Истории в конверте
Анатомия чувств	16	Улыбайтесь отражению!
Мужчина в фокусе	18	Беби-барабум: повторим?
В постельных тонах	20	Так вышло...
Карьера	22	За полноту... ощущений!
Наука побеждать	24	Подорожало...
Предания старины	26	Тест: генерал или рядовой?
В родном краю	27	Кумушки досужие
Без грима	28	Под покровом Матери
Проза жизни	30	Синбирск (Ульяновск)
Вокруг света	32	Джим Керри	Стр. 44
Вечная любовь	34	Гренки с чесноком
Герой времени	36	Ностальгия по лету
За кадром	38	«Три года ты мне снилась...»
Женщины-легенды	40	Пьер де Кубертен
Непознанное	42	«Семнадцать мгновений весны»
Незабываемые имена	44	Флоренс Найтингейл
Культоход	46	Змей Горыныч
Вещь в себе	47	Юрий Богатырёв
Мировая кухня	48	Читаем письма
Кушать подано!	49	Слава «мини»!
Мама-повар	50	На камбузе
Делюсь рецептом!	51	Блюда из кальмара
Экспертиза	52	Каша – сила наша
Домашний адвокат	53	«А я готовлю так!»
Ручная работа	54	Фильтруй H ₂ O
Впрок	55	Законный вопрос
У меня в садочке	56	Домашняя мастерская	Стр. 57
Зверьё моё!	57	Простые советы
		Будем зимовать
		Той-терьер



Ветер перемен

Пальто – «must have» любой осени. В этом году дизайнеры проявили немало фантазии, чтобы удивить нас и вдохнуть новую жизнь в классические модели. Что из этого вышло?

Британская практичность

Мегاپопулярное в Англии в 50-х годах XX века пальто-накидка победоносно возвращается как на подиумы, так и в шкафы модниц. Ещё бы, ведь современная модель этого наряда уместно сочетает в себе классический крой и актуальный минимализм: укороченная (не ниже колена) длина, отсутствие брошей, меха, вышивки и прочих декоративных элементов. Такое пальто по праву считается самой практичной вещью осени. Маскируя животик, оно подойдёт как будущим мамам и полным женщинам, так и миниатюрным леди. К тому же короткое пальто-накидка прекрасно смотрится и с демократичными джинсами, и со строгой юбкой.

Осень в Париже

Новинка дизайнеров – пальто с оригинальными вырезами: круглыми, V-образными или «лодочкой». Благодаря этому

нововведению у вас всегда будет возможность выглядеть немного иначе, дополняя основную одежду стильными аксессуарами. Сегодня это элегантный шейный платочек, завтра – шарфик, завязанный оригинальным узлом. В таком пальто вы будете чувствовать себя очаровательно переменчивой парижанкой, неспешно прогуливающейся по осеннему Монмартру.



Вторая кожа

Актуальны и пальто из тонкой кожи прямого пошива с поясом небольшой толщины, который можно либо укрепить при помощи застёжки, либо небрежно завязать узлом. Несмотря на то, что пальто из кожи тёмных оттенков более практичны, дизайнеры советуют не бояться быть яркой и отдать предпочтение моделям нежно-голубого, кораллового и горчичного оттенков.

Военный шик

В начале XX века вряд ли кто-нибудь мог предположить, что спустя пару десятилетий русские женщины будут щеголять по улицам в униформе военно-морского флота! Безусловно, находчивые дизайнеры со временем умело преобразовали это пальто в угоду городским модницам. Двубортный бушлат — вещь не только ультрамодная, но и универсальная. Смело надевайте под него всё, что душа пожелает: от классических брюк и романтических платьев до юбок и джинсов самого смелого фасона. Главное, чтобы бушлат сидел плотно «по бёдрам» и не выглядел громоздким за счёт объёмной текстуры ткани.

Женственная простота

Настоящий хит этой осени — пальто-платье с приталенным силуэтом, выгодно подчёркивающим грудь и талию. Допустим как классический рукав, так и 3/4. При покупке отдайте предпочтение модели с подкладкой из 100%-ного вальтерма (современный утеплитель, напоминающий спрессованный синтепон). Пальто-платье с такой подкладкой делает фигуру изящнее, не придавая ей лишний объём.



Стильный вопрос



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

Купила удлиненный жакет в надежде, что это «вытянет» фигуру и сделает меня стройнее. Но желаемого эффекта достигнуть не получилось. Может, я в чём-то ошиблась?

Чаще всего полные женщины отдают предпочтение удлиненным моделям одежды. И это неправильно, поскольку главный секрет — в грамотном сочетании пропорций. Так, предпочтительная длина жакета в вашем случае — до середины бедра. Помимо этого, вопреки убеждению многих женщин, утяжеляют фигуру сильно декольтированные блузки и кофточки с объёмными манжетами, жабо и большим количеством рюш. Лучший вариант — одежда лаконичного кроя, который и придаёт образу желанную элегантность.

Подруга подарила вязаное болеро. С чем его носить?

Ваша подруга не прогадала! Болеро отвечает всем требованиям современного стиля. Гармонично эта вещь смотрится с одеждой с завышенной талией (например, юбкой-колокол или юбкой-карандаш, расклешёнными брюками, брюками-юбкой). Вы будете выглядеть элегантно, если наденете болеро и платье-футляр. Если у вас невысокая фигура, подбирайте платье в тон болеро (такое сочетание зрительно вытянет её). Кстати, вопреки устоявшемуся мнению, не стоит носить эту вещь с узкими джинсами, юбками

и шортами — это утяжеляет фигуру. Исключение составляют женщины высокого роста и худощавой комплекции. Избегайте соседства с массивными сумками и яркими украшениями, поскольку такая стильная вещь — акцент сама по себе и не требует слишком очевидных дополнений.

Я невысокого роста, подойдут ли мне длинные бусы?

Длинные украшения действительно зрительно увеличивают рост. Но есть определённые правила, которыми стоит руководствоваться, добавляя их в ансамбль. Длинные бусы (70-90 см) лучше носить с одеждой без пояса. Например, с туникой или платьем-футляром. При акценте на талии носите их в два ряда.

Не могу похвастаться идеально красивыми ногами. Можно ли исправить этот недостаток правильно подобранной одеждой и обувью?

Не стоит относиться к себе так строго. Всё можно исправить! Визуально ровными ваши ножки сделают колготки телесного цвета, прямые джинсы, немного расширяющиеся книзу и классические брюки со стрелками. Обратите внимание на таких «помощников», как миди-юбки и юбку-карандаш с модной в этом сезоне длиной примерно 10 сантиметров ниже колена.

При выборе обуви нужно быть особенно осторожной. Лучше подойдут однотонные модели. Откажитесь от обуви на большой платформе, с узким длинным носом. Если вы обладательни-

ца полноватых икр, не покупайте обувь на тонкой шпильке. Выберите что-то другое, предпочтительно с широким каблукком на комфортной высоте. Ещё одна хитрость: покупайте обувь одновременно и на каблукке, и на маленькой платформе под пальчиками.

Я — молодая мама. Хочу, чтобы одежда для прогулок с ребёнком была не только практичной, удобной, но и стильной. Что посоветуете выбрать?

Мы понимаем, всё внимание и средства сейчас будут отданы малышу, поэтому самым оптимальным вариантом в вашем случае будет покупка обуви и аксессуаров в стиле casual. С их помощью вы достигнете максимального результата, затрачивая на это минимум усилий. Начнём с обуви. Одними из самых востребованных и модных сейчас стали мокасины — удобная обувь из мягких материалов (кожа, замша, текстиль), нечто среднее между кроссовками и туфлями. При их выборе отдайте предпочтение обуви «сочных» оттенков (например, бордо или терракотового). Не менее практичны оксфорды (1) — кожаные полуботинки в мужском стиле со шнуровкой и на небольшом каблукке. Идеальный вариант — модель с перфорацией бежевого, песочного или коричневого цвета. Такую обувь можно носить как с джинсами, так и с юбками нестрогих фасонов. Если говорить об аксессуарах, в вашем гардеробе обязательно должна быть парочка шейных шарфов как однотонных, так и пёстрых моделей. Чтобы грамотно комбинировать этот аксессуар с одеждой, запомните простое правило: шарфик должен быть на несколько тонов ярче основного наряда. При этом имейте в виду, пёстрый шарфик хорошо смотрится с однотонной одеждой, и наоборот. Мы не забыли, что молодой маме нужна вместительная сумка, в которую без труда помещается всё необходимое для прогулки с малышом. Чтобы быть на модной волне и не отказывать себе в практичных вещах, выбирайте эффектную сумку-торбу (2) с ручками в виде цепочек.



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

В продаже увидела новинку — магнитный лак для ногтей. Что за диковинка и как ею пользоваться?

Виктория, по e-mail

Принцип работы магнитного лака основан на простых физических законах. В составе такого лака в качестве перламутра используются металлические микрочастицы. Если к ещё не отвердевшему покрытому таким средством ногтю поднести магнит (прилагается в комплекте), частицы перламутра под действием магнитного поля начнут двигаться. На поверхности лакового слоя появятся рисунки в виде волн или полосок — достойная аналогия салонного нейл-арта.

Пользоваться магнитным лаком легко: снимите полностью с ногтей остатки предыдущего покрытия, отполируйте ногтевые пластинки, покройте один ноготь чудо-лаком, через 10 секунд расположите магнит параллельно ногтевой пластине и максимально близко к ней, но избегая касания. Вскоре проступит и сформируется узор. Манипуляцию повторите поочередно с каждым ногтем.



У меня тонкие прямые волосы. Какие стрижки посоветуете? Как правильно ухаживать за ними и как укладывать?

Наталья М., г. Воронеж.

Чем короче волосы вашего типа, тем легче придать им объём. Каре до плеч и «на ножке» самый оптимальный вариант. Если предпочтёте длину, советуем выбрать длинную чёлку: с ней волосы красиво спадают. Мойте голову каждый день специальными шампунями для ежедневного применения, избегайте тяжёлых питательных кондиционеров — они придают локонам неухоженный вид. Тщательно промывайте волосы от шампуня, его остатки также склеивают и утяжеляют их. Наносите бальзам от середины до концов прядей, пореже причёсывайтесь от корней, иначе волосы примнутся и потеряют пышность. Для придания блеска и объёма выбирайте средства с кератином: он «чинит» каждый волосок, заполняя пустоты чешуйчатого слоя. При укладке используйте муссы, придающие объём. Кремы, гели и воск утяжеляют волосы. Используя фен, приподнимайте пряди круглой щёткой у корней, вытягивая вверх. Или опустите голову вниз, сбрызните волосы спреем для укладки и взбейте пальцами.

Хочется, чтобы ресницы были пышными и длинными. Как их укрепить и ускорить рост?

Алина ФРОЛОВА, г. Тамбов.

Добавьте в касторовое масло пару капель витамина А (продаётся в аптеке).

Миндальное и персиковое масла — лёгкий способ усилить рост ресниц, а также хорошая профилактика выпадения. Возьмите в равных пропорциях касторовое и репейное масла, масляный раствор витамина Е, сок алоэ (домашнее растение или ампула для инъекций). Смешайте компоненты в чистой посуде с укупоривающейся крышкой. Средство желательно использовать ежедневно в течение месяца, можно применять при выпадении и в целях профилактики.

Делать процедуру желательно вечером, перед сном, после снятия макияжа. Ватной палочкой провести по линии роста ресниц и самим ресничкам. Не щедро, чуть-чуть, чтобы избежать попадания масел в глаза.

Почти каждый поход в парикмахерскую — разочарование. Приносила фотографии стрижек, которые мне нравятся, объясняла, как постричь, но чаще всего остаюсь недовольна. Как найти хорошего мастера?

Валентина, г. Киров.

В определённом возрасте, как правило, зрелом, женщина приходит к выводу: нужен индивидуальный, свой мастер по волосам. Так как постоянный парикмахер знает ваш тип лица, стиль, проблемы волос, не будет экспериментировать, а сконцентрируется на достижении оптимального, совершенного образа. Хорошего мастера ищут лично, рекомендации окружающих и престижность салона не играют роли. Если кто-то из знакомых регулярно изумляет удачной причёской, попросите контактные данные мастера.

При общении со специалистом не описывайте причёску, определить ваш образ — его задача, он должен понимать, что делает. Определить, что вас грамотно подстригли, вы сможете, если после первого мытья головы сумеете без проблем уложить волосы сами.

Пресс-факт

Вегетарианские диеты и неуёмная любовь к кофе и чаю ведут к дефициту железа в организме, это одна из частых причин выпадения волос. Восполнить нехватку элемента помогут яблоки и курага.





Стройность мыслей

Повысить эффективность диет и физических нагрузок можно с помощью специальных психологических упражнений. Ведь давно не секрет, что правильный настрой – уже половина победы. Тренируйте собственные мысли!

1 Отсейте всё лишнее

Выясните, что именно мешает вам добиться нужных результатов. Это могут быть привычки (плотно едите за два часа перед сном, любите побаловать себя пиццей или большим количеством сладкого). Но самыми опасными недругами могут стать неуверенность в себе и самокритика. Увидели на рекламном баннере длинноногую модель с плоским животом? И тут же подумали, что у вас так никогда не будет. Не сделали за день ни одного упражнения? Нешадно критикуете себя, накручиваете и ещё больше расстраиваетесь. Давая себе подобные установки, к цели прийти вы сможете ещё очень не скоро. Избавиться от подобных мыслей поможет следующее упражнение.

– Чтобы все оборачивалось.

Лучше написать желания отдельными тезисами (как это сделано выше), выделяя каждое из них определённым цветом. Таким образом вы систематизируете весь объём потребностей и соберётесь внутренне.

Честно признайтесь (на том же листочке), что вы готовы (и будете!) делать для достижения желаемого:

- меньше есть
- чаще заниматься спортом
- больше ходить пешком
- посещать бассейн.

Повесьте этот список на холодильник и прочитывайте его хотя бы раз в день.

Пресс-совет: психологи рекомендуют использовать в этих формулировках настоящее, а не будущее время: «Я меньше ем», а не «Я буду меньше есть». В таком случае у вас не возникнет дополнительных соблазнов отложить начало активных действий.

2 Укрепите веру в способность добиться успеха

Для этого достаточно несколько раз в день представлять себе, как вы будете выглядеть после достижения цели. Постарайтесь расслабиться и сконцентрироваться на образе стройной здоровой себя, на тех эмоциях, которые будете ощущать, глядя в зеркало. Мощный положительный заряд улучшит ваше моральное состояние, а ясное видение результата усилит желание работать над собой. Лучше всего делать это упражнение перед сном или же рано утром. В это время мозг ещё находится в состоянии между грёзами и явью, и наиболее активно работает подсознание.

3 Измените своё отношение к еде

«И скучно, и грустно»... поесть, что ли? Или «Какая я сегодня молодец! Зарядку сделала, на работе всё успела, обруч покрутила. Почему бы не побаловать себя вкусным пирожным?» Знакомый ход мыслей? Но он ошибочный! Убедите себя в том, что еда – это прежде всего источник энергии, а не решение проблем или награда. И эту энергию необходимо тратить.

Постарайтесь не превращать еду в «запретный плод». Если вы крепя сердце вышли из магазина и уже десять минут думаете о вожделенном пирожном, купите его! В противном случае дома из-за расстроенных чувств съедите ещё больше.

4 Конкретизируйте собственные стремления

Так вы сможете посмотреть на поставленную задачу объективно и найти действенные пути к её выполнению. На отдельном листе напишите, для чего именно хотите измениться?

- Чтобы обновить гардероб
- Сесть на шпагат
- Укрепить здоровье

5 Проанализируйте собственное поведение

Спросите себя: «Почему я так много ем?» Самый действенный способ получения правдивых ответов – поговорить с собой, словно с маленьким ребёнком, заботливо и подробно выясняя: «Быть может, я слышю много волнующих? Или мне просто скучно? Сильно переутомляюсь?» Такой метод поможет выявить мотивы тех или иных поступков. После этого начните детально анализировать количество съеденного. Психологи советуют завести дневник, в который вы будете записывать всё, что съели за день. Пролыстывайте его и думайте: что из съеденного стоило бы исключить вовсе, а что заменить (шоколад на фрукты, пирожки с мясом на овощи). Можно подсчитывать примерное количество съеденных калорий. Специалисты утверждают: столь щепетильный анализ учит человека осознанно подходить к вопросу собственного питания.

6 Получайте удовольствие

Наиболее распространённая ошибка всех стремящихся похудеть – превращение этой мысли в «идею фикс». Не путайте с усердием. В тренажёрном зале не доводите себя до самостязания, а просто добросовестно выполняйте все упражнения. Покупайте любимые фрукты, а не стоически отказывайтесь от конфет в пользу киви. Согласитесь, первые варианты звучат намного приятнее. Избавление от лишних килограммов – это одна из ступенек на пути к достижению совершенного образа. И приносит этот процесс должен прежде всего удовлетворение внутреннее. Только тогда не заставит себя ждать долго внешний результат.

Вопрос - ОТВЕТ

Решили сделать лозунг «Быстрее! Выше! Сильнее!» жизненным девизом или просто хотите поддерживать себя в форме, добро пожаловать в спортзал и нашу рубрику «Фитнес-клуб». На ваши вопросы ответит наш консультант – фитнес-инструктор **Татьяна АНПИЛОВА**



В нашем городке нет фитнес-клубов, а хочется выглядеть стройной и подтянутой. Подскажите, какие предметы купить (не тренажёры, я вряд ли смогу их купить), чтобы заниматься дома?

Оксана АВДЕЕВА, Рязанская обл.

Если вы достаточно дисциплинированы для регулярных занятий фитнесом дома, вас можно только поздравить. Домашние тренировки при грамотном подходе не уступают, а то и превосходят клубные по своему качеству. Вам понадобятся не так много вложений, предлагаю следующий список инвентаря: скакалка, обруч (хула-хуп) и пара гантелей весом от 1 до 3 кг (в зависимости от уровня вашей подготовки). Тренироваться начинайте со скакалки и обруча. Эта кардиоразминка в течение 10-15 минут поможет подготовить тело к нагрузкам. Затем приступайте к силовому комплексу с гантелями. Рекомендую приобрести видеодиск с хорошим силовым классом, для того чтобы не допускать технических ошибок. Кроме того, для комфортных занятий необходимо иметь свободное пространство не менее 4-5 кв. м.

Можно легко обойтись и без инвентаря, заменив прыжки со скакалкой энергичными танцами, а гантели – тяжёлыми книгами или бутылками с водой. И, напоследок, не забудьте включить любимую музыку!

Я на третьем месяце беременности. Быстро устаю, появляется одышка, хочется больше лежать. Посоветуйте физические упражнения для улучшения состояния в период беременности. Или физические нагрузки мне сейчас противопоказаны?

Ирина ПАЗЛОВА, г. Вологда.

Для начала проконсультируйтесь с врачом-гинекологом. При нормальном течении беременности умеренные физические нагрузки всегда идут на пользу женщине. Они улучшают кровоснабжение внутренних органов и укрепляют мышцы, участвующие в родах. Улучшается также снабжение плода кислородом и питательными веществами. Если будущая мама активно посещала фитнес-клуб (или тренировалась дома) до беременности, то при отсутствии противопоказаний она может продолжать выполнять упражнения, снизив уровень активности в 2 раза. Следует исключить опасные для этого периода упражнения (прыжки, вибрацию, упражнения на животе, скручивания и т. п.)

В первом триместре, когда велик риск выкидыша, рекомендуется повременить с активной ходьбой и бегом, заменив их неспешными прогулками на свежем воздухе. Прислушивайтесь к своему организму, он подскажет правильное решение. А на второй триместр вам желательно запланировать специально разработанную гимнастику для беременных.

Узнала из телепередачи, что бег трусцой по утрам – это прямой путь к инфаркту миокарда. Всегда считала, что утренние пробежки полезны для здоровья.

П. М. ХОХЛОВА, по e-mail.

Долгое время считалось, что бег трусцой эффективно укрепляет сердечно-сосудистую систему. В настоящее время врачи считают, что утром организм ещё не проснулся и сердце бегущего человека получает лишнюю стрессовую нагрузку. Думаю, истина где-то посередине.

Стоит беспокоиться, если вам трудно вставать по утрам, замечаете ухудшение состояния после бега, имеете проблемы с сердечно-сосудистой системой. В последнем случае рекомендации относительно целесообразности бега следует обсудить с лечащим врачом.

Если противопоказаний нет, соблюдайте простые правила:

- бегайте регулярно
- выбирайте экологически чистые места
- начинайте с небольших дистанций
- развивайте скорость постепенно
- пейте воду
- следите за самочувствием (пульсом, частотой дыхания, артериальным давлением).

Если заметите признаки дискомфорта, попробуйте перенести полезную процедуру на вечернее время или замените её на продолжительную ходьбу.

Качать пресс по вечерам – это скучное монотонное занятие! Подскажите другие способы укрепления мышц живота.

Алёна К., г. Иркутск.

Вдобавок к простому качанию можно попробовать вращение утяжелённого массажного обруча, бег, танцы живота или групповую тренировку в фитнес-клубе. Тренировка становится более эффективной, если дарит положительные эмоции. Разнообразить занятия поможет ритмичная музыка или приглашённая на совместное занятие подруга.

Подскажите, что лучше: занятия на велотренажёре или на беговой дорожке?

Илья КРАСНИКОВ, г. Воронеж.

Оба тренажёра улучшают работу сердца и сосудов, снижают вес и удобны для домашнего использования. Велотренажёр, укрепляя мышцы ног и спины, щадяще воздействует на коленные суставы. Беговая дорожка вовлекает большую группу мышц и распределяет нагрузку равномерно. Велотренажёр среднего уровня более компактен и на порядок дешевле беговой дорожки такого же уровня. Выбор за вами!

Египетское притяжение

Историки восхищаются, с какой лёгкостью Клеопатра очаровывала людей. Она покорила таких могущественных мужчин как Гай Юлий Цезарь и Марк-Антоний. Первый в её честь построил величественную золотую статую. Второй приказал выковать её изображение на щитах римских воинов.

Секреты раскрыты!

Главный рецепт красоты Клеопатры — знаменитая **молочная ванна**. После неё кожа становится нежной и приятной на ощупь. Если вы не можете позволить целую ванну из молока, сделайте царский подарок своим ручкам: в один литр тёплого молока добавьте чайную ложку мёда, и в полученный раствор опустите руки на 10 минут.

Маска из белой глины помогала Клеопатре сохранять молодость кожи. Этому можно верить, ведь глина состоит из каолина, который отвечает за регенерацию клеток и эластичность тканей. Этот царский подарок можете позволить себе вы: 2-3 столовые ложки глины залейте 3-4 ложками минеральной негазированной воды и оставьте на 30 минут. Дождитесь, пока вода впитается, перемешайте. Готовая маска по консистенции напоминает густую пасту. Используйте её не чаще одного раза в неделю.

Очаровать короля

В честь маркизы де Помпадур, фаворитки Людовика XV, были названы розы, которые росли во дворах её многочисленных замков, купленных с щедрой руки короля. Ради неё он не жалел ни титулов, ни богатства, ни времени. Лишь с ней ему не было скучно, лишь ей он не боялся поручить управление важными государственными делами.

Секреты раскрыты!

Быть первой женщиной Франции не просто. В мемуарах сказано, что оставаться бодрой и полной сил ей помогал **коктейль из стакана морковного сока и столовой ложки мёда**.

Помимо этого, утро маркизы начиналось с **белково-лимонной маски**, которая помогала коже быть матовой и бархатистой. Сделать её несложно, такая маска подходит для всех типов кожи. Сок лимона смешайте с небольшим количеством оливкового масла и взбитым в пену белком. Нанесите на лицо и через 15 минут смойте прохладной водой.

«Армия. Франция. Жозефина...»

Историки писали, именно эти слова произнёс Наполеон перед смертью, вспоминая первую жену и главную любовь всей жизни. К моменту их встречи «прекрасной креолке» было за 30, но это не помешало мадам Богарне покорить сердце будущего императора. Красоту Жозефины практически не трогало время. При дворе распускали слухи о том, что она занимается чёрной магией.

По совершенным образцам

Во имя красоты этих женщин завоёвывались города, страны и континенты, с их именем на губах умирали и убивали. Их любили и ненавидели, но не забывали никогда...

Секреты успеха общепризнанных эталонов красоты теперь стали известны, и мы с удовольствием поделимся ими с вами



Клеопатра



Маркиза де Помпадур



Жозефина Богарне



Екатерина II

Секреты раскрыты!

На самом деле магии императрице не требовалось. Поддерживать красоту ей помогали натуральные продукты. Организм очищала от шлаков при помощи обычного **лимонада**. Тогда этот напиток представлял собой смесь из сока половины лимона, разбавленного минеральной водой. Пила первая леди республики его каждое утро натощак.

Сохранять цветущий вид Жозефине помогала **маска из отварного картофеля**, прекрасно отбеливавшая кожу и заживляющая ранки. «Поклодуйте» с её помощью сами: отварите 2 картофелины «в мундире», разомните их вилкой и смешайте со столовой ложкой жирной сметаны. Если у вас сухая или чувствительная кожа, добавьте столовую ложку оливкового масла. Перемешайте до однородной консистенции и нанесите ровным слоем на лицо. Через 20 минут смойте тёплой кипячёной водой.

Русское величие

Императрица Екатерина II не считала себя красавицей. Однако современники думали иначе, восхищаясь не только интеллектом этой женщины, но и привлекательностью. Её воспевали в произведениях Гавриил Державин и Александр Пушкин. Однако завоевала она любовь не какого-то одного мужчины, а всей России.

Секреты раскрыты!

Императрица любила **утренние умывания ледяной водой**. Вечером она протирала лицо замороженным отваром петрушки. С его помощью можно повысить тонус и упругость кожи. Возьмите одну столовую ложку измельчённых листьев петрушки и залейте стаканом кипятка. Накройте крышкой и оставьте на час. Процедите отвар, разлейте его по формочкам и заморозьте.

Также царица делала **аппликации из капустных листьев** (она накладывала их на лоб и щёки) и **маску из спелой земляники**, которая улучшала цвет лица.

Подготовила
Ксения ЗВЯГИНЦЕВА

Взяться за грудь

Грудь не даёт женщинам покоя: хочется то побольше, то поменьше. Одним подавай «мячики», другим — «спелые груши». Бюсты разные нужны и важны, единственное, о чём стоит беспокоиться, — чтобы «холмики» были здоровые, и речь не о размере. Мы подготовили для всех заинтересованных компетентные ответы на самые «горячие» вопросы



? Незадолго до менструации грудь набухает, увеличивается на размер-полтора, становится болезненной. Можно ли это вылечить?

Лечение не требуется, так как описанные симптомы — не заболевание. Неприятные ощущения в груди во второй фазе цикла — нормальный физиологический процесс, вызванный отёком молочной железы. Уменьшить боли или снять их вовсе можно, несколько изменив привычки. Во-первых, ограничьте потребление жидкости, откажитесь от кофе, чая, колы и алкоголя в этот период: они задерживают воду в организме и провоцируют отёки. Под запретом шоколад, солёное и лекарства, содержащие кофеин. Заваривайте и пейте специальные фитосборы, содержащие успокаивающие и мочегонные компоненты. Если боль не проходит, можно принять таблетку анальгетика.

? Обнаружила, что при сжатии из сосков появляются светлые прозрачные выделения. Насколько это серьёзно?

Если вы не кормите грудью, любые выделения из груди — тревожный симптом. Причиной может быть гормональный дисбаланс, патология в системе млечных протоков и т. д. Очная консультация врача-маммолога обязательна.

? Веду здоровый образ жизни, занимаюсь спортом, не принимаю гормональные контрацептивы. Это даёт гарантию от онкозаболеваний молочной железы?

Однозначный положительный ответ, к сожалению, дать нельзя. Рак груди может возникнуть по многим причинам. Существуют определённые факторы риска: слишком раннее или слишком позднее начало менструаций; первая беременность, закончившаяся абортом; частые аборты; поздние первые роды; позднее начало климакса — всё это может послужить «стартом» злокачественной опухоли. Мастит и травмы увеличивают риск её возникновения. Впрочем, все эти факторы, включая тревожную наследственность (если рак груди обнаружен у близких родственников), вовсе не означают, что вы «обречены». Входящим в группу риска нужно тщательно следить за состоянием груди и посещать маммолога не реже 1 раза в год. А после 40 лет пройти маммографию (рентгеновское исследование молочных желёз) должна каждая женщина вне зависимости, беспокоит что-то или нет.

? В последнее время в груди появились резкие дёргающие боли, в месте их обнаружения я нащупала несколько узелков. Это онкология?

Маловероятно. Боль при раке груди появляется лишь на последней стадии заболевания, до этого болезнь часто протекает бессимптомно. Возможно, так проявляет себя киста (полость, возникающая в тканях и органах организма вследствие патологических процессов) в период воспаления.

Нельзя исключать фиброаденоматоз (фиброаденома — доброкачественная опухоль молочной железы) и межрёберную невралгию. Наконец, это может быть просто... ничего. Нередко женщины прощупывают в молочной железе ткань, которая и должна там быть, а боли в груди бывают у большинства женщин во второй половине цикла. Сомнения развеет посещение маммолога.

? При падении с велосипеда сильно ушибла грудь. Насколько я знаю, такие травмы очень опасны...

Действительно, травмы молочной железы представляют серьёзную угрозу здоровью. В медицинской практике нередки случаи, когда ушибы и повреждения провоцировали развитие онкологических заболеваний. Если на месте ушиба образовалась гематома, как можно быстрее обратитесь к маммологу. Врач проведёт необходимые исследования, соберёт анализы, назначит лечение и будет наблюдать за состоянием травмированной груди — это во многом предотвратит возможные неприятности. Приучите себя бережно и трепетно относиться к бюсту: во время спортивных игр не принимайте мяч на грудь, будьте разумны в выборе интимных развлечений и аккуратны в шуточных игривых потасовках.

? Гинеколог обратила внимание, что у меня одна грудь заметно больше другой. Я тревожусь.

Вообще-то доктор должна быть в курсе, что разный размер молочных желёз — не патология, а естественная асимметрия человеческого тела. Практически у каждой женщины наблюдается плюс-минус в объёме. Многие недовольны, но мнение врачей категорично: об операции стоит задумываться, лишь если разница в размере превышает 50%.

? Люблю загорать летом на пляже, зимой в солярии. Почему-то считается, что загар вреден для здоровья груди. Есть ли основания для опасений?

Любительницы загорать топless должны понимать: солнце и солярий способны спровоцировать рак кожи и/или опухоль молочной железы. Если нет проблем с бюстом, можно посещать пляжи южных курортов — в пределах разумного по времени и «в компании» солнцезащитного средства. Загорать в солярии безвредно 5 минут в вертикальном аппарате и до 20 минут в горизонтальном. В идеале перед посещением солярия необходимо посоветоваться с врачом. О любви к шоколадному цвету кожи нужно забыть, если диагностирована доброкачественная опухоль кожи; если вы входите в группу риска по раку груди. Кстати, в последнем случае исключаются все виды теплового воздействия: баня, сауна, физиотерапия.

УЧИМ НАЗУБОК!



Малыш не может запомнить стихотворение, а утренник уже завтра? Вы раздражены, ребёнок плачет, какой уж тут праздник! Чаще всего ошибка в том, что родители пытаются заставить чадо заучить текст механически, вы зубрить, не вникая в смысл, не проживая сюжет...

малыша на уровне микросигналов тела, почти неосознаваемых и незаметных, но зато помогающих ему вспомнить текст в волнительной для него ситуации. Когда ребёнок и взрослый подбирают образы и движения, происходит очень важный процесс: малыш узнаёт много нового, расширяет кругозор. Как прыгает зайчик или щёлкает зубами волк? Как Дед Мороз стучит об пол волшебным посохом? Или как ива растеряла серёжки и горюет о них?

Если после прохождения всех этапов кроха продолжает забывать слова, отложите заучивание. Через 2-3 часа повторите 4-7 шагов. А на следующее утро повторите снова. Удивительно, но факт: вы можете обнаружить, что малыш, запинаясь вечером, утром прекрасно всё продекламирует – это происходит благодаря работе долговременной памяти.

ПОКАЖИ «КАК»!

Механическая память в заучивании художественного текста (как стихотворения, так, впрочем, и прозы) – плохой помощник. Она важна, когда нужно запомнить новое иностранное слово, понятие, формулу или дату, но никак не стихи! Ведь в художественном тексте важны эмоции, чувства, переживания, которые отображены в образах. А значит, необходимо развивать ассоциативную память и образное мышление. Это легко сделать с помощью движений, жестов и мимики. Тем более детям так нравится изображать кого-нибудь! Не спешите хвататься за голову, мол, какой из меня Станиславский, вот вам в помощь пошаговая схема:

1. Прочитайте стихотворение вслух – сами или если ребёнок уже умеет читать, он вам.
2. Вместе разбейте текст на логические отрезки. Если ребёнок мал, то такой отрывок должен включать одну строку, а для детей постарше – 2-4 строки.
3. Выберите в каждом отрезке 1-2 слова, которые можно показать жеста и мимикой. Пусть малыш сначала сам попробует придумать, как именно он изобразит это слово. Если не сможет, помогите ему.
4. Вы медленно читаете вслух стихотворение, а ребёнок параллельно показывает движениями ключевые фразы.
5. Малыш пытается рассказать стихотворение уже сам, при этом показывает то, что происходит по сюжету. Ваша помощь пока необходима.
6. Ребёнок рассказывает стихотворение с минимальной помощью взрослого. Движения и мимика ещё сохраняются.
7. Малыш старается продекламировать стихотворение без движений.

Эта методика подходит для детей начиная с трёх лет. Не стоит беспокоиться, что ребёнок на празднике или на уроке начнёт параллельно декламации показывать стихотворение жеста и мимикой. Движения сохраняются у

НАРИСУЙ «ЧТО»!

Суть методики та же, только ключевые понятия ребёнок не показывает движениями, а рисует. Если он затрудняется изобразить написанное в тексте, вы можете ему помочь, но не навязывая собственного мнения. Не требуйте от малыша шедевров живописи – чем проще рисунок, тем легче его будет запомнить и воспроизвести. Не стоит рисовать целые сюжеты, ограничьтесь простой и понятной картинкой. Если у малыша хорошо развито абстрактное мышление, он может нарисовать не совсем понятные вам композиции, состоящие из фигур и линий. Не надо требовать конкретизации. Главное – чтобы ребёнок был способен вспомнить строки стихотворения, опираясь на созданные им образы. На финальном этапе запоминания картинки убираются, но малыш к этому моменту уже настолько запомнил собственные образы, что они остаются у него в памяти.

Данная методика подходит детям начиная с трёх лет, но пока ребёнок не научится хотя бы немного рисовать сам, картинки придётся рисовать вам, разумеется, советуясь с малышом. С 4-4,5 лет ребёнок может начинать делать нужные изображения самостоятельно.

Выберите ту методику, которая ближе способностям именно вашего ребёнка. Методика «движений» хорошо подходит для подвижных неусидчивых детей, а методика «рисования» хорошо себя зарекомендовала для обстоятельных малышей, любящих бумагу и карандаши. Вскоре вы обнаружите, что с каждым разом ребёнок легче находит образы, изображает их, а стихотворение оказывается выученным быстрее. Более того, вы заметите, что малыш получает удовольствие от декламирования стихотворения, ведь он «прожил» его через движение или рисунок. Проблема заучивания стихов останется в прошлом, а вы сможете гордиться своим маленьким чтецом-декламатором!

Ольга АНИСИМОВА



ВОПРОС - ОТВЕТ

Уважаемые мамы и папы, бабушки и дедушки! Задавайте волнующие вас вопросы по воспитанию ваших детей и внуков, а ответить на них постарается наш психолог Оксана ЛИВАДОВА

СТАТЬ СТАРШИМ

«Сыну 11 год, он хороший добрый мальчик, но совершенно не хочет взрослеть, делать что-то самостоятельно, просто обслуживать себя: вымыть за собой посуду, убрать вещи в комнате. Пытались приучить в форме игры: сегодня ты – президент в стране «Кухня» и т. п., но ничего не получилось. Восемь месяцев назад родилась дочка, помощь Миши очень пригодилась бы. Но всё, на что он способен, – ползать сестрёнкой по полу...»

Семья АПИНЫХ, г. Воронеж.

С рождением младшего члена семьи старший ребёнок часто попадает в определённый возрастной регресс: ваш сын ползает по полу, а 4-летние малыши и груды у мамы просят. Подобное поведение – всего лишь способ привлечь к себе внимание родителей, чтобы те не забывали, что он тоже ещё ребёнок и нуждается в них. Однако вы пишете о том, что отсутствие

инициативы в домашних делах проявлялось у него и до появления младшей сестры, а это иная проблема и, очевидно, запущенная, ведь навыки помощи родителям по хозяйству необходимо было прививать с раннего детства. Если раньше всё делалось за него заботливыми родителями или бабушками-дедушками, то почему, достигнув 10 лет, Миша должен был кардинально измениться,

резко повзрослеть и взять на себя некие хозяйственные функции? Возможно, он даже не имеет представления о том, что он мог бы сделать по дому. А предложенная вами игра в главного по хозяйству, в президента по кухне просто поставила его в тупик! Рановато вы пытались возложить на него функцию руководителя, сначала нужно взрастить в нём помощника. Начните прямым текстом просить у сына помощи: «Миша, помоги чашки, пожалуйста. Губка на мойке» или «Будь добр, выкати коляску во двор, я сейчас вынесу малышку». Благодарите его каждый раз, подчёркивайте, как значимо для вас его участие в общих делах. Однако не стоит делать акцент на том, что он, собственно, и должен вам помогать, как старший. Это может вызвать протестное поведение мальчика в пику младшей сестре. Желательно, чтобы такой политики придерживались все члены вашей семьи, и со временем вы отметите в сыне значительные перемены.

МОКРОЕ ДЕЛО

«Наша дочка уже год пользуется горшком самостоятельно. Но последние два дня мокрые делишки делаются в штанишки. Причём только в детском саду, дома всё в порядке. Подскажите, в чём может быть причина и как следует реагировать?»

Мама Полины, по e-mail

Если ваша дочка недавно посещает детский сад, то такая «детская неожиданность» не является чем-то из ряда вон выходящим, так что вам не стоит слишком волноваться. Первые несколько недель и даже месяцев пребывания в детском саду – это серьёзный стресс даже для самого подготовленного и коммуникабельного ребёнка. Постепенно Полина привыкнет к новой обстановке, в том числе к чужой туалетной комнате. Возможно, она чувствует дискомфорт из-за отсутствия домашней интимности, ведь зачастую дети в детском саду ходят на горшки все вместе. Поговорите с воспитателями, может быть, вам разрешат принести из дома индивидуальный для

вашей дочери горшок, это значительно облегчит ей ситуацию.

В случае если адаптация уже позади, а «мокрые делишки в штанишки» всё же случились, заикливаться на произошедшем тоже не стоит. Случайные огрехи в дошкольном возрасте (при условии, что с мочеполовой системой всё в порядке) вполне допустимы: дети часто так увлечены игрой или так крепко засыпают после сильных эмоций, что не замечают сигналов собственного тела. Убедитесь, что ребёнка не ругают в саду за это маленькое ЧП. Воспитательнице или няне нужно, наоборот, уверить малышку, что ничего страшного не произошло и в следующий раз она обязательно успеет на горшок.

СМЕШИНКА В РОТ ПОПАЛА

В 1962 году в Танзании зафиксировали... эпидемию смеха. Она охватила около 1000 детей обоих полов, а началась в школе для девочек в деревне Кашаше с трёх подружек, которые разразились смехом прямо на уроке. Причина осталась неизвестной, но приступ смеха длился несколько дней и «заразил» всех учеников. Школу пришлось временно закрыть, «хахатунчиков» посадить под домашний карантин. Но эпидемия смеха успела распространиться на учащихся близлежащих деревень. Окончательно феномен исчез только через 18 месяцев после первого зафиксированного случая коллективного многочасового смеха. Что это было – загадка до сих пор. Если верить сказкам, из смеха ребёнка рождается фея, видимо, у волшебниц случился баби-бум!



Дорогие читатели! В своих письмах вы нередко просите совета, как поступить в той или иной нелёгкой жизненной ситуации. Помочь разобраться мы попросили психолога **Ирину ФУРСОВУ**. Пишите нам по адресу: 305044, г. Курск, ул. Ухтомского, 43 или на e-mail: press-kokteyl@list.ru

Истории в конверте

Ушла вперёд

Мы живём с мужем 10 лет. Оборачиваясь назад, у меня возникает ощущение, что всё лучшее у нас позади: первая влюблённость, рождение двух сыновей, совместные дела. Мы перестали понимать друг друга, существуем в одной квартире, как соседи. Никаких общих интересов, даже ужинаем порознь. Я получила второе высшее образование, стала двигаться по карьерной лестнице, а он остался кем был. И не хочет меняться. Его вполне устраивает работать на чужого дядю, получать из года в год одни и те же деньги, а вечерами смотреть матчи «Челси» по телевизору. Я не хочу терять семью, но тянуть мужа за собой у меня нет сил. Чувствую, что теряю себя...

Светлана СКОРОХОДОВА,
г. Белгород.

Вам одиноко при наличии полноценной семьи. Вам кажется, что вас не понимает близкий человек, вам тяжело видеть, что он не следует за вами в стремлении менять жизнь, ваше совместное пребывание под одной крышей лишено всякого смысла. Рискну предположить, что у вас кризис среднего возраста. Это длительный и серьёзный этап в жизни человека, который может сильно преобразить. Как – зависит только от вас. Надеяться, что супруг окажет вам поддержку, не стоит. Не потому, что вы ушли вперёд, просто он в принципе не несёт ответственность за ваши чувства, желания, одиночество или полноту бытия. Задумайтесь: часто мы проецируем своё собственное отношение к себе на близких. Вам кажется, что муж безразличен к вам и вашим целям в жизни, а на самом деле это лишь отражение вашего отношения к самой себе. Вы достигли всего, чего хотели: родили детей, получили ещё один диплом, встали на новую ступеньку в карьере и упёрлись головой в потолок. Что дальше?

Вы пишете, что начинаете терять себя. Себя какую? Себя – как маму двоих детей? Себя – как перспективного специалиста? Себя – как замужнюю женщину, которая потеряла контакт с мужем? Себя – как человека, который запутался и не знает, как жить дальше? Возможно, какую-то сторону вашей личности и стоит «потерять», а точнее, видоизменить?

Сосредоточьтесь на этой стороне своего «Я», подумайте, что именно вы могли бы сделать для этой «Себя»: пожить отдельно от супруга, чтобы разобраться в себе? Или вызвать его на откровенный разговор? Или сменить вид деятельности и достичь там успеха? А может быть, вам на ум придёт совершенно иной вариант сценария, о котором вы сейчас даже не догадываетесь, и вставать в позицию выбора между сохранением семьи и развитием собственной личности не придётся.

Замуж за Иного

Мне 19 лет, я люблю и любима. Мы хотим пожениться. Но проблема в том, что мой молодой человек – азербайджанец. Я не разделяю людей по национальному признаку, но мои родители придерживаются иных взглядов и будут категорически против нашего брака. Уверена, меня ждёт грандиозный скандал. Я не хочу, чтобы моего любимого оскорбляли, чтобы при первой встрече он увидел моих родных в таком виде... Но не сказать дома о предстоящей свадьбе невозможно... Не знаю, что делать!

Евгения П., по e-mail

Если ваши родители априори настроены не впускать в семью человека другой национальности, то это реальность, придётся её принять такой, какая она есть. Однако сделать это следует не в одиночку, а вместе с теми, кого вы любите: мамой и папой с одной стороны, будущим мужем с другой. Познакомьте их. Вам страшно, поскольку вы берёте на себя слишком много ответственности. Вы не можете со 100%-ной гарантией угадать реакцию родителей. Возможно, на деле они не будут столь категоричны. Да, они несовершеннолетние, как и все люди, но обладают большой любовью и уважением. Позвольте избраннику самому узнать ваших родных с их достоинствами и недостатками. Он взрослый мужчина, принявший серьёзное решение создать семью, а значит, способный разобраться в ситуации и завоевать доверие ваших родителей. Единственное, что вы можете сделать, – это продолжать любить и его, и родителей и стараться не мешать, а помогать им налаживать отношения, даже если сначала им придётся пережить острый период.

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

Улыбайтесь отражению!

В одном из последних номеров я прочла интересную статью о том, что женщине просто необходимо научиться любить себя такой, какая она есть. И для начала следует поменять отношение к недостаткам собственного тела. Спустя некоторое время правильность этих мыслей мне довелось проверить лично...

Друг детства давно хвастался, что купил «зеркалку». В социальных сетях начал выставлять фотографии (мягко говоря, неплохие), и вот как-то раз позвал на фотосессию меня. Дождавшись подходящей погоды, мы отправились в лес. Красивые ряды стройных сосен, совершенно особенный запах, мягкость хвои под ногами... — вечер обещал быть замечательным. Лес располагался недалеко от трассы, поэтому и одеться я решила «по-дорожному»: чёрный топик, кеды да джинсы. Фотографировались долго... Вдохновляясь процессом, мы придумывали всё новые и новые сюжеты. «Получиться должно просто прекрасно!» — казалось мне. При каждой новой серии щелчков друг изучающе просматривал сделанные кадры. Казалось, увиденным он оставался доволен. Мне не терпелось посмотреть всё самой! В голове я уже мысленно получала «пятёрки» и «лайки» от друзей за выложенные фотографии. Что ж... поделом мне, хвастливой! Ожидания не оправдались совершенно: вместо стройной женщины, запечатлённой в красивых ракурсах на чудесном фоне, на экране фотоаппарата я видела лишь некрасиво выпирающий живот с несколькими складками. Нет, о том, что мне стоит похудеть, я знала и сама. Сказывалось долгое сидение перед компьютером, неравнодушие к сладкому и пицце — чаще всего под вечер, малоактивный образ жизни по выходным. Однако в тот момент я посмотрела на себя со стороны. Непредвзято, как мне тогда думалось. Самым ужасным было то, что всё это безобразие уже видел мой друг! И увидит ещё не раз, когда будет обрабатывать фотографии. Незаметно удалив самые ужасные кадры, я спешно отправилась домой, сославшись на внезапные дела. На душе было тяжело. Есть не хотелось несколько дней совершенно. Пила один чай, занималась физическими упражнениями, старалась много гулять, и всё больше расстраивалась. «Какой же ленивой и безвольной я стала! Как можно было настолько себя запустить. О чём я только думала!» — говорила я, с каким-то жалким видом отходя от витрины с любимыми пирожными. Смотреть в зеркало было даже противно: в нём малопривлекательная особа то удручающе щупала собственные бока, то безнадежно разводила руками, мол, «ничего не поделаешь, раньше надо было волноваться». Чуть позже я начала сравнивать себя с другими женщинами. Естественно, счёт шёл не в мою пользу: «Какой у них плоский живот! Наверняка занимаются собой каждый день, не то что я...» Следующим шагом был отказ от красивых платьев: «В них выпячивается живот». Хотелось даже выкинуть тот злополучный топик, в котором фотографировалась, но сдержалась. Случившиеся во мне перемены заметили и друзья. По их словам, я быстро раздражалась, стала угрюмой и малоразговорчивой. Хотя и было понятно, что очень глупо принимать всё так близко к сердцу, но успокоиться никак не получалось... Это продолжалось примерно две недели. А потом я наткнулась на ту самую статью и поняла: «Всё про меня! «Симптомы» налицо: боюсь собственного отражения, нещадно критикую фигуру, перестала видеть в себе что-либо красивое. Обдумав прочитанное, твёрдо решила: «Стоп! Пора завязывать с самоистязанием». Лишь тогда я впервые посмотрела в зеркало без грустной ухмылки. «Да ведь всё не настолько безнадежно! Стоит только захотеть измениться к лучшему». И улыбнулась. Через пару дней забрала фотографии. Рассматривая их, я уже не акцентировала внимание на собственных недостатках, а старалась находить больше плюсов: стройные ноги, симпатичное лицо, приятный цвет кожи... Это окончательно побудило меня заняться собой — для того, чтобы стать лучше. Сейчас я много катаюсь на велосипеде, кручу обруч, качаю пресс, со сладкого и мучного перешла на фрукты. Делать всё это мне помогает внутренняя уверенность в собственной красоте. И лишний вес для меня теперь — всего лишь недостаток, от которого я действительно могу избавиться, а не проблема, мешающая наслаждаться жизнью. Если каждая из нас научится улыбаться отражению в зеркале, счастливых женских глаз в мире станет намного больше...

Настя КАРАГОВА,
Ростовская обл.



Беби-барабум: повторим?

Слова «барабум» в русском языке нет, я позаимствовала его у чудаковатой Лилу из «Пятого элемента». Барышня называла так большой взрыв, грозящий землянам. Это малоприятное явление уготовано и моей голове, если в разумные сроки не найду ответ на вопрос: зачем людям второй ребёнок

Было так: раздался звонок экс-коллеги Светки, которая шустро озвучила знаменательные вехи в биографии общих знакомых. Итак, Светку повисили, остальные родили по второму ребёнку. Причём не только женский пол, юрист Олег тоже расширил фамильное древо с помощью супруги. «Ну а ты когда Машке братика подаришь?» — одной фразой Светка обрела меня на муки. Потому что...

По-первых, трудно было сразу пойти в отказ. То есть объяснить, почему второй ребёнок нашей благополучной семье с 12-летней наследницей противопоказан. Мы с мужем молоды и здоровы, обеспечены, наш союз проверен временем и трудностями. Классическое «кто, если не мы...» Во-вторых, страшно было признаться: «Даже не думала». Ведь женщинам репродуктивного возраста положено мечтать о детях! А я не мечтала. Не была категорически против, но и не загадывала карапуза под бой курантов. Есть дочь, муж, мы счастливы вместе... В-третьих, стало интересно: неужели пары, решившиеся на второе

чадо, не ведали сомнений? Я перебирала в памяти подходящие сюжеты, бороздила Интернет, терзала расспросами бывалых и знающих...

Приятный бонус

Не нужно напоминать о демографической политике государства и, в частности, материнском капитале. Споры велись бурные, дескать, сумма обещана невеликая, серьёзные проблемы с её помощью всё равно не решить. Однако многие Ванечки и Настеньки, родившиеся после 2007 года, обязаны своим появлением материальному поощрению. Никто из родителей не обнажал меркантильных интересов, откровения звучали так: «Мы и раньше подумывали, а когда узнали про материнский капитал, решились».

Любые рассуждения, тем паче оценки, здесь неуместны. Если госналичность поможет людям увеличить жилплощадь, дать образование наследникам или позаботиться о беспечной старости — на здоровье, всех благ и молодцы, что родили. А какие ещё бывают мотивы?

И снова, и опять

Брачную статистику читать страшно: много лет проценты супружеств и разводов держатся в районе «фифти-фифти». Это ужасно, обидно и... обыденно: ну не сошлись характерами, бывает. И ребёнок не держит людей вместе, и воспоминания о когда-то пылких чувствах. После разрыва и мучительных переживаний судьба посылает другого человека, и снова «в небо шарик-салюты», клятвы верности и законный брак. А там, где совместные планы быть вместе до конца дней и общий наследник, малыш нужен, потому что он — «свидетельство нашей любви», потому что «на этот раз уж точно всё всерьёз и надолго, то есть навсегда». Тут в голову лезет злонравная статистика: вторые браки распадаются так же часто, как первые. Но мы их проигнорируем: есть планы, мечты, любовь, появился славный мальчик или чудесная девочка. Хорошо ведь, а?

«Потому что взрослые»

Я ранний ребёнок, осчастлививший маму-студентку и папу — молодого специалиста. Через восемь лет они «нашли в капуте» или добыли у аиста себе младшего сына, а мне — братика. Когда трёхлетний Вовка орал басом и мешал делать уроки, я недоумевала: зачем его родили? А теперь недоумеваю: как бы я жила без умнички-брата? И всё же маме пришлось держать ответ, какие мысли и события приблизили Вовкино появление.

«Мы с отцом выросли, — улыбнулась она. — Ты родилась, когда мы совсем молодые были. Хотелось в кино, на танцы, к друзьям, часто оставляли тебя на бабушек-дедушек. Да и друг на друге были зацелены. Очнулись, а ты уже важная и самостоятельная, похвальный лист за первый класс принесла. И нам захотелось всерьёз, по-взрослому испытать, что такое быть родителями... Дочь, ты не обижайтесь?»

А на что мне дуться? Мне повезло стать плодом любви, ласки и заботы было хоть отбавляй со всех сторон. А ещё я знаю массу сверстников, у которых та же «петрушка»: согласно пословице родители сначала завели няньку, потом ляльку. Мои ровесники были няньками, а «ляльки» им доставались прямо-таки несносные по сравнению с моим замечательным братом. В общем, созревшие для полноценного родительства мама и папа тоже обычное явление.

«Так получилось»

Когда-то, катая коляску с грудничковой дочкой, я изумлённо слушала взрослую «соратницу» по малышовой прогулкам. Женщина Лидя обнаружила «интересное положение», когда

старший сын должен был вернуться из армии. Себя она уже записала в «без пяти минут бабушка», поэтому некоторые физиологические изменения списала на возраст. Врач в консультации обрадовал: малыш давно и надёжно обосновался в материнском организме, показатели хорошие. Лида расплакалась: «Мне уж и стыдно снова в молодые мамы!» А муж, узнав, какой он молодец, гордо расправил плечи. И даже курить бросил.

Вторые дети ничем не отличаются от первых: обожают сюрпризы и прочие «упс». Они так же как первые меняют судьбу и, как правило, к лучшему. Огромное им за это спасибо от всех, бросивших курить, взявшихся за ум, расправивших крылья и обретших второе дыхание.

Никуда ты не уйдёшь

Грустно, но из пени слов не выкинешь: иногда (и даже часто) второй ребёнок становится заложником ситуации. Он призван убедить семью от распада, гарантировать, что кто-то из родителей не уйдёт вслед за новой любовью.

Приятельница Ира подозревала мужа в измене. Когда наличие соперницы стало несомненным, она решила бороться за супруга, пусть и ненавистного на тот момент. Всё-таки у них семья, дочь, квартира и прочее... В нужный день и час допустила супруга к телу, спустя месяц обрадовалась новостью. Муж не подпрыгнул от восторга и не отказался от «интереса на стороне» в одночасье, но поумерил пыл. А соперница вдруг решила, что мужчина с двумя детьми — не такой уж ценный трофей... Семейство, пребывавшее на грани, вновь стало полноценной ячейкой общества. И, кажется, вполне счастливой.

Вторая дочка уберегла от развода и семью Чижовых. Чижов-муж затеял бегство к другой, Чижова-жена очень вовремя полюбила другого. А потом... То ли мелодраму посмотрели невпопад, то ли съели что-то, но... Чижовы придумали, что расставаться им нельзя, ведь есть семья, дочь, квартира и прочее. Скрепили решение вторым чадом... Они по-прежнему вместе. Чижова-жена кричит: «Посиди с ребёнком, мне в магазин надо!» Чижов-муж отрывается от телевизора: «Мне некогда!» Младшая девочка, издёрганная и болезненная, обиженно плачет...

«Мне опять 25!»

«Теперь можно признаться, — загадочно улыбнулась старшая подруга. — Поздравь, 18 недель, УЗИ показывает мальчика, муж счастлив»...

Я смотрела на подругу, понимая, что «беби-барабум» — неизбежный для моей головы финал. Старалась улыбаться, восторженно округлять глаза и не думать, что старшей подруге через месяц стукнет 41 год, её дочери — 18. «А как ты решилась на второго ребёнка?» — спросила о насущном. Получила веский ответ: «Мы с мужем объездили весь мир, заработали на жильё, дачу, всё у нас есть. А сил ещё полно! Захотелось вспомнить юность, опять агушеньки и колыбельные, снова в школу, свежие эмоции... Ведь дети — это способ продлить молодость, продолжить себя. Тем более старшенькая скоро упорхнёт, вдвоём с мужем останемся».

Я слушала, кивала. Немного смущало изобилие эгоистичных слов «я», «для себя», «хочу эмоций», «продол-

поверьте, умеет доводить до иступления. В атмосфере мрачных нотаций, при наличии грустных медицинских перспектив, преодолевая собственные страхи, женщина всё же решилась... Вскоре вторая лапочка-дочка агукала на руках целеустремлённого отца. Слава Богу, сына-продолжателя рода Леонид Георгиевич требовать не стал.

Не спорю, мой коллега преследовал благую цель: хотел, чтобы детям было комфортно и надёжно. Он думал в первую очередь о них. И если бы ради этого не ставил на карту здоровье жены, не ломал её сопротивление, я бы аплодировала настойчивому отцу стоя. И выкинула бы из головы контраргументы о расприх между родными сёстрами и братьями. Их полно — начиная с ветхозаветных Каина и Авеля и заканчивая сюжетами программы «Пусть говорят». Цель достойная. Вот только средства не должны быть похожи на жертву.

Всё просто. И сложно.

— Ты не задумывался о втором ребёнке? — я старалась говорить нейтрально.

— Почему же, задумывался, — так же нейтрально ответил он. — Ждал, когда мы будем к этому готовы. Чтобы позволило здоровье, возраст, деньги.

— А ты не думал, зачем он нам?

Молчание, строгий взгляд исподлобья. Кажется, зря затевались все эти соцпросы и поиски глобального смысла. И вот ответ.

— Ты бы ещё спросила, для чего мы дышим. Ради жизни на земле, пытливая моя... Между прочим я второй ребёнок у родителей. И что, плохой вам с Машкой муж и

папка достался?..

...Никто и никогда не найдёт универсальный ответ: зачем нужны дети, первый ли, второй, десятый — неважно. Смысл этого события станет понятен, когда сын или дочь будут сопеть в кроватке, улыбаться, плакать, радоваться пятёрке, диплому, держать на руках своих наследников и ваших внуков... Лишь тогда накроет безграничное счастье или страх: «Господи, и как бы я жила без него или неё?!» И когда кто-то, до поры до времени незнакомый и неизвестный, подумает: «Какого замечательного человека я люблю! Спасибо его родителям за это счастье». Это и есть тот самый барабум, большой взрыв, новая Вселенная...

Наталья ГРЕБНЕВА

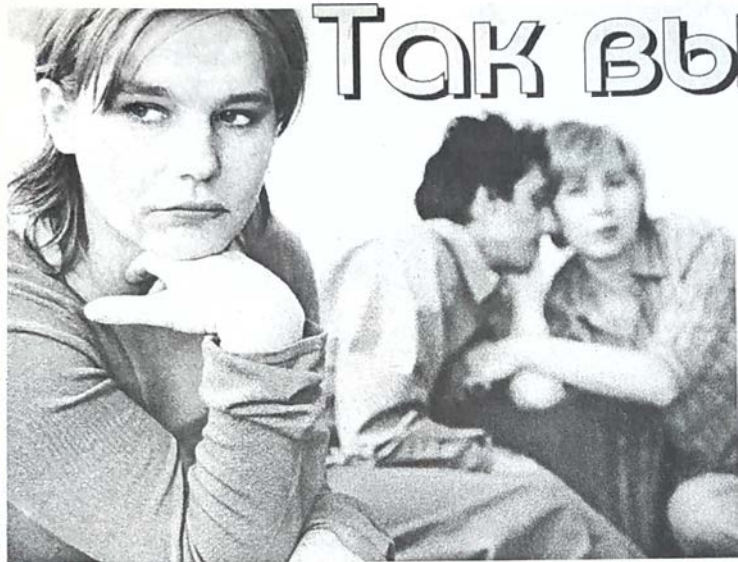


...зачем нужны дети? Смысл этого события чуть-чуть станет понятен: когда сын или дочь будут сопеть в кроватке, улыбаться, плакать, радоваться пятёрке, диплому, держать на руках своих наследников и ваших внуков...

жение себя...» Хотя что тут военного? Основной инстинкт, смысл жизни.

«Чтобы первенцу не было скучно»

И «чтобы ребёнок не был один на белом свете, когда нас не станет». Впервые с такой формулировкой я столкнулась в 18 лет. Коллега Леонид Георгиевич, мужчина суровый и уса-тый, авторитетно поведал, при каких обстоятельствах второй раз стал отцом. Его супруга намаялась с первой дочкой: трёхдневные роды отбили охоту повторять в буквальном смысле материнский подвиг. Но едва миновали пелёнки, Леонид Георгиевич запел песни, как ребёнку будет одиноко в мире, когда уйдут родители. А уж он,



Так вышло...

В сериале «Секс в большом городе» есть момент, когда я испытываю жгучую симпатию к Мистеру Бигу. Это сцена, где он возвращает Кэрри пакетик с вещами, которые та предусмотрительно «забыла» в квартире мужчины своей мечты

Я люблю Сару Джессису Паркер, восхищаюсь её героиней Кэрри Брэдшоу, на протяжении шести сезонов то терпела, то ненавидела Мистера Бига — согласитесь, было за что отпустить в его адрес массу «добрых слов». Но когда Джон Престон, весь такой в костюме и галстук, мягко, но решительно вернул Кэрри «утраченное», я мысленно аплодировала. Потому что он поступил честно и по-мужски: будучи не готовым к серьёзным отношениям, не стал поощрять настойчивость Кэрри, которая так желала закрепиться в его судьбе. Если бы примеру Мистера Бига последовал мой чудесный А. и куча других симпатичных парней, в мире было бы меньше банальных историй скучного сожительства. И ровно на такую же величину больше красивых лав-стори...

Сердечные оккупанты

Ирка нервно постукивала пальцами, я ждала, когда приятельница вернётся «в берега». По радио печально вещал Сергей Беликов: «Я не думал, просто вышло так, по судьбе, не по злобе. Не тобой рубашка вышита, чтоб я нравился тебе...» Ирка молчала до строчки:

«В нашу пору мы не встретились, свадьбы сыграны давно...», а потом ка-а-ак рякнула: «Да выключи этого страдальца! Ишь, «у беды глаза зелёные...»

Спустя 10 минут и две чашки чая с мятой она обрела способность складно излагать мысли. Оказывается, уже целый месяц есть Он. Высокий, умный, весёлый. Встречи каждый день, хохот, прогулки взявшись за руки. Ирка как будто встретила своё отражение, настолько у людей совпадают мысли и ощущения... А потом он пригласил Ирку в гости. Она предсказуемо оказалась в ванне и обнаружила вещи, указывающие на наличие соперницы: лак для волос, кремы, плойку, розовую зубную щётку...

— Почему ты не сказал, что женат? — Ирка грустно опустилась на диван рядом с милым обманщиком.

— А я не женат, — вместо шампанского он налил коньяку, — это вещи нелюбимой женщины. Рассчитываю на твоё понимание...

Оказывается, невразумительные отношения тянутся почти год. Незнакомка (для Ирки) иногда приходит в гости, готовит ужин и остаётся на ночь. А чтобы утром выглядеть по-божески, ею оставлены кое-какие вещички. И ещё пара симпатичных

чашек в сердечках. И тапочки. И пара халатиков... У него, конечно, ничего серьёзного с ней не будет. Нелюбимая женщина попросту заполняла душевный вакуум, но теперь он встретил Ирку, с ней всё иначе...

— Что же тебя останавливает? — спросила я подругу. — Горизонт чист, соперница условная, если согласишься на своих позициях, останешься с ним.

— Не хочу, — подняла она сухие, пылающие обидой глаза. — Мы с ним месяц знакомы, не вчера понял, что я для него значу. Приглашая в гости, мог бы потрудиться убрать её вещи или вовсе расставить точки над «i». А он поленился или струсил, предпочёл удобство. Человек покорно позволил занять его квартиру, расставить чашки и разложить косметику. И я знаю, что будет потом: дама забеременеет, ответит его в загс, и он проживёт чужую жизнь. А встречая иногда таких, как я, горячих и симпатичных, будет задумчиво курить: «Надо же, бывает же... Но, видишь ли, я не свободен. Так получилось...»

Я не стала говорить банальности типа «за любовь бороться надо». Если надо, пусть борются оба. Не хочу, чтобы в союзниках у моей Ирки был аморфный тип, который вроде бы знает, чего хочет, а вроде бы и устраивает его вариант с чашками в сердечках...

Недавно мы видели «обречённого с наречённой» в супермаркете. Он рассеянно смотрел по сторонам, дородная блондинка исследовала полки, моя Ирка раненой ланью за металась между стеллажей — лишь бы он не увидел.

Она ждала у выхода. «Представляешь, его дама выбрала сельдь в майонезной заливке, огурцы и квас. Так ему и надо», — улыбнулась я. Ирка грустно кивнула.

Обстоятельства вынуждают

Итак, швыряйте тапки: у меня случился роман с женатым. В оправдание могу сказать: «М-м-м, как это было!..» Он сразу предупредил, что женат. Я включила древнее женское чутьё и почему-то не уловила волну другой женщины, не почувствовала следов некоего серьёзного чувства. Она была де юре, де факто суще-

ствовала я.

Чудесный А., надо отдать должное, не слишком распространялся относительно второй половины. Жена пять лет, общих детей нет и не предвидится – так решено по обоюдному согласию. Брак сложился сам собой: чудесного А. познакомили с разведённой барышней, образовались ровные приятные отношения, он перекочевал к ней под крышу – вот вам и формальная «ячейка общества». Он не планировал делать предложение руки и сердца с вручением кольца, целый год всё существовало добровольно-условно. А потом она вдруг потупила взор: «Видишь ли, милый А., возникли обстоятельства, которые прямо-таки заставляют нас пожениться. Право слово, мне неловко принуждать тебя, но...»

Я не знаю, что за обстоятельства повели людей в загс. Может быть, разведённую женщину со взрослым ребёнком родственники затюкали морально-нравственными претензиями: «Как же так, живёте без штампа, стыдно перед соседями и тётей Клавой из Витебска». А может, она вынашивала мысль покинуть пределы родины, и в замужнем состоянии это было бы проще. А может, она просто любила и хотела гарантий. Он не отказал, зачем огорчать хорошего человека, всё ведь мирно складывается, тыфу-тыфу-тыфу и по дереву постучать...

А спустя пять лет – бац! – и мы столкнулись с А. у банковского «окошка». Разглядели, улыбнулись, вышли вместе... Через месяц он сказал, что «с ним такое впервые». Через полтора писал sms стихами, через два вместо «я и ты» говорил «мы». Мы. Должны. Быть. Вместе.

Лютую уверенность в общем будущем он демонстрировал, когда я была рядом. А потом чудесный А. ушёл к законной благоверной, и следующая встреча начиналась с задумчивых монологов: «Понимаешь, есть понятие ответственности. С ней я прожил пять лет, и это были спокойные стабильные годы... Я не вправе её обижать. И тебя терять не хочу. С тобой всё по-другому, будто молния ударила. Что хорошо, что становится страшно».

Конечно, страшно. От того, что смыслом жизни становится не раз-

меренный уклад и предсказуемые события. От того, что, оказывается, бывает по-другому. И впервые хочется чего-то осмысленно, от души совершить поступок, сойти с накатанной колеи.

Он ждал от меня поддержки, гарантий, что буду рядом всегда, ультиматумов вроде «Сегодня же собирай вещи и переезжай ко мне!»... А я пропала. Сменила номер, взяла отпуск, уехала, даже не сообщив «точку на карте» подругам.

Бродя за тридевять земель по морскому берегу, я испытывала разные чувства. Досаду на женщину, которая умеет жить иначе – без пылких признаний, без горящего взгляда. Которой достаточно, чтобы мужчина приходил ночевать и с аппетитом ужинал. Наверное, женщина мудрее меня: к чему эти дрожания рук, если можно просто быть рядом, «чуть-чуть» подтолкнув несмышлёныша к загсовскому порогу... Я злилась на чудесного А.: как может взрослый разумный человек так легко отдать себя, согласиться на промежуточный средний вариант? Может, он тоже мудрее? Не захотел тратить годы на

дует. О чём они думали, соглашаясь на отношения, если не было ласки, нежности, любви, да и особой потребности не имелось? Как они позволили «захватчикам» путём чашек и халатиков проникнуть на свою территорию, а затем и в паспорт? На что они рассчитывали? Что сейчас, так и быть, проживут «понарошку» с настырными тётями, а встретив настоящее чувство, всё изменят и вычеркнут прошлое?

Хотелось бы взглянуть в глаза «захватчиц», которые не гнушаются никакими способами: оставить у него зубную щётку, а потом и себя в придачу; забеременеть, обмануть, уговорить. Неужели у них не возникает гаденькое чувство, что победа нечестная, что избраннику выбор фактически навязан? Ни дать ни взять «Любовь и голуби»: «Да какая любовь? По пьянке завертелось, и не выберешься...»

Чтобы не задаваться вопросом: «А у нас с ним всерьёз или тоже «так получилось?», я советую отойти сомневающимся барышням в сторонку. Дистанция – необходимое условие. Если пожелаете «бедняцкого, ко-

торый тянёт лямку с нелюбимой», сами третьей в эту лямку и влезете. Своей любовью, заботой, лаской вы будете подпирать давно провисшую крышу чужих отношений, и пока вы будете рядом, их союз продолжится. Потому что мужчине это удобно: там, «с одной» – устоявшийся быт, с вами – полёты на седьмое небо. Мужчине из разряда «так вышло» будет



...мужчине это удобно: там, «с одной» – устоявшийся быт, с вами – полёты на седьмое небо...

ожидание огромного чувства, которое вполне могло и не случиться...

Но из-за того, что пять лет назад у него «так получилось», теперь ничего не получается у нас.

Политика невмешательства

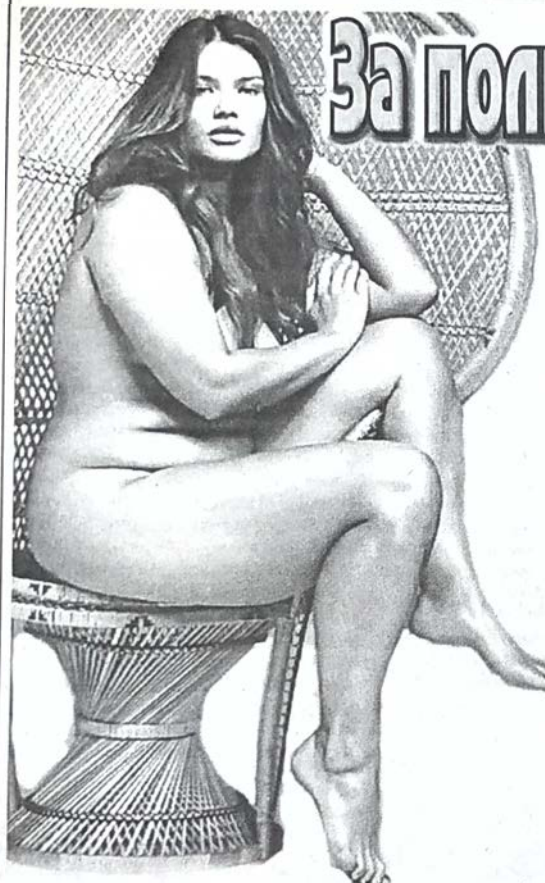
Удручающе часто барышни вокруг издают клич: «Девочки! Он живёт «с одной», не хотел, но так получилось. А меня он по-настоящему любит, мается, не знает, как быть. Что делать?»

В первую очередь мне хочется взять за плечи этих «мальчиков-так получилось» и встряхнуть как сле-

в выигрыше, «та самая», возможно, ничего не узнает, а вы потратите время на поддержание чахлого огня в чужом очаге.

Уйти от пока ещё желанного-любимого сложно и больно, но нужно. Потому что приходиться в чужую жизнь нужно по обоюдному желанию и согласию. Потому что вы вправе услышать: «Я освободил полку для твоих вещей, купил зубную щётку и готов уступить правую сторону кровати». Потому что Мистер Биг, когда созрел, нашёл любимую беглянку в Париже. И мои тридевять земель – не расстояние.

Наталья ГРЕБНЕВА.



За полноту... ощущений!

У девушек, перешагнувших 44-й размер, есть официальный повод недолюбливать дизайнера Кельвина Кляйна. Если бы однажды он не ввёл повальную моду на женскую худобу, аппетитные барышни чаще бы страстно стонали, а не вздыхали сокрушённо

обвинение справедливое. Любая сидевшая на диете подтвердит: жизнь превращается в помешательство. Пока партнёр в предвкушении ждёт в спальне, вы стоите на весах и переживаете из-за несдающихся 400 граммов! Конечно, интимное действо всё равно случится, но эффект не тот: дама не в настроении, нервничает, стесняется, а кавалер живой, всё чувствует и огорчается. Он резонно предпочёл бы пухленькую красавицу, которая чутко реагирует на его ласки, нежели худую брюзгу, переживающую из-за буторка целлюлита.

Пышность — это здорово

«Мы живём в суровом климате, нашим женщинам природой предписан защитный жирок», — благословляет телесность историк моды Александр Васильев. К его сторонникам присоединились мужчины, мол, «полная женщина — здоровая женщина!» Радующаяся жизни, а не дрожащая от озноба. Рыцари в курсе, что набор веса — естественный и здоровый этап в жизни прелестниц. Кило плюсуется с годами, после рождения ребёнка и просто когда всё «тыфу-тыфу не слазить». В общем, ровная и гладкая партнёрша — желанная и беспроблемная.

Формы — это загадка

Проповедники гламурной истощённости за что боролись, на то и напоролись. Худое тело с пропорциями Барби больше не сексуально, его стало слишком много: на экранах, билбордах, журнальных страницах. Оно отфотошоплено и растражено. И, увы, потеряло привлекательность: мёртвую эталонную красоту не хочется рассматривать, трогать. В нём нет природной естественности, загадки. Зато тело полной женщины представляет пейзаж сложный, единственный в своём роде, который будит фантазию. Не стоит забывать, что либидо питает только нечто особенное, уникальное, а в избраннике притягивает индивидуальность, и это вовсе не синоним навязанных стандартов. Тирания худобы предлагает мускулистое тело воительницы, но интимные желания требуют округлостей и мягких линий.

Пир плоти

Секс уместно сравнить с трапезой, причём не перекусом на бегу и «чем под руку попадёт», а именно размеренным смакованием. Куда приятнее насыщаться за роскошно сервированным столом, где к вашим услугам изобильные яства, изысканные блюда... По признаниям мужчин, именно так они ощущают себя с пышнотелой женщиной: география ласк обширна, дама безбрежна и уютна, принимает партнёра — пир плоти как он есть! Не в обиду худышкам, но близость с ними мужчины сравнивают с обедом «за столом номер пять» — меню диетическое, вроде бы положено думать, что так здорово и полезно, но невыносимо скучно от этой пары редисок и супчика на воде.

Потому что разные

Аппетитные округлости, которые их обладательница воспринимает как надо, отвечают мужскому представлению о женщине — щедрой и чувственной. Мужчинам нравится, что партнёрша дополняет их, в том числе формами и округлостями, коих у сильного пола не имеется. В этом разница между мужским и женским телом. Единственное, что стоит пожелать пышным красавицам, — научиться жить в ладу с собой, не стесняться, не переходить на капустный лист и воду. Прислушиваться к желаниям и привыкать к красоте собственной наготы.

Наталья ГРЕБНЕВА.

В социальных сетях бледные худосочные девы создают «Клуб 40» и клеймят позором всех, кто весит больше обозначенной цифры. Поддавшись паранойе, женщины грызут капустный лист на ужин. А мужчины пожимают плечами: зачем? Если дамы хотят нравиться кавалерам, есть только один телесный ориентир: синьора Моника Белуччи. Уточним: женщина выдающейся красоты, главным образом выдающихся форм, приблизительный вес около 70 кг. Давайте наконец услышим клич страждущих мужчин: плотские утехи — от слова «плоть». А плоть — это тело. То есть округлости, пикантные ямочки, манящие складочки. И как всё это богатство вы собирались втиснуть в 40 кило?!

Кельвина Кляйна понять можно: чем ближе габариты модели к вешалке, тем лучше смотрится коллекция. Поэтому слово предоставляется оппозиционерам дизайнера высокой моды и диет. И так, почему мужчины не норовят затаскать в постель худышек.

«Я чту Уголовный кодекс»

Синоним худобы — подростковая субтильность, и женщина, доведшая себя до состояния «рёбра видны», ассоциируется с малолетней нимфеткой. Пикантно, особенно для почитателей Набокова, но большинству рыцарей близость с «пионеркой» не кажется заманчивой. Потому что юность — это не только упругая кожа, но ещё и неопытность, дурацкие выходки и сомнительные тактильные ощущения. Секс — это не посещение музея, мало эстетов, готовых любоваться тонкостью запястий и хрупкостью выпирающих позвонков партнёрши. Это желание мять, сжимать, тискать, обнимать, отдаваться страсти полнокровно. Когда избранница — цыплёнок и мышонок, его хочется не тискать, а удочерить.

Считать калории? Лучше поцелуй!

Мужчины обвиняют барышень, следящих за фигурой, в зашкварности на подсчёте калорий, выборе скудного меню, внешнем виде. Да уж,

Стесняюсь спросить...

А вы не стесняйтесь. Сексологи подметили: сколь ни рассказывая людям о прекраснейшей из утех, запоминают лишь банальность про «размер не имеет значения». Вам интересно уточнить нечто пикантное, нам – приятно просветить



Сколько должна продолжаться любовная прелюдия?

В экстренных случаях, когда обоим партнёрам «приспичило», можно обойтись без предварительных ласк. Но это исключение из общего правила, а оно регламентирует – не менее 10 минут. Отсчёт начинается с момента начала ласк, и это вовсе не означает, что оба должны следить за часами. Лучшие «подсказчики» и хронометры – ваши организмы. Как только определённые части тела придут в боевую готовность и наполнятся желанием – действуйте.

Секс-игрушки – это только для «плохих мальчиков и девочек»? Откуда пошла мода на них?

История игрушек для взрослых берёт начало в Древнем Египте при дворе неувядающей Клеопатры. Царица благословила изготовление пикантных вещей из камня, дерева и мягкой кожи – всё на потребу плоти. Древние китайцы развлекались иначе: привязывали к мужскому достоинству пёрышки, колечки и колокольчики... На данный момент секс-индустрия – одна из самых прибыльных сфер в мире. Производители этих радостей из латекса и силикона предлагают пользоваться игрушками всем, кто желает «разблокировать» сексуальные импульсы. Однако на бытовом уровне вибраторы и резиновые куклы всё ещё ассоциируются с сексуальными извращениями. Сексологи защищают «игрунов-шалунов»: увлечение ассортиментом секс-шопов скорее говорит о дефиците чувственного опыта и никак не сказывается на интеллекте и моральных качествах.

Что следует понимать под сексуальным извращением?

Всё, что происходит не по взаимному согласию, то есть любая форма сексуальной агрессии. Врачи и правоведы долгое время пытались определить разницу между нормальным и противоестественным половым поведением, но попытки оказались безуспешными. Ведь с точки зрения естества и природы, на которые держали равнение, даже миссионерская поза – извращение. Так и повелось: в одних странах караются законом даже невинные меховые наручники, а в других и зоофилия даже не преступление. Но есть поведение, которое однозначно и не преступление. Но есть поведение, которое однозначно и не преступление. Но есть поведение, которое однозначно и не преступление. Но есть поведение, которое однозначно и не преступление.

Как проявляется женский оргазм?

Визуальную сторону оргазма убедительно изобразила Мэг Райан в фильме «Когда Гарри встретил Салли». Это его наиболее яркое проявление, но вполне возможно, что всё произойдёт без криков и вздохов – обжигающей волной

по телу или вспышками условного салюта. Оргазм – как любовь или вдохновение: если с вами это случится, сомнений не возникнет. А на физиологическом уровне это всего лишь: несколько (от 5 до 20) сокращений мышц органов малого таза, учащение пульса, повышение давления, тепло и даже жжение в области лица, груди, бёдер и ног. Иногда временное онемение конечностей, низа живота и – вот тебе на – приступ счастливых рыданий. Не стоит путать с оргазмом сильное эмоциональное переживание, например, покупку новых туфель.

Как часто нужно «этим» заниматься?

Такого понятия, как «нормальное количество секса», не существует. Лично вам секса достаточно? Если ответ «да», можно выбросить из головы любые цифры и рассказы бывалых. Если вы высыпаетесь, разнообразно питаетесь и искренне симпатизируете партнёру, следовательно, заданный ритм сексуальной активности – ваша норма. Резкое снижение качества и количества интимных отношений обычно вызывается тремя факторами: эмоциональное охлаждение, болезнь или усталость.

Существуют ли, кроме презерватива, контрацептивы для мужчин?

Учёные много лет бьются над задачей, как снять бремя ответственности за детозачатие с хрупких женских плеч и переложить на сильные мужские. Пока успехи неважные: гормональные противозачаточные таблетки для мужчин на стадии клинических исследований, та же история с инъекциями тестостерона, препятствующими нежелательному отцовству. И по всем фронтам одна заковыка: сильный пол так и норовит досрочно выйти из исследовательской программы, так как опасается побочных эффектов. Словом, если надёжное безопасное средство однажды изобретут, огромных усилий будет стоить его «внедрение» среди рыцарей, которые страшно не любят пилюльки и уколы. И вряд ли сдас лидерские позиции презерватив: годится и на случай спонтанной близости, и как защита от половых инфекций.

Опасно ли проглотить лубрикант?

Производители интимных увлажняющих гелей предусмотрели такую возможность, в том числе осознанную. Они постарались, чтобы их продукция была безопасна, так что переживать по поводу здоровья не нужно. Исключение – индивидуальная непереносимость компонентов лубриканта, но выяснить это можно лишь методом проб и ошибок. Единственное напутствие – постарайтесь не злоупотреблять и приобретайте средства в аптеке.



Булгаковский Воланд от широты душевной советовал: «Никогда и ничего не просите! Никогда и ничего, и в особенности у тех, кто сильнее вас, сами предложат и сами всё дадут». Скорее всего, он не имел в виду ситуацию, когда есть острая необходимость попросить прибавки жалования у всесильного и, надеемся, щедрого начальства

ПОДОРОЖАЛО...

Денег много не бывает в любом случае, однако вы с некоторых пор небеспочвенно задумываетесь: «А ведь я стою дороже! В профессиональном плане». Жаль, что те же мысли синхронно не приходят в голову руководства. Следовательно, вам же и предстоит убедить босса, что ваши заслуги, услуги, навыки и т. д. пусть не бесценны, но достойны более высокой оплаты. С бухты-бархты такие вещи не делаются, даём себе на подготовку более «сладкой и сытой жизни» три месяца. В этот срок нужно многое успеть.

«А ведь я-то ого-го!»

Самой худшей стратегией «выбывания» прибавки являются жалобы на личное бедственное положение и ссылки на коллег, которые при той же рабочей нагрузке получают более достойные суммы. Вы объективно должны доказать руководству, что на рынке труда стоите дороже. Поэтому сначала работаем над самооценкой.

Учёт заслуг. В течение упомянутых трёх месяцев записывайте о себе всё хорошее и ценное — в плане профессиональных качеств. Заведите отдельный файл и блокнот и фиксируйте. Вы никогда не опаздываете? Замечательно. С готовностью ради трудовых нужд задерживаетесь и выходите в выходные? Да цены вам нет! Оптимизировали работу отдела, внесли ценные предложения, зарабо-

тали или сэкономили для компании энную сумму? В блокнот! Вспомните, что в период отпусков вы в одиночку «тянули» работу целого отдела — и ничего, прекрасно справились. А ещё вы освоили английский, прошли курсы повышения квалификации и по личной инициативе изучили всю прогрессивную литературу, касающуюся направления вашей деятельности. Пишите, пишите, не скромничайте. Спустя три месяца перечитайте и расправьте грудью колесом: в самом же деле орёл, а не сотрудник!

Оговоренный срок необходим ещё и для того, чтобы вы морально «подтянули» себя к новым стандартам, условно говоря, стали новым, «успешным и деловым человеком».

«Намечтаю себе счастья с три короба...»

Придумайте и запишите, на какие цели пойдёт «бонусная сумма», размер её определите приблизительно, но не менее 20 процентов от имеющейся на сегодняшний день зарплаты. Не сомневайтесь, мол, «зачем делить шкуру неубитого медведя», отнеситесь к этому как к разряду бытовых чудес и материализации мечтаний. Намеченные цели, разумеется, должны быть радостными и приятными — так легче вдохновиться на подвиг — «разговор с начальством о деньгах».

Анализ и самоанализ

Изучите рынок труда, убедитесь, что ваша специальность востребована, а специалисты вашего уровня получают примерно... В общем, прилично. Однако заклинаем вас представлять собственную профессиональную ценность в ультимативной форме: «А вот у «Петрова и Ко» платят в три раза больше!» За склонность к шантажу, вероятно, вас к пресловутому Петрову и пошлют. Тем не менее во время разговора «на ковре» стоит озвучить финансовую информацию «по специалистам вашего профиля»: шеф и впрямь может быть не в курсе кадровых расценок.

«Поговорим?»

Договоритесь с руководством о времени встречи. Так и скажите, что цель беседы — перспективы вашей работы в компании. Кстати, психологи не советуют приставать к шефу с финансовыми просьбами в первой половине дня, так как в это время больше всего работы. Кроме того, не стоит обращаться с просьбой в день выплаты заработной платы.

«По Станиславскому»

Будь вы хоть трижды уверены в себе, столь легендарное событие как «разговор с боссом о прибавке» нужно готовить заранее. Дома перед зеркалом изложите аргументы, почему вы,

собственно, «стоите» дороже. Добейтесь филигранной точности поз, фраз, контроля над паузами и дыханием. Идеально, если финальный вариант оценит кто-то из близких. Помните, нужно добиться следующего эффекта: вы – не «мелкая сошка» и жалкий проситель. Вы – деловой человек, пришедший с конкретным вопросом в своих интересах. Поэтому просительные интонации, заискивающие взгляды, неуверенные жесты исключаются. Схема беседы такая: вы уверены, что по совершенно объективным причинам вправе рассчитывать на более серьезное вознаграждение. Вы в курсе: руководителя интересует не то, что вам нужно, а то, чего вы стоите. А вы спокойно и уверенно излагаете свою ценность для фирмы.

Как вариант, специалисты по кадрам предлагают такой текст: «Иван Иванович! Мне очень нравится работать в нашей компании. Мне интересны задачи, которые я решаю, у меня хорошие сложившиеся отношения с коллективом, и я вижу для себя дальнейшие перспективы профессионального и карьерного роста. Единственное, я знаю, что уровень дохода специалистов с моим образованием и опытом в прошлом году в среднем на рынке вырос на 20%. В связи с этим не могли бы вы подумать о пересмотре моей системы мотивации или выслушать мои предложения по этому вопросу?»

«Согласен!»

Вот тут дилемма: просить ли у босса конкретную сумму или позволить сделать вам предложение. Ведь если «убеждающая беседа» проведена блестяще, результат порой превосходит самые смелые ожидания. В любом случае специалисты-кадровики советуют не соглашаться на бонус менее 20% от зарплаты. Возможен и компромиссный вариант: вы договариваетесь, что часть поручений, которые раньше «тянули» фактически за «спасибо» отныне выполняете за четко фиксированную сумму.

Главное табу разговоров о повышении зарплаты – никакого шантажа. Вы не имеете права на истеричную фразу: «Дайте денег, не то уйду к конкурентам!», поскольку она стопроцентно обернется против вас. Давление и угрозы, во-первых, бессмысленны и всегда настраивают собеседника на агрессивный лад. А во-вторых, вы же и впрямь классный специалист, а эта «привилегированная каста» не позволяет себе низких поступков и глупых фраз.

Наталья ГРЕБНЕВА.

Генерал или рядовой?

В любом коллективе рано или поздно возникает вопрос: вы из тех, кто ведёт за собой или же склонны за кем-то следовать? Дабы по ошибке не примерять на себя чужую роль, протестируйте себя и выясните, «генерал» вы или «рядовой»

1. Дружба для вас – это...

- а) сотрудничество – 3 очка
- б) поддержка – 2 очка
- в) забота и готовность жертвовать – 1 очко

2. Вас смущает ситуация, когда кто-то заискивает и прислушивается

- а) да – 3 очка
- б) по-разному – 2 очка
- в) нет – 1 очко

3. Если бы вам предложили стать геометрической фигурой, вы бы выбрали

- а) цилиндр – 1 очко
- б) сферу – 3 очка
- в) куб – 2 очка

4. Если вам приходится говорить на публике, вы чувствуете, что...

- а) вас критикуют – 2 очка
- б) вы смущаетесь – 1 очко
- в) вас слушают – 3 очка

5. В экспедицию лучше брать товарищей:

- а) сильных – 3 очка
- б) умных – 2 очка
- в) опытных – 1 очко

6. Если честно, Золушка была

- а) несчастная девочка – 1 очко
- б) хитрюга-карьеристка – 3 очка
- в) брюзга – 2 очка

7. Как бы вы определили свою жизнь

- а) партия в шахматы – 2 очка
- б) матч бокса – 1 очко
- в) игра в покер – 3 очка

Суммируйте результаты

Если вы набрали менее 12 баллов – вы из «рядовых». Вы слишком уважаете других и потакаете их слабостям, поэтому не способны командовать и конкурировать. Может, за вашим отказом от власти скрывается страх и обманутые надежды? Проанализируйте, сколько раз ваши попытки руководить терпели неудачу. Если и без лидерства чувствуете себя комфортно, оставайтесь в стороне от событий. Это не так уж и плохо, по крайней мере спокойнее.

Если вы набрали от 12 до 18 баллов – вы «младший офицер». Положение не из приятных – между молодом и наковальной. Вы – немножко руководитель, немножко – войско. Вам трудно добиться признания, ваши аргументы – слишком рациональны и основаны лишь на собственном опыте.

Если вы набрали от 19 до 21 балла, вы – «генерал». С детских лет вы в числе первых предлагали свои услуги, когда речь шла об общественных делах, не так ли? С возрастом ваше влияние на людей крепло и особенно проявлялось в трудные минуты. Если вы честолюбивы и амбициозны, этот дар может поднять вас очень высоко. Если же нет, довольствуйтесь тем, что вас считают прекрасным другом и советчиком.





Если бы даже Алла Борисовна не спела про айсберг и миллион алых роз, публика любила её за одну жизненную песню с пронзительными строчками: «Какое дело вам, с кем хлеб делю я пополам, кого я тёмной ночью жду, с кем куда иду? Зачем словами жечь меня в огне? Зачем без спросу в душу лезть ко мне?» Хорошо спето-сказано, на все времена

Кумушки досужие

Сплетники, любители злоязычить и просто чесать языки за чьей-то спиной были всегда. Психологи уверяют, что начало увлекательному действу положили наши косматые древние пращуры. Охота на мамонта давала мало информационных поводов (тут либо ты, либо – тебя), а душа требовала общения. А кого обсуждать как не сородичей? Вот и возникали диспуты о поведении соплеменника А., который проявляет подозрительную благосклонность к дикарке Б. При этом сородич В. вообще ведёт себя вымучительно, разукрасил шевелюру пёрышками и отказывается ходить на охоту... Болтушки, лезущие не в своё дело, увековечены даже в поэзии: эмоциональный поэт Некрасов посвятил им мрачноватое стихотворение «Кумушки». А примадонна и вовсе спела гимн против досужих сплетников, будем надеяться, те устыдились. Однако факты о болтунах из каменного века, чтение Некрасова и прослушивание шедевра Алла Борисовны слабо утешают, когда кто-то словоохотливый и бесцеремонный возникает на вашем личном горизонте. Как быть с супостатом, разберёмся подробно.

«Хочу знать, чем ты живёшь»

Девушка Ирина решила открыть своё дело. От финала её отделяла сущая малость: разыскать контакт нужного специалиста. Ирина обратилась к Саше: у него был телефон разыскиваемого. Саше было взять и просто продиктовать Ирине заветный номер, но он ударился в инквизиторский допрос: «А зачем он тебе? О чём собираешься разговаривать? Что-то хочешь предложить?» Ирина открыла карты: «Саш, начинаю

свое дело, нужен конкретный товарищ». Лавина Сашиного любопытства набирала обороты: «А какой именно бизнес? Какая целевая аудитория?» Ирина слушала и не могла отделаться от ощущения, что, как Алиса, попала в Зазеркалье, а Саша – Безумный Шляпник. Зачем он разнюхивает мельчайшие нюансы? Может, хочет «перехватить» начинание? Или преисполнен благих намерений помочь Ире глобально? Ира прервала разговор, так и не добыв номер.

Подобными «Сашами» усыпаны жизненные пути-дороги. Вернувшись с курорта загорелой и счастливой, вы встречаете досужую кумушку. А та разве что не конспектирует: почём путёвки, какой вид из окна, что подавали на завтрак. Вы резонно интересуетесь: «Ты тоже хочешь там отдохнуть?» И получаете «удар» в солнечное сплетение: «Нет. Просто так». Вот зачем человеку информация, которой он не воспользуется?

Просвещаем: «Сашам» и иже с ними сведения о третьих лицах нужны не для конкретных целей, банально – «чтобы было». Так они утоляют новостной голод, тешат самолюбие, что они «впереди планеты всей», в курсе всего. Порядочные воспитанные люди, дабы развлечься, читают книги и смотрят фильмы, а их полная противоположность беззастенчиво собирает «досье» на окружающих. «Кумушки» борются за эксклюзивные новости и обижаются, если не в первых рядах узнают о чьих-то женитьбах, романах и крупных покупках. По большому счёту они безвредны: за что купили, за то и продают, ну присовокупив от себя пару фраз. Но! Всё сказанное рискует обернуться против вас. Информация (от фактов до намерений

и высказываний об общих знакомых) в кратчайшие сроки станет известной неограниченному кругу лиц. Последствия, увы, непредсказуемы.

Урезонить кумушку: почувствовав запретный интерес к себе, прервите поток повествования. Имеете право в лоб спросить: «Зачем тебе это?» – иногда помогает осадить «любопытную Варвару». Либо уходите от прямых ответов, прячьтесь за расплывчатыми фразами вроде: «Пока не знаю, на воде вилами писано» или: «Посмотрим, куда вывезет». Досужая кумушка, конечно, обидится, запишет вас в категорию угрюмых неприятных личностей, но так спокойнее: без риска, что планы будут оглашены совершенно посторонним людям, а ваше мнение о «похудевшей до неприличия Петровой» не станет причиной конфликта с новоиспечённой худышкой. Кстати, «ловите» совет от певицы и сильной женщины Надежды Бабкиной: «По поводу своих отношений с мужем я всем так и сказала: «Не лезьте! А будете лезть в мою жизнь, потеряете меня навсегда».

«А что это вы тут делаете?»

Наташка нечаянно влюбилась в себя Ромку, сама «пропала» от любви и через пару месяцев переехала к нему. И было бы этим двоим счастье, если бы в сюжет не влез непредсказуемый персонаж – управдом Римма Владимировна. Гранд-дама исполнинской комплекции, по идее, должна была всего лишь следить за технической эксплуатацией дома и собирать коммунальную дань. Но широкой её душе было скучно снимать показания счётчиков, хотелось знать, чем живёт и дышит каждый её

подопечный. Видимо, Римму Владимировну вдохновил на шпионские подвиги фильм «Щепка», а может, попросту сказались пробелы в воспитании. Объектом пристального внимания управдом избрала Наташку. Она зорко следила, в котором часу та уходила на работу и возвращалась, отслеживала длину её юбок и высоту каблучков. И в духе Нонны Мордюковой доводила до жильцов мнение о Наташке: «Приличные люди в булочную на такси не ездят!» То есть: «Порядочные девушки не носят декольте!» А потом и вовсе «случилось страшное»: Наташку до дома подвёз знакомый. Не таясь, потому что и впрямь всё было лишь знакомым, в том числе и Ромкин... Ромка не имел ничего против, зато контраргументы выдвинула управдом: «случайно» столкнувшись с Ромкой, дама заявила: «Нехорошо, что она открыто тебе изменяет. И вообще не доверяй ей, от женщины с рыжими волосами и на каблучках можно всего ожидать. На всякий случай пересчитай мельхиоровые ложки». Ромка усмехнулся и поделился событием с Наташкой. А она поблещала и ринулась воссоздавать мировую гармонию и своё доброе имя. Но была остановлена и заключена в любящие объятия. «Она всего лишь глупая сплетница», — сказал Ромка, — не опускайся до её уровня». Вскоре Наташка научилась дефилировать мимо управдома гордо, подавив желание сказать правду в глаза, или хотя бы изобразить неприличный жест. Римма Владимировна скрипела зубами, но была бессильна: эти двое оказались неуязвимы.

Урезонить кумушку: зачастую сплетня — информационная война, способ влияния на слишком успешную, симпатичную, дерзкую особу. Любый незначительный проступок особы в прицеле злого сплетника превращается в преступление, всякое поведение кажется предосудительным. Если жестокие пересуды коснулись вас, сто раз подумайте, стоит ли рвать сердце из-за чужого злого языка и пустой головы. Дело не в вас, не в ваших поступках и высоких каблучках, дело в том, что живёт и дышит ненавистью ко всем, «кто выше ростом». Злоязычие для них — единственный способ свести счёты. Они не понимают, что таким образом сами не возвысятся, но упорно пытаются столкнуть вас с пьедестала, стянуть до своего «канализационного уровня». Что толку цитировать им Конфуция: «Кто распространяет слухи, тот отбросил добродетель». Выше голову, нос по солнцу — «и пошла, пошла от бедра!» А те, кому это не нравится, пусть грызут локти из наблюдательного пункта в окрестных кустах. В поддержку вам «звёздный совет» от актрисы Людмилы Чурсиной: «Вокруг меня витало много слухов. За спиной шептались, что звание народной артистки РСФСР я

получила не за роли, а за иные заслуги. Было неприятно, но, к своему счастью, я рано поняла — серость не привлекает к себе внимание».

«За слова ответишь!»

Досууж Маше не давала покоя личная жизнь коллеги Оли. В частности, Олин законный супруг — мужчина вызывающе красивый и обескураживающе верный. Свободная как ветер (от мужского внимания) Маша искала компромат на красавца с дотошностью kota, выслеживающего мышь. Ведь это невыносимо, когда кто-то знакомый благополучен в браке, а ты «мимо кассы». Сработало: Олин муж был замечен в обеденный перерыв в кафе в компрометирующей компании трёх неблагонравных как виду девиц. Маша донесла до коллектива, что в Олином случае мужские красота и верность несовместимы. Оля поговорила с мужем и спустила дело на тормозах. Маша от такого попустительства ошалела: рассказывала коллегам, что муж подвозит Олю на работу со скачущим видом, целует без радости, по вечерам встречает без цветов — явно у него кто-то есть. Сотрудники привыкли смотреть на Олю с сочувствием, та недоумевала. Пока досужая, но положительная Ирина Сергеевна не открыла Оле суть вещей и источник слухов. Оля закатала рукава и пошла на крутой разговор с Машей. Та пыталась уйти от ответственности: «Ты хочешь об этом говорить? Я — нет». Но Оля была непреклонна. После столь яркого события в своей бесцветной жизни Маша научилась молчать. Особенно если дело касалось Оли.

Урезонить кумушку: существуют виртуозные профессиональные сплетники, способные сплести адский клубок из полуправды, слухов и гнусной лжи. Они с жаром убеждают окружающих в бредовом вымысле. И, увы, порой клевета прикипает намертво, чьё-то честное имя тонет в пучках грязи. Хранить гордое молчание в таком случае себе дороже: молчание значит согласие с теми нелепыми сведениями, которые регулярно распространяет неуёмная кумушка. Мало кто осудит, если вы воскликнете: «Доколе!» и устроите публичное разбирательство. Внимание, публичность, как ни прискорбно, главное условие. Потому что разговор с глазу на глаз сплетник-рецидивист снова перевертёт и обратит в свою пользу. Для вдохновения процитируем телеведущую Ларису Гузееву: «За родных людей я могу порубить, это всем известно. С обидчиками расправляюсь очень жестоко, у меня язык не лезвие, а лазер. Если кто-то пытается обидеть кого-то из близких или меня лично, я не побегу в туалет смывать глаза с потёкшей тушью. Мгновенно нанесу удар, а если наглеца нет в поле зрения, буду всю ночь искать его телефон, чтобы порубить».

Наталья КРОЛЕВЕЦ.

ИНСТРУКЦИЯ Как бороться со сплетнями

Сплетни — часто встречающееся явление в нашей жизни. Не существует офисных или институтских отношений без сплетен. Где есть какая-либо разношёрстная компания, всегда присутствуют разговоры «на ушко». Избавиться полностью от «перемыкания косточек» не удастся, но можно свести к минимальному уровню.

Уровень сложности: непросто

1 шаг



Не следует самому разводить сплетни. Если вы с удовольствием смакуете чьи-то недостатки или внешний вид, это обязательно станет известно тому, о ком вы говорите, и сразу приведёт к ответным действиям.

2 шаг



Если вам навязывают разговор о ком-то третьем, стоит пресечь эту тему сразу. Если станете поощрять сплетников,

вам будут приносить свежие сплетни снова и снова. Это ухудшит взаимоотношения в коллективе.

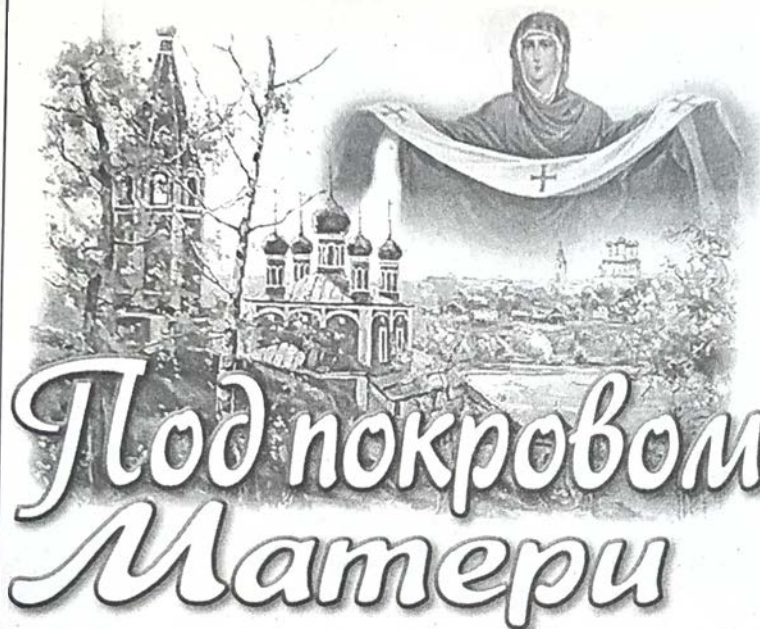
3 шаг



Если вы стали свидетелем перемывания костей кому-либо, стоит уверенно, но доброжелательно заметить, что не надо отзываться о ком-то в

таком духе. Критиковать и осуждать легко, особенно за глаза. При этом заметить это нужно таким тоном, в котором не будет осуждения, иначе получится обратный эффект. Стоит вам отвернуться, как сплетники примутся за вас.

Главное во всех действиях быть последовательным, спокойным и уверенным. Поверьте, в этом случае сплетни в отношении вас будут минимальны.



Покров землю покрывает и невест благословляет. Девы на выданье нужно по утренней зорьке в церковь бежать да свечку ставить, кто рано встаёт – та и под венец первой пойдёт...

Чудесные, добрые, такие по-житейски практичные народные поверья. Увы, никакого отношения к сути православного праздника Покрова Богородицы не имеющие. Как и примета погодная: мол, первый снегопад, выпавший аккурат 14 октября, сулит зиму с многочисленными осадками и впоследствии знатный урожай, а благодарить за это нужно Матерь Божию, ведь мать-сыра земля под её покровительством пребывает.

Богородица действительно покровом своим защитила некогда люд православный, но не снегом и не белоснежной фатой невесты сие чудо обернулось. Дело было гораздо серьёзнее, вопрос стоял о жизни и смерти.

Живи, люби, молись

В начале X века на православный Константинополь внезапно напали варварские племена – русичи. Началась долгая и изнурительная осада. Великому городу грозили разорение и гибель. В ночь на 1 (14 по новому стилю) октября в воскресный день жители византийской столицы собрались все вместе во Влахернском храме, чтобы помолиться об избавлении родного города от внезапной напасти. Храм этот был не обычной церковью, его

специально построили для хранения и молитвенного поклонения ризам Пресвятой Богородицы: её головному покрову (мафорию) и части пояса, перенесённым из Палестины ещё в V веке. Был среди молящихся горожан и один русич, попавший в плен и проданный в рабство византийцу Феогносту. И раб этот тоже был не обычный, а юродивый. Вместе с остальными молился он всю ночь напролёт, а в четвёртом часу утра внезапно увидел идущую под куполом храма прямо по воздуху в сиянии Пресвятую Богородицу, рядом с ней шагали два Иоанна – Креститель и Богослов. Богородица возшла на алтарь, сняла с головы сияющее покрывало, распростёрла его над молящимся народом и сама стала молиться со слезами Господу о прощении и защите Константинополя. В тот же день русичи сняли осаду и покинули Византию. 14 октября с той поры – праздник благодарности Богородице за её заступничество, а раб тот вошёл в историю православной церкви как святой Андрей.

Толкование чуда

Удивительный исторический казус – в Греции (бывшей Византии) праздник Покрова Богородицы особо не прижился, а вот у потомков тех самых

русичей, об избавлении от которых так горячо молились жители Константинополя, стал одним из любимейших. Спустя два столетия после явления Матери Божией во Влахернском храме князь русский Андрей Боголюбский, почитавший святого Андрея как своего небесного покровителя, недоумевал: «Се убо егда слышах, помышлях: како страшное и милосердное видение бысть без празднества. Восхотех, да не без праздника останется святой Покров Твой, Преплагая!» Можно предположить, что, дескать, Покров, как и прочие православные праздники да и православие в целом, силой меча и оружия насаждались на Руси, но нет, это не так. Матерь Божию любили на нашей земле искренне, со всем пылом загадочной русской души.

Церковные мыслители не устали размышлять над видением святого Андрея. Почему именно два святых Иоанна сопровождали Пресвятую Владычицу, а не, к примеру, ангелы? Тогдашние русичи, ополчившиеся на Константинополь, и подозревать не могли, что вскоре имя Иоанн (Иван) станет самым русским из имён. Как будто уже даже в именах защитников Богородицы скрывалась будущая связь с русским народом. Два Иоанна словно олицетворили собой два характерных свойства славянской души: Иоанн Богослов – безграничную любовь к Господу, стремление к Высшей силе, а Иоанн Креститель – полную трудностей и аскезы жизнь на грешной земле.

Имеющий очи, да увидит

А пока высокие лбы ломали головы над чудом, простой народ сочинял во славу Богородицы молитвы, песнопения, даже частушки. Именно к ней обращались в самые тяжёлые моменты жизни. Да оно и понятно! К кому, как не к маме, тянутся руки ребёнка, у кого мы ищем поддержки, даже повзрослев? И всегда, как бы ни было трудно самой, мама откликнется, пожалеет, поможет. Так и к самой Матери Бога тянутся души людские с мольбой о помощи, с верой, надеждой, любовью... Отвечает ли она нам? Протоиерей Валентин Свенцицкий так писал: «Не все видят Покров Божией Матери, не все его чувствуют. Для этого нужна вера, для этого нужно смотреть не на грязную дорогу, по которой мы идём, а на небо. Нужно уметь поднимать свои очи горе, нужно уметь видеть глазами веры сей благодатный дар».

Подготовила
Ольга АНИСИМОВА.

У каждого из нас есть малая Родина. Куда бы ни заносила судьба, мы помним, любим, скучаем по родным пенатам. А живя в отчем крае, стараемся сделать его ещё краше. Поделитесь с читателями из разных уголков нашей страны, чем славен ваш город, какой след оставил в истории, как живёт сейчас

Город-опора... Синбирск



И это не ошибка, именно так в самом начале своего существования именовался мой родной Ульяновск. И хотя сейчас я живу далеко, даже не в России, историю

Стенькой-разбойником. И проявили недюжинное мужество и львиную храбрость, за что и получили герб с изображением льва с короной на голове, стоящего на задних лапах и держащего меч в правой передней лапе. Хотя, возможно, образ льва, коего никто из синбирян и в глаза-то сроду не видал (зоопарков с цирками тогда не водилось), попросту позаимствовали у герба всё же Персии. В столице по-прежнему считали, что наш город и по расположению, и по духу ближе к Востоку, нежели к Руси...

Пришла эпоха Петра Великого. Недалом он вошёл в историю, как великий реформатор, ничто не ускользало от его орлиного взора, даже геральдика. Многим русским городам тогда поменяли гербы, и нашему тоже. Синбирянам досталась колонна, увенчанная короной.

ского Союза появился населённый пункт под названием Ульяновск. Однако нового достойного символа ему тогда придумать так и не смогли...

В Великую Отечественную войну моей малой Родине сразаться не пришлось, фронт до нас не дошёл. Но это не значит, что война обошла земляков стороной, призывали их так же как и всех, и воевали героически, имя Матросова, например, известно всем. А, кроме того, город стал местом эвакуации промышленных предприятий с полыхавшей европейской части СССР, мало того, сохранил их и даже развил, подтвердив своё историческое предназначение – опоры страны.

Только в 60-е годы Ульяновску попытались создать новый герб, который должен был символизировать социалистические достижения города и области. Но как совместить аграрные успехи и Ильича? Представленные на конкурс гербы оказались столь неудачны, что дальше проектов дело не пошло.

Лишь в 1996 году город, наконец, обрёл новый герб, точнее, ему попросту вернули старую белую колонну, правда, развенчанную – без короны. Одни утверждают, что колонна как нельзя кстати подходит городу, который имел прозвище «дворянина на Волге», ведь колонна символизирует оплот государства. Однако этот символ ограничен для XIX века, не для нынешних дней. Под «государством»

понималось самодержавие, а дворяне были его честью и совестью. В наши дни этот посыл неактуален. А посему лично я толкую значение герба с более широких, философских позиций. Колонна – вертикальная ось, связующая город, стоящий на земле русской, с высшим мирозданием, и символ строительства, архитектуры, искусства в целом. В этом смысле городу, основанному как крепость, есть чем заняться и в мирное время...

Давно не был в Ульяновске, но надеюсь приехать, полюбоваться современным городом, искупаться, как в детстве, в Волге...

Павел АРОНИН,
г. Таллин.

родного края помню назубок, как в школьные годы...

В далёком 1648 году царь Алексей Михайлович подписал указ о построении крепости на «дороге в Персию». Так тогда именовали реку, которую мы привыкли считать символом России – Волгу-матушку. Земли по ту сторону Волги и вниз по реке считались восточными, беспокойными и даже опасными, а посему жизненно важен был надёжный оплот, который в случае нападения не пустил бы врагов дальше, на запад, на Москву. В срочном порядке почти за 900 километров от столицы приехал царёв человек – жёсткий и деловитый воевода Богдан Хитрово, основал на правом берегу Волги город и назвал его Синбирск. Что означало слово «Синбирск», неизвестно до сих пор. Может быть, название крепости произошло от чувашского «обиталище людей»

или от мордовского «зелёная гора» – историки гадают. Зато доподлинно известно, что на противоположном берегу Волги тоже стоял Синбирск, только болгарский, а болгары называли город в честь своего князя по имени Синбир... Не зря беспокоился царь-батюшка. Уже в 1672 году новоиспечённая крепость заслужила собственный герб, то есть получила статус города. Правда, эта честь была оказана Синбирску за отражение не внешнего врага, а за борьбу с врагом внутренним, а именно за двукратную оборону от войск бунтовщика Степана Разина. Это в наших учебниках истории так написано, а тогдашние синбиряне сражались не с освободителем крестьян, а со



Памятник «М. А. Ульянова с сыном Володи» рядом с музеем-квартирой В. И. Ленина.

А в конце XVIII века изменилось и название города, «н» незаметно превратилась в «м», наверное, так русскому человеку произносить проще. Однако колонна на гербе стояла по-прежнему незыблемо. Правда, настали-таки в истории и страны, и города времена, когда её попытались погреть. После Октябрьской революции герб, на котором красовалась корона, не мог быть не отменён. А в 1924 году Синбирск переименовали, ведь наш город – родина Владимира Ильича Ленина (Ульянова). Раньше написал бы «самого Ленина», сейчас воздержусь, фамилия стала, скорее, крамольной. В истории часто всё переворачивается с ног на голову... Так или иначе на карте Совет-



ВСЕГДА говори «Да!»

Бегство от одиночества

Зимой 1962 года в семье канадского саксофониста-самоучки Перси Керри родился мальчик, которого назвали Джеймс Юджин. Если бы главе семейства, работавшему тогда бухгалтером, сказали, что его ребёнок станет знаменитостью мирового масштаба, он счёл бы это неудачной шуткой и от души посмеялся. Таких как он судьба предпочитала испытывать, а не одаривать: четверо детей, вечные депрессии жены, нелюбимая работа, ничтожная зарплата, откуда тут чуда ждать. И уж точно не от замечательной жизни семейству приходилось ютиться в небольшом вагончике на окраине города. Ребятишки большую часть времени были предоставлены сами себе, поскольку Кэтлин, их мама, с трудом находила в себе силы для того, чтобы приготовить еду и «починить» одежду. В то время, когда сёстры и брат бегали во дворе, Джим, чтобы хоть как-то скрасить одиночество, часами строил гримасы своему отражению в зеркале, чем сильно раздражал мать: «Очень часто она пыталась меня запугать, рассказывая о дьяволе, который появится в зеркале, если я простою перед ним ещё минуту.» — вспоминал Джим. — Это раззадоривало меня ещё сильнее».

Одиночество Джима осталось в прошлом, когда он впервые стал гримасничать

на уроке творчества в начальной школе. Учительница, чтобы проучить и смутить непоседливого ребёнка, заставила повторить шалость на глазах всего класса, но эффект был неожиданным. Мальчик настолько смешно показал музыкантов, что весь класс покотился со смеху. Даже учительница смеялась от души, а после предложила Джиму выступить с небольшой сценкой на предстоящем концерте. Керри с большим удовольствием согласился и тем самым определил своё будущее — смешить людей.

Джим полностью отдавался любимому занятию, дошло до того, что учителю пришлось пойти на примирение и в обмен на хорошее поведение во время занятий выделить 15 минут от последнего урока на его представления. Теперь он не паясничал, а придумывал новые номера, чтобы ещё больше удивить одноклассников.

Ступени к славе

Когда мальчику исполнилось 13 лет, глава семейства Керри лишился заработка, и для семьи наступила тёмная полоса жизни. Найти новую работу никак не удавалось, а с жены, сидящей на антидепрессантах, спрос был невелик. Её родители, злоупотребляющие алкогольными напитками, частенько приезжали в гости и отчитывали отца Джима за его нерасторопность и бесполезность. Накалённую обстановку разряжал Кер-

Джима Керри часто сравнивают с героем бульварного романа: парень из ничем не примечательной семьи, у которого не было в кармане ни цента, сумел преодолеть все преграды и добиться мировой славы, заработать многомиллионное состояние и ещё больше приблизиться к своей мечте — дарить людям улыбки

ри-младший, передразнивавший трясущихся от злости дедушку с бабушкой. После «представлений» от гнева отца не оставалось и следа. Перси как только мог поддерживал сынишку в его увлечении: помогал ему писать шутки и даже договорился с владельцем местного шоу-клуба, чтобы Джим смог выступить перед первой серьёзной публикой. «Господи, это было так ужасно, что я два года находился в депрессии. Не знаю даже, что заставило меня снова взяться «за старое», — вспоминал Джим. Эти два года дались тяжело не только ему, но и всей семье. Перси, окончательно отчаявшись найти работу, перевёз семейство в соседний городок, где все они стали трудиться на фабрике автомобильных покрышек. Больше восьми часов в день юному Джиму приходилось натирать до блеска общественные уборные, пока своеобразный начальник не уволил и его. Тем временем ситуация в доме накалялась всё больше. Когда уволили и Перси, семья лишилась квартиры, выделенной заводом. Они перекочевали сначала в мини-трейлер, а потом вообще в палатку на заднем дворе дома дальних родственников. Теперь семья Перси была похожа не на канадцев, а на кочующих цыган.

Джим прекрасно понимал, что на родных просторах он добиться ничего не сможет, и отправился искать счастье в Торонто. Как ни странно, город принял новоиспечённого комика с распростёртыми объятиями, да так, что приглашения повалили со всех сторон. Он выступал в разных ночных клубах, набираясь опыта, и даже засветился в небольшом эпизоде в кино. Карманы Джима стали постепенно наполняться деньгами, которые он без раздумий

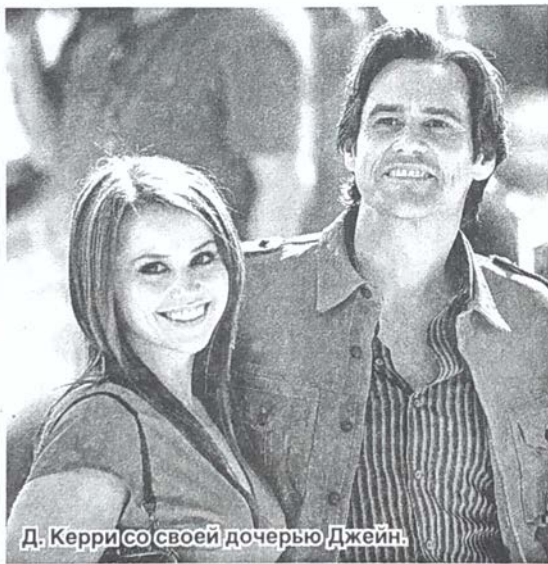
высылал семье, практически переступившей порог нищеты. Через некоторое время родственники комика перебрались в нормальное жильё, и «фабричные» дни вспоминались только в кошмарных снах. Но не мелкие выступления были уделом мечтаний Джима Керри, его манил мир кино, такой близкий, и в то же время такой недоступный. Заручившись поддержкой знакомых и упаковав вещи в чемоданы, Керри отправился навстречу славе и богатству — в Америку.

Признание

Соединённые Штаты не спешили открывать перед Джимом двери зала славы. Около трёх лет ему пришлось выступать в бесчисленных клубах Нью-Йорка и Лос-Анджелеса, зарабатывая себе «доброе имя», прежде чем на него обратил внимание комик и актёр Родни Дэнжерфилд. Он предложил Джиму выступать на разогреве во время его турне по Америке, пообещав гонорар в двести тысяч долларов. Казалось бы, что тут думать, такая возможность выпадает нечасто, но Керри стал сомневаться, ведь ему всегда хотелось делать что-то своё, а не до бесконечности переигрывать чужой материал. Итогом был отказ от заманчивого предложения.

Он не единожды выходил на сцену с импровизациями, но раз за разом терпел полный провал. Зрительный зал отвечал на шутки Джима абсолютной тишиной, а его друзья, среди которых были уже сложившиеся актёры Робин Уильямс и Арсенио Холл, как один твердили, чтобы он взялся за ум. Но Джим был непреклонен и продолжал двигаться в

которые прежде в упор не замечали комика, стали преследовать его и угроживать сняться в новой комедии «Эйс Вентура». Сценарий фильма был весьма слаб, и Джим Керри отказался от съёмки, но киностудия не сдавалась вплоть до того, что предложила ему полную свободу и творческий контроль над фильмом. Это Керри и было нужно. Вместе с Томом Шэдьком — режиссёром картины, они основательно переработали сценарий, и вышедший в прокат фильм триумфально прошёл по всему миру, окупившись более чем в 10 раз.



Д. Керри со своей дочерью Джейн.



Д. Керри и А. Виткина.

Дальше больше — Чак Рассел, который занимался экранизацией известного комикса «Маска», убедил руководство компании «New Line Cinema» взять на главную роль именно Джима Керри. Результат не просто оправдал себя, а превзошёл все мыслимые ожидания: фильм стоил 23 миллиона долларов, а собрал в мировом прокате 350 миллионов. Вопрос о том, кто будет исполнять главную роль в фильме братьев Фарелли «Тупой и ещё тупее», сразу отпал. Руководители компании «New Line Cinema» подняли Джиму гонорар с пятисот тысяч до семи

миллионов и остались в выигрыше, получив второй по кассовым сборам хит.

Карьера Джима пошла в гору: съёмки в фильмах «Эйс Вентура 2», «Бетмен навсегда», «Кабельщик», который принёс ему 20 миллионов долларов, и т. д. Но Керри был одержим не только комедийными ролями, он неожиданно захотел показать себя зрителю, как драматического актёра, и воплотил свою идею в фильме «Шоу Трумана», а позже в работе «Вечное сияние чистого разума».

В поисках себя

В отличие от актёрской карьеры в личной жизни Джиму не очень везло. Он дважды был женат, но ни один из браков не был долгим. Супружество с Мелиссой Уомер продлилось чуть более восьми лет. Второй брак Керри с Лорен Холи был ещё менее продолжительным — несколько месяцев. Были, конечно, и романы, в том числе с известной актрисой Рене Зельвегер, с которой они вместе играли в фильме «Я, снова я и Ирэн». Дело шло к помолвке, но вскоре они разошлись. Пять лет Джим встречался с Джени Маккарти, но и эти отношения не увенчались успехом. «Не понимаю я, зачем так долго быть с одной женщиной, максимум 10 лет. Даже за это время можно одарить друга любовью», — говорил раздосадованный Керри, хотя сам же потом признавался, что разрыв отношений с Маккарти дался ему нелегко: «Будто стёрлась частичка меня. Когда чувство к любимому человеку постепенно уходит, просыпается ощущение, что ничего вообще не было, это ужасно». Джим Керри верит в то, что всё происходит не случайно и имеет вполне понятные причины: «Новые отношения показывают всю ценность любви и помогают понять, чего я действительно хочу. Найдётся ли та, с которой я смогу провести остаток своих дней? — я не знаю».

Джим Керри, который отпраздновал в январе 2012 года 50-летний юбилей, решил ещё раз попробовать себя в роли мужа. На этот раз его избранницей стала студентка из России Анастасия Виткина. Впервые парочка попала под прицел папарацци в 2011 году на выходе одного из ресторанов. Через год Керри сделал девушке предложение, и она согласилась. Ну что же, пожелаем им счастья.

Подготовил Евгений РЫЛЬСКИЙ.



Гренки с чесночком

...— Не осторожничай, зажаривай до корочки! Вот так, с обеих сторон. Чеснок почистила? Умничка! Сейчас натрём наши гренки и отправим в целлофановый пакет, чтоб чесночным духом пропитались да пропарились. Давай пока чаю выпьем, поди, умаялась, помощница...

Соседская тоненькая девочка-подросток азартно плюхает синий эмалированный чайник на конфорку и мечет пару чашек на стол. Ах же ты, головушка золотая, хозяйшук шустрая, всему рада учиться, готова помогать во все руки за ласковое слово. Жаль только, мамке твоей дела никакого нет до дочурки... Я привычно мимоходом прижимаю к себе Настёну, ощущаю её птичью худобу, острые рёбрышки под платицем. И так же привычно отгоняю мысль: «А что если девчонку к себе забрать? Наши трое, как грибы-боровички, крепкие да румяные, неужто ещё одну не прокормим». Когда ночью, уронив пару жалостливых слезинок в подушку, спросила мужа, тот по-отцовски рассудительно ответил: «А что её забирать? И так, считай, наша. Ты, Наталья, не рассуждай, просто делай. Хочешь ей обновку купить или подарок сделать, денег не жалея, заработаю. Пригрей по-матерински, а то ничего хорошего девка в жизни не видела...»

Из другого мира

Было, было в Настёниной жизни хорошее, но давно, как на выцветшей картинке. Они переехали в наш дом шумно, эффектно. Статусно-пузатый папа, холёная мама и девочка-трёхлеточка во всём заграничном. Пока джонки грузчики таскали хозяйское добро, мама не спускала глаз с работяг. Зорко следила, чтобы не поцарапали пианино, чуть не зашлась сердцем, когда неловко взяли импортный, дикий в ту пору холодильник.

Ни на минуту не прекратила надзора, разве что в тень перешла, шляпу в горло нацепила и веером обмахивалась. Статусный папа призывал: «Лялечка, да брось ты, пора Настёнку кормить и спать укладывать», но Лялечка даже голову не повернула... Муж мой, по наивности предложивший пару рабочих рук в помощь, получил ответ презрительным взглядом. Тихонько шепнул мне: «Ну и мадам к нам приехала, чистая управдомша. Эта жару даст».

Прав оказался. Лялечка, в миру оказавшаяся Лилией Семёновной, казалась вездесущей. В детской песочнице она зычно покрикивала на чужую ребятню, чтобы не обсыпали песком её драгоценное чадо. А чадо и радо бы вступить в обычную ребячью возню, да грозная матушка не велит. В общем, наши со всего дома пострелята озорно куличики лепят, а Настёна под присмотром грозной мамы по периметру песочницы шагает... Правда, однажды мама отвлеклась на модный журнал, и Настёна прорвалась к «своим». Вывалила перед очумевшей ребятнёй карманное богатство своего вельветового комбинезончика: тут вам и брелок с тётенькой в купальнике, и крошечный карандашик на цепочке, невиданный пупсик в золотых башмачках. Ребятня, секунду помыслив, налетела с гулом: когда ещё такой аттракцион случится? Минут 10 это было общее счастье, взаимная дружба на века и обещание «дать поиграть пупсика на денёчек»... А потом Лилия Семёновна вынырнула из недр журнала, оценила

«безобразие», выдернула из кучи детворы свою наследницу и с рёвом увела домой. По пути звучали слова «голытьба», «они тебе не ровня», «что перед босяками-то цирк устроила?» Другие мамы после инцидента всласть перемыли косточки «Лялечке» и пожалели её бедную малютку, которой теперь «одной куковать».

«Папа может всё что угодно»

В положенный срок наши сорванцы отправились в местную школу, а Настёну папа определил в престижную языковую гимназию. Каждое утро крошечная девочка запархивала в нутро блестящей чёрной машины, а к обеду тем же способом возвращалась. Чем занималась Лилия Семёновна, одному Богу известно: в ближайших продуктовых магазинчиках её не видели, в парикмахерских «для простых граждан» дама тоже не обслуживалась.

Бог ведаёт, что творилось в том хрустальном миреке за массивной дверью, обитой вишнёвой кожей и золотистыми заклёпками.

Мои тройнятки исправно приносили из школы похвалы и средненькие отметки, росли себе, как все. Муж по утрам любовно поглаживал крепенькие мальчишеские затылки, пока белобрысые головёнки, уткнувшись, лопали кашу. Потом один из сынишек канючил:

— Мам, а к обеду чесночные гренки сделаешь?

— Сделаю, солнце. И когда они вам поперёк горла будут? Каждый

день два батона жарю и чесноком натираю...

— Ма-ам, ну сделай!

А потом пузато-пафосный Настин папа выкинул фортель, который со многими случается, когда кресло под тобой надёжное и портфель серьёзный. Он вдруг решил, что Лилия Семёновна глупа, необразованна, работать не приучена, истерична, сидит на его шее. В общем-то, грустные обстоятельства не вчера открылись, тут причина серьёзнее нарисовалась: Настин папа задумал побег из семьи. Естественно, к другой «Лялечке», которая давным-давно имела на горизонте.

Однако как «трепетный отец» и «честный человек» должен был уйти «красиво»: во всём обвинить Лилию Семёновну, сказать о своём разбитом отцовском сердце, оставить квартиру и имущество и пообещать не бросать дочь...

Однажды мои ребяташки возвращались поздно, благо летом можно гулять дотемна. А на лавочке сидела Настёна, совсем одна.

— Настя, привет. Ты чего здесь? Поздно ведь...

— А у нас беда. Мама с папой больше не живут, папа ушёл. Мама плачет уже несколько часов подряд и никого не хочет видеть...

— А ну к нам пойдём! Если что, тётя Лилия за тобой придёт. У нас знаешь что есть? Чесночные гренки! Вкусные!

...В тот вечер Настёна впервые попробовала простой чёрный хлеб, обжаренный до корочки, натёртый чесночной долькой. Лилия Семёновна в этот день за ней не пришла. Она вообще ещё долго ни о чём не могла думать, кроме своей потери.

Настёнин папа, как честный человек, полгода возил свою кровиночку в престижную гимназию, а потом перевёл в ближайшую к дому обычную школу.

Материнские страдания

Так и прописалась Настёна в нашей жизни. Прежний лоск, все эти знакомства с ребятами из гимназии, привычка к сытому изысканному столу, импортным одежкам — мигом слетело с неё, она и рада была стать

своею среди простых. С ребятами моими не ссорилась, куда там, они за неё горой. А та в благодарность за человеческое тепло, знай, чесночные гренки жарит им и братиками зовёт...

Конечно, заходило за неё у меня сердце. При живой-то матери ребёнок на чужом дворе обретается. Собралась с духом и пошла к Лилии Семёновне.

...Та открыла, в квартиру пустила, но присесть не предложила. Стала грозной статуей, руки на груди сложила:

— Стыдить меня пришла?

А мне теперь всё едино, не до стыда. Об одном только думаю: как этого поганца наказать да крале его козни устроить...

— Лилия, это ты сама реши, что с бывшим делать и новой его женой. Но ведь ещё Настёна есть, ты ей сейчас ой как нужна...

Лилия помрачнела. Рукой указала на диван, мол, присядь. Я покорно опустилась.

— Права ты, Наталья. Есть девочка. Знала бы ты, как я её хотела, как баловала, как ждала, что родится. Он ведь знаешь как любил меня когда-то? Что ты, на руках носил! «Лиличка-лялечка», все пальчики на ногах обцеловывал, говорил, махонькие, будто ягодки лесные... Просил девочку, чтоб на меня была похожа. Чтобы Настенька, как в сказке была... Года через три я ему эту «сказку» и подарила. Настенька, девочка, на него похожа... Только недолго у нас эта сказка длилась. А как дальше — ума не приложу. Им ведь жила, за ним и только ради него. А на Настю смотрю сейчас — и злобой исхожу вся...

Вся она — напоминание о прошлой жизни. Долго молчала Лилия, потом проводила меня до двери:

— Не держи зла, Наталья. Разберёмся как-нибудь, напечём ещё с ней пирожков «со счастьем», дай только в себя я приду. А девочку пока при себе придержи, отблагодарю.

Фирменный рецепт счастья

Они так и не смогли испечь «общего пирога счастья». Настёна покорно помогала матери по дому, прилежно училась, а едва минутка досуга — сбегала ко мне. И жарила, жарила с каким-то упоением эти гренки, давала им пропитаться чесночным духом, поливала маслом, раскидывала по тарелкам парням, которые давно уж выросли в лобастых дядек.

А потом тихой шустрой мышкой вышла замуж. Не по великой любви: мы вообще не поняли, откуда этот очкастый ботаник взялся. А знаете, как это бывает: чтобы не встречаться с обстоятельствами, которые нас мучают и пугают, мы сознательно соглашаемся на меньшее зло. Чтобы не становиться для матери взаимным кошмаром, она тихо сбежала замуж. В какой-то Богом забытый городок... Я напрасно ждала писем.

...Лилия угасла тихо. То вдруг налилась какой-то яростной неистовой красотой, соседи даже решили, что снова наша «мама» под венец отправится. А буквально через месяц тихо сошла на нет. Усохла, будто обветшала. Я была с ней в минуту последнего вздоха. Сжав мою ладонь, она просипела: «Об одном жалею: так и не достала этого поганца. А теперь из меня и дух вон... Тот самый невыносимый, чесночный».

...Настёна позвонила в дверь, когда куранты уже отбили полночь.

— Мам Наташ, это я! Приехала, вернулась! Давай скорее желание загадывать, бумажечку жечь и пепел в бокал с шампанским бросать... Ой, а стол у

тебя какой богатый! И чесночные гренки, мои любимые, тоже есть!

Потом вдруг притихла, осиротевшая, осыпавшаяся с первого восторга, и спросила:

— Мама ведь — всё?

Я ответила одним глазом. Она оловянно застыла, не зная на самом деле, что чувствует.

Спросила: — А обо мне спрашивала?

Я без сомнений ответила:

— Говорила, что очень скучает без твоих чесночных гренков.

Наталья ГРЕБНЕВА.

**«...ты не рас-
суждай, просто
делай. Денег не жа-
лей, заработаю. При-
грей по-матерински, а
то ничего хорошего
девка в жизни не
видела...»**

**«... заходило
за неё у меня
сердце. При живой-
то матери ребёнок
на чужом дворе
обретается...»**

НОСТАЛЬГИЯ ПО ЛЕТУ

Осень вступила в свои права, и нам всё больше не хватает солнечного тепла и всё чаще хочется вспомнить о летнем отдыхе, ласковом море... Свидетельства тому – ваши письма

КУБАНЬ Под родительским крылом

Мы с мужем легки на подъём, и рождение малышки не стало для нас ограничением в любимом занятии – попутешествовать. А поскольку бабушки и дедушки нашей принцессы живут далеко и оставить её не с кем, мы ездим с дочкой вместе, куда бы то ни было. Благо слинг и эргорюкзак позволяют быть мобильными. Первое «серьёзное» путешествие состоялось в её 3,5 месяца в ОАЭ, Дубаи. Вдохновившись этим потрясающим опытом, мы не стали отказывать себе в удовольствии странствовать вместе и дальше.

Надо сказать, мои родители несколько лет назад переехали на ПМЖ в небольшую кубанскую станицу, но она находится на достаточно большом расстоянии от моря. Поэтому нам в этот раз предстояло позатопное путешествие: сначала до родителей (1000 км от Курска), а затем до Чёрного моря (ещё около 300 км). Такое расстояние с малышкой мы преодолевали на машине не впервые, поэтому знали, что от него ожидать. Главное – наличие хорошего автокресла, интересных игрушек-развлекучек, вкусной еды и удобной бутылочки с водой. Останавливались всего два раза, в дороге находились около 13 часов, спали, играли, весело проводили время прямо в авто.

Доехав до станицы, не успев отдохнуть от дороги, на следующее же утро мы оказались в микроавтобусе наших родных – держать путь на море! Ехать решили всей большой семьёй: мои родители, сестра с мужем и четырьмя детьми (самой младшей девочке на тот момент исполнилось три... недели!) Как вы поняли, отвага в деле путешествий с младенцами – это у нас семейное...

Выбор пал на посёлок Новомихайловский Туапсинского района. Сестра с семьёй уже несколько раз бывали там. Нашли базу отдыха походно-туристического типа, расположились. Стоимость – 250 рублей за человека в сутки. Да, есть ещё такие цены! Каждой семье по домику – все поселились рядом. В домике – стол, две кровати, тум-



Кубань. Посёлок Новомихайловский.

бочки, холодильник. В нашем дворе стоял общий стол со скамьями и стульями, за домами – кухня, по сути ряд газовых плит, умывальник да стол, недалеко на улице – колонка с водой и туалет с душем. После заграничного «всё включено» было непривычно, но и в такую радость! Безусловно, нашему восторгу от типично советского отдыха способствовала самая дорогая на свете компания родных нам людей, папины блинчики и молочная кашка по утрам, вкуснейший шашлык сестрино мужа, куча нянек для нашей малышки, мамини обеды-супчики и весёлые утренние речёвки «пионеров»-тхэквандистов из соседнего лагеря «Орлёнок». А море, бодрящее и ласковое, каменистый пляж, прекрасная солнечная погода помогли сделать эти несколько дней по-настоящему курортными! Как здорово, что родители подготовились основательно. Взяли с собой всё необходимое: посуду, постельные принадлежности, продукты, пляжный инвентарь. Мы не только хорошо сэкономили, но и провели время с большим комфортом. Когда мимо проносили горячую кукурузу за 50 рублей, мы с аппетитом уплетали свою свежесваренную с маминим огорода, а ведро абрикосов, стоящее рядом с нашей компанией, вызывало всеобщую зависть.

Малышня тоже радовалась. Новоиспечённая племянница прекрасно переносила первое путешествие в своей жизни, дышала морским

воздухом и спала на пляже под зонтом. А какая радость для её мамы получить долгожданный отдых после девяти месяцев беременности и родов! Наша «годовасик» на фоне новорождённой двоюродной сестрички чувствовала себя уже бывалой путешественницей, с удовольствием плескалась в детском бассейне, перебирала морские камешки, получала витамин D, играла с сестричками и росла. Малышам ведь не так много и нуж-

но – наличие мамы рядом и её вкусного молочка, и можно хоть на край света! А родительская бдительность в виде наличия полной аптечки, безусловно, должна подстраховывать и давать уверенность и спокойствие на отдыхе. Слава Богу, болезни нас в путешествии миновали.

Старшие племянницы осваивали невероятные по своим конструкциям аттракционы, устраивали чемпионаты по плаванию на матрахах, а мы с мужем, наконец, немного отдохнули от родительства, вверяя дочь то её кузинам, то бабушке с дедушкой, то тёте с дядей...

А мы предались ностальгии... О, Краснодарский край! В тебе годами ничего не меняется! Прогулки по набережной тому доказательство – ночь всё так же пестрит тирами, караоке, батутами, в каждом кафе свои фальшивые певуны, звуки которых сливаются в один какой-то чувашский напев, но это и есть фирменное звучание морского российского отпуска. Запах шашлыка, вяленой рыбки, хрустящие чебуреки, милье морские столовки... «Пахлава медовая! Чурчелла!»... Помню, в детстве долго пыталась понять, как же произносится эта самая чурчелла и какова она на вкус. Теперь люблю виноградную с миндалём. Вспомнилось пионерское детство, дорогие сердцу места, лагерный боевой дух... Неделя пролетела быстро, отдохнули на славу!

Татьяна АНПИЛОВА, г. Курск

АЗОВ Будь здоров!

Уже шесть лет подряд мы едим отдыхать в Бердянск, что на Азовском море. Сначала вдвоём с мужем, а затем с прибавлением — доченькой. Лицо этого маленького городка Запорожской области — прежде всего его памятники, аналогов коим не встретишь нигде в мире. Памятник бычку-кормильцу — маленькой головастой рыбке, благодаря которой бердянцы выжили в голодные годы Великой Отечественной. Памятник жадности — жабе, которая душит людские души. Памятник огородникам, стоящим пятой точкой к небу: она полетит грядку в одну сторону, он — в другую, колорадские жуки разбегаются кто куда. Памятник счастливому детству — трёхколёсный велосипед, на который громоздится и стар и млад, дабы радостно улыбнуться в объектив фотоаппарата. Да и как не улыбаться, хорошее настроение продлевает жизнь, а Азов — поистине здравница для всех возрастов. Море здесь считается мелким по сравнению с Чёрным, а следовательно, огромным, за горизонт, «лягушатником» для ребятишек. Но и взрослым жаловаться не приходится, ведь такая глубина позволяет Азовскому морю прогреваться быстрее, а кроме того, тут не бывает ледяных приливов, которыми «грешат»



Бердянск. Беседка на набережной.

многие черноморские курорты. Единственное, что может испортить отдых, — сильный ветер, но и тогда — лови волну и качайся в своё удовольствие. А уж на Косе, где вода чистейшая, а бриз — настоящий, просолено-морской, сам Бог велел здоровье поправлять. А нам это и требовалось — дочку с первого года жизни замучили риниты, к трём годам диагноз в медицинской карте гласил «аденоиды первой степени». Сначала мы с малышкой

под названием «Слонёнок»: малышка опускала «хобот» в морскую пучину и смело вдыхала им солёную воду. Гордая собой, она рассказывала об этом каждому на пляже, и некоторые родители отворачивали себя от ковриков для загорания и повторили подвиг нашего «Слонёнка» со своими чадами. На здоровье!

Клавдия ХАРДИКОВА, г. Белгород

ТУРЦИЯ Встреча с чудом

Когда пришло время отпуска, недолго думая, взяла путёвку в Турцию. Я уже была там в прошлом году и лучшего сервиса не желала, более того, меня влекло в эту страну, я чувствовала, что должно произойти что-то важное...

Отель, в котором жили с сыном, располагается в Кемере посёлке Кириш. Спасибо туроператору, который порекомендовал именно Кемер, сославшись на то, что именно этот город славится пышной растительностью. И правда, мимо прекрасных садов, роскошных апельсиновых рощ невозможно было пройти. За время отдыха мой взор так привык к апельсиновым деревьям, что я даже забыла сфотографировать их на память! А тамошние горы заслуживают особого внимания: величавые, таинственные, всегда в дымке, только по утрам их можно было рассмотреть более отчётливо. Выходя из номера на завтрак, я первым делом смотрела на них, как бы здороваясь, а горы отвечали мне, и всякий раз я чувствовала на своём лице улыбку.

Ещё до поездки я прочитала в Интернете обо всех экскурсиях Турции и выбрала экскурсию в Демре-Мирра-Кекова. Плывая на яхте к острову Кекова, запомнился остров Симена, на котором находится самый маленький театр в мире. А на горах можно было увидеть множество гробниц эпохи Ликийского союза, похожих на каменные домики. Чем богаче был человек, тем выше гробницу строили. Бедных хоронили в земле.



Турция. Кемер, отель Кириш Резорт.

Самой главной ценностью той экскурсии стало посещение храма святого Николая Чудотворца, в котором он много лет служил и помогал всем нуждающимся. До сих пор толпы туристов едут к нему попросить о самом важном. Церковь почти ушла под землю, там идут восстановительные работы. Энергетика в храме мощнейшая, сразу чувствуются удивительная лёгкость и покой. Уходить не хотелось, а времени для посещения выделяют очень мало. В церкви стоит гробница, в которой был захоронен Николай Чудотворец. Пришлось ждать своей очереди, чтобы попросить, прикоснуться к ней, попросить св. Николая о помощи. Многие туристы освящали иконы. Несмотря на то, что храму присвоено звание музея, он действующий: два раза в год там проходят церковные службы. В декабре венчают всех желающих молодожёнов... Это святое место пропитано такой Божией благодатью, что даже слож-

но подобрать слова. Когда я положила руку на гробницу, накрыло такое спокойствие, что все мои мысли попросить о сокровенном в миг улетучились, в итоге я подошла раза три... Сейчас я понимаю, что самое главное в моём отдыхе в Турции было посещение именно этого святого волшебного места, которое наполнило меня удивительным спокойствием и уверенностью.

Инна ДРОБОТ, г. Курск.

Уважаемые читатели, присылайте в рубрику «Вокруг света» рассказы о тех интересных местах, где вы побывали: будь то просторы нашей Родины, Ближнего зарубежья или заокеанские дали. Уверены, ваши впечатления и рекомендации помогут начинающим путешественникам! Лучшие работы будут отмечены гонорарами. Не забывайте указывать фамилию, имя, отчество и свои контакты.



«Три года ты мне снилась...»

Первое свидание

Познакомились они в Баку на фестивале русского искусства в Азербайджане, где Тамара Синявская была гостьей. Артистка Большого театра до последней минуты не хотела ехать из-за плохого самочувствия, но после долгих уговоров всё-таки согласилась. «С первого взгляда я влюбилась в этот город: очень тепло, повсюду фрукты, арбузы, дыни, большие гранаты — тогда для нас это было редкостью. Но больше всего мне запомнилась филармония, где мы с Муслимом и встретились».

Их подвели друг к другу Роберт Рождественский с супругой. Он застенчиво протянул руку и сказал: «Меня зовут Муслим». Она ответила: «Вы ещё и представляетесь, вас же весь Союз знает». «Познакомились мы гораздо раньше, но не лично, а... по телевизору, — говорил позже Муслим. — Мы отдыхали в Баку у моего друга Ивана Козловского. Включили телевизор, а там как раз шёл конкурс имени Чайковского. На сцену вышла Тамара и запела. Я даже рот открыл, вот это я понимаю меццо-сопрано! Я был просто сражён наповал».

...Через несколько дней глава Азербайджана Гейдар Алиев организовал поездку на пароме, чтобы показать гостям достопримечательности. Но странно, он не нашёл на судне ни Муслима Магомаева, ни Тamarу Синявскую. «Мы тогда очень увлеклись,

и нам хотелось уединения, чтобы лучше узнать друг друга».

По дороге к свадьбе

Но было одно «но». Во время знакомства с Муслимом Тамара была замужем... Магомаев, будучи порядочным человеком, считал брак избранницы серьёзным препятствием для их отношений. Тамара Синявская говорила: «Мне тогда приходилось вести себя так, чтобы ни того ни другого не обидеть. Я жила меж двух огней. С одной стороны, стабильные тёплые отношения с мужем, с другой... Как говорится, «любовь нечаянно нагрянет». Я была уверена, что встреча с Муслимом — это судьба».

Ухаживания и романтические порывы со стороны Муслима продолжались, и вскоре встал вопрос: а что же дальше? А дальше... Тамара Ильинична развелась со своим супругом.

Через некоторое время произошёл случай, который, как говорил Муслим Магомаев: «Сделал нас ещё ближе». Пара остановилась в гостинице «Россия». К ним в гости заглянул старый друг — Таир Салахов. Они накрыли на стол и, как водится, стали беседовать. Таир выслушал влюблённых и вдруг сказал: «И чего вы ждёте? Каких доказательств чувствам ещё хотите? Давайте-ка мне свои паспорта. У меня есть знакомый, который всё устроит». Слова Таира повлияли на них

Муслим Магомаев сводил с ума всех советских женщин. Перед ним преклонялись, его носили на руках, часами ждали после концертов. Певцу приписывали бессчётное количество романов с известными женщинами, но любовью всей его жизни было суждено стать только одной

гипнотически. Муслим с Тамарой переплянули молча и отдали ему документы. «Наверное, это судьба, ведь я после первого брака боялся скреплять отношения подобным образом. А что случилось тогда? Не знаю... но что-то подтолкнуло меня к этому шагу».

До свадьбы они каждый день болтали по телефону. Уже позже выяснилось, что их романтическими беседами заслушивались все телефонистки. Они часто посещали банкеты и разные официальные мероприятия. Муслим просто заваливал избранницу цветами. Был случай, когда он, возвращаясь домой из очередной поездки, заглянул в Казань, где в это время гастролировала Тамара. «В антракте я вышла «на поклон» к зрителям и неожиданно мне вручили букет. 154 гвоздики! Меня за ним даже не было видно. Зал ахнул и стал аплодировать. А когда в ложе появился он... всё сразу стало понятно».

Подруги Тамары Синявской плакали от счастья, когда слышали, что избранник дарил ей цветы чуть ли не каждый день. «Всё потому, что наши женщины привыкли получать цветы в лучшем случае до свадьбы, а потом ну разве что на 8 Марта. А ведь когда дарят цветы, это всегда праздник, и ты как будто взлетаешь над землёй. Это хорошо, конечно, и для мужчины, ведь он становится мужчиной с большой буквы. Муслим всегда дарил мне цветы...»

Они поженились 23 ноября 1974

года. Свадьбу было решено отпраздновать подальше от посторонних глаз. Но эта идея не увенчалась успехом. Московский ресторан «Баку», где проходило застолье, окружили сотни поклонников в надежде услышать голос своего кумира. Муслим открыл большие окна и пел для собравшихся около часа. После свадьбы Муслим и Тамара отправились в свадебное путешествие в Баку. Гейдар Алиев устроил им «ещё одну свадьбу» в узком кругу у себя на даче.

«Ты моя мелодия, я твой преданный Орфей»

Эти строки пел супруге Муслим. Но в отличие от песни их любви были неведомы ни печаль, ни тоска, ни предательство. Действительно, начало их отношений в официальном браке безоблачным назвать было трудно. Два дядера, две сильные личности, два творческих человека в первые годы брака часто ссорились, но в последний момент Муслим, несмотря на свой огненный темперамент, уступал супруге. «Этим он меня покорило ещё больше. Я вообще-то считаю, что именно женщина должна уступать первой, так как она мудрее. Если бы я «помудрела» раньше, то многих ссор наверняка удалось бы избежать. Это сейчас я так говорю, а тогда... страсти кипели. Хорошо что Муслим всё понимал, он вообще всегда поступал очень мудро, только я этого не замечала». Муслим не скандалил, он просто сидел в квартире и пытался успокоиться, а если дело было совсем худо – уезжал в Баку, но... каждый раз возвращался с букетом цветов. «Секрет в том, что браки заключаются на небесах, – говорил Муслим. – И против этого ничего не попишешь».

Несомненно, интересов общих у них было много, особенно когда речь заходила о музыке. Стоило Муслиму увидеть на телеэкране чьё-либо выступление, вызывающее эмоции, он сразу бежал к Тамаре: «Ты это слышала?», и начинался вечер негодований, восторгов, вопросов и ответов. В большинстве же случаев вкусы супругов совпадали.

Кроме любви и привязанности, было между ними ещё одно чувство – глубокое уважение. «Мы цеплялись друг к другу очень громко и эмоционально, потом разбежались минуты на три в разные комнаты. После выходили. А о чём разговор-то был? Дождь, что ли, прошёл? И всё...» Муслим сильно чувствовал Тамару, когда ей было плохо или она заболела, он тоже ходил «разбитый». Уважительно относился к мужу и Тамара. Когда к

ним в квартиру заходила очередная влюблённая поклонница Муслима, она спокойно принимала букет, а порой и извинялась за него: «Извините, но он сейчас не может выйти».

Тамаре никогда не было с ним скучно. Муслим, будучи человеком непредсказуемым, постоянно удивлял супругу то подарками, то цветами, то приглашениями билетами на какой-нибудь хороший вечер. В отношениях он был нежным, ласковым, любящим, что Тамаре очень нравилось. «Муслим

ской жизнью. «Я не очень-то люблю пассивный отдых, и никогда не бывал в санаториях. Если мы с Тамарой куда-то и ездили, то только в Баку – к морю. Но со временем я стал понимать, что и в таком, спокойном, отдыхе тоже есть много плюсов». Дача была идеальным местом для «разгула» творческой души. Здесь он писал музыку, делал аранжировки и рисовал картины. В то время, когда Муслим работал над очередным художественным произведением, супруга аккомпанировала ему на рояле.

По поводу чего супруги никогда не ссорились, так это был. Тамара, например, готовила с большим удовольствием, хотя и не так часто. Но муж, привыкший к большим застольям у себя дома, оказался неприветлив. «Сейчас в магазинах полно полуфабрикатов. Захотел есть – бутерброд с колбасой. Запил молоком – за милую душу! Мне большего и не надо». Тамара постоянно что-то делала на огороде, ей нравилось выращивать свои овощи и радовать ими мужа. Муслим не разделял интереса супруги к садово-огородническим делам, предпочитая покупать всё необходимое на рынке.

Их семейная идиллия могла бы продлиться ещё очень долго, если бы не одно «но»... Ранним утром, на 67-м году, так и не справившись с мучавшей его болезнью, певец скончался...

Вместе, и навсегда...

Смерть любимого мужа стала настоящим потрясением для Тамары Ильичны. Она по-прежнему не может смириться с уходом супруга и всякий раз, когда слышит его имя, на её глазах появляются слёзы. Беда всегда приходит неожиданно, даже если человек болен и находится в преклонном возрасте. Трагична она вдвойне, когда этот мир покидает не просто кумир нескольких поколений, а горячо любимый человек. До самого последнего дня Муслим Магометович и Тамара Ильичина были неразлучны. Они не посещали светских «тусовок», предпочитая им только хорошие музыкальные мероприятия с более серьёзной публикой. Когда Муслим Магометович тяжело заболел, его супруга была уверена в том, что он не сдастся... он никогда не сдавался...

Их союз был одним из самых крепких в истории звёздных пар. У Тамары Синявской спросили однажды: «В чём секрет ваших отношений?», она ответила: «Может быть, в самом главном – в любви?»

Подготовил
Евгений РЫЛЬСКИЙ.



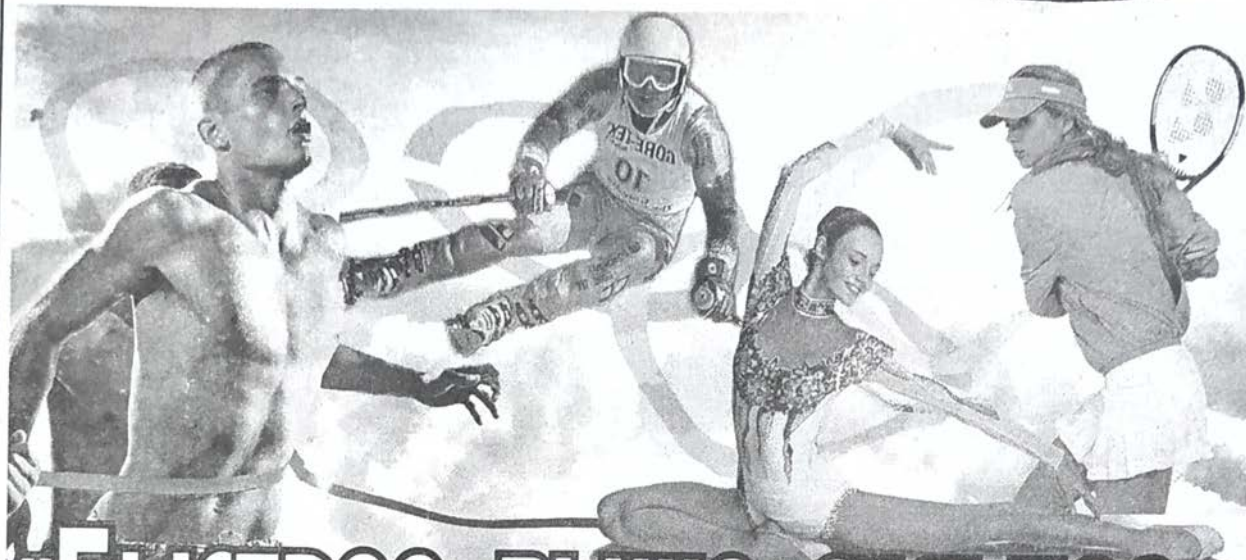
Магомаев и Синявская во время концерта.



Мы и Чарли (из домашнего фотоархива).

замечательный человек, и, слава Богу, что у него такой характер». Их союз не был борьбой за лидерство между женщиной и мужчиной, он был основан совсем на другом – на доверии.

Они часто жили на даче в Подмоковье, хотя Муслим не очень любил там отдыхать, его постоянно тянуло в столицу. Возможно, сказывалось то, что он был навскось пропитан город-



«Быстрее, выше, сильнее»

Пьера де Кубертена вспоминают каждые четыре года, когда зажигают олимпийский факел. Именно он «зажёг» в политиках и общественных деятелях своего времени идею возрождения спортивных игр древних греков в мировом масштабе

Стремительный старт

Пьер де Кубертен родился в Париже в уважаемой аристократической семье. Почти всё детство он провёл в путешествиях по Европе, побывав в Италии, Швеции, Германии, Австрии и несколько раз посетив Великобританию. Уже с самых ранних лет его увлекали активные виды спорта: верховая езда, фехтование и гребля.

После окончания колледжа Пьер поступил в одно из самых лучших учебных заведений в Европе — Сорбонну. Он учился великолепно, поскольку самой природой был наделён недюжинным талантом. Упорно работал, не жалея сил, чтобы получить как можно больше знаний. Его увлекали многие науки, но больше всего нравились педагогика, история, политика и философия. Поначалу он увлёкся изучением педагогики, но со временем стал углубляться в историю, а если точнее — в небольшую её часть — Древнюю Элладу. Кубертен медленно и уверенно продвигался к главному делу своей жизни. Он стал задумываться о спортивной педагогике и физическом воспитании, рассматривая их как ступени к духовному образованию человека.

Однажды, изучая материалы по раскопкам в Древней Олимпии, он

наткнулся на определение, которое, по мнению древних, описывало некультурного человека: «Не умеет ни плавать, ни читать». Эти строки натолкнули его на довольно фантастическую идею — восстановить Олимпию во всём её великолепии и величии. С её спортивными аренами, храмами и дворцами. Идея была невыполнима, но для Кубертена была непременной мечтой. Сделать «так, как было раньше», у него в итоге получилось, но для этого понадобилась вся жизнь.

В возрасте 19 лет Кубертен вместе с товарищами создал спортивный клуб. Здесь ребята занимались футболом, греблей и фехтованием. Именно с этого времени Пьер чётко осознал, что без развития физического не может быть развития ни духовного, ни нравственного.

Преодолевая преграды

Представить даже немислимо, что не так давно детского спорта не существовало. И именно Пьеру де Кубертену нужно сказать спасибо за создание детских спортивных соревнований и организацию спортивных соревнований. Он применял на практике методы спортивной педагогики, цель которой физически и духовно развить молодёжь

с помощью занятий физической культурой. Он хотел, чтобы подростки росли мужественными, честными, открытыми и смелыми. Кубертен полагал, что новый предмет поможет выработать у французской молодёжи силу и жизнестойкость. В итоге он помог не только французам, но и всем в мире. Только по этой причине его имя должно было остаться в истории мирового спорта, но главное достижение было ещё впереди.

Кубертен изучал методы физического воспитания в разных странах и пришёл к выводу, что необходимо возродить Олимпийские игры. С того момента и до конца своих дней он был полностью поглощён этой великой идеей. Наивно предполагать, что она сразу же поглотила весь спортивный мир. Противников или сомневающихся тоже было предостаточно. А больше всего было тех, кто поддерживал возрождение Игр, но занимаясь этим лично не хотел. Кубертен объехал многие страны мира, споря, доказывая, убеждая спортивных деятелей, написал сотни писем в различные инстанции.

25 ноября 1892 года Пьер де Кубертен выступил в Сорбонне с докладом «О возрождении Олимпийских игр». Его слова звучали настолько страстно и убедительно, что присутствовавшие спортивные деятели приняли решение собрать «Атлетический конгресс» и пригласить на него представителей самых крупных держав. На конгрессе должны были быть рассмотрены «принципы поведения и правила на Играх». 23 июня 1894 года конгресс состоялся. На нём присутствовали около 2000 представителей из 10 ведущих «спортивных» стран мира, в том числе и из России. Итогом Конгресса стало со-

здание Международного олимпийского комитета (МОК) и принятие решения о проведении первых Олимпийских игр современности. Это была полная и безоговорочная победа Пьера де Кубертена.

Первая олимпиада

Долгожданное событие должно было случиться в 1896 году в Афинах, но при подготовке к играм начались трудности. Правительство Греции заявило, что не в состоянии провести соревнования на своей территории. Они сетовали на то, что афиняне не сильно разбираются в спорте, что в городе нет соответствующих спортивных сооружений и что финансовое положение страны не позволяет пригласить спортивных представителей из других стран на мероприятие. Один из видных политических деятелей Греции Стефанос Драгомис говорил: «Греция не в состоянии воплотить в жизнь замечательную идею Пьера де Кубертена. Игры лучше отложить до 1900 года и приурочить к Всемирной выставке в Париже». Пьер был вынужден обратиться с официальным письмом к правительству Венгрии с просьбой провести Олимпийские игры 1896 года у них, но и здесь получил отказ ввиду отсутствия средств. Пьер де Кубертен продолжал искать выходы из сложившейся ситуации. Он считал, что провести игры реально и без большого правительственного вложения, заручившись помощью частных инвесторов. Его точку зрения разделял кронпринц Греции – Константин, который создал «Комиссию по содействию олимпиаде». Генеральным секретарём комиссии был назначен бывший мэр Афин – Тимолеон Филемон. Константин и Пьер выступили с обращением, в котором просили пожертвовать деньги в фонд олимпиады. Деньги вскоре стали поступать, причём не только от жителей Греции, но и из Марселя, Лондона, Константинополя и многих других городов. На деньги, которые пожертвовал миллионер Георг Аверофф, комитет восстановил древний олимпийский стадион. Соорудил велодром, стрельбище и теннисные корты. Спортсменам предоставили павильоны и раздевалки для проведения соревнований по гребле. Обустройством мест для проведения олимпиады занимался Национальный олимпийский комитет Греции, а комитеты других стран подбирали участников, что на практике оказалось не таким простым делом. Пьер де Кубертен говорил: «Большинство гимнастических ассоциаций (Германии, Бельгии и Франции) проникнуты своей исключительностью: они не хотят терпеть в программе игр тех видов спорта, которые не распространены у них. Особую неприязнь они

высказали относительно «английских» видов спорта». Большинство спортивных организаций отправили своих атлетов на олимпиаду только тогда, когда Кубертен предоставил им информацию об исключительном интересе мировых держав к спортивному празднику.

И, наконец, свершилось долгожданное событие: 6 апреля 1896 года король Греции в присутствии более 70 тысяч зрителей объявил Игры первой Олимпиады открытыми. Когда монарх занял своё место в ложе, огромный хор исполнил олимпийскую оду, специально написанную для этого мероприятия. «Это был поистине волнующий момент. Полторы тысячи лет назад император Феодосий запретил проводить Олимпийские игры, считая их пережитком язычества. А сегодня христианский монарх объявил об отмене указа императора», – отмечал Кубертен.



Пьер де Кубертен

вали все государства соблюдать олимпийское примирение. 23 июня ежегодно празднуется в ведущих странах мира, в том числе и в России с 1990 года как, Олимпийский день.

Пьер де Кубертен, несомненно, был энергичным и решительным организатором, но главная его заслуга заключалась в другом. Он сам – непосредственный архитектор и строитель своей олимпийской мечты. Его мысли и слова легли в основу олимпийской философии, которую, по его же предположению, высказанному в далёком 1912 году, стали называть «олимпизмом». Пьер де Кубертен так обозначил его основные идеи: спорт, наука, искусство и культура должны стать единым целым, которое будет носить гордое имя «Олимпийское движение». Идею эту воплотить получилось не сразу, поскольку у неё было много противников, особенно в те годы, когда большой спорт стал честью политики. Главы государств доказывали своё превосходство друг перед другом, хвастаясь количеством полученных золотых медалей. Прошло более 100 лет, и теперь Олимпийские игры по праву считаются символом примирения и самым ярким праздником всего мира.

Подготовил
Евгений РЫЛЬСКИЙ.

Подводя итоги

В 1994 году мировое сообщество отметило 100-летнюю годовщину Олимпийских игр. Этот год был назван годом международного спорта и олимпийского идеала. Высшие чины мирового сообщества, следуя традициям, призы-

Олимпийские традиции

Олимпийское движение имеет собственные флаг и эмблему, которые были разработаны при участии Пьера де Кубертена в 1913 году.

Эмблема представляет собой пять колец с соответствующим цветом для каждого из пяти континентов.

Официальный флаг олимпийских игр – белое полотно с изображением этих колец. Его поднимают в центре стадиона на всех мероприятиях с 1920 года.

Девизом олимпийских игр является латинское выражение – «Citius, Altius, Fortius» («Быстрее, выше, сильнее»).

Традиционными ритуалами всех олимпийских игр являются:

- Церемония открытия и зажжение олимпийского огня (факел зажигают в Олимпии и эстафетой доставляют в город)
- Произнесение олимпийской клятвы одного из представителей страны, где будут проводиться игры, от имени всех участников
- Произнесение судьями клятвы о беспристрастности судейства
- Вручение победителям дипломов и медалей
- Поднятие государственного флага и исполнение гимна страны, одержавшей победу в соревновании.





...А кому — БЕССМЕРТИЕ!

«А вас, Штирлиц, я попрошу остаться!» — эта и немало других запоминающихся фраз из фильма «Семнадцать мгновений весны», не говоря уже о самом образе негибаемого Исаева, наверное, навсегда останутся в российском фольклоре. И мало кому известно: если бы не счастливая случайность, история про Юстаса и Алекса не выбилась бы из длинного ряда картин о разведчиках...

Вернула «Бриллианты» — нашла золотое дно

«Я часто думаю, почему Штирлиц не устареет? — поделилась как-то дочь Юлиана Семёнова Ольга. — Очень крупный американский учёный, который занимался изучением творчества отца, ответил: «Штирлиц — рыцарь, живущий по законам короля Артура. Он не совершил ни одной подлости». Академик, нобелевский лауреат Пётр Капица рассказывал, что математики просчитали на ЭВМ: главное качество Штирлица, которое обеспечивает читательский интерес, — умение принимать самостоятельные решения. К рождению собирательной фигуры Всеволода Владимировича (таково «настоящее» имя Максима Исаева — Макса Отто фон Штирлица) причастны несколько реальных фигур, включая зловещего чекиста Якова Блюмкина, небескорыстного офицера Третьего рейха Вилли Лемана и даже брата

всем известного Сергея Михалкова — Михаила. Но, так или иначе, любимое детище Юлиана Семёновича, которому он посвятил 14 романов, стало всенародным любимцем лишь после фильма Татьяны Лиозновой. Однако «под колпаком» у режиссёра Штирлиц оказался лишь чудом.

Как вспоминала Татьяна Михайловна, Семёнов продал «Семнадцать мгновений...» для экранизации на «Ленфильм»: «До этого Юлиан неоднократно предлагал мне свои сценарии. И я, внимательно прочитав, возвращала их, несмотря на то, что в то время сидела без работы. Однажды мы в очередной раз встретились в коридоре студии, и я спросила его: «Когда у меня будет сценарий?» Он ответил — «Сейчас!» Полез в портфель и дал мне папку. У меня аж руки задрожали от радости. На ходу прощаюсь с ним и несусь на машине домой. Приехала и засела читать сценарий. Но... Это были «Бриллианты для диктатуры пролетариата». И так, я

прочла сценарий и поняла — не то. Не могу ничего в нём переделать на свой лад, не будоражит ни сердце, ни ум. В общем, на следующий день я вернула ему «Бриллианты...» и привычно пошла читать периодику. Мне в нашей библиотеке на студии всегда оставляли новые журналы. И вот то ли в «Знамени», то ли в «Звезде», сейчас уже не помню, я увидела роман «Семнадцать мгновений...» Сначала мне там очень многое не понравилось, но именно это дало мне возможность пристально взглянуть в материал, понять, что я могу из него сделать то, что хочу. Да, Штирлиц — разведчик, но эта картина не о разведчике. Она — о великой державе, которая смогла усилиями миллионов своих граждан выдержать натиск фашистских захватчиков. Словом, я чувствовала, что это мой материал, и Семёнов не устоял перед моим напором».

Он вернул в Ленинград вознаграждение, забрал сценарий и передал на московскую киностудию имени Горького.

Не Бендер и не Гамлет

Сейчас трудно поверить, что Владимиром Исаевым, родившимся согласно циклу о Штирлице в городке Гороховце Владимирской области в семье русского профессора и украинской революционерки, на экране мог бы стать... Арчил Гомиашвили, известный стране как Бендер из «12 стульев». «Он очень хотел и постоянно увивался возле группы, — вспоминала Татьяна Лиознова, умалчивая, впрочем, о личных отношениях с актёром, разворачивавшихся к началу 70-х годов. — Он был очень настойчивым человеком, причём умел обаять кого угодно. Однажды был такой случай — мы летели из Германии, самолёт приземлился, выходим, а у трапа — жёны моих коллег, все нагруженные подарками так, что даже носов было не видно, и чуть подвыпившие. А это Арчил устроил нам сюрприз. Он заехал за каждой из них, угостил и привёз в аэропорт. На него даже мужья не рассердились... Да, он очень хотел играть Штирлица... Просто я знала, что Штирлиц должен быть ДРУГОЙ, вот и всё». Явно «другим» был Иннокентий Смоктуновский. Но на тот момент в 1971-м он был питерским жителем. И просил дать возможность обменять квартиру, чтобы не проводить три года в поездках вдали от любимой семьи...

Но вот кто-то из ассистентов предложил попробовать Вячеслава Тихонова, у которого была пауза между озвучиванием венгерского коллеги в боевике «Держись за облака» по сценарию того же Юлиана Семёнова и ролью партизанского вожака в экранизации романа Семёна Цвигуна, будущего кон-

сультанта «Семнадцать мгновений...» по линии КГБ.

Вячеславу Васильевичу в поисках внешности приделали большие пушистые усы, что привело в шок Лиознову. Но пробы внушили ей надежду на успех. Как потом признавался актёр, Штирлица он «списал» с соседа, кадрового офицера контрразведки, работавшего в одной из западных стран. Этот гражданин вроде бы внешне ничем не выделялся, как бы подстраивался под собеседников, но умел слушать и наблюдать, а главное — остро, логически мыслить. И ещё: «Ничего особенного от меня не требовалось. Только поверить в предполагаемые обстоятельства, мне, человеку, который много моложе своего героя и через всё это не проходил. Мне надо было убрать из-под Штирлица пьедестал, суперменство, которое так и лезло изо всех фильмов про разведчиков...»

Идёт съёмка!

Для некоторых актёров те съёмки стали первым событием в жизни. В ролях двух младенцев, спасаемых радисткой Кэт, были задействованы шесть грудничков (дети быстро перерастали своих героев). А для ветерана советского кино Лаврентия Масохи — увыв, это была последняя строка в фильмографии: в роли помощника Мюллера он запнулся на словах «Обергруппенфюрер, к вам штандартенфюрер». Перед постановщиком за Масоху заступался Леонид Броневой: «Да русский человек такого не может выговорить». В тот же день Лаврентий Емельянович скоропостижно скончался.

Сам Броневой, бывший до съёмок актёром театральным, в первый же день по дороге на площадку попал в автомобильную аварию. От этого он поначалу заикался. Лиознова мысленно воскликнула в адрес немолодого дебютанта: «Он ещё и заика!» Но обошлось. В конце концов это был, несмотря ни на что, счастливый день — Леонид Сергеевич женился!..

Интересны герои-места, где снимали фильм. Берн, где погиб рассеянный

профессор Плейшнер, — это Мейсен близ Дрездена. Но Цветочная улица с Борманом — старая Рига. Зато медвежата из зоопарка того же Берна (название и на самом деле означает «медвежий») позировали в Тбилиси. Альпы, которые кое-как переходит на лыжах пастор Шлаг, — на самом деле известный лыжный курорт Бакуриани на Кавказе. А застенки гестапо — Бутырская тюрьма. Наконец, пруд, принявший труп провокатора Клауса, — памятник садово-паркового искусства, усадьба Архангельское-Тюриково. Героя Льва Дурова пришлось «убивать» именно

кадрович» — всё время за кадром».

Картина была дорогой, даже не хватило средств на заключительную серию — на многочисленные поездки, декорации, костюмы... Только для Тихонова заготовили 100 рубашек: стирать было негде, к тому же не было костюмера: на этой ставке сэкономили. «Иногда нам, артистам, которые снимались в роли немцев, казалось, что мы участвовали в каком-то жутком низкопробном боевике, — рассказывал впоследствии Юрий Визбор (Борман). — Формы эти, пистолеты... Но думали так, что в Урюпинске где-то по четвёртой программе проскочит. Артистам было

играть буквально нечего. Иногда в самом ужасном положении находился Тихонов, который должен был в течение шести-семи минут молча изображать, что он думает. Но это просто невозможно! То есть думать можно всю жизнь, но показывать, что ты думаешь... А Броневой, у которого чрезвычайно сложная многоходовая роль, просто взял роль Капулетти, которую поставил ему Эфрос в театре, и перенёс её непосредственно на Мюллера».

Фильм готовили к 9 мая 1973-го. Но процесс затянулся: все серии принимал лично шеф госбезопасности Юрий Андропов, и исключительно по ночам. А генсек Леонид Брежнев, по признанию руководителя его охраны, «мучил поручениями» найти... настоящего разведчика Исаева. И вот, наконец, 11 августа 1973 года улицы в СССР опустели, а преступность резко упала. Впервые страна увидела врага не клоуна, а интеллектуала. Победа над таким получалась масштабнее, радовала больше.

Р. S. Недавно все серии этой легендарной ленты раскрасили, работа заняла три года, притом что стоимость одной минуты фильма — три тысячи долларов. Вот уж и впрямь... «Не думай о секундах свысока»...

Павел ЗНАМЕНСКИЙ.



Т. Лиознова и В. Тихонов — рабочий момент съёмки.



«Закадрович» сериала — Е. Капелян.



Е. Евстигнеев в роли профессора Плейшнера.



Р. Плятт в роли пастора Шлага.

здесь после конфликта с важной комиссией, отвечавшей за «идейность» тех, кто уезжает за рубеж. Когда Льва Константиновича чиновники спросили: а как, мол, выглядит советский флаг, тот, возмущённый абсурдностью ситуации, описал пиратский стяг «Весёлый Роджер». За этот выпад мэтр был объявлен невыездным, причём не на один год.

Особняком стоит Ефим Копелян — чтец авторского текста. Он приезжал на съёмки из Ленинграда на «Красной стреле», идеально выбритый, в белоснежной сорочке. И шутил с киногруппой: «Я не Захарович, а «За-



Нет на свете человека, которому не помогли бы с самого появления на свет (и даже ранее) те, для кого подвиг является каждодневной обязанностью, — медсёстры. Первой из них стала одна чудачка, чей день рождения — 12 мая стал профессиональным праздником медсестёр

Будь нам милая сестрица...

Тренировалась на кошках

До середины XIX века человечество не знало такой профессии. Были добрые монахини, умевшие оказывать страждущим помощь, но лишь в пределах обителей. Были сиделки, которые, оправдывая своё наименование, зачастую просто сидели возле больных, если, конечно, не падали, засыпая от излишней потреблённого алкоголя (таково было профессиональное «заболевание»). А солдаты всех стран тем временем предпочитали смерть в бою большинству ран, означавших ту же смерть, но растянутую и мучительную.

Отгремели наполеоновские войны, Европе было уготовано несколько лет затишья, и вот в 1820 году в аристократической семье англичан Уильяма и Френсис Найтингейл родилась вторая дочь Флоренс. Её имя — производное от Флоренции, города, где она появилась на свет во время путешествия родителей.

Однажды девочка встретила знакомого пастуха. Необычный круг общения для юной леди, правда? Так вот, тот пожаловался, что шпана нанесла тяжёлые раны верному товарищу — овчарке по кличке Кэпа, и теперь, видно, придётся пристрелить беднягу. Но Флоренс день за днём приходила в убогую хижину и... вы-

ходила собаку! В разные периоды её жизни с нею делили кров примерно 60 кошек. Недаром говорят: все мы родом из детства...

Флоренс повезло получить великолепное образование (хотя в ту эпоху женщинам просто негде было применить знания). Её манеры и вкус общество признавало великолепными. Девушку ждало блестящее будущее — замужество. Но с потенциальным супругом, поэтом Ричардом Милнсом, она неожиданно рассталась. Какова причина — сегодня уже точно не сказать, но, так или иначе, этот поступок был воспринят в викторианской Британии как проступок. Родители переживали. Однако их ждало более неприятное известие: любимое чадо пожелало стать... сиделкой! И тут услуги младшего медицинского персонала понадобились самой миссис Найтингейл: с ней случился сердечный приступ. Её супруг был потвёрже, он запретил «блудной дочери» показываться в родном доме.

Флоренс три года осваивала профессию, точнее, заново творила. Поле деятельности было необъятным: Лондон — «город контрастов». Составляющими своего метода ухода новатор назвала чистоту, свежий воздух, правильное питание. В наши дни диву даёшься: неужели было время, когда необходимость элементарных

вещей приходилось доказывать?! А Флоренс тем временем, казалось, загубила последний шанс устроить семейную жизнь. Её нововведения, а затем и она сама очаровали известного в то время врача. Делая предложение руки и сердца своей лучшей сотруднице, эскулап просил лишь об одном: «Довольно, дорогая, поиграла в больницу, а теперь стань добропорядочной хранительницей домашнего очага!» Чтобы догадаться, что ответила Флоренс, вовсе не нужно быть её биографом...

Азбучные истины сестринского дела, открытые Найтингейл, отвергало начальство многих клиник. Но к энтузиастке деятельного милосердия прислушались иностранцы — французы из католической общины во имя св. Винсента де Поля, в XVII веке положившего начало движению «дочерей милосердия», чьим монастырём, по словам самого основателя, были дома больных. Беспристрастная статистика показала: первые же начинания англичанки уменьшили смертность на больничных койках вдвое!

Чужая беда — не «до фонаря»

Прямо по принципу «Нет пророка в своём отечестве», следующей страной, где талант нашёл применение, стала Германия: в 1851 году

Найтингейл поступила в школу диаконов — христианских служителей в Кайзерверте, ныне ставшем районом Дюссельдорфа. (Тем временем родные сочинили легенду, что Флоренс сама больна и лечится на водах). Вставали диаконы в 5 утра, ложились незадолго до этого срока. Но в письме нашей героини звучит радость, потому что она при деле: «Это жизнь!» Прошло два года, и отец, поостыв, выделил ей немного из своих капиталов. В начале 50-х годов Найтингейл, собрав пожертвования, создала при госпитале св. Фомы школу, где готовили сестёр милосердия нового образца. Закроется она лишь в 1996 году.

Тем временем Европу вновь лихорадило. В 1854-м Англия заодно с Францией и Турцией начала войну с Россией. Среди знакомых семьи Найтингейл был секретарь по военным делам Сидней Герберт. Он и стал первым официальным лицом, оценившим инициативу необычной благотворительницы. Флоренс получила предложение принять участие в уходе за ранеными, которых жаркие сражения «поставляли» многими тысячами. И вот на перевалочную базу союзников в турецкий город Скутари прибыли первая медсестра и 38 её соратниц...

Свободная английская пресса писала много нехорошего об ужасах и тыла. Но реальность оказалась вовсе шокирующей. То, что на языке официальных отчётов звалось госпиталем, на деле являло собой ветхие бараки. Лекарства, бельё, предметы по уходу за ранеными и больными попросту отсутствовали, тиф и холера грозили принять характер эпидемии. На всё это военное начальство махнуло рукой. Найтингейл и её сподвижницы, не гнушась никакого труда, взялись исправлять ситуацию, называя сами себя «прислугой для чёрной работы»: на них легло шитьё и набивка соломенных матрасов, покупка котлов для стирки белья и бинтов, организация ремонта и уборки в бараках, приглашение на кухню шеф-повара из Лондона, создание комнаты-читальни... Смертность в лазаретах снизилась с 42% до 2,5! Даже чинуши, которых она в гневных письмах к своему покровителю Герберту честила как «не джентльменов, невоспитанных, неделовых, не людей

чувства», отметили её «стальную выносливость», организаторский дар и, конечно, христианскую любовь к ближнему. Каждую ночь она обходила бараки со светильником, заслужив прозвание: «Женщина с фонарём, несущая свет и добро».

Конечно, она не могла не выехать и на передовую. Там, в Крыму, ухаживая за ранеными, заразилась опасной болезнью, так и зовущейся — «крымская лихорадка». Вест о том, что жизни национальной героини угрожает опасность, вызвала подъём энтузиазма по всей Британии. Устраивались собрания, шёл сбор средств на обучение и подготовку сестёр милосердия; в кассе оказалось 44 тысячи фунтов — неслыханная по тем

Найтингейл показала, какой должна быть медицинская сестра: строгой и милосердной, смелой и сдержанной перед лицом страдания, одинаково внимательной к больным различных классов общества...

Вскоре вышли «Заметки по уходу за больными» — книга, не потерявшая значения и сегодня. Помимо уже знакомых читателю жизненных принципов великой труженицы, речь на страницах шла о некоторых психологических особенностях больного человека, высказывалась мысль, опередившая время, что постоянный грамотный уход после медицинского вмешательства бывает полезнее самого вмешательства. Наконец, главная идея профилактики: «Следить за здоровыми, чтобы они не стали больными».

Между тем автор уже потеряла способности передвигаться и видеть. И тем не менее Флоренс пыталась и далее служить делу всей жизни. Благодаря ей в 1899 году был создан Международный совет медсестёр — первая в мире профессиональная организация женщин. На учредительной конференции решили создать систему образования и контроля за деятельностью медсестёр на международном уровне.

Флоренс Найтингейл умерла в 1910-м в возрасте 90 лет, в завещании упомянув и... своих

кошек. Покойтся героиня ни где-нибудь в Вестминстерском аббатстве, а на скромном сельском кладбище. По её воле похоронам не был придан статус национального траура. На могильном камне высечена лишь фамилия, звучащая громче любых титулов. Её личная жизнь так и не разгадана потомками, в том числе из-за уничтоженных личных писем и дневников. Впоследствии были учреждены носящие её имя Международный фонд и медаль. Меньше тысячи человек признаны достойными этой награды, в том числе 46 человек в бывшем СССР. Одна из них — Зинаида Туснолובה, она вынесла бойцов с поля сражения под курским селом Горшечным, сама получила тяжёлое ранение и обморожение, лишилась рук и ног, но осталась несломленной духовно, призывала солдат к победе, а впоследствии родила и воспитала двух детей. Такова цена медали Найтингейл.

Павел ЗНАМЕНСКИЙ.



Ф. Найтингейл во время Крымской войны

временам сумма! И Найтингейл, едва оправившись от недуга, прибавила к огромному возу забот ещё и мысль, как бы с наибольшей пользой распорядиться средствами. И вот лишь за неделю ею было сделано всё, чтобы улучшить санитарную обстановку в полевых госпиталях. По возвращении в Англию «женщину с фонарём» ждал настоящий триумф. Но здоровье было навсегда подорвано...

Кто согласен на медаль?

Добившись успеха на Чёрном море, Британия продолжала вести баталии по всему свету. В 1865 году Найтингейл — женщина! — доверили реформу армейской медицинской службы, на что кабинет министров отпустил немало средств. С тех пор по всей империи было не найти больницы без системы вентиляции и канализации, без чётко ведущейся статистики, без специальной подготовки персонала. Пресса отмечала: «Мисс



ОГНЕННОЕ СЕРДЦЕ

Бесстрашен, горяч, невероятно силен, в совершенстве владеет всеми видами оружия – от холодного до огнёмта. В воздухе, под водой или в горах гора его мышц работает безупречно. Красоток покоряет молниеносно. Кто же он, этот супермен? Есть ли имя у идеала мужества? Есть, и даже отчество имеется – Змей Горыныч!

Одна голова хорошо...

В описании любителя женской красоты мы намеренно забыли упомянуть, а какова же наружность самого супергероя. Разве личностные качества не важнее внешнего вида? Тем более что каждому из нас он известен с детства. Это про Змея Горыныча можно продолжить поговорку: одна голова хорошо, а две? Патология. А если их три или вообще чёртова дюжина, то перед нами уже не человек, а чудище поганое. В разных былинах и сказках у Змея Горыныча насчитывают разное количество голов – то три, то вдвое больше, то 9, а то и вовсе 12. Не зря народная мудрость гласит: у страха глаза велики! Наверняка с перепугу показалось добрым молодцам, имевшим честь встретиться в ратном бою с Горынычем, что голов у чудища больше, чем у них. Или преувеличили, как рыбаки, которые хвастались разме-

ром пойманной рыбки. А может быть, Змей, кроме боевых качеств, обладал ещё и недюжинным интеллектом, отсюда и метафора – многоголовый? Аура таинственности, как и положено, окружает супергероя во всём. Уж сколько раз наш русский богатырь встречался с ним на ратном поле, а даже по головам пересчитать не смог точно! А уж про крылья и вовсе молчок, будто и нет их, а ведь этот Змей уникален – в отличие от других пресмыкающихся он не ползучее существо, а летучее. Всегда появлялся перед простыми смертными по воздуху. Хотя умел и ходить, и плавать. В некоторых сказаниях он даже жил на берегу моря в прибрежных пещерах, в горах (отсюда, дескать, и отчество – Горыныч).

Ещё одна стихия, подвластная Змею, – огонь. В случае опасности он низвергал его из собственного нутра.

Что за чудо-печка работала у него там внутри – неизвестно, может быть, вместо сердца пламенный мотор, но именно огонь становился последним аргументом в сражениях, в которые постоянно ввязывался этот горячий парень. Завершают портрет длинный хвост стрелой и мощные когтистые лапы. Само собой нарядов такие суровые мужчины не признают, однако описания органа, позволявшего претендовать на женскую взаимность, история тоже не сохранила. Но в летописях Полесья зафиксировано подтверждение мужской силы Змея – у него имелось по крайней мере два сына. Они во всём помогали отцу, всегда участвовали с ним в сражениях и даже порой превосходили его в жестокости и кровожадности. Логично, что прозвали их Змеёнышами или Змейскими Головами. Вот и ещё одно объяснение тому, почему у нашего Горыныча три головы – одна своя да плюс две детушек его.

Что за чудо? Чьё? Откуда?!

Если Змей Горыныч, как истинный супергерой, специально старался сохранить секретность, то ему это удалось. Каково его происхождение, из каких краёв он прибыл на землю русскую, доподлинно неизвестно до сих пор. Историки, археологи, этнографы и прочие выдвигали различные версии, но доказательная база у всех скудновата, ведь Змей улик не оставлял, а свидетелей уничтожал. Скажем вам по секрету, некоторые даже думают, что никакого Горыныча и не было вовсе! А образ сей сказочный создан исключительно богатым воображением русского народа, дабы обозначить в своих бессмертных эпосах... стихию. Просто природное явление. Налетел смерч, ураган, а быть может, и метеоритный дождь, погубил урожай, загорелась пара изб, погибло несколько недурных собой девиц – вот вам и Змей Горыныч прилетал.

Воинственно настроенные молодые учёные утверждают, что под Горынычем нужно видеть не что иное, как гигантский огнёмт, сконструированный монголо-татарами. И действительно, у врага народа русского имелось несметное количество разного рода приспособлений для взятия крепостей, среди них и прототип огнёмта, стрелявшего «греческим огнём», точный состав которого до нашего времени не сохранился, однако известно, что потушить его было практически невозможно, он продолжал гореть даже на поверхности воды!

Разумеется, есть и философская теория, согласно которой Змей Горыныч – отголосок более древних представлений о священном Ящере, праотце всего сущего на Земле. Якобы из яйца, высиженного этим первоящером, и

появился мир. Но тогда сей Ящер не праотец, а прамать? В любом случае некая реальная подоплёка под этой версией быть должна, поскольку миф о древнем женственном Ящере (он же Змей, он же Дракон) имеется не только в мифологии славян, но и вообще бытует в древнеарийской культуре.

Практичные археологи авторитетно заявляют: спуститесь с небес на землю, и тогда станет совершенно ясно, что никакой это не мифический праотец, а вполне реальные звероящеры, праотцы и праматери современных крокодилов. Тяжеловато, конечно, представить себе, что в новгородских и псковских реках, словно в африканском Ниле, плавали аллигаторы, но придётся. Сам академик Рыбаков – светило российской исторической науки, анализируя былины о Садко, пришёл к выводу, что знаменитый гуслир, попавший к подводному царю, на самом деле имел дело с крокодилом. Он даже указал место, где это произошло – на озере Ильмень, близ истока Волхова, в местечке под названием Перынь. Стали копать, и раскопки подтвердили предположение учёного! В 1952 году там было обнаружено капище, которое вошло в учебники, как святилище древнего крокодила в Перыне. К слову сказать, созвучие названия Перынь и имени славянского божества Перун подводит к мысли, что именно от подводного царя, у которого гостил Садко, пошло представление о всеильном боге Перуне. Опять мы возвращаемся в философские выси...

«Где найдётся такой Богатырь удалой, Что побьёт крокодилово полчище?»

Но что могло заставить наших предков обожествить не солнце, дарующее свет и тепло, не землю, рождающую хлеб, а зубастую рептилию? Страх. Отсюда и характер жертв, приносимых подводному царю – кровавый. Известный историк и фольклорист Афанасьев тоже был уверен, что под священным Ящером кроется вполне реальное животное. Изучая сказы и былины северо-западных областей России, он узнал о древнем ритуале, для которого крестьяне даже самых захудалых деревень всем миром покупали и откармливали лошадей, чтобы потом принести в жертву живущим в озёрах и реках ящерам с огромной зубастой пастью и неуёмным аппетитом. Летом эти чуды-юды сами выходили из воды, чтобы поживиться кем-то, кроме рыбы, а зимой, и без того лютый и голодный, люди решили их задобрить и сохранить тем самым свой скот, а скорее всего, и собственные жизни.

Землю благодатную да солнышко ясное прославляли жители лесостепного Юга Руси, а вот в северных озёрных краях жили в страхе и трепете и молили только об этом: не оказаться в пасти чудовища поганого. В «Беседах Григория Богослова об испытании града» XI века зафиксировано, что тамошние язычники до сих пор величают реку богинею,



Георгий Победоносец (икона X-XI вв.)



Древнерусский медальон (г. Новгород).

а зверя, живущего в ней, богом, и приносят им жертвы. Причём не только для того, чтобы речной змей не кушал их малых детушек, но и в благодарность за богатый улов.

Поклонение крокодилу продолжалось веками, псковский летописец повествовал, как жарким летом 1582 года из реки вышли лютые звери и съели много людей, и ужас стоял по всей земле, и молились о том, чтобы боги ушли обратно под воду. Видимо, оголодав, ящеры

уже не разбирали – красивые девушки перед ними или просто вкусное мясо...

Христианство – вот оружие, которое стало смертельным для древних злобных рептилий. Потерпеть обожествление кого бы то ни было ещё, кроме Иисуса, тем паче змея окаянного, порождения дьявольского, Православная церковь не могла. Ящеров изловили и уничтожили. А язычники, терпевшие от подводных гадов немалый урон, тем не менее с почётом их похоронили и громко стонали над могилами... Вот она, загадочная русская душа...

Жаль, что не оставили парочку, дабы потомки, то есть мы с вами, могли посмотреть своими глазами на священного Ящера. Зоопарков тогда не существовало, увы. А следовательно остаётся сомнение, древний прародитель современного крокодила и Змей Горыныч – один и тот же персонаж? Как ни грозен был подводный царь, однако поползновения его ограничивались лишь тем, чтобы набить брюхо. Ввысь не стремился, ибо крыльев не имел, да и огнём не полыхал. А Змей былинный, напротив, любил парить под облаками, да и планы всегда имел наполеоновские. Даже отчество его – Горыныч – скорее указывает не на место жительства в горах, а на то, что он был выходцем из «горнего», то есть высшего мира. Лошадкой закусить – для него слишком низменно. Он брал дань исключительно красными девицами, пока не пришла любовь и не похитил он племянницу самого Великого князя Киевского Владимира – Забаву Путятичну. И есть варианты былины, в которых утверждается, что Горынычу удалось вызвать в сердце красавицы ответный огонь! Разве холодной, мокрой рептилии из соседнего озера такое под силу?! И неизвестно, чем бы венчался союз супергероя и представительницы голубой крови, если бы не богатырь Добрыня Никитич, который догадался применить против похитителя его же оружие – «греческий огонь», а затем отрубил одну за другой головы Змея. Добрыня, если использовать современную терминологию, тоже супермен, но при этом он полная противоположность Горынычу: силён, храбр, умен; он – олицетворение доброты и служения родному народу. Если сравнить его с Ильёй Муромцем или Алёшей Поповичем, то выяснится, что Добрыня берётся выполнить дела, от которых те могут отказаться. Он всегда готов помочь, всегда на страже Добра, а потому в былинах и народных сказках именно этому богатырю было суждено стать победителем самого Змея Горыныча, огонь которого лишь разрушал и губил всё живое.

Наталья АНДРИЯЧЕНКО.



Знаменитая мелодия из «Свой среди чужих, чужой среди своих» первым делом вызывает в памяти образ этого актёра. Егор Шилов, такой свой каждому из нас, шатаясь от изнеможения, застывает в шёпоте-крике: «Братцы!..» Увы, в жизни вышло без хэппи-энда...

Юрий Богатырёв: Прощай, Актёр...

Вылупился из куколки

Его любили самые придирчивые зрители – дети. По передаче «Будильник», по «Ералашу». Кто не помнит жалобное: «Лёлища противная!» в образе мальчугана в инсценировке Зощенко или «неформальный» диалог со школьниками: «А тот его по чайнику!» Но Юрий Георгиевич и сам всю жизнь, по признанию чуть ли не всех знавших его коллег, оставался ребёнком в душе...

Родился он 2 марта 1947 года в Риге в семье флотского офицера-подводника. Тот мечтал, чтобы сын продолжил династию. Но мягкий артистичный Юра мог бы стать моряком лишь при одном условии: в театре или кино в руках опытного режиссёра. Попытка пристроить мальчугана в Нахимовское училище окончилась побегом. Он поступил в художественно-промышленное училище имени Калинина, причём на «девчоночье» отделение – коврово-ткацкое. В то же время Юрий, с малышового возраста устраивавший кукольные представления (сам придумывал, шил, подбирал партнёров), стал играть в любительском коллективе с шекспировским названием «Глобус». Один из участников вспоминал: «Уже тогда было ясно, что Юра не пустой человек. Начитанность, уровень культуры были видны сразу. Но он никогда не стремился показать своё превосходство».

В 1966-м молодой дизайнер ковров решил поступать в одно из самых престижных театральных училищ – Щукинское. И излишне напоминать, каков там конкурс. Но Юрий был принят, курс вёл несравненный Юрий Катин-Ярцев, который больше всего беспокоился за Богатырёва, потому что он так не похож на других, так незащищён перед миром. Однокашники были один другого ярче: Леонид Филатов, Александр Кайдановский, Наталья Гундарева, Константин Райкин. Но и на этом фоне Богатырёв остался в памяти сверстников легендой. По словам Натальи Варлей, другие «старались говорить, как он, шутить, как он. Он стал центром, осью и на занятиях, и на переменах. Он был замечательный рассказчик. Очень остроумный со своеобразным мягким юмором. К тому же с прекрасным голосом и слухом, замечательно играл на фортепьяно. На спектакли этого курса ходила вся Москва. Богатырёв блистал везде – в силу своей фактуры, которая позволяла ему быть и героем, и комиком, и характерным актёром. Рамки его амплуа никто не брался определять. Притом в Юре не было ничего такого, что сейчас свойственно многим молодым актёрам. Ничего от попы в худшем смысле этого слова». Дипломной работой была главная роль в чуть ли не самом сложном произведении Достоевского – «Подростке». Никита Михалков, учившийся на режиссёрском, приметил будущую звезду: «С одной

стороны – мощный, выше всех на голову, шире всех в плечах, а с другой – такой доверчивый, трогательно ранимый». А Всеволод Шиловский так оценил уровень Богатырёва: «Вахтанговская школа – это в идеале синтез глубочайшего содержания и феноменальной формы. И Юрочка обладал этими качествами, я бы сказал, не стопроцентно, а стоятидесятипроцентно».

«Егор всё сделает как надо»

Запредельную самоотдачу и способность к фантастическому, просто «терминаторскому» перевоплощению, открыл в выпускнике «Щуки» всё тот же Михалков. В чуть полноватом интеллигентном Богатырёве он увидел персонажа своей киноповести «Красное золото» – сурового, закалённого воина Егора Шилова. Казалось бы, более рискованной ситуации для дебюта в качестве режиссёра и представить нельзя. Ещё на пробах выяснилось: Юрий... никогда в жизни не дрался, он даже складывал кулак «по-женски»! Но чудо – 23,7 миллиона билетов в прокате и, что ещё дороже, «прайм-тайм» в зрительских сердцах...

Вспоминает художник ленты Александр Адабашьян: «Юра превратился в жилистого, поджарого, спортивного Шилова, ровным счётом ничего для этого не делая – не занимался никакими фитнесами, не качался. А просто полно-

стью перевоплотился. Есть эпизод, где они вдвоём с Михалковым скачут на лошадях. И если у Никиты конный завод с детства был вторым домом, то Юра на лошадь сел недели за три до съёмок. И тем не менее такое ощущение, будто он из седла не вылезал».

Между прочим ради этой роли актёр не только рисковал жизнью (одни трюки в горной реке Аргун чего стоят), но и не один год отклонял другие предложения, ожидая возвращения Михалкова из армии. Зато после «Своего среди чужих...» карьера на экране, в том числе на телевидении, пошла в гору. И хотя всё чаще накатывала сильнейшая гипертония, о проблемах никто из коллег не ведал, казалось, что согласно фамилии здоровье у Юрия богатырское...

Слово Михалкову, снявшему его ещё в шести работах: «Как он с такой фактурой, мощью, ростом мог играть совершенно противоположное – слабых, закомплексованных, неумных людей? Работать с Юрой было и замечательно, и сложно, и одновременно легко, потому что нужно было просто его знать. Не могу сказать, чтобы он требовал особого к себе отношения, внимания, но в отличие от других артистов в работе на него хорошо действовала жёсткость, причём такая, на которую другой обиделся бы. Юру это подстёгивало к новым исканиям и находкам. И когда что-то получалось, это было тройное удовольствие радости и счастья».

Вот лишь некоторые фигуры, «оживлённые» талантом и трудом Юрия Георгиевича: «Маменькин сынок» в «Неоконченной пьесе...» – и образец самодисциплины Штольц в «Обломове», шальной «Тасик» в «Родне» и обходительный Манилов в «Мёртвых душах». Что общего, какое амплуа? Ничего, никакого (или всё сразу). Многим своим персонажам сам придумывал отличительные черты: кому походку, кому танец. Вспоминает Борис Токарев, партнёр по «Двум капитанам»: «Мы просили режиссёра Евгения Карелова и в шутку и всерьёз поменялись – я хотел играть Ромашова, а Юра Саньку Григорьева. Призывали поэкспериментировать, скажем, показать в фильме благородные поступки Ромашова и слабости Григорьева. Но Карелов не хотел разрушать сложившиеся представления о героях любимой книги и, наверное, был прав. В любом случае мы пытались сделать отношения наших героев более сложными и интересными, не столь прямолинейными и примитивными».

«Умеет человек. Всё умеет»

Эти слова из фильма «Отпуск в сентябре», произносимые героем Бо-

гатырёва, можно было смело отнести и к самому исполнителю. Но на подмостках его мастерство раскрылось столь неполно, что остаётся поражаться недалёковидности тогдашних мэтров. А ведь в ту же Галину Волчек – главу «Современника» – актёр был буквально влюблён: носил футболку с её портретом, мыл ей машину. Кто-то считал это подхалимажем, а дело было в искреннем обожании – и, кажется, безответном. В 1977-м Юрий Георгиевич, устав выходить в образах вроде гнома Субботы в «Белоснежке», перешёл к Олегу Ефремову во МХАТ. Но тут новая напасть: коллектив, включая худрука, крепко пил. И не поддерживать было невозможно. К Богатырёву стали липнуть бесконечные «друзья», знавшие, что «Юра не откажет». «Я спрашива-

племянника в морское училище на север. «С этих пор мы подружиться», – подытоживала Надежда. Совместного хозяйства они так и не смогли завести, и даже маму актёра в известность о браке решили не ставить. После смерти супруга Серая отказалась от прав на его имущество.

Между прочим его любили многие актрисы – от тишайшей Ии Савиной до эксцентричной Людмилы Гурченко. И среди актёров у него было немало товарищей, отчасти из-за того, что многим хотелось иметь... шарж на себя. «Я рисую людей, с которыми учился, работал, встречался, а также композиции на темы любимых литературных и драматических произведений. Вглядываясь в лица людей или размышляя над страницами литературных произведений с помощью бумаги и красок, я как бы «продолжаю» актёрскую профессию», – так готовился Богатырёв к выступлению на первой персональной выставке в филиале театрального музея имени Бахрушина. Она была назначена на февраль 1989 года...

А ещё в жизни возник самый близкий человек – Кларисса Столярова, переводчица, которая четырежды побывала замужем: «Но не было ближе и роднее человека, чем Юра».

В фильме «Свой среди чужих...» злоключения героя начинаются с инъекции наркотика, насильственно сделанной врагами. В реальности вышло ещё трагичнее. Заграничный продюсер отдал гонорар за советско-итальянские «Очи чёрные». В квартире Богатырёва, как обычно, было полно незваных гостей, началось застолье. Актёр только недавно вышел из больницы и отказался от санатория: не желал подводить МХАТ. Внезапно ему стало плохо, да так, что не смог даже подойти к телефону. Умолял, чтобы позвонили лечащему врачу: та знала, какое лечение нужно. Но приятели пошлы по пути наименьшего сопротивления – вызвали «скорую», та приехала с одними бинтами в аптечке. Зато вторая бригада действовала решительнее. Укол некоего «успокоительного» остановил сердце. Только перевалило за полночь, началось 2 февраля 1989 года. Богатырёв не дожил месяца до 42 лет. В миг крайнего напряжения жизненных сил рядом оказались не «братцы», которых звал Шилов-Богатырёв, а случайные персонажи. Ещё до похорон выяснилось, что украден и тот самый гонорар, и многие предметы гардероба, книги по искусству. Не дожил он ни до роли генерала в «Сибирском цирюльнике», ни до первого вернисажа, но в памяти нашей остался навечно.

Павел ЗНАМЕНСКИЙ.



У многих известных артистов есть портреты, написанные Богатырёвым. Но особенно любимые работы актёр оставлял у себя.



Ю. Богатырёв. Автопортрет.

ла: это кто? Что, у тебя опять полный дом? Да, отвечал он, и я их всех боюсь. Он был настолько интеллигентен, мягок, что не мог поставить резкий заслон хамству, выгнать вон», – говорила Татьяна Догилева.

Юрий Георгиевич был очень одинок, хотя официально и женат. Надежду Серую бросил муж, и вот по тогдашним правилам её с маленькой дочкой должны были выселить из столицы в административном порядке. «Юра ходил мимо моей комнаты по коридору. Встречались мы на кухне. Он был значительно выше меня, я ему – по грудь. Он проходил, и я понимала – вот огромный красивый человек со своими делами, проблемами, внутренним миром. Я его очень любила как актёра. Но робела...» И вдруг увидела этого великана плачущим. Оказалось, причиной стал, казалось бы, пустяк – проводы

Смотрим...

СВИДАНИЕ С
ДОН КИХОТОМ

Откройте любой глянец-журнал, включите телевизор, всюду – в статьях, в программах, в рекламе на вас обрушатся восклицания а-ля: «Инновационный крем от морщин!», «Крепкий пресс в 40 лет!», «Минус восемь кг за 28 дней!» Такое ощущение, что всё человечество в едином порыве ищет пути, как удержать молодость и сохранить активность, да только вот не на ту тропинку повернуло! Рядом с нами живёт человек, который давно победил все законы природы – старейший на планете Земля работающий актёр Владимир Зельдин. Мне очень повезло, что я попала на его бенефис. Кроме того, что получила колоссальное эстетическое удоволь-



В. Зельдин в сцене из спектакля
«Человек из Ламанчи»

ствие, увидела воочию знаменитостей, которых люблю многие годы (Алексей Баталов, Левон Оганезов, Ольга Прокофьева), насладилась прекрасным джазом, я совершенно перестала бояться возраста. Невозможное возможно, вечная молодость достижима, бодрость духа ничем не сокрушить. Вечно молодой 97-летний Зельдин не удалился, как это принято на бенефисах, восседать в ложу театра Вахтангова, он провёл всё время на сцене: и не просто принимал поздравления, он декламировал, пел, танцевал! На сцене родного театра

Российской армии актёр, говорят, зажигает ещё ярче, особенно в роли Дон Кихота, но и это шоу я запомню навсегда. Сам Баталов, словно верный Санчо Панса, встал перед мэтром на колени. Думаю, мысленно это проделал весь зал!

И. Б. САВЕЛЬЕВА,
Московская обл.

Читаем...

С РУБИНОЙ
НАЧИСТОТУ

На обложке сборника рассказов Дины Рубиной «Глаза героя крупным планом» написано: «Невозможно оторваться – любая фраза как чистый тон». Вряд ли можно сказать о её творчестве точнее, но попробую внести свою лепту. Когда-то, ещё в стабильно советские 70-80-е годы, писательница Дина Рубина даже не помышляла о мировой известности в качестве голоса еврейского народа. Тогда ей можно было говорить не как проповедник с кафедры, а доверительно тихо, полупотом. Так, как говорят на кухне за чашкой чая с самым близким человеком или в купе поезда дальнего следования со случайным попутчиком, незнакомцем, которого больше в жизни не встретишь. Так говорят, когда хотят рассказать обо всём, что накопилось в душе. Тогдашний читатель охотно верил, что её рассказы автобиографичны. Не в смысле совпадения с реалиями биографии, а в смысле глубины пережитого и прочувствованного. И доставляло истинное наслаждение угадывать, что на самом деле происходило в её жизни, а что – игра воображения.

Позже проснулась, зазвучала национальная нота в её книгах, и их толщина принялась расти. Любовь Рубиной к родному народу не вмещалась в рассказы, требовала более крупных форм. И всё же малая проза Рубиной гораздо крупнее, значительнее её больших произведений. Потому что рассказы эти об общечеловеческом. А романы только о национальном. И даже признанный всеми критиками роман «Вот идёт мессия!» многие простые читатели считают неудачным. Не относительно всей современной литературы, а



относительно творчества самой Рубиной. Ведь и роман «Идиот» Достоевского литературоведы считают неудавшимся, но исключительно в контексте творчества самого гения. Конечно, сравнивать Дину Рубину с Фёдором Михайловичем, при всём уважении к ней, – делать большой аванс писательнице, хотя некоторые современные издательства решаются и на подобное: не так давно роман «Вот идёт мессия» опубликовали в серии «Великие романы XX века». Да, если ваша рука в книжном магазине потянется за Оксаной Робски или Дарьей Донцовой, захочется посоветовать: «Возьмите лучше «Вот идёт мессия». Очень стоящая вещь!» Но если хотите познакомиться с настоящей Рубиной, прочтите лучше «На Верхней Масловке», «Камера наезжает», «Двойная фамилия». «Мессия» сложен для восприятия, в нём нет сюжета. Всё произведение – сплошное бытописание еврейской общины. Бытописание, несомненно, талантливое, поскольку стилист Рубина блестящий. Но всё же если вы ещё не читали Рубину, начните со сборника ранних рассказов. Тогда точно её навсегда полюбите. А полюбив, простите всё что угодно.

Ирина РАГУЛИНА,
г. Ростов-на-Дону.

Уважаемые читатели, давайте вспомним ставшее классикой «Сейте разумное, доброе, вечное!» и будем вместе творить вокруг себя культурное пространство. Делитесь впечатлениями о полюбившихся книгах, спектаклях или концертах, присылайте рассказы о культпоходах, совершённых вами вместе с семьёй, по адресу: 305044, г. Курск, ул. Ухтомского, 43, «Пресс-Коктейль» или на e-mail: press-kokteyl.list.ru

СЛАВА «МИНИ» ВО ВСЁМ МИРЕ!

С течением времени мини-юбки стали настолько популярны, что о них сочиняют песни. Но мало кто знает, какой путь пришлось пройти им, чтобы достичь известности...

Ожидание «звёздного часа»

Сколько лет первой мини-юбке точно не знает никто. Известно только, что подобную одежду носили древнегерманские девушки (в 14-м веке до нашей эры!) Затем эту моду переняли танцовщицы и циркачки Средневековья. А вот в высших кругах юбки укорачивались постепенно, ведь считалось, что короткая одежда — удел женщин «легкомысленных профессий». Популярности коротких юбок способствовало безденежье, наступившее после Первой мировой войны. Женщинам не на что было покупать материал для длинных нарядов, поэтому в моду вошли юбки длиной до середины икры. Вопреки ожиданиям, этому времени не суждено было стать «эпохой мини»: дамы не торопились слишком укорачивать подол юбки, и её постоянная длина не поднималась выше колена. Но мини-юбка сдаваться не собиралась...

С улицы на подиум

В 1960 году магазин одежды английского модельера Мэри Куант пользовался немалым успехом. Как-то во время прогулки по улочкам Лондона модельера удивило нововведение молодых девушек, любивших слушать рок-н-ролл и шокировать публику различными выходами. Решив придумать что-то новенькое, они стали ходить в очень коротких (на ладонь выше колена) юбках. Приличные дамы, смотревшие на них, недовольно ворчали, мужчины же не могли оторвать глаз. Прозорливая Мэри Куант взяла это на заметку, и уже через неделю витрины её магазина пестрели нарядными мини-юбками. В обществе новинку приняли неоднозначно. Активно говорили о неприличности

наряда. Тогда Мэри придумала официальную версию создания укороченной юбки. Она объявила, что на это её вдохновила подруга. Дескать, придя к ней в гости, модельер застала ту за мытьём полов. Ничего удивительного, не считая того, что подол её юбки был очень коротким, чтобы не мешать при уборке. Так мини-юбки признали практичной вещью, придуманной во имя комфорта и свободы движений. Однако есть и другая версия развития событий.

Во Франции «отцом» мини-юбки считают кутюрье Андре Куррежа. Они появились в его коллекциях примерно в то же время, что и у Мэри Куант. Но Андре не запатентовал новинку, решив, что она не будет пользоваться спросом у капризных французов. Об этом он сожалел не единожды, ведь мини-юбка начала свой победоносное шествие по всей Европе.

Мини-бум!

Первой «жертвой» стала Великобритания. Лондонская презентация состоялась в 1962 году и стала настоящим событием в мире моды. После этого показа стёрлась грань между «народной» и высокой модой, ведь мини-юбки

стали носить дамы из высшего общества. «Завоевав» родную страну, Мэри Куант отправляется «в поход» на Америку.

Для покорения сердец американок были приняты ещё более решительные действия. На этот раз показ не ограничился демонстрацией на подиуме. Модели в мини-юбках вышли на улицы и непринуждённым шагом направились в сторону Бродвея. Движение было перекрыто: машины стояли, всё буквально заполнили любопытные прохожие (в



большинстве своём — приятно удивлённые мужчины).

После столь триумфального шествия «отряд» Мэри побывал ещё в 12 городах, повсюду вызывая одобрение американцев.

Длина под защитой

Однако не всё было так гладко: у мини-юбки появились серьёзные противники. Ватикан во главе с Папой Римским назвал эту деталь гардероба «бесстыдством, идущим от самого дьявола». Президент Никсон объявил Белый дом «зоной, свободной от мини». Даже Коко Шанель была против нововведения, поскольку считала, что колени, «самую безобразную часть женского тела», необходимо прятать, а не оголять. И тогда за мини-юбки заступились мужчины.

В 1996 году на показе Кристиана Диора, который должен был ознаменовать возвращение в моду длинных нарядов, на подиум забрались несколько человек из организации в поддержку... мини-юбок! В руках у них были лозунги: «Мини навсегда!», «Защитим мини!». От такого сопротивления противникам этих юбок оставалось лишь беспомощно разводиться руками. Поводом к их окончательной капитуляции стало получение Мэри Куант ордена Британской империи «За особые экономические заслуги». Впрочем, истинным поводом для её награждения считают совсем другое. По мнению британских врачей, с тех пор как в моду вошли мини-юбки, в стране заметно выросла рождаемость...

Подготовила
Ксения ЗВЯГИНЦЕВА.



Мэри Куант —
«крёстная мать» мини-юбок.

На камбузе

Вспомнить отдых на море можно, не только любясь своими летними фото в купальнике, а куда более продуктивно. Надевайте фартучек – и вперед на кухню



Азовский пеленгас

На 2 кг филе пеленгаса (или любой другой морской рыбы) – 0,5 кг помидоров, 2 лимона, 1 пучок петрушки, 100 мл оливкового масла, 15 шт. оливок, 15 шт. маслин, горсть муки, приправы, перец и соль по вкусу.

Опускаем помидоры в кипящую воду на одну-две минуты, перекладываем в холодную и снимаем кожицу. Разрезаем каждый помидор на четыре равные части. Один лимон очищаем от кожуры и белой кожицы, нарезаем кружочками. Из второго выжимаем сок. Петрушку мелко нарезаем. Разогреваем в сковороде 4 ст. ложки оливкового масла. Филе рыбы делим на порционные куски, солим, перчим, посыпаем специями, панируем в муке и обжариваем в разогретом масле по одной минуте с каждой стороны. Выкладываем рыбу в глубокую форму для запекания, сверху покрываем лимоном, помидорами, петрушкой, оливками и маслинами. Сбрызгиваем оливковым маслом и лимонным соком. Запекаем в разогретой духовке 20 минут. Подаём с белым вином.

Пахлава

Тесто: 500 г муки, 1 яйцо, 1 стакан молока, 250 г сливочного масла, соль по вкусу.

Начинка: 300 г грецких орехов, 300 г сахарной пудры, 1/2 ч. ложки корицы, щепотка молотой гвоздики.

Сахарный сироп: 1 стакан сахара, 1 стакан воды, лимонный сок по вкусу.

Муку просеиваем и смешиваем с солью. Делаем в центре горки муки лунку и вливаем туда подогретое молоко, 50 г растопленного масла, вбиваем яйцо. Вымешиваем тесто до тех пор, пока оно не перестанет липнуть к рукам. Перекладываем в целлофановый пакет и оставляем при комнатной температуре при-

мерно на полчаса. Тем временем перекручиваем орехи на мясорубке с крупной решёткой, смешиваем с сахарной пудрой и специями. Для приготовления сиропа в горячую воду добавляем сахар и доводим до кипения, постоянно помешивая, чтобы сахар полностью растворился. Варим около 15 минут при слабом кипении. Охлаждаем сироп до комнатной температуры. Тесто делим примерно на 20-22 кусочка и накрываем полотенцем, чтобы не подсыхало. Берём один кусочек и раскатываем в очень тонкий круг. Смазываем размягчённым сливочным маслом. Сверху посыпаем ореховой начинкой. Сворачиваем круг в рулет, кончики теста заправляем внутрь. И так делаем со всеми кусочками теста. Выкладываем пахлаву на противень и запекаем в разогретой до 200°С духовке в течение 15 минут. Достаём, смазываем растопленным сливочным маслом и продолжаем запекать примерно час при температуре 160-170°С до золотистости. Горячую пахлаву перекладываем в глубокую посуду, чтобы кусочки лежали очень плотно, и заливаем охлаждённым сахарным сиропом, оставляем при комнатной температуре на 5-6 часов.

Чурчхела

150 г фундука или грецких орехов, 1,5 л виноградного сока, 2/3 стакана муки, 1/3 стакана картофельного крахмала, 1/2 стакана сахара.

Орехи нанизываем на крепкую нить длиной 25-30 см, к одной стороне нити привязываем спичку, на другой делаем петлю. Добавляем в сок сахар и крахмал и варим в течение 2,5-3 часов на слабом огне, периодически помешивая и снимая пену. Затем остужаем и добавляем муку. Тщательно перемешиваем, чтобы не было комочков. Получившуюся однородную смесь вновь варим на слабом огне,

должна выпариться примерно 1/4 от первоначального объёма жидкости. Нанизанные на нить орехи погружаем в виноградный сироп три раза по полминуты каждую связку. Развешиваем чурчхелу на солнце и просушиваем. Готовая чурчхела должна быть мягкой на ощупь, но не должна липнуть к рукам. В идеале её нужно хранить несколько месяцев в сухом помещении, завернутую в полотенце до полного созревания, но можно подавать на стол и сразу после приготовления.

Уха «Морская»

400 г любой красной рыбы (горбуша, сёмга), 400 г белой рыбы (треска, камбала, хек), 2 картофелины, 1 луковичка, 1 корень петрушки, зелень петрушки и укропа, 1 помидор, 1 лавровый лист, чёрный перец, соль по вкусу.

В кипящую подсоленную воду закладываем лук, порезанный на несколько крупных кусочков, картофель и корень петрушки – кубиками. Варим на среднем огне до готовности картофеля. Добавляем специи и варим ещё пять минут, после этого кладем порезанную на мелкие кусочки рыбу. Варим ещё 10 минут. Перед подачей на стол посыпаем порубленной зеленью петрушки и укропа и маленькими дольками помидора.

Молочный коктейль «Для взрослых»

500 г пломбира, 1 стакан молока, 1/2 стакана фруктового йогурта, 1 банан, ликёр и корица по вкусу.

Закладываем в блендер мороженое, заливаем молоко и йогурт, а сверху – порезанный кусочками банан. Взбиваем несколько минут, разливаем по высоким бокалам или стаканам примерно до половины объёма, сверху аккуратно доливаем ликёр и присыпаем корицей. Подаём с трубочкой.

Мечта гурмана!

Минимум времени на приготовление – максимум вкуса и пользы! Малокалорийный, легко усваиваемый, быстроготавливаемый и необыкновенно вкусный. Кальмар – настоящая находка для современной хозяйки

КАЛЬМАРЫ В КЛЯРЕ

600 г кальмаров, 1/3 стакана крахмала, 1/2 стакана муки, 1 стакан молока, 2 яйца, перец, соль по вкусу, раст. масло.

Кальмары промываем, удаляем внутренности, снимаем тёмную кожицу и на 1-2 минуты опускаем в кипяток. Откидываем на дуршлаг, даём стечь воде. Приготовленные тушки нарезаем кольцами, обмакиваем в кляр и обжариваем в масле до появления аппетитной корочки. Для кляра смешиваем в большой миске крахмал и муку. В центре делаем углубление, вливаем молоко и перемешиваем. Взбиваем белки, аккуратно соединяем их с тестом, добавляем соль и перец.

Готовые кусочки обсушиваем на бумажных салфетках и подаём к столу.

БИТОЧКИ ИЗ КАЛЬМАРОВ

1 кг кальмаров, 2 яйца, 3 ст. ложки муки, соль, перец по вкусу.

Очищаем кальмары от плёнок и варим в кипящей воде не более 2 минут. Охлаждаем и нарезаем небольшими прямоугольниками. Из яиц, муки и молока делаем кляр. Биточки отбиваем, солим, перчим, обмакиваем в кляр и обжариваем с двух сторон в раст. масле. Подаём в горячем виде.

СОЧНЫЕ КОТЛЕТЫ ИЗ КАЛЬМАРОВ

500 г кальмаров, 1 яйцо (отделить желток), 2 ломтика чёрствого хлеба, 1/2 стакана молока (воды), небольшая головка репчатого лука, панировочные сухари (как на обычные котлеты), соль, чёрный перец по вкусу, раст. масло.

Заливаем кипятком предварительно очищенные кальмары, режем и пропускаем через мясорубку вместе с измельчённым луком. В тарелке разминаем мякиш хлеба (без корочки) и заливаем молоком. Когда мякиш полностью размякнет, отжимаем от молока и добавляем в фарш. Вбиваем яичный желток, добавляем соль и перец. В готовый фарш вливаем

взбитый белок и перемешиваем. В отдельную тарелку насыпаем панировочные сухари. Из фарша формируем небольшие котлеты, обваливаем в сухарях (с двух сторон). Жарим на среднем огне до появления румяной корочки. К столу подаём вместе с картофельным пюре.

САЛАТ С КАЛЬМАРАМИ И МОРКОВЬЮ

1 баночка маринованных кальмаров (200 г), 3 средние моркови, 2 средние головки репчатого лука, 4 яйца, майонез, раст. масло.

Измельчаем, а затем обжариваем лук и морковь. Яйца отвариваем и протираем на тёрке. Овощи, яйца и кальмары перемешиваем. Заправляем майонезом и выкладываем в салатник.

КАЛЬМАРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ КАРТОФЕЛЕМ И ГРИБАМИ

300 г грибов, 300 г кальмаров (2-3 небольшие тушки), 3 яйца, 2 средние картофелины, 1 средняя головка репчатого лука, пучок зелени, соль, чёрный перец, молотая куркума по вкусу, раст. масло.

Очищенный картофель режем небольшими кусочками и варим до готовности. Делаем из него пюре. Трём на тёрке отваренные вкрутую яйца. Измельчаем лук и грибы. Обжариваем их и смешиваем с яйцами и



картофельным пюре. Солим, перчим. Начинку делим на 3 части. Опускаем в кипяток тушки кальмаров. Обсушиваем и начинаем. Края скрепляем зубочистками и обжариваем с двух сторон до образования корочки.

ЗАПЕЧЁННЫЕ ФАРШИРОВАННЫЕ КАЛЬМАРЫ

10 тушек кальмаров, 100 г грибов, 1,5 стакана риса, 3 яйца, 3 головки репчатого лука, 2 моркови, соль, чёрный молотый перец и майонез по вкусу, лимонный сок для маринования, сливочное масло для жарки.

Чистим и промываем кальмары. Посыпаем их специями и сбрызгиваем лимонным соком. Готовим рис. Нарезаем отваренные яйца, лук и грибы. Натираем на тёрке морковь и обжариваем её вместе с луком. Добавляем грибы и жарим до готовности. Смешиваем с яйцами и рисом, солим, перчим. Начинаем кальмары, скрепляем зубочистками края. Форму для запекания смазываем маслом и выкладываем в неё кальмары, покрытые тонким слоем майонеза. Помещаем их в разогретую до 220°С духовку и запекаем до золотистой корочки (10-15 минут).

Пресс-совет

- При покупке кальмаров отдайте предпочтение продукту с неочищенной розово-лиловой кожицей. Белые тушки уже прошли обработку паром и, скорее всего, получатся жёсткими
- При приготовлении горячего блюда с кальмарами добавлять их нужно в последнюю очередь
- Лучшее всего мясо кальмара сочетается с чесноком, томатами, каперсами и анчоусами.

КАША - СИЛА НАША!



Гречневая каша «Птичкино гнёздышко»

На 1,5 стакана гречневой крупы: 3 стакана воды, 1 помидор, 1 морковь, 1 небольшая луковица, 2 ст. ложки раст. масла, 2-3 перепелиных яйца, 1-2 ст. ложки консервированной кукурузы, соль по вкусу.

Крупу промываем и заливаем холодной водой. Натраем морковь и лук на мелкой тёрке, помидор ошпариваем кипятком, снимаем кожицу и нарезаем мелкими квадратиками. Перекладываем овощи в кастрюлю, наливаем растительное масло, переливаем воду с гречкой, перемешиваем, солим и доводим до кипения. После закипания убавляем огонь вдвое и продолжаем варить 10 минут под крышкой, затем снова убавляем огонь и варим ещё 5 минут до полного выпаривания воды. Снимаем кастрюлю с огня и накрываем полотенцем на 15 минут. Отвариваем перепелиные яйца в течение двух-трёх минут, остужаем. Из порции гречневой каши на тарелке делаем горку с углублением посередине. Кладём в неё одно очищенное яйцо, второе с кусочком скорлупы, третье неочищенное (почистит сам малыш). Украшаем по кругу зёрнышками кукурузы. Гнёздышко готово!

Каша «Кукурузка»

На 1 стакан кукурузной крупы – 1 стакан молока, 2 стакана воды, сахар, слив. масло и соль по вкусу, банан по желанию.

Молоко и воду смешиваем, подсаливаем, всыпаем тонкой струйкой кукурузную крупу и доводим до кипения, постоянно помешивая. Выключаем огонь, накрываем кастрюлю крышкой и ставим в разогретую до 120° С духовку на полчаса. Сливочное масло, сахар, нарезанный

кусочками банан взбиваем блендером и добавляем к готовой каше. Если каша получилась густовата, разводим йогуртом, фруктовым пюре или просто тёплым молоком. Прекрасной добавкой к кукурузной каше, кроме банана, может послужить поджарка из лука, порезанные мелко помидоры или кусочки пресного сыра (добавляем в самом конце варки).

Манная каша «Найди морковку!»

На 1 стакан молока – 2 ст. ложки манной крупы, 1 морковь, 2 ч. ложки слив. масла, 2 ч. ложки сахара или мёда по вкусу.

Морковь очищаем и натираем на мелкой тёрке. В кастрюле разогреваем 1 ч. ложку сливочного масла, выкладываем морковь, добавляем сахар и тушим на небольшом огне, постоянно помешивая, около 5 минут. Вливаем горячее молоко, добавляем манку (лучше через сито) и варим, помешивая, 4 минуты. Перед подачей заправляем сливочным маслом.

Овсянка «В яблочко!»

250 мл молока, 250 мл воды, 170 г овсяных хлопьев, 3 яблока, 1/4 ч. ложки молотой корицы, 3-4 гвоздики, 50 г слив. масла, сахар (мёд), соль по вкусу.

Смешиваем молоко с водой, доводим до кипения, солим, добавляем 1 ст. ложку сахара или мёда по вкусу. Небольшими порциями, тщательно размешивая, всыпаем овсяные хлопья. Варим на слабом огне, постоянно помешивая, до загустения. Выключаем огонь, накрываем крышкой и даём настояться. Яблоки очищаем от кожуры, удаляем сердцевину и нарезаем кубиками размером около 1 см. Выкладываем на сковороду сливочное масло, яблоки, корицу, гвоздику, в зависимости от сорта можно добавить

немного сахара. Обжариваем на небольшом огне около 5 минут. Удаляем гвоздику. Выкладываем настоявшуюся кашу в пиалы или глубокие миски, а сверху – обжаренные яблоки.

Пшённый «Из печи»

На 1 стакан пшена – 1 л молока (топленого или 3,2-6%-ной жирности), 60 г слив. масла, 1 неполная ч. ложка соли, курага и изюм по желанию, сахар по вкусу.

Пшено тщательно промываем и заливаем горячей водой. Изюм и курагу промываем и отдельно заливаем тёплой водой. Сахар и соль разводим в молоке. Сливаем воду с пшена, отжимаем изюм и курагу, мелко нарезаем и смешиваем с пшеном. Получившуюся смесь распределяем равномерно по форме и аккуратно заливаем молоком. Сверху добавляем порезанное кусочками масло. Ставим в разогретую до 200° С духовку на полчаса. Когда пшённый зарумянится и начнёт отставать от стенок формы, выключаем огонь и оставляем томиться в духовке в течение 15 минут. Подаём в горшочках.

Рисовая каша «Кум Тыква»

1 тыква, 1 стакан риса, 2 стакана изюма, 1 стакан сметаны, 4 яйца, сахар и соль по вкусу.

Тыкву тщательно моем, срезаем верхушку, вынимаем зёрна и ложкой выскабливаем мякоть так, чтобы остались стенки толщиной 1-1,5 см. Рис слегка отвариваем, смешиваем с вынутой и измельчённой мякотью тыквы, промытым изюмом, сахаром, сметаной, взбитыми яйцами и солью. Наполняем тыкву полученной массой, закрываем срезанной верхушкой и запекаем в духовке до готовности при 180°С.

«Горячее ассорти»от Ксении ФЕДОРЕНКО
из Курчатовской обл.

5-6 картофелин, 300 г мясного фарша (говяжьего или свиного), 1 луковица, 2 баклажана, 3 помидора, 200 г твёрдого сыра, 1 пучок петрушки, 200 г майонеза, 4 ст. ложки раст. масла, сливочное масло, соль, перец по вкусу.

Смазываем форму для запекания сливочным маслом. Выкладываем слоями. Первый — нарезанный ломтиками картофель. Второй — приправленный фарш, хорошо перемешанный с мелко нашинкованным луком. Смазываем майонезом. Снова картофель. Солим, перчим, добавляем майонез. Следующий слой — жареные баклажаны. После них — нарезанные кружочками помидоры. Всё это поливаем заправкой (на 1/2 стакана воды 2 ст. ложки майонеза и 1 ст. ложка подсолнечного масла). Сверху засыпаем сыром. Выпекаем 40-45 минут при температуре 200°C. Выкладываем на тарелки и украшаем зеленью.

«Спиралька-запеканка»от Людмилы УЖГАЛОВОЙ
из Амурской обл.

450 г макарон (в виде спирали), 2 помидора, 150 г ветчины или полукопчёной колбасы, 2 ст. ложки зелёного горошка, 3 яйца, 100 г сметаны, 100 г майонеза, 100 г твёрдого сыра, соль и перец по вкусу.

Отвариваем макароны, откидываем на дуршлаг и промываем холодной водой. Выкладываем в форму, смазанную маслом. Помидоры обдаём кипятком, снимаем кожицу, нарезаем кубиками и выкладываем поверх макарон. Колбасу нарезаем такими же кубиками и укладываем на помидоры. Туда же добавляем зелёный горошек. Взбиваем яйца, добавляем сметану и майонез, солим, перчим. Всё перемешиваем. Посыпаем тёртым сыром. Помещаем в разогретую до 200°C духовку и выпекаем в течение 25-30 минут.

Пшеничные оладьиот Н. И. КАМИЕВОЙ
из г. Ульяновска

Для пшеничной каши: 1 стакан пшеничной крупы, 1 л молока, 1/2 ч. ложки молотой корицы, 1/2 стакана жирных сливок, соль по вкусу.

Для оладьев: 1 ст. ложка сахара, 2 яйца, 1 стакан сметаны, кориандр, ванилин по вкусу, подсолнечное масло.

Пшеничную крупу всыпаем в кастрюлю с кипящей водой. Уменьшаем огонь и варим под крышкой около 30 минут, пока пшеница не станет мягкой. Отвар сливаем, добавляем молоко, сливки, соль и корицу. Продолжаем варить до тех пор, пока испарится жидкость, не забывая время от времени помешивать (около 20 минут). В остуженную кашу вбиваем 2 яйца, всыпаем сахар, добавляем сметану, немного кориандра и ванилина. Перемешиваем, формируем оладьи и обжариваем с двух сторон.

Салат**«Современный»**от Кристины БАРАНОВОЙ
из г. Краснодара

300 г копчёных окорочков, 2-3 средние луковицы, 200 г корейской моркови, большая пачка твёрдых картофельных чипсов (подойдёт «Русская картошка»), майонез для заправки.

Измельчаем курицу, лук (при необходимости морковь). Все ингредиенты перемешиваем и заправляем непосредственно перед подачей на стол.

Курица «Медовая с кукурузой»от Натальи КЛИМЕНКО
из г. Алексеевки

3 куриные грудки, 1 банка консервированной кукурузы, 2 помидора, раст. масло, зелень для украшения.

Для маринада: 1 стакан апельсинового сока, 2 ст. ложки мёда, щепотка молотого имбиря, 1 зубчик чеснока.

В апельсиновый сок добавляем растопленный мёд, измельчённый чеснок, имбирь, всё перемешиваем. Нарезаем кусочками куриную грудку и оставляем её мариноваться 2-3

**КОНКУРС****«А я
готовлю
так!»**

часа. Затем кусочки куриного филе обжариваем до появления корочки. Добавляем нарезанный мелкими кубиками помидор, кукурузу и жарим ещё 3-5 минут. В сотейник вливаем маринад, ставим на огонь и увариваем соус наполовину. Выкладываем на тарелку кусочки курицы с овощами, поливаем приготовленным соусом, украшаем зеленью.

Салат**«Кукуруза»**от Владиславы ОЛЕЙНИКОВОЙ
из г. Курска

1 банка консервированной кукурузы, 200 г крупного чернослива с косточками, 4 варёных яйца, 200 г твёрдого сыра, 2-3 зубчика чеснока, майонез, пучок зелёного лука, соль, перец по вкусу.

На 2-3 часа замачиваем чернослив до набухания. Промываем, освобождаем от косточек и мелко нарезаем. Измельчаем яйца, чеснок, трём на крупной тёрке сыр. Всё смешиваем. Солим, перчим и заправляем майонезом. Сверху выкладываем кукурузу. Оставляем в холодильнике на несколько часов (лучше всего — на ночь). Перед подачей украшаем перьями зелёного лука.

Условия конкурса

Пришлите свой фирменный рецепт в редакцию по адресу: 305044, г. Курск, ул. Ухтомского, 43 или по e-mail: press-kokteyl@list.ru и получите шанс выиграть главный приз — силиконовую форму для запекания «Медвежонок». Читатели сами выберут победителя, заполнив таблицу участников конкурса (см. стр. 63). Самый активный участник голосования будет награждён призом (набор кухонной утвари).

Ждём ваших писем!

Фильтруй H₂O!



Ещё 20 лет назад мы беззаботно пили воду из фонтанчиков в городских парках, а дома прямо из-под крана, не опасаясь за здоровье. Сегодня, увы, от бактерий, вирусов и вредных простейших можно спастись только кипячением, а от химических соединений убережёт фильтр

производителен (50-70 л/час). А главное – не нужно менять картриджи! Единственное – время от времени необходима промывка 10%-ным раствором уксусной кислоты.

Выбор модели

В квартирах и офисах используют проточные фильтры, которые бывают трёх видов:

- фильтры-насадки на кран. Самые дешёвые и компактные, но, увы, низкопроизводительные (0,2-0,5 л в минуту). Имея небольшую массу фильтрующего материала, они требуют частой смены картриджа (ресурс 300-700 л). Но есть и исключение – семейство насадок «Гейзер», ресурс которых достигает 3000 л
- в фильтрах настольного исполнения вода течёт с нормальной скоростью, и ресурс вполне приличный (3000-4000 л). Но такому приспособлению нужно будет выделить место около крана, к которому придётся подключать каждый раз с помощью насадки-переходника
- самыми удобными, эффективными и соответственно дорогими являются стационарные фильтры. В них, как правило, последовательно установлено несколько сменных фильтрующих модулей-картриджей, каждый

из которых отвечает за очистку воды от определённого типа загрязнений, поэтому такие устройства имеют немаленькие габариты и устанавливаются под мойкой с выводом отдельного крана для питьевой воды. Ресурс до 15000 л.

На даче или в сельской местности, где отсутствует водопровод, применимы только безнапорные фильтры кувшинного типа: вода самотёком через фильтрующий элемент попадает из верхней части сосуда в нижнюю, где и накапливается. В зависимости от загрязнений в них можно использовать различные типы фильтрующих элементов: обеззараживающие, водосмягчающие, с фторированием или стандартные. Такие фильтры недороги, но и ресурс сменных фильтрующих элементов невелик – 150-300 литров.

Наибольший ресурс у электрохимических – 2 миллиона литров! Эти фильтры имеют небольшие габариты, укрепляются на стене и подключаются к электросети. При больших затратах себестоимость очистки 1000 л минимальна (около трёх рублей).

ВНИМАНИЕ! Все бытовые фильтры предназначены для очистки холодной (до 30-35° С) воды! Горячая вода не только не очистится, но и может непоправимо испортить устройство.

Подготовил Павел ВОЛОБУЕВ.

Как он это делает?

Обычно бытовой фильтр состоит из нескольких слоёв, или фильтрующих модулей, каждый из которых задерживает определённые загрязнения. Сначала вода подвергается механической очистке от песка, глины, частиц ржавчины и прочих нерастворимых взвесей. На страже стоит полипропиленовое волокно, которое в зависимости от размера пор способно задерживать либо крупные и мелкие частицы, либо бактерии. Затем вода проходит через активированные гранулированные или волокнистые угольные сорбенты. Почти полностью удаляется весь хлор, вредная органика – пестициды, хлороформ, фенол, бензол. Ионообменные смолы и волокна задерживают ионы различных металлов, в том числе тяжёлых и радиоактивных (железо, кадмий, свинец, цинк, ртуть, цезий-137 и др.), а также смягчают воду.

Помимо традиционных способов фильтрации, всё большее распространение в последнее время получают обратноточесмотический и электрохимический методы. Системы на основе обратного осмоса позволяют достигнуть максимальной степени очистки. В качестве фильтра используется мембрана, поры которой столь малы (порядка 0,001 микрона), что пропускают только молекулы воды!

В электрохимическом методе все вирусы, бактерии, микроорганизмы, органические вещества разрушаются под действием сильного электрического поля. Кроме того, удаляются тяжёлые металлы, нитраты, нитриты и другие вредные вещества. Метод исключительно

ПРЕСС-СОВЕТ

Если вы хотите получить кристально чистую питьевую воду, используйте двойную очистку. Установите на кран фильтр-насадку «Гейзер» ①, имеющий регенерируемый картридж, а затем водой из-под него заливайте фильтр кувшинного типа ②. Таким способом вы получите хорошо очищенную воду и ресурс картриджа кувшина увеличите во много раз!



ЗАКОННЫЙ ВОПРОС



Уважаемые читатели!

Присылайте письма с интересующими вас вопросами по адресу: 305044, г. Курск, ул. Ухтомского, 43 или по электронной почте: press-kokteyl@list.ru. Ответит на них наш консультант – адвокат Ирина БЕЛОГОРОВА



Я жила в гражданском браке с мужчиной, родила ребёнка, расстались, получаю алименты на сына. Поскольку не работаю, а ребёнку ещё не исполнилось три года, имею ли право на алименты как бывшая жена?

Виктория, по e-mail.

Алиментные обязательства настоящих и бывших супругов регламентируются статьёй 89 Семейного кодекса РФ. Норма чётко указывает: под супругами подразумеваются лица, заключившие брак в установленном порядке. Поскольку вы не зарегистрировали отношения в органах загса, а значит, не имеете статус супруги. Алименты на ваше содержание в таком случае исключены.



Мы с мужем официально не регистрировали брак, хотя давно живём вместе. Хотим на двоих купить жильё по ипотечному кредиту, внося в залог однокомнатную квартиру мужа. Возможно ли это?

Мария М., г. Воронеж.

Безусловно, возможно. На сегодняшний день банки предоставляют массу ипотечных программ с приемлемыми условиями. Однако всё же позвольте дать несколько советов: рекомендую вам официально зарегистрировать брак, составить брачный договор или подписать у нотариуса обязательство, определяющее права на приобретаемое имущество. Судя по вашим намерениям, вы собираетесь оформить ипотечный договор на гражданского супруга, поскольку у него есть собственность для залога по кредиту. После выплаты займа единственным собственником жилья станет ваш партнёр, несмотря на то, что будете погашать кредит с общих (а то и лично ваших) доходов. Как ни грустно, но надо подумать о варианте возможного расставания, при котором вы останетесь ни с чем – в плане жилья. Доказать в суде причастность к приобретённой недвижимости будет практически невозможно. Есть другой

вариант сбора доказательств финансового участия: перечисляйте в банк деньги по погашению кредита за своей подписью, чтобы при самом неблагоприятном исходе истребовать общую сумму от партнёра. Однако это хлопотно, может быть оспорено в суде, процедура возврата наличных может растянуться или вовсе не состояться. Гораздо надёжнее зарегистрировать официальный брак: режим общей собственности на совместно нажитое имущество – серьёзная гарантия от финансовых рисков.



Продаю квартиру, покупатель просит оформить куплю-продажу по ипотечному договору. Скажите, чем я в таком случае рискую?

Галина Семёновна, г. Киров.

Для продавца квартиры, по большому счёту, не имеет значения – приобретает ли покупатель квартиру на заёмные (в кредит) или на собственные средства. Ипотека – обременение, которое возникает у покупателя при приобретении квартиры в кредит. При этом определённые риски при совершении сделок с объектами недвижимости существуют всегда, однако, на мой взгляд, продажа квартиры покупателю, который взял кредит в банке с солидной репутацией, наименее рискована для продавца. Ведь в этом случае банк так или иначе осуществляет проверку легитимности сделки и обеспечивает исполнение покупателем условий об оплате.



Иногородняя коллега попросила сделать временную регистрацию по моему адресу без её проживания. Я согласилась, позже она приобрела собственное жильё, но выписываться отказывается. Как мне быть?

Елена А., г. Курск.

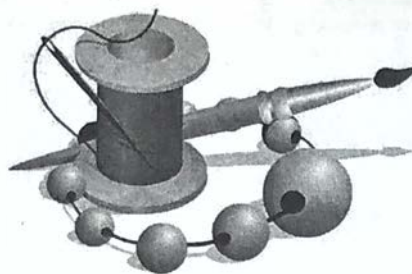
Вам необходимо обратиться в мировой суд по месту жительства с заявлением о снятии её с регистрационного учёта. В иске опишите все обстоятельства дела и укажите причины, по которым настаиваете на требовании. Участие недобросовестного «подселенца» в рассмотрении дела не требуется. Суд вынесет решение о снятии с регистрационного учёта, которое вам нужно предоставить в ДЭЗ. Кроме того, вы вправе дополнительно подать заявление о взыскании расходов по оплате ЖКХ – в части начислений на неё.



На год уезжаю работать в другой город. Выписаться по месту постоянной прописки и оформить временную регистрацию по месту работы не могу. Через 3 месяца мне исполнится 45 лет, предстоит замена паспорта по возрасту. В отпуск не отпустят, а платить штраф за просрочку не хочется. Как быть?

Игорь С., г. Кострома.

Согласно закону (Постановление Правительства РФ № 828 и Приказ ФМС РФ № 339) заменить паспорт вы имеете право абсолютно в любом отделе УФМС на территории РФ по месту обращения. Но срок замены в таком случае (выдача паспорта не по месту постоянной регистрации) составляет до двух месяцев. На это время вы можете попросить как справку о том, что документы отданы на замену, так и временное удостоверение личности.



Дорогие друзья! Конкурс «Домашняя мастерская» продолжается, присылайте фотографии хорошего качества на однотонном фоне с подробным описанием ваших работ по адресу: 305044, г. Курск, ул. Ухтомского, 43 или по электронной почте: press-kokteyl@list.ru с пометкой «Домашняя мастерская»

Радужная ваза

Давно читаю вашу рубрику, и мне нравятся идеи, которыми делятся читатели. Я творческий человек и люблю придумывать разные украшения. Одной из моих идей решила поделиться.

Вам понадобятся: длинные карандаши разных цветов, клей, яркая ленточка и любой предмет с плоскими гранями (баночка, стаканчик или поддон от пластиковой бутылки).

Шаг 1

Нанесите клей на поверхность баночки и обклейте её ровно обрезанными или, наоборот, заточенными карандашами по всему периметру. Цвета можно чередовать контрастно или сложить их наподобие радуги — это дело вкуса.



Шаг 2

Подождите, пока конструкция высохнет, и перевяжите её цветной лентой для украшения. В зависимости от того, из чего сделана основа вашей вазочки, в неё можно помещать сухоцветы или живые цветы. Таким же образом можно обклеить и горшок для комнатных растений.



Екатерина КОНОНОВА,
г. Тула

Необычный ночник

О конкурсе «Домашняя мастерская» я узнала от своей подруги. Решила поучаствовать сама. Простой в изготовлении подсвечник смотрится очень красиво и практически не требует затрат. Надеюсь, вам понравится

Вам понадобятся: стеклянная банка, клей ПВА, соль, кружево (подойдут ленточки или цветные нитки), кисточка, лак-спрей.

Шаг 1

Возьмите пустую банку и густо нанесите клей ПВА на её поверхность. После этого обкатайте в соли (соль при желании можно подкрасить пищевым красителем), не забыв «просолить» верхние края.



Шаг 2

Подождите несколько часов, пока клей высохнет. Смахните чистой сухой кистью частички соли, которые плохо приклеились. После этого покройте банку тремя слоями лака-спрея (после каждого слоя делайте перерыв в 20 минут). Приклейте на горлышко кружево и поместите в банку свечу. Подсвечник готов!



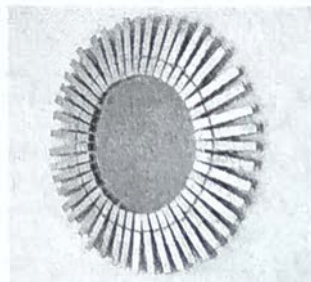
Валентина КОЛЬЦОВА,
г. Воронеж

На выдумку хитры

Необычный чехол для ножниц или очков можно без проблем изготовить из старого галстука. Достаточно отрезать узкую часть галстука, вывернуть его наизнанку и сшить концы вручную или, на машинке. После сшивания вывернуть на лицевую сторону, если необходимо, прогладить утюгом. Для удобного крепления в верхней части чехла можно пришить пуговицу или петельку.



Просто, быстро, экономично украсить ваше старое зеркало помогут деревянные или пластмассовые прищепки. «Общепите» ими зеркало по периметру. Деревянные прищепки можно тонировать морилкой в разные оттенки благородной древесины. Пластмассовые могут быть однотонными или цветными — в зависимости от вашего желания.



Храните комплекты постельного белья в одной из наволочек. Так вы не растеряете набор, и на поиск нужного комплекта у вас будет уходить значительно меньше времени.

Если в рецепт соуса входит мука, её необходимо обжарить. В противном случае соус приобретёт неприятный вкус и его будет сложно развести без комочков. Обжаривать муку следует на разогретой сковороде до коричневого оттенка и появления приятного орехового запаха. Если мука будет использоваться для белого соуса, готовить её нужно с добавлением масла (маргарина или кулинарного жира), чтобы она не поменяла окраску.

Сделайте перекладину в шкафчике с моющими средствами и подвесьте на неё бутылки-пульверизаторы. Это значительно сэкономит место.

Пластиковую посуду с обозначением PS на этикетке нельзя использовать для горячих напитков и еды: при нагревании она выделяет ядовитые вещества. Отдайте предпочтение посуде с маркировкой PP.

Обувь изнутри можно сушить при помощи пылесоса. Достаточно вставить в ботинок шланг без насадки и включить прибор.

Не экономьте время при разморозке овощей, фруктов или ягод: если их промыть водой, они потеряют полезные свойства и вкус.

Чтобы масляная краска не высохла, сверху (прямо на неё) налейте тонкий слой подсолнечного масла.



Рис. Елена Жигулёва

Как быстро убрать и экономно потратить, легко отстирать и аккуратно погладить, вкусно приготовить и аппетитно подать. Делимся, обсуждаем, записываем

Чтобы острое перечное масло не впиталось в кожу, перед тем как нарезать перец чили, протрите руки растительным маслом.

Перед приготовлением попкорна зёрна следует замочить в воде на 10 минут, а затем тщательно обсушить. При помощи этой хитрости попкорн не только приготовится быстрее и будет более «пушистым», в нём будет меньше нераскрывшихся зёрен.

Зёрнышки из граната выпадут сами, если: убрать верхушку фрукта, надрезать кожуру, замочить плод в холодной воде на 5 минут, а затем аккуратно разломить гранат на кусочки.

Если подсолнечное или оливковое масло стало мутным, добавьте в него немного соли и оставьте на пару дней. Масло осветлится, а на дне появится осадок. Обязательно перелейте масло в другую ёмкость.

Восстановить красивый блеск кожаным изделиям поможет кофейная гуща. Несколько ложек ещё влажной гущи положите в шерстяную тряпочку и интенсивными движениями натрите туфли, портфель или сумку.

Открыть стеклянную банку с плотно пригнанной крышкой можно, если погрузить перевёрнутую банку в горячую воду.

При варке гороха добавьте соду на кончике ножа. На вкус это никак не отразится, а горох разварится «в труху» примерно за 10 минут.

Вырежьте небольшой участок обувной коробки так, чтобы стало видно содержимое коробки. На вырезанное место приклейте прозрачный скотч. В будущем эта хитрость значительно облегчит вам поиск необходимой обуви.

Уважаемые читатели! Делитесь секретами по ведению домашнего хозяйства, присылайте советы по адресу: 305044, г. Курск, ул. Ухтомского, 43 или на e-mail: press-kokteyl@list.ru.

Будем вместе зимовать!

Собран урожай. Вы завариваете чашечку чая, садитесь в любимое кресло, смотрите на свой участок через оконное стекло... и вдруг резко встаёте, переодеваетесь и быстрым шагом идёте во двор. Потому что забыли: подготовиться к заслуженному отдыху необходимо и огороду

тения «карбамидом» (мочевинной). Для этого либо опрыскайте крону деревьев и опавшую листву 5%-ным раствором удобрения, либо рассыпьте его по поверхности и обильно полейте. Под яблоню – 200-250 г, под вишню и сливу – 120-140 г.

Утепляем виноградник

Не забудьте о защите виноградника. До второй половины ноября его необходимо укрыть: на земле около корней постелите ветки или целлофановые пакеты. После этого отвяжите от опоры ветви и аккуратно положите их вниз. Сверху укройте растение мешковиной или плёнкой.

Заботимся о газоне

Причём желательно до конца октября. В первую очередь очистите газон от камней, листьев и мусора. Скошите траву и обязательно уберите её – в противном случае это может привести к гниению всего газонного слоя. Внесите удобрения, содержащие калий и фосфор (из расчёта 60-80 г на кв. м). И сделать это желательно перед выпадением осадков. Не удобряйте газон во время длительной засухи! В крайнем случае тщательно полейте его и внесите удобрения, как только всё высохнет. Благодаря «витаминной профилактике» газонная трава не только хорошо перезимует, но и разовьёт мощную и здоровую корневую систему. Все неровности обязательно заделайте смесью песка и перегноя.

Защитить и...

Чтобы в будущем у вас не возникло лишних хлопот с посадкой овощных культур, произведите глубокую пере-

копку почвы, тщательно убирая сорняки, но не разбивая пласты земли на мелкие части. Вы избавитесь от десятка различных видов вредителей, которые на зиму коварно прячутся в почву на глубину 10-15 сантиметров. Если некоторые виды луковичных цветов всё же собираетесь оставить в земле до весны, обязательно укройте их слоем перемолотой коры или опилок – такое «одеяло» не только спасёт от жестоких русских морозов, но и обеспечит растениям достаточную для сна вентиляцию.

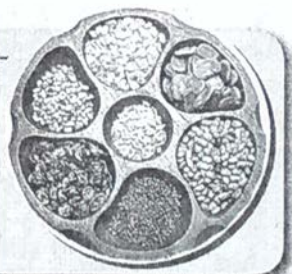
...посадить!

У всех соседей авитаминоз, а вы наслаждаетесь овощами с собственной грядки ещё ранней весной. Думаете, такое может только присниться? А вот и нет! Укроп, петрушку, редис, салат, морковь, свёклу и лук можно посадить под зиму до наступления устойчивых заморозков (для средней полосы это вторая половина октября вплоть до начала ноября). Только не забудьте после всех проведённых работ правильно промульчировать почву (покрыть свободную поверхность между высаженными рядами защитным органическим слоем). Для осенне-зимнего периода отдайте предпочтение либо опилкам и коре, либо хорошо перепревшему навозу. Это не только как следует защитит весенних «первопроходцев», устранив резкие перепады температуры, но и предохранит структуру почвы от разрушения и от некоторых видов вредителей.

Подготовила
Ксения ЗВЯГИНЦЕВА.

Пресс-совет

Прежде чем пересыпать семена в отдельные мешочки и пакеты, их следует просушить. Чем лучше они высохнут, тем больший процент их прорастёт весной.



Приготовления ко сну...

Прежде всего обратите внимание на многолетние деревья и кустарники, ведь в осенне-зимний период они не прекращают, а лишь замедляют жизнедеятельность, словно засыпают...

Отправляем спать деревья

Для начала выкопайте больные деревья: вероятность их выздоровления зимой крайне мала, а вот заразить соседей они могут. Обрезку здоровых деревьев проводите только тогда, когда деревья полностью скинут листву. Смело срезайте сухие и сломанные ветки, а также побеги, поражённые плесенью и насекомыми. С особой тщательностью «подстригите» смородину и малину: весной они просыпаются раньше остальных. Удалите у них и прикорневые побеги. Тщательно осмотрите все деревья и кустарники – вокруг не должно быть никаких углублений и ямок, вода, скапливаемая в них, может сильно повредить кору. Все трещинки в стволе и ветках замажьте садовым варом, так вы защитите растения от перепадов температур и затекания талой воды. Особое внимание уделите защите корневой системы деревьев. Наиболее эффективное средство для этого – мульчирование. Вскопайте землю у приствольной части дерева и засыпьте эту территорию слоем опавших листьев (опилок, стружки, компоста) толщиной 8-10 см. Не используйте солому, сухую траву или сено – это привлечёт мышей. Альтернативные варианты – окучивание деревьев почвой или же обвязывание стволов мешковиной (целлофановые плёнки в этом случае будут лишь препятствовать испарению воздуха). Для профилактики возникновения парши и обогащения азотом подкормите рас-

Не игрушка!

Сколько весёлого и смешного случается на глазах у владельцев домашних животных! У каждого из них найдётся масса интересных и смешных историй о жизни питомцев. Попробуем рассказать невыдуманные истории из жизни собак породы той-терьер



Такой вот дикий зверь!

Лёлику почти 2 года. Однажды он неудачно прыгнул с кровати и повредил лапку. Лапка распухла и стала сильно болеть. На семейном совете решили отвезти его к знакомому ветеринару. «Веселье» началось ещё в приёмной ветеринарной клиники. Как истинный защитник, Лёлик счёл необходимым заступиться за маму и сестричку (с которыми и приехал в лечебницу). Облаяв всех собак и кошек, подняв «на уши» всех сотрудников, он с гордым видом прошёл в кабинет к врачу. Именно

с того момента Валерий Николаевич (ветеринар) и стал называть нашу собаку «Терминатором». Оказалось, маленький рост и миниатюрные зубки не мешают «кусаться, как бешеному волкодаву и одновременно вопить от страха, как дикому лемуру» (цитата ветврача).

В итоге, несмотря на наркоз (который сделали для рентгена лапки), было решено перевязать ему пасть. Этот приезд в ветеринарную лечебницу ни мы, ни сотрудники ветклиники не забудем никогда.

Екатерина НИКИТИНА и Лёлик,
г. Курск.

«Я сердцем лев, и этим благороден»

Мы боимся выпускать на улицу и во двор нашего Боню (назван в честь льва Бонифагия из мультфильма). Мало ли какая собака может его обидеть! А он не прочь «преподать урок» каждой встречной собаке. У соседей живёт азиатская овчарка Антей — порода довольно большая и серьёзная. В один из будних дней они выпустили её погулять во двор. Увидев потенциального противника, Боня насторожился и спустя мгновение сломя голову ринулся «в атаку». Я испугалась. Побежала за своим маленьким другом,

уже мысленно с ним прощаясь. То, что увидела, рассмешило до слёз. С львиным бесстрашием Боня звонко лаял, пытаясь напугать соседскую овчарку. Тот же просто не смог увидеть возмутителя своего спокойствия; находясь за высокой планкой забора. Недовольно поворчав, азиат в скором времени скрылся из виду. Боня чувствовал себя настоящим героем! Мысленно поблагодарив соседей за предусмотрительность и взяв подмышку победителя, я поспешила домой — награждать Боню за проявленную отвагу.

Алла ДОЛЖЕНКОВА и Боня,
г. Асбест.

«Не подходи ко мне!»

Яша не особо любит, когда в ЕГО дом приходят незнакомые люди. К одним (редкие счастливики!) он привыкает и даже соглашается посидеть на коленках, на других может лаять часами, пока они не уйдут. К последним можно отнести тех, с кем мы активно, а главное — дружелюбно разговариваем. Особенно не везёт подругам жены, ведь с ними она ещё и обнимается (что за неслыханная дерзость!)

Как-то раз из Харькова к нам приехала погостить Лена — общая знакомая. Естественно, некоторая часть нашего внимания уделялась теперь ей, а не Яше. Коварный пёс такого обращения с собой долго терпеть не мог и просто... исчез! Мы беседовали на кухне. Возвращаемся в комнату, зовём Яшу — не подходит. Начинаем искать по всей квартире — нигде нет! Испуганная жена осматривает каждый уголок подъезда (живём на первом этаже), Лена выбежала на улицу — безрезультатно. Отчаявшись, сели на диван в зале писать объявление о пропаже. Вдруг слышим за креслом чьё-то недовольное, но до боли знакомое фырканье. Отодвинули мебель, а там — Яша собственной персоной. Дрожит, злится, ревнует, а всё же заметно доволен, что его обнаружили. Ругать не стали — слишком уж были рады внезапному возвращению.

Семья ВОЛОБУЕВЫХ,
Белгородская обл.

Информация к теме

Той-терьер — миниатюрная порода декоративных собак. Своим происхождением обязаны чёрно-подпалому терьеру — маленькой собачке, использовавшейся в средневековой Англии для борьбы с мелкими грызунами. По своей природе «тойчики» (как их ласково называют заводчики) — бесстрашные, ласковые и задорные. Однако, как и все терьеры, эти собаки обладают чувством собственного достоинства. Поэтому, несмотря на «игрушечный» вид, той-терьеры нуждаются в серьёзной и последовательной тренировке. В противном случае из верного и благородного щенка может вырасти озлобленный, обидчивый и капризный вредитель.



Гороскоп на октябрь

Весы (24.09 – 23.10)

Для Весов октябрь будет насыщенным. Ваше деловое чутьё обострится, но не стоит брать за разрешение дел, требующих большой ответственности. Не переоценивайте силы и не нагружайте себя лишней работой. Обаяние и привлекательность Весов помогут установить доверительные отношения с противоположным полом. Посвятите время общению с близкими людьми и укреплению здоровья.

Овен (21.03 – 20.04)



Звёзды советуют вам внимательнее отнестись к людям, с которыми вы общаетесь, возможно, кому-то из них нужна ваша помощь. В деловой сфере лучше придерживаться амбиции и следовать дорогой компромисса, иначе рискуете нажить недоброжелателей. Прежде чем сделать выбор, несколько раз взвесьте все «за» и «против». Больше времени проводите на свежем воздухе.

Телец (21.04 – 20.05)



Месяц обещает быть плодотворным и спокойным. Вам удастся избежать множества неприятностей, если будете действовать осмотрительно, просчитывая действия на шаг вперёд. Для проявления инициативы – не самое подходящее время. Никогда не забывайте: как бы хорошо вы себя ни чувствовали, никому ещё не мешал полноценный отдых.

Близнецы (21.05 – 21.06)



Для Близнецов октябрь – пора романтики, любви и приключений. Если чувствуете, что именно этого вам так долго не хватало – всё в ваших руках. Постарайтесь как можно больше времени проводить с пользой для тела и души. Есть вероятность неожиданных сюрпризов: это может быть премия на работе, подарок или выигрыш в лотерею. Будьте готовы к визиту старых друзей.

Рак (22.06 – 22.07)



Начало месяца может свалиться на вас лавиной рутины, забот и мелких проблем, но не стоит от-

чаиваться, немного находчивости и активности – и любые преграды будут по плечу. Не растрчивайте силы по пустякам, сосредоточьтесь на выполнении главного дела и будете щедро вознаграждены. Есть вероятность судьбоносной встречи, которая может перерасти в крепкую дружбу или даже супружеские отношения.

Лев (23.07 – 23.08)



Львам звёзды пророчат путешествие или поездку за город. В любом случае лучше взять организационные вопросы на себя, чтобы отдых принёс максимум впечатлений и положительных эмоций. Но это не значит, что вы должны игнорировать мнение окружающих. Не стоит отдавать все силы работе, здесь и без вашего усердия всё будет складываться как нельзя лучше. Просто расслабьтесь и получайте от жизни удовольствие.

Дева (24.08 – 23.09)



Октябрь для Дев будет весьма благоприятным. Сейчас самое время немного забыть о работе и заняться самосовершенствованием. Старайтесь избегать споров и конфликтных ситуаций. Неожиданный визит родственников может значительно поправить ваше материальное положение. В любовных делах у вас всё будет складываться замечательно, главное – не теряйте голову. Проводите больше времени вне дома.

Скорпион (24.10 – 22.11)



Чего Скорпионам сейчас не следует делать, так это идти напролом, пытаясь за один раз решить все возможные проблемы. Попробуйте спокойно проанализировать свои

действия, составить план работы для выполнения конкретных задач. По возможности избегайте стрессов и психологических нагрузок. Уделите как можно больше времени отдыху на природе и общению со старыми друзьями. Возможны непредвиденные денежные расходы.

Стрелец (23.11 – 21.12)



Большинство из того, что произойдёт в октябре, будет зависеть от умения добиваться поставленных целей. Существенную поддержку могут оказать друзья, родственники или знакомые. Звёзды пророчат хорошую финансовую прибавку, но только в том случае, если вы проявите твёрдость характера. Не стоит забывать о семье, возможно, именно сейчас кто-то из ваших близких нуждается в поддержке.

Козерог (22.12 – 20.01)



Практически любые начинания Козерогов приведут к хорошим результатам. Самый благоприятный период для того, чтобы взяться за дела, которые очень долго откладывались на потом. Вы не только блестяще справитесь с работой, но и получите от этого массу положительных эмоций. Ваши энтузиазм и уверенность как магнит будут притягивать к вам людей, поэтому не исключено, что друзей у вас станет ещё больше.

Водолей (21.01 – 20.02)



Для Водолеев октябрь будет месяцем деловой активности, которую необходимо использовать для проявления талантов и улучшения материального положения. Обучение, деловые связи и поездки сейчас для вас исключительно важны. Работа будет отнимать много времени, но в итоге вы будете вознаграждены. Не берите на себя ненужной ответственности и не принимайте решения под влиянием эмоций.

Рыбы (21.02 – 20.03)



В начале октября у большинства Рыб может появиться ощущение недоверия по отношению к окружающим, но это чувство вскоре пройдёт. Сейчас для вас особенно актуальны финансовые вопросы, и здесь звёзды советуют полностью довериться интуиции. Личные отношения тоже не останутся в стороне: поездки, новые знакомства и общение подарят заряд бодрости и прекрасного настроения.

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!

Елена, г. Белгород.

43 года, рост 160 см, нормальная во всех отношениях, дети взрослые. В материальной поддержке не нуждаюсь, всем обеспечена. Ищу настоящего мужчину своего возраста или немного старше, но не старого душой и телом, так как выгляжу моложе своих лет. Вдовец с ребёнком тоже подойдёт, я смогу воспитать ещё одного ребёнка.

Телефон 8-910-737-80-70.

Галина, г. Воронеж.

50 лет, рост 156 см, вес 52 кг. Хобби — кулинария. Люблю спорт и танцы. Работаю. Есть два взрослых сына и внук. Познакомлюсь с мужчиной от 45 до 60 лет для серьёзных отношений. Согласна на переезд.

Адрес: г. Воронеж, ул. Некрасова, д. 6. Галине Ивановне КОМАРОВОЙ.

Ирина ГЛИНКА, г. Оренбург.

40 лет. Живу одна в своей квартире. Дети выросли. Хочется тепла и любви, дарить свою любовь и заботу хорошему человеку. Приму мужчину, которого полюблю всем сердцем. Я работающая, заботливая, терпеливая и весёлая женщина. Внешне симпатичная, художая. Буду рада любому письму. Если потребуется, согласна на переезд.

Адрес: 460041, г. Оренбург, пос. им. Куйбышева, ул. Ветеранов труда, д. 1а, кв. 7.

Сергей, г. Архангельск.

45 лет, рост 165 см, вес 62 кг. Живу один в большой квартире. Есть частный дом, дача за городом и автомобиль. У меня хорошее здоровье, есть своё дело. Для полного счастья не хватает только любимой женщины. Если вам 18-45 лет, хотите любви, взаимопонимания и заботы, пишите! Вашим детям буду очень рад.

Адрес: 163009, Архангельск-9, а/я 69, Сергею ПЕРХУРОВУ.

Людмила, Удмуртская республика.

53 года, рост 155 см, вес 60 кг. По гороскопу Дева. Разведена, сыну

10 лет. Образование высшее. Симпатичная, добрая, скромная. Люблю животных, природу, спорт. Познакомлюсь с мужчиной для серьёзных отношений.

Телефон 8-965-848-81-36.

Татьяна, Курская обл.

Кому за 60 и очень одиноко, отзовитесь для дружбы и общения. Звоните, у кого нет родных и близких. Хитрые, завистливые, пьющие, не беспокойте!

Телефон 8-951-317-61-44.

Ольга, Архангельская обл.

Порядочная, добрая, хозяйственная пенсионерка, без жилищных и материальных проблем познакомлюсь с одиноким, непьющим, добрым, хозяйственным мужчиной 65-70 лет. Телефон 8-950-254-85-84 (звонить строго с 19 до 20 часов).

Эльвира, г. Орёл.

35 лет, рост 162 см. Привлекательная, порядочная, хозяйственная, без м/ж проблем и вредных привычек. Познакомлюсь с образованным мужчиной 35-38 лет для создания дружной счастливой семьи. Пьющие, судимые, не беспокойте!

Телефон 8-961-620-91-89 (для sms).

Дана, г. Курчатова.

26 лет, рост 174 см, вес 65 кг. Порядочная, хозяйственная, без вредных привычек.

Познакомлюсь с мужчиной 32-38 лет. Выдержанным, спокойным, воспитанным и умеющим уважать близких.

Телефон 8-951-086-69-66 (для sms).

Марина, г. Киров.

48 лет, рост 168 см, вес 70 кг. По знаку зодиака Телец. Среднее специальное образование, волосы русые, глаза зелёные. Небогата, живу с родителями, без в/п. По характеру добрая, отзывчивая, надёжная, люблю природу, животных. Есть свои недостатки. Познакомлюсь с мужчиной для создания семьи, возраст — в



пределах разумного, с жильём, высокого роста, среднего телосложения, имеющим спокойный характер.

Пьющие, из МЛС, не беспокойте! Адрес: 610050, г. Киров, ул. Кольцова, 11-230. Телефон (8332) 29-83-68. Марине Александровне МАЛИНОВСКОЙ.

Наталья, Казахстан, Акмоленская обл.

44 года, рост 162 см, приятной внешности. Образование высшее. Хорошая хозяйка, без вредных привычек. Познакомлюсь с культурным, внимательным, трудолюбивым, непьющим мужчиной 38-50 лет, который станет хорошим мужем. Вашим детям буду рада. Альфонсы, судимые, не беспокойте!

Телефоны: 8-705-140-74-53

8-701-905-07-38

8-716-456-43-28

e-mail natal-ryto@yandex.ru

Евгений, Ленинградская обл.

54 года, рост 180 см. Пенсионер, работаю. Люблю путешествия, чтение, рисование. После развода живу с матерью, но собираюсь купить своё жильё. Познакомлюсь с умной, доброй, решительной и независимой женщиной, близкой по возрасту для серьёзных отношений. Меня не интересуют ни полнота, ни жизненный статус.

Адрес: 187320, Ленинградская обл., г. Шлиссельбург, до востребования, Евгению.

Гая, г. Астрахань.

45 лет, по гороскопу Лев. Стройная, привлекательная, независимая и уверенная в себе. Есть жильё, дети самостоятельные. Познакомлюсь с порядочным добрым мужчиной. Альфонсы, из МЛС, не беспокойте.

Телефон 8-906-458-41-65.



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 редакторской обработки текста.

Объявления присылайте по адресу: 305044, г. Курск, ул. Ухтомского, 43

или по электронной почте: press-kokteyl@list.ru с пометкой «Знакомство».



Анекдоты

Жена – мужу:

– Опять носки по всей квартире раскиданы!

– Так это новая рекламная акция: «Собери десять пар и получи деньги на тушь».

– Ну прости меня, дорогая!

– Не могу! Я уже рассказала об этом маме.

Ох уж этот Интернет! Из-за него я вчера опять лёг спать сегодня!

У стены, на которой студенты мелом написали «Сберкасса», за несколько минут собралась очередь из 30 пенсионеров.

Мальчик, которого воспитали строгие родители, до трёх лет думал, что его зовут «Нельзя».

Если в пустыне вам перешла дорогу женщина с пустыми ведрами, отбросьте суеверия, идите за ней!

Вышел из парикмахерской. Не могу понять, зачем меня спрашивали, как я хочу постричься?

Чай для похудения. С тортиком – в самый раз!

Нет ничего более полезного в домашнем хозяйстве, чем провинившийся муж.



– Да ты не мужчина, гвоздь в стену вбить не можешь!
– А ты думаешь, у настоящего мужчины все стены в гвоздях?!

«Мерседес» уступил дорогу «Ладе-Калине», и она рассыпалась в благодарностях.

Суперэкономные молодожёны решили сэкономить на фотографии и видеооператоре. Они запомнили свою свадьбу от начала до конца.

Начинали ремонт в стиле «хай-тек». Закончили в стиле «нихай так»...

Согласно легенде существовали женщины, которые, открывая шкаф, уже знали, что наденут.

Из дневника:
День 1-й. Решила сесть на диету.
День 2-й. Решила больше не принимать скоропалительных решений.

Мальчик-хулиган пять дней не мог попасть домой. Он звонил в дверь и убегал.

Мальчики, которым отцы зимой завязывают шарф редко, простужают горло, поскольку умеют задерживать дыхание на 3 часа прогулки.

Гламурные полицейские носят овчарок под мышкой.

К посетителю в ресторане подходит официант. Тот даёт ему доллар со словами: – Посоветуйте мне что-нибудь.

Официант кладёт купюру в карман и, наклоняясь к посетителю, говорит: – Уходите отсюда как можно скорее...

– Когда утром я слышу звук будильника, мне кажется, что в меня выстрелили.

– И что? Ты вскакиваешь?
– Да нет, лежу, как убитый.

Человек, без аккаунта в социальных сетях вызывает сначала удивление, потом жалость и, наконец, зависть.

По итогам социального опроса среди школьников лучшим учителем года был признан отцовский ремень!

ГОВОРЯТ ДЕТИ:



Павлик (3 года 9 месяцев).

Разговариваем с сыном о стоматологах.

– Мама, когда у меня заболят зубы, доктор их вылечит?

– Да, помнишь, когда у тебя зуб почернел, мы ходили в поликлинику?

– А если выпадут, доктор новые вставит?

– Ты ещё маленький, у тебя зубки новые вырастут.

– (С придыханием и надеждой...) Золотые?!

Карина (4 года 5 месяцев).

Дочка после разговора о её появлении на свет спросила меня: «Я всё поняла. Но где же я была, когда меня не было?»

Костик (5 лет 3 месяца).

Укладываю сына спать, а он говорит: – Мне почему-то вечером спать не хочется, а под утро хочется, почему у меня в жизни такая загадка?!

Афоризмы

Моя честь – это моя жизнь; обе растут из одного корня. Отнимите у меня честь – и моей жизни придёт конец.

Уильям ШЕКСПИР

◆◆◆

Дружба – это такое святое, сладостное, прочное и постоянное чувство, что его можно сохранить на всю жизнь, если только не пытаться просить денег взаймы.

Марк ТВЕН

◆◆◆

Любая женщина должна уметь преподнести себя, но только настоящая женщина умеет преподнести себя как дар.

Николай САФРОНОВ

ЭТИ ЗАБАВНЫЕ



ЖИВОТНЫЕ



Иду однажды в гости к подруге. Дворик у них чудный – закрытый, с одной стороны арка-выход, с другой – дорожка-выезд. Вхожу по дорожке и вижу: огромный пёс (то ли чёрный терьер, то ли московская сторожевая) несёт в зубах маленького ребёнка. Что делать?! Обминая, готовлюсь закричать, но пёс спокойно кладёт ребёнка в песочницу, где копошатся ещё двое таких же малышей, и укладывается рядом, морда на лапы, дремлет. Второй малыш, оглянувшись на собаку, вылезает из песочницы и шлёпает к арке – там же так интересно: люди, машины, оживлённая улица... Пёс из-под мохнатых бровей наблюдает. Когда до арки остаётся пять малышачьих шагов, пёс встаёт, в два шага догоняет «нарушителя», берёт за капюшончик, относит в песочницу, ложится... Граница на замке!



У знакомых в семье дома живут говорящий попугай Кеша и кошка Ксюша. Когда кошка проголодается, то приходит на кухню и начинает выпрашивать еду. Хозяйка дома обычно говорит детям: «Кто-нибудь, покормите Ксюшу». Однажды про Ксюшу все забыли, а кошка, вспомнив охотничьи инстинкты, решила поймать Кешу, сидевшего в клетке. Подкравшись к клетке с попугаем, Ксюша просунула лапу между прутьями и пыталась схватить птицу. Бедный Кеша забился в самый дальний угол клетки и истерично закричал на всю квартиру: «ПОКОРМИТЕ КСЮШУ! КТО-НИБУДЬ, ПОКОРМИТЕ КСЮШУ!»

Невыдуманнные истории

Лечить так лечить!

Моя знакомая Марина работала фельдшером на «Скорой помощи». Приехала она однажды с бригадой на вызов в семью, в которой все родственники отравились грибами. Кого-то пришлось госпитализировать, кому-то только желудок промыть и оставить дома до полного выздоровления.

Собрались уезжать. Подходит к ним мать семейства и спрашивает: – Доктор, подскажите, пожалуйста, с оставшимися грибами, что нужно делать? Может, их проварить ещё раз?

Марина сначала оторопела от вопроса, а потом ответила: «Не надо ничего делать. Ешьте как есть, а мы вас подождём...»



Кто мной займётся?..

Я работаю парикмахером, у меня клиент. Вдруг заходит совершенно лысый мужчина, оглядывает с недовольством мастеров и с претензией спрашивает: «Ну что, никто мной не хочет заняться?!» Мы сначала потеряли дар речи, но потом решили ответить на шутку: «Без проблем, вот только стоить это вам будет в три раза дороже». Он с возмущённым видом спросил: «Почему это?», на что получил ответ, что у него волосы найти будет сложнее. После минутной паузы мы все катились от смеха. Оказывается, по соседству с нами открылась турфирма, а все менеджеры куда-то отлучились, вот он и решил их разыскать.

Письмо

Я говорю спасибо за тепло, согревшее нас в зимней стуже,
Которое мы пронесли с тобой сквозь зной и лёд, сквозь засухи и лужи.
Которое давало право жить, не видя суету и бренность мира,
Я говорю спасибо за любовь, которая нас так объединила.

Я говорю спасибо за мечту, за то, что было так, а не иначе,
За шёпот ласковый в тиши ночной, такой волнующе горячий.
За счастье просто быть вдвоём, весенней ночью слушать грозы,
Я говорю спасибо за любовь, а по щекам опять стекают слёзы...

Погасли свечи, предо мной письмо, закрыв глаза, я чувствую томленье,
И сонный плен окутал мне лицо, бросая в душу новые сомненья.
Слова, которые хранил в душе о нежности, любви, отваге,
Я не посмел в лицо сказать тебе и потому пишу всё на бумаге.

С чего вдруг написать тебе решил? Не знаю, просто накипело,
Ты думала тебя давно забыл? Я не забыл, я просто был несмелым.
В душе по-прежнему сидит... томленье чувства неостывшей веры,
Рисую мне заветное лиц – так ясно и безо всякой меры...

Евгений РЫЛЬСКИЙ.



П Р И З О В О Й

Сооружение для велолюбителей	Техас в США	Мена товара на деньги	3				Лечебное растирание
2			Обезьянничайший фактор	Его имя носит Театр зверей			
Двери рая	Гроза браконьеров	Украшающие разводы					
Водка перед харикири		10	Конопляный наркотик	Вторичная мурава			
	Лососевая рыба	«Отец» Незнайки					
			Немецкий композитор	Боевой клич	Богиня победы в Греции		
Муромец - Илья, а Попович?	Один из знатоков				Стиральный порошок	Золотое на пальце	
1			Оборот спирали	6			Бог Солнца
... Рязанов	Дружная жизнь в семье	Среднеазиатская водка			Куревод для верблюдов	Громкий крик	
Самый близкий товарищ		Немецкий писатель	Старр из «Битлз»				
Судно Ноя	Ствол 45-го калибра	Пшеничный плод	7		Зубастая гроза морей	Листовка «Все на выборы!»	5
			Чистый вес товара	3 строки в японском стиле	Пресные лепешки иудеев		Работник на публику
			8		И Гайдар, и Лигачев		
		Прадед Ноя	Аэропорт в Париже				Пивной деликатес
					Классный летчик	И цифра, и буква	
		Поперечные нити ткани	Остов здания				
	4				Театральное действие		9

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:

ВЛАДИМИР БАСОВ: СО «ЩИТОМ...» И НА ЩИТЕ

Собственная жизнь актёра могла бы стать сюжетом не одной, а нескольких лент разных жанров – от военно-патриотического до любовно-трагического. «Ну, граждане алкоголики, хулиганы, тунеядцы, кто хочет сегодня поработать?» – тот, кто пустил в мир эту реплику, сам всегда работал да и жил на износ.



В ПОСТЕЛЬНЫХ ТОНАХ

Одни записывают себя в грешницы после мысли прикоснуться к чужой сечетке, другие не видят ничего постыдного в интимной близости на первом свидании. Протестируйте себя, кто вы в мире секса – скромница или «плохая девчонка»?



Пресс-Коктейль для женщин

(ежемесячное издание)
10 (103) Октябрь 2012 год
Учредитель: ИВАНОВ А. С.

(305502, Курская обл., Курский р-н, с. Ключевка, д. 146).
Издатель: ИП ИВАНОВ А.С.

Светлана ИВАНОВА –
главный редактор

Наталья АНДРИЯЧЕНКО –
выпускающий редактор

Рустэм СТАРЫГИН –
дизайн и верстка

Наталья ГРЕБНЕВА –
редактор раздела
психологии и здоровья

Евгений РЫЛЬСКИЙ –
редактор раздела
культуры

Ксения ЗВЯГИНЦЕВА –
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 Федеральной службе по надзору
в сфере массовых коммуникаций,
связи и охраны культурного
наследия.

Свидетельство о регистрации
ПИ №ФС 77-29572 от 21.09.07.

Редакция знакомится с письмами читателей, не вступая в переписку. Мнение редакции не всегда совпадает 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.anekdot.mail.ru, www.humor-advice.narod.ru, www.idet.org.ru, www.podkat.ru.

Номер подписан в печать 23.08.12. Заказ № 168. Время сдачи по графику – 17.00, фактически – 17.00. Газета отпечатана в типографии «Пресс-Лайн»; г. Курск, ул. Ухтомского, 43.

По всем случаям полиграфического брака обращаться в типографию.

Телефон производственного отдела (4712) 34-25-31.

Тираж 70 000 экз.
Цена свободная.

Подписной индекс в каталоге «Пресса России» – 83254, в каталоге «Почта России» – 60073.

РАСПРОСТРАНЕНИЕ:

Курск: (4712) 34-25-31;
Алматы (727) 270-70-28;
E-mail: buduar_press@mail.ru.



Не опоздай на раздачу слов

Спасибо всем, кто прислал
правильный ответ на призовой
сканворд, опубликованный в
№ 8 (август).

Троих победителей определил жребий

ПЕРВЫЙ ПРИЗ (700 рублей)

получает И. Б. САВЕЛЬЕВА, г. Воронеж

ВТОРОЙ ПРИЗ (500 рублей)

получает О. В. СЕМЁНОВА, г. Краснодар

ТРЕТИЙ ПРИЗ (300 рублей)

получает В. В. БОЛТАЧЕВ, Кировская обл.


Поздравляем! Желаем удачи!



ТАБЛИЦА УЧАСТНИКОВ КОНКУРСА

«А я готовлю так!»

«Плов с тыквой и фруктами» от Ирины ОДИНЦОВОЙ	
Жаркое из мидий от Евгении ОСИПОВОЙ	
«Ромашка» от Анастасии РАЗИНОЙ	
Грибной соус от Марии БОБОВНИКОВОЙ	
«Изумрудный браслет» от Кристины БАРАНОВОЙ	
«Котлеты из фасоли» от Марины БУБЛИКОВОЙ	
«Фаршированные огурцы» от Алёны ГОЛОДНИКОВОЙ	

Чудотворные останки	↖	Она же Марго	↖ ↗		Испанский дворянин	↖ ↗						↖ ↗
	↖				Нота	Автомат	Дьявольское испытание					
Курорт с темными ночами		Тележка с одним колесом	→									
Шляпка- невеличка	↖		↖		Дурень царя небесного		Звено стальной гусеницы					
	↓	Осел		«Гвоздь» с резьбой	↖			Трениро- вочный бой ра- пиристов	↖			
	↖				Развод- ной над Невой	Воинский началь- ник	Придумал Робин- зона	Безжа- лостный власте- лин		Ролико- вая доска	Едини- чный вектор	↓
		Англий- ский титул		Бухгал- терский...	↖		Марка вертоле- тов	↖				
	↖	↖		Верхняя конеч- ность человека	↖					Карлико- вый буйвол		↓
Узелковое письмо		Месяц года		Амери- канский киноактёр	Команд- ная игра	Газ из группы галогенов	→					
	↖						Спутник Марса		Смелость напоказ		Профес- сия Афони	↓
Проме- жуток		Неядо- витая змея	↖		Порода с ценными вкрапле- ниями	... Мария (молитва)	↖					
Черный березо- вый гриб	↖	Он пил водку на Фонтанке		Марка самолета	↖		Большая судовая сеть	→				
	↖				Плакучая над водой			↖	Исполни- тель ролей	Грозный царь		↓
									Положе- ние гим- наста на кольцах			
						Житель страны, где «все есть»	Зелень на лужайке	→				
									Прино- шение волхвов			
Ботинки для футбола	→					«Ключ» в электро- цепи	Одежда- «вете- ран»	→				

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД

По вертикали: ре, итальяро, Сочи, тапка, ишак, мост, асцо, нопрд, рыка, дефо, кино, хоккей, асат, интервал, TV, Фобос, рыда, трад, чижик, ива, рек, вис, травя, пене, дарт, дугса, рань.

По горизонтали: ялик, чара, моши, имень, шурпл, уж, Рита, унёт, АКМ, Рупк, оных, гора, иокус, командир, трак, Аве, КА, актёр, деспот, скеит, бравата, аноа, Иван, озеро, опт, снесар.