

ПРЕСС

ежемесячное издание
для женщин

Коктейль

Октябрь 2014

*В стиле
а-ля рус*

**В ОТЦЫ
ГОДИТСЯ!**

**Показатель
УМА**

**Мульти-
МАМА**

16+

**София
Ротару:**

«Я не боюсь слова «бабушка»



Продолжается подписка
на I полугодие 2015 года

ПРЕСС Коктейль

для женщин

СТОИМОСТЬ НА ПОЛУГОДИЕ
(без учёта почтовых услуг) **84** рубля

Каталог «Почта России» – 60073

ВНИМАНИЕ!

ТРИ ИЗДАНИЯ В ОДНОМ КОМПЛЕКТЕ:

«Будуар» + «Будуар. Здоровье» + «Пресс-Коктейль»

СТОИМОСТЬ НА ПОЛУГОДИЕ
(без учёта почтовых услуг) **180** рублей

Каталог «Почта России» – 83440

*Получите
удовольствие
от жизни
вместе с нами!*

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

Ваш выход	4	В стиле a la russe
Модная шпаргалка	6	5 покупок, которые сделают вас стройнее
Девичник	7	Внешний вопрос
	8	С чистого листа
Будь в форме	9	Пособие для стройности и лёгкости
Здоровье	10	Сотрём стресс-код!
Маленькая страна	12	К году игрушки
	13	Вопрос-ответ
Душевный доктор	14	Истории в конверте
Прошу слова!	15	Линия космоса
Анатомия чувств	16	Ушла – и выхожу
Мужчина в фокусе	18	В отцы годится!
В постельных тонах	20	«Чего хочу – не знаю...»
Его точка зрения	22	Всем сестрам – по ушам!
Наука побеждать	24	«Я хочу быть... ТОБОЙ»
Карьера	26	Успешным от успешных
Без грима	28	София Ротару: «Я не боюсь слова «бабушка»
Проза жизни	30	Мне мало...
Вокруг света	32	Виды Шотландии
Ещё раз о любви	34	Сиротская доля
Незабываемые имена	36	Короткое лето Кузнечика
За кадром	38	Билли Боб Торнтон: «Я против!»
Имя ей Женщина	40	Сара Бернар: турне по граням
Герой времени	42	Вот тебе и вятский мужичонко!
Между прочим	44	Показатель ума
Культопоход	46	Смотрим. Слушаем. Читаем
История шедевра	47	«Мадонна» в цифрах
Кушать подано!	48	Ещё ложечку, и всё!..
Делюсь рецептом	49	Коронное блюдо
Мама-повар	50	Мульти-мама
Мировая кухня	51	Нация сладкоежек
Экспертиза	52	Семья на связи
Домашний адвокат	53	Законный вопрос
Ручная работа	54	Идеи для уюта
Впрок	55	Увидали усаца, не кричите сгоряча!
Живая красота	56	Дорогой мой иностранец!
Зверьё моё	57	Два в одном
Люди и звёзды	58	Гороскоп
Есть контакт!	59	Знакомства
Не соскучишься!	60	Досуг
	62	Призовой сканворд
	63	Анонсы

Стр. 4



Стр. 28



Стр. 47



Стр. 57



В СТИЛЕ À LA RUSSE

У большинства иностранцев мы, россияне, ассоциируемся с медведями, балалайками и водкой. Более продвинутые вспомнят про русскую матрёшку, гжель и павловопосадские платки. Вот и получается, что русская девушка должна быть закутана в меховую шубу и повязана платком, а лучше двумя. Однако современный стиль а-ля рус не такой уж и дремучий, он всего лишь ненавязчиво использует русские мотивы в женственных элегантных образах

ЦАРСКИЙ КАФТАН

Пальто в этом сезоне непременно должно быть в а-ля рус: с меховой опушкой, манжетами, каракулевыми, дублёными и приталенные в духе боярских сюртуков. Цветовая гамма варьируется от насыщенно-красного до потёртого рыжего. Никто не осудит, если пальто будет до пят или же, наоборот, чуть прикрывать бедра своей широкой баской.

С ЧЕМ ПОДАТЬ? Подберите в пару к пальто тематический головной убор: традиционно в русском стиле присутствует павловопосадский платок. Повяжите его на манер сельских девушек, собирающих рожь, или свободно перекиньте за плечи. Смелым модницам пропишем эксцентричные вязаные тюрбаны и шапки с меховой опушкой, как у знатных боярынь.

ШУРШАНИЕ ПОДОЛА

Расклёшенная от пояса или бедра, в форме колокола, юбка длины миди, макси или супер-макси первой с головой выдаст ваш а-ля рус. Доведите задумку до конца, подобрав вариант в мелкий цветочек или горох, проследите за красивой драпировкой и качественной тканью.

С ЧЕМ ПОДАТЬ? Верх в сочетании с пышной моделью юбки в универсальном варианте должен быть приталенным и однотонным: как ни странно, в образ с юбкой а-ля рус гармонично впишутся классические рубашки, а номер один в модных рейтингах – джинсовая. Подберите крупное кольцо в тон одному из оттенков юбки и обязательно вставляйте на каблук. Помимо грациозных лодочек допускаются туфли, широко известные как «лабутены» (с закруглённым мыском на платформе и высокой шпильке), и модели на платформе-скале.



НАЦИОНАЛЬНЫЙ КОЛОРИТ

Конечно, платье в русском духе со всеми вытекающими из него длинной и узорами в повседневности будет выглядеть странно, хотя не помешало бы иметь одно – в пол с туго затянутой талией однотонной расцветки либо в духе национальной колористики – под хохлому, народную роспись или павловопосадский стиль.

На каждый день и даже для деловых выходов русские мотивы могут воплотиться в отдельных деталях: рукавах-фонариках, воротничке-ришелье, аппликации-вышивке крестиком, миди-длине, сумке лукошком.

С ЧЕМ ПОДАТЬ? Ваш любимый жакет будет кстати: запахните его, а поверх повяжите широкий пояс-кушак в тон жакету или платью. Позвольте высоким сапогам со свободным голенищем слегка заходить под подол.



КУРС НА СЕВЕР!

Какая же Россия без тёплых кофт, связанных на спицах из толстой пряжи? Обязательно «заведите» один или пару джемперов по всем «северным» правилам: свободный, удлиненный, с большим горлом, всех оттенков топленого молока.

С ЧЕМ ПОДАТЬ? Уютное обмундирование полярников сочетайте с расклешенной юбкой или брюками любого покроя. Если джемпер ниже талии больше чем на 20 см, выделите её зону узким пояском. Закатайте объёмные рукава и подчеркните изящество запястий аккуратным браслетом. Обувь предпочтительна на устойчивом каблуке.



СВЕТ МОЙ, ЗЕРКАЛЬЦЕ

Чем же ещё подчеркнуть своё происхождение? Да хотя бы макияжем: розовощёкость, алые губы и голубые смоки непременно выделят вас из европеизированной толпы.

Подберите украшения из крупных камней, страз, множества кованых узоров, какие в вашем представлении носили придворные дамы царской России. Воротнички с камнями и антикварные броши облагородят образ. Небрежная коса, горделивая осанка, лёгкая поступь – и вас уже принимают за особу царских кровей!



Наталья ДРЮЧИНА.

5 ПОКУПОК, которые сделают вас стройнее

Обувь в тон колготкам или брюкам

Соединяясь с оттенком одежды (колготками, брюками), ботильоны, туфли или сапоги визуально добавляют роста. Выбирайте свою пару с минимальным декором, обязательно на каблучке. Помимо универсального чёрного не бойтесь интересных оттенков для комбинации: глубокого зелёного, бархатно-синего, пепельно-серого, насыщенно-бордового. Это стильно и свежо.



Объёмные браслеты

Всем известное правило – если хотите казаться стройнее, демонстрируйте запястья – сегодня получило дополнительный пункт: подчеркнуть изящность рук поможет сочетание нескольких браслетов. Понятие «несколько браслетов» тоже регламентировано – аксессуары в ансамбле должны быть разной формы, цвета, фактуры и обязательно свободно прилегать к запястью, не перетягивая его. Это же правило распространяется и на рукава – закатанные или 3/4.

Эффектно смотрятся браслеты контрастных сочетаний (чёрного и золотого, красного и стального, коричневого и тёмно-коричневого). Обратите внимание на массивные модели в этническом стиле. Строгий образ дополняют однотонные литые браслеты. Интересно, что в этом сезоне впервые допускается смешение золотого и серебряного металлов.



Однотонные джинсы

Имеются в виду модели без потёртостей и лишней отделки. Однотонные джинсы идеально маскируют пышные бедра, а варианты с завышенной талией ещё и вытягивают силуэт. Если перед вами похожая задача, откажитесь от моделей слип и всех других в номинации «суперузкие», примерьте прямые и обязательно поэкспериментируйте с клёш. Последние в сочетании с каблук максимальной высоты скрадывают лишние килограммы в проблемных местах, стройнят и удлиняют ноги. Модели джинсов с дополнительной функцией пуш-ап уже не визуальны, а реально подтянут ягодицы.



Брючный костюм

Причём однотонный. Этот трюк продлевают многие знаменитости на ковровых дорожках. В однотонном скроенном по фигуре костюме можно легко потерять несколько сантиметров в объёме – зрительно, разумеется. А высокий каблук ещё и добавит роста.

Классику теснят сборные альтернативные модели, например, брюки-сигареты, укороченные чинос в сочетании с удлиненным пиджаком (до середины бедра) в мужском стиле либо коротким приталенным в стиле преппи (оксфордском).



Блузка с V-образным вырезом

Продольный вырез, открывающий ключицы, всегда придаёт хрупкости и женственности, тем более если это блузка. Выбирайте её из качественной летящей ткани: шёлка, шифона, вискозы. В моде как свободные модели, так и приталенные, обязательно заправленные внутрь юбки или брюк, – ещё одна уловка для стройности.

Двойной эффект стройности с V-образным вырезом получается в паре с классическим пиджаком с лацканами. Дополните образ набором тонких колец и объёмным клатчем, не забудьте про шпильки.



Каковы секреты создания естественных локонов



Локоны представляют собой мягкие волнистые пряди, ниспадающие на разную длину. Если от природы у вас прямые волосы, тогда разделите пряди на условные зоны горизонтальными проборами — на затылке, височной части и темени. Каждую зону укладывайте отдельно, создавая из неё несколько локонов. Толщина каждого локона не должна быть больше 1 см. Чтобы



укладка долго держалась, закручивайте волосы перпендикулярно голове. Лак для фиксации объёма наносите у корней с внутренней стороны локона, распыляя на расстоянии 15-20 см. Естественных локонов можно добиться, используя щипцы, бигуди или фен. Каждый способ имеет свои нюансы:

— для естественной кудрявости используйте бигуди разного диаметра. Накручивая пряди на бигуди, старайтесь закончить у самого корня

— для динамичной укладки завивайте кудри с помощью фена попеременно в направлении от лица и к лицу. Волосы будут казаться очень густыми

— каждый накрученный на горячие щипцы локон необходимо закреплять зажимом, а после обдать все локоны феном с холодным воздухом.

Какую косметику нужно хранить в холодильнике



Где хранить своё «всеоружие», мы, как правило, не задумываемся: косметика находится в ванной, подвергаясь высокой влажности, либо на туалетном столике, куда попадают солнечные лучи. Однако для некоторых косметических продуктов это недопустимо! Советуем хранить на полках холодильной двери (там поддерживается самая благоприятная температура: +8 — 10°C) такие виды косметических средств, как...

Гелеобразные и эмульсионные средства. Косметика такой текстуры более эффективна при нанесении в холодном виде. Это касается средств для кожи вокруг глаз и сывороток, так как неблагоприятная среда (тепло и свет) может изменить формулу и сделать их менее эффективными. А вот кремы, наоборот, лучше действуют в разогретом виде.

Лак для ногтей. В тёплом месте может стать менее подвижным и может расслоиться. Хранение в прохладе позволит ему остаться однородным и обеспечит лёгкое нанесение.

Парфюмерия. Влажность, тепло и свет — три главных разрушителя парфюмов. Хранение ароматов в холодильнике допустимо (только не при низких температурах!) В жаркий день прохладный спрей духов будет немного освежать.

Кстати, для поддержания нужной температуры косметики выпущены даже специальные мини-версии холодильников.



Внешний Вопрос

Как сделать маникюр по правилам фэн-шуй



Считается, что маникюр по фэн-шуй способствует привлечению гармонии в разные сферы нашей жизни, причём для каждой области — свой маникюр. Сначала необходимо определить вашу стихию, её символизирует последняя цифра года рождения:

0 и 1 — металл — символ успеха и предприимчивости. Советует придерживаться стального, белого, золотого и серебристого цветов в маникюре. В качестве рисунка выбирайте дуги, монетки, талисманы. Допустимо применение бисера, блёсток, фольги.

2 и 3 — вода — символ богатства и очищения. Ногтям стоит придавать прямоугольную либо овальную форму. Нарисовать можно снежинки, рыбок, волны. Преобладающие цвета — серый, перламутровый, лавандовый, синий.

4 и 5 — дерево — символизирует развитие и творчество. Форма ногтей продолговатая или овальная. В качестве рисунков подойдут спиральки, паутинки, бабочки, растения. Цвет лака — зелёный, изумрудный полупрозрачной тональности.

6 и 7 — огонь — активная сильная стихия. Для огненного маникюра ногти должны быть длинными и заострёнными. Используйте яркие оттенки от розового до красного, оранжевого. Украшать ногти можно блёстками, стразами, камнями. Нарисовать стоит солнце, огонь или рассвет.

8 и 9 — земля — стабильность и надёжность. Ногти должны быть закруглённой формы, короткие. Рисунки — пятна, песок, камни, листья. Цветовая гамма — бежевые, телесные, золотые, жёлто-коричневые оттенки.

Красить ногти по правилам фэн-шуй просто: нужно всего лишь выделить два пальца на правой руке другим цветом лака — так вы активизируете свои силы. Выделите наиболее важные пальцы на данный момент.

Большой палец — удачные сделки, умственная работа, интеллектуальные победы, открытия.

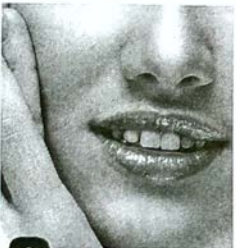
Указательный палец — уверенность в своих силах, проявление умеренного эгоизма.

Средний палец — финансовые дела, творческие успехи, удача в бизнесе.

Безымянный палец — любовные отношения.

Мизинец — благополучие, семейные узы, душевное спокойствие.





С чистого листа

Положить начало своему идеалу не так сложно, как вы думаете. Освободите для себя выходные, пополните косметические запасы и следуйте нашим советам

Мы всегда живём с лёгким неудовлетворением своей внешностью: если к фигуре претензий нет, найдутся к лицу, походке, волосам или одежде. Масла в огонь добавляют фотографии бывших одноклассников в сетях. Судя по селфи из кровати, они даже просыпаются без «узких» глаз, с лёгким румянцем на щеках. Самокритичности нам не занимать, но есть ли секрет сохранения привлекательности на весь день?

Заповеди уверенности в себе

РОВНЫЙ ТОН

Покраснения и жирный блеск не спрячешь под слоем тонального крема.

- Возьмите за правило каждое утро протирать лицо кубиком льда с мятой для ровного цвета кожи на целый день
- Регулярно очищайте, увлажняйте и тонируйте кожу. Более глубокую чистку вам предложит косметолог исходя из конкретных недостатков
- Чтобы тональное средство не создавало эффект маски, наносите его с помощью кисти, которую предварительно сбрызните термальной (обычной) водой
- Если нет видимых проблем с кожей, используйте вместо тонального сред-

ства крем-флюид, основу под макияж или ВВ-крем

- Для естественной матовости кожи идеально подойдёт рассыпчатая пудра
- Румяна наносите лёгкими взмахами, едва касаясь скул, немного на нос и подбородок, чтобы придать лицу скульптурности.

ОТКРЫТЫЙ ВЗГЛЯД

От слипшихся ресниц, смазанных стрелок, скатанных теней не застрахован никто, однако этого можно избежать.

- В рабочие будни откажитесь от декоративной косметики. Выразительность взгляда можно поддержать краской для ресниц и бровей, короткие ресницы прокрашивайте только на кончиках
- Следите за формой бровей, регулярно выщипывая появляющиеся волоски.

МЕДОВЫЕ УСТА

Губы и зубы – визитная карточка привлекательности, поэтому они должны быть всегда на высоте. Если за красивую улыбку в ответе стоматолог и зубная паста, то поверхность губ в вашей компетенции.

- Пользуйтесь смягчающими бальзамами для губ и пару раз в месяц делайте медовые обертывания (намажьте губы мёдом, помассируйте, затем оберните их пищевой плёнкой и оставьте на 10-15 минут)
- Для ровного контура используйте каран-

даш телесного цвета или в тон натуральному цвету губ.

УХОЖЕННЫЕ НОГТИ

Свежий маникюр-педикюр придаёт холёности, если он выполнен профессионально.

- Раз в месяц посещайте салон для придания ногтям формы, удаления кутикулы и выравнивания ногтевой пластины
- При нехватке времени на полноценный маникюр в начале недели наносите на ногти базовое покрытие, с ним они будут выглядеть здоровыми и ухоженными
- Не ленитесь использовать питательный крем для рук за 20-30 минут до выхода на улицу и увлажняющий – перед сном
- Чтобы пальцы ног и стопы были мягкими, примерно раз в неделю перед сном наносите большое количество жирного крема для ног, надевайте специальные хлопчатобумажные носки и оставляйте на ночь.

ШЕЛКОВЫЕ ПРЯДКИ

Сохранение опрятной причёски на голове – главная забота обладательниц длинных волос. За день причёска может надоесть, волосы могут спутаться или загрязниться. На эти случаи есть универсальные решения.

- При мытье используйте кондиционеры, ополаскиватели
- Используя фен, предварительно сбрызните волосы спреем для объёма, разглаживающим или придающим блеск с обязательной функцией термозащиты. Так они будут более послушными
- Если волосы средней степени жирности разрешается мыть не чаще двух-трёх раз в неделю, то чёлку (при наличии) мыть и укладывать феном необходимо каждый день
- Универсальные причёски, которые позволяют чувствовать себя на высоте в любой день, – конский хвост, пучок, волосы, перекинутые на одно плечо (позволяет контролировать состояние укладки)
- Проще поддерживать ухоженность головы обладательницам коротких волос и сложных стрижек, так как эти причёски требуют ежедневной укладки.

Про одёжку

Общие правила удачного подбора ежедневных ансамблей одежды.

- Наличие одного-двух ярких акцентов
- Отказ от вызывающих, сковывающих движения вещей
- Выбор в пользу натуральных тканей
- Общая гамма образа должна соответствовать вашему цветотипу (определяется по оттенкам глаз, волос, кожи)
- Следите за чистотой и опрятностью одежды и обуви.

P.S. Социологи пришли к выводу, что действительность людей, которые регулярно выставляют свою жизнь напоказ, не так радужна, как на снимках. По-настоящему счастливому и уверенному в себе человеку не нужно искать подтверждения собственной привлекательности. Совершенствуйтесь без оглядки на других!



Гастрономические тонкости

Понятно, что выбрать идеальную систему питания помогут только время и личный опыт. Ни к чему не приведут попытки за один день кардинально изменить свои привычки, которые вы «наедали» не одно десятилетие: Революции редко приносят долгосрочные позитивные перемены. По мнению большинства диетологов, питание – это история длиною в жизнь, которая будет регулярно корректироваться вместе с общим состоянием человека. Начать перемены к лучшему можно с простых и понятных принципов, которые не выведут вас из равновесия длинным списком запретов, но быстро дадут хорошие результаты.

Кислотный запуск

Начинайте день со стакана воды с лимоном. Каждое утро, почистив зубы после пробуждения, выпивайте 1-2 стакана воды за 15-20 минут до завтрака. Эта простая привычка поможет взбодриться и улучшит пищеварение. Несмотря на кислый вкус, сок лимона помогает организму выводить лишние токсины. Вода может быть горячей или комнатной температуры, но не холодной. Вначале можно добавлять сок дольки лимона, а затем увеличить до двух-трёх долек.

Макароны с котлетой? Это преступление!

Не смешивайте за один приём пищи крахмалы и животные белки. К крахмалу относятся все мучные продукты

Пособие для стройности и лёгкости

Рано или поздно приходит осознание того, что мы неправильно питаемся, из-за чего всегда чуть-чуть не дотягиваем до идеала. И как только мы созрели для перемен, на нас сваливается такой поток информации, что кажется, лучше вернуться к привычным бутербродам. Системы питания противоречат друг другу, один и тот же продукт ровно настолько же вреден, насколько и полезен по словам разных специалистов

(выпечка, хлеб), картофель, бобовые, а также все крупы (рис, гречка, пшеница). Продукты из категории животных белков – это сыр, рыба и мясо.

Это не значит, что в течение всего дня нужно есть либо белки, либо крахмалы. Начните с того, что ешьте их отдельно друг от друга с интервалом в 1,5-2 часа. Белки и крахмалы хорошо сочетаются со свежими и приготовленными овощами. Например, на обед вы можете съесть салат с гречкой или рисом, а на ужин – овощи с рыбой. Конечно, нюансов сочетания разных продуктов много, но уже одно это правило решит некоторые проблемы, например, с пищеварением, добавит стройности и бодрости в течение дня.

Перемена мест слагаемых улучшает результат

Ешьте фрукты до еды, а не после. Фрукты окажут пользу лишь в том случае, если будут поглощены вами на пустой желудок, за 20-30 минут до приёма основных блюд или через 3-4 часа после еды. Единственное, с чем дружат фрукты, – это свежая зелень. Поэтому смузи из фруктов и зелени считаются образцом правильного питания – теперь понятно, почему на фруктовый салат принято водружать веточку мяты.

Фрукты, съеденные натошак, легко усваиваются и дают заряд бодрости. Те же фрукты, смешанные с другими продуктами, вызывают тяжесть и будут способствовать процессам брожения. Исключение – авокадо, которое можно смело добавлять в салаты и крупы.

Лучше цельно, чем отдельно

Замените всё рафинированное на натуральное. В процессе рафинирования натуральный продукт подвергается переработке, в результате чего теряет практически все полезные свойства. А некоторые рафинированные продукты вроде маргарина ещё и приобретают вредные вещества, которые негативно сказываются на здоровье.

Если в гостях или ресторане у вас, как правило, нет выбора, то дома лучше воздержитесь от любых рафинированных форм продуктов. Вместо сахара используйте мёд, пшеничную муку высшего сорта замените на цельнозерновую, ржаную или гречневую. А белый рис – бурым.

Первенство зелёных

Начинайте обед и ужин с салата. Под салатом не подразумевается «Оливье» или «Цезарь», имеется в виду микс из свежих овощей и зелени. Диетологи настаивают на том, что даже пара съеденных огурцов или морковин в день, а вернее клетчатка и ферменты, содержащиеся в них, заметно улучшают усвоение последующих блюд.

К тому же привычка всегда начинать трапезу с салата постепенно увеличит в вашем рационе количество овощей и зелени.

P.S. Главное, действуйте постепенно и не бросайтесь из крайности в крайность. С того, что кажется самым простым для выполнения. Выбирайте прогресс, а не революции – они редко приводят к успеху.

Наталья НИКОЛАЕВА.



для борьбы с опасностью. Именно он помогает не спать двое

суток, а после с блеском защитить проект. Или, проплавав всю ночь, назло обидчику покорить незнакомца изгибом брови. Но если волнения случаются часто, это приводит к переизбытку гормона. Отсюда угревая сыпь и «серый» цвет лица.

Выпадение волос. По мнению специалистов Европейского общества исследования волос, постоянное пребывание в нервном состоянии приводит к нарушению кровоснабжения волосных фолликулов, а впоследствии и к серьезным проблемам с шевелюрой.

Мышечные «зажимы». Вы и сами могли чувствовать, как сильно напрягаются мышцы при стрессе. Из-за этого образуются «пережатые» зоны, вызывающие мышечную боль (чаще всего в шее или спине). Причём вы можете успокоиться, но тело «не теряет бдительности» ещё несколько дней. Если вы нервничаете постоянно, эта зажатость будет лишь усиливаться, рискуя превратиться в серьёзные болезни спины (миозит, артроз позвоночника).

Перебои в работе желудка. Этот орган одним из первых реагирует, если вы еле сдерживаете слёзы при очередной неудаче. Воспаления, инфекции, эрозии, нарушение пищеварения — лишь малый список того, чем он «отблагодарит» за привычку принимать всё близко к сердцу.

Головные боли. Исследователи из немецкого университета Дуйсбург-Эссен доказали, что наличие стресса учащает приступы мигрени. Руководитель исследования Сара Шрам утверждает, что у особо переживающих натур головные боли проходят тяжелее, чем у более спокойных людей, ведь сама она лишь усугубляет волнение.

«Уколы» в груди. Не нужно быть врачом, чтобы знать: сердце сильнее всего страдает от всех переживаний. Когда вы в очередной раз изводите себя из-за ссоры, в крови повышается уровень адреналина, нарастает концентрация жирных кислот и холестерина. В это же время в печени ускоряется синтез липопротеидов и начинаются спазмы сосудов, ведущих к об-

СОТРЁМ стресс-код!

Нервы?

Нервы. Нервы!

Если желание бросить всех и всё, чтобы спрятаться в коконе из одеяла, возникает у вас чаще, чем чувство голода. Если чувство тревоги давит грудь без какой-либо на то причины, внимательно прочитайте эту статью

Так уж мы устроены — постоянно переживаем если не о судьбе человечества, то о семье, друзьях, работе, бездомных животных... Меж тем постоянное волнение — верный путь к саморазрушению. Врачи сходятся в одном: сейчас стресс стал ключевой причиной смертности населения в развитых странах. Нарушения, которые он провоцирует в организме, «сбегают» его изнутри, вызывая такие «болезни времени», как инфаркт, гипертония, инсульт и язвенная болезнь. Весомым поводом к тому, что вам следовало бы волноваться меньше, являются следующие симптомы.

Ухудшение состояния кожи. В моменты стресса организм вырабатывает кортизол — гормон, пробуждающий все ресурсы

разованию тромбов. Как думаете, много ли таких «сеансов» нужно, чтобы появилось сердечно-сосудистое заболевание?

Только о хорошем!

Для начала определим уровень тревожности. Для этого ответьте «да» или «нет» на предложенные ниже вопросы.

1. Вам часто говорят: «Не волнуйся»?
2. Испытываете ли вы беспричинный страх (на фоне того, что в настоящий момент все обстоятельства вашей жизни вполне благоприятны)?
3. Мешало ли вам волнение или страх добиться чего-то в жизни?
4. Ваша тревога влияет на качество вашего сна? Мешает ли она заснуть?
5. Помогает ли вам справиться с волнением еда?
6. Снимаете ли вы тревогу с помощью алкоголя?

Если ответов «да» больше двух, пора серьезно заняться собой! Помогут в этом следующие проверенные способы.

СПОСОБ 1. «Увидеть бочку мёда».

В деле возвращения душевного спокойствия не обойтись без самоанализа. Для этого воспользуйтесь методом Галины Артемьевой — известного автора психологических романов для женщин.

Попробуйте в течение месяца каждый вечер проводить «душевную инвентаризацию». Записывайте, из-за чего вы чувствовали себя плохо. Рядом с каждым пунктом отмечайте, к чему привело это состояние (ссора с близким человеком, срывание на ребёнка, грубость по отношению к коллеге по работе, рассеянность). В конце месяца, прочитав всё, сделайте вывод: улучшилась ли картина? Стали волноваться меньше? Тщательно над этим размыслив, составьте список того, что, наоборот, приносит радость (семейные праздники, поездки за город, чтение книг, рукоделие, прогулки на природе, шопинг и т. д.). Рядом с этими пунктами напишите, к чему привели эти действия (расслабление, радость, улучшение отношений с близкими, жизнерадостность). Как можно чаще сравнивайте оба списка, стараясь впредь выполнять больше действий из положительного, избегая того, что раздражает и расстраивает.

СПОСОБ 2. Здравствуй, тело!

Физической нагрузке нет равных в способности восстанавливать душевные силы человека. Один из наиболее действенных методов избавления от стресса — медитация.

- Попросите близких не беспокоить вас пять минут.
- Сядьте на пол в самом удобном для вас положении — так, чтобы могли выпрямить спину, при этом не чувствуя никакого мышечного напряжения.
- Постарайтесь выбросить из головы все мысли, сосредоточьтесь только на вдохах и выдохах. При этом не нужно ничего корректировать! Пусть всё идёт своим ходом.
- Полностью погрузитесь в этот процесс, а если заметили, что отвлекаетесь, мягко вернитесь к наблюдению за дыханием.
- Поначалу посторонние мысли привычно будут вторгаться в вашу голову, но после недельного курса медитации всё будет проходить намного легче и приятнее.

СПОСОБ 3. Кушайте да послушайте!

Находясь под влиянием стрессов, говорите твёрдое «нет»:

Соли. Её избыток усиливает внешние последствия пережитого, такие как неприглядный цвет лица, ломкие волосы и отёки под глазами.

Тяжёлой еде, которая мешает организму вырабатывать гормон радости серотонин. Поэтому в трудные моменты каждый должен превратить себя в вегетарианца. Минимум животного жира, максимум свежих и приготовленных на пару овощей и никакого растаявшего на сковороде масла!

Системе «завтрак-ужин». При таком режиме организм не может естественным образом восстановить гормональное равновесие и наладить работу эндокринной системы. Так что лучше принимайте пищу небольшими порциями 5-6 раз в день. А в особо напряжённые дни во время перекусов отдавайте предпочтение мятному чаю и орехам. Первый снижает уровень гормона стресса кортизола и уменьшает тревожность. А орехи приводят в норму концентрацию адреналина в крови.

Подготовила

Ксения ЗВЯГИНЦЕВА.

НА СЧАСТЬЕ!

Как бы вы ни старались уменьшить количество стрессов, в жизни случается всякое. Психологи утверждают, что даже в самой критической ситуации сохранить веру в лучшее поможет метод «консервирования» приятных воспоминаний. Для этого возьмите обыкновенную стеклянную банку и продавайте в её крышке отверстие. Купите разноцветные (это важно!) бумажки для записей. И когда в вашей жизни будет происходить что-то хорошее (любая радующая вас мелочь), как можно подробнее записывайте на бумажке случившееся и эмоции, которые были этим вызваны. А затем, свернув листочек-воспоминание «трубочкой», опускайте его в банку. Рекомендуется читать в любом количестве, сколько душа пожелает. Проверено нами — заставляет улыбаться!



ВРАГ НЕ ПРОЙДЁТ!

Несколько проверенных рекомендаций для тех, кто не намерен сдаваться во власть простуды и гриппа даже в пик их активности.

Укрепите сопротивляемость организма. Воспользуйтесь натуральными средствами, стимулирующими иммунную систему. К примеру, в течение месяца 3 раза в день пейте 2 ст. столовые ложки настоя эхинацеи пурпурной. Входящие в состав растения эфирные масла, смолы, полисахариды обладают ярко выраженным антибактериальным и противовирусным действием, эффективно уничтожают вирусы простуды и гриппа. Дополнительно помочь организму противостоять болезням можно, принимая поливитамины. При покупке выбирайте те, в которых одновременно содержатся витамины А, С, Е, цинк, медь — микроэлементы, без которых немыслима полноценная защита иммунной системы.

Держите дом в чистоте. Особое внимание уделяйте местам скопления вредоносных бактерий — клавиатуре, компьютерной мышке, телефону и дверным ручкам. Не забывайте каждый день протирать их антисептическими салфетками. Также помните, что сухость воздуха вкупе с пылью провоцирует воспаленное образование слизи в носоглотке и верхних дыхательных путях, тем самым усугубляя проявления ОРВИ. Поэтому минимум раз в два дня проветривайте помещение и не реже двух раз в неделю проводите влажную уборку.

Употребляйте меньше кофеина. В отличие от простой минералки кофе и крепкий чай обезвоживают организм. А для профилактики необходимо обильное питье, это предотвращает высыхание слизистой носа и горла и снижает уровень токсинов. Поэтому любовь к классическим напиткам придётся в буквальном смысле записывать: на каждую чашку кофе/чая «выписывайте» себе штрафной стакан воды.

Делайте полезные перекусы. Защитить от простуды и гриппа, заодно зарядив энергией, поможет специальная витаминная смесь: тщательно перемешайте 0,5 кг кураги, 300 г изюма, 2 натёртого с кожурой лимона и 5 ст. ложек мёда, поместите всё в стеклянную ёмкость и принимайте по 1 ст. ложке 3 раза в день.



«Вот родится у меня ребёночек, буду играть с ним с утра до вечера!» – мечтают многие молоденькие мамы.

Но во что играть с крохой, который даже куклы в руках держать ещё не умеет, сам – копия пупс...

К ГОДУ ИГРАЮЧИ

Не стоит откладывать игры в долгий ящик: «Вот подрастёт, тогда...», тем самым лишая себя радости общения с малышом и его обделая в развитии. Игры с грудничком могут показаться не играми в привычном понимании слова. Но помните, для крохи сейчас всё, что происходит вокруг, – игра, а вы – главный компаньон и заводила в мире превращений и приключений! И вот вам путеводитель, пригодится:

1 месяц

Чеширский кот

Улыбаясь и ласково разговаривая с малышом, медленно перемещайте лицо вправо и влево, чтобы ребёнок мог следить за ним и улыбаться в ответ.

Фея музыки

Ознакомьте кроху с миром звуков: звоном погремушки, мелодией музыкальной шкатулки, палиным глэй-листом на компьютере. Постепенно приближайте и удаляйте от ребёнка источник звука, перемещайте его в стороны, чтобы малыш мог учиться приподнимать голову, смотреть по сторонам.

2 месяца

Мир на кончиках пальчиков

Вложите в детскую ручку игрушку из пластмассы, потом замените на влажную салфетку, затем на пушистый помпон или деревянный кубик и так далее. Тактильные ощущения в этом возрасте – один из важнейших способов знакомства с окружающим миром.

Маленький велосипедист

Осторожно «поработайте» ножками малыша, как будто он крутит педали велосипеда.

3 месяца

Поговорим на арабском

Гулите вместе с малышом, повторяйте за ним звуки, которые он уже освоил, и предлагайте новые вариации.

А теперь танцы!

Включите любимую музыку, возьмите

малыша на ручки и потанцуйте вместе с ним.

4 месяца

Глаза в глаза

Поймите взгляд крохи и медленно наклоните голову в сторону, кроха тоже повернёт голову. Поверните ребёнка на бок, и он снова развернёт личико, чтобы видеть вас.

Прятки

Накройте свою голову платком и спросите: «Где мама?» Затем снимите платок и покажите малышу: «Вот мама!» Возможно, именно в этот момент вы услышите первый звонкий смех своего крохи!

А ну-ка отними!

Держите игрушку примерно в 20 сантиметрах от лица малыша, ребёнок должен схватить её и притянуть к себе. Возможно, ему потребуется время, будьте терпеливы. Лучше, если игрушка будет яркого жёлтого, оранжевого или красного цвета.

5 месяцев

Катись, колобок!

Положите под животик мягкий, но упругий валик так, чтобы, отталкиваясь ножками, кроха мог перекачиваться на нём вперёд и назад. Обязательно страхуйте ребёнка!

Визу цель!

Разложите недалеко от лежащего на животе малыша яркие игрушки так, чтобы он мог их видеть, но чтобы взять в ручки, ему нужно попытаться подползти.

6 месяцев

Волшебный мешочек

Сложите разные небольшие предметы в мешочек или коробочку и предоставьте малышу вытаскивать содержимое. Рассмотрите вместе каждую вещь, расскажите и покажите крохе, зачем она нужна.

Театр одного актёра

Разыграйте перед ребёнком маленькие спектакли. Вот идёт плюшевый мишка, хрюкает и переваливается, а навстречу

едет зайка на машинке: «Привет!» Давайте малышу потрогать персонажей, помая их, понажимать на кнопки.

7 месяцев

Кто живёт в книжке?

Вместе с малышом откройте книгу с большими иллюстрациями. Показывая на рисунок, спросите: «Кто это?» Немного подождите и сами ответьте, например: «Собака!» И так далее.

Погоняем мячик?

Сядьте напротив малыша и толкните к нему большой мяч. Подождите, пока ребёнок попробует сделать то же самое.

Свет мой, зеркальце

Поднесите кроху к зеркалу и покажите, где у него глазки, носик, ротик и т. д.

8 месяцев

Кто сказал «мяу»?

Ознакомьте малыша с языком животных. Покажите на картинке кошку и спросите: «Как говорит киса?» Немного подождите и сами ответьте: «Мяу-мяу». Расскажите ребёнку, как говорят собачка, лягушка, цыплёнок, сова и другие.

9 месяцев

Собери урожай!

Дайте малышу большое ведро (коробку, корзину) и покажите, как туда складывать маленькие игрушки.

Бей в барабаны!

Научите ребёнка стучать крышками от кастрюль, «бубнить» в бубен. Если он, конечно, сам уже не породавал семью музыкальными концертами.

10 месяцев

Дом вверх дном

Положите куклы и игрушки малыша вверх ногами, попросите его навести порядок.

Маленький художник

Дайте ребёнку большой лист ватмана и пальчиковые краски и взамен получите его первый живописный шедевр!

11 месяцев

Спасательная миссия

Положите маленькую игрушку в прозрачную пластиковую бутылку и покажите, как её можно достать. Теперь пусть малыш попробует сам.

Кто ищет, тот найдёт

Спрячьте предмет, издающий громкий звук, под подушку или в ящик стола и попросите кроху найти его.

12 месяцев

В гостях у сказки

Рассказывайте и показывайте с помощью игрушек маленькие сказки, такие как «Колобок», «Репка», «Курочка Ряба». Скоро малыш начнёт подражать репликам за персонажей.

Маленький помощник

Переносите вещи, обычно стоящие в определённом месте, в другой конец комнаты. Покажите, как вы берёте, например, куклу и несёте её на полку. Малыш с радостью присоединится к наведению порядка!

Ольга АНИСИМОВА.

ВОПРОС-ОТВЕТ



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

Корпорация монстров

Что ни ночь, дочке (3,5 года) снятся страшные сны — вертится в постели, плачет, часто просыпается, но ничего толком рассказать не может, просто видно, что напугана. Порой приходится брать её к нам с мужем в постель, но ведь это не дело! Как разобраться, что же ей всё-таки снится?

Алина ПАНКРАТОВА, г. Смоленск.

Ночные кошмары — это явление, которое нужно пережить. Чаще всего они снятся детям трёх-пяти лет. Как долго «монстры» будут приходить по ночам к вашей дочке, зависит от вас. Нужно настроить себя таким образом, чтобы не подлить ненароком масла в огонь. Да, очень жалко малышку и хочется ей помочь, но это вовсе не означает, что нужно устраивать «разбор полётов» среди ночи или с утра пораньше пытаться добиться от неё, что же всё-таки ей привиделось во сне. На самом деле страшные сны не так страшны, как может показаться обеспокоенным родителям. Более того, они полезны для ребёнка, помогают ему справиться, подружиться с эмоциями, научиться сбрасывать накопленное за день напряжение. Примите ночной кошмар как помощника. То, что девочка ничего не помнит, — очень хороший знак! Значит, её мозг полностью «переварил» загруженные в него информацию, впечатления, фантазии. Вам остаётся только успокоить ребёнка, причём не расспросами, а объятиями и поцелуями. Даже если вам неудобно брать дочку в супружескую постель, временно смириться с этой мерой. Любящие мама и папа рядом — именно то, что нужно малышке, чтобы почувствовать себя в безопасности и полностью восстановить спокойное мироощущение.

Грызун завёлся...

Сыну пять лет, в последнее время он постоянно грызёт ногти, сгрыз до такой степени, что уже стыдно его в детский сад водить! Приходится всё время вынимать пальцы у Даниила изо рта, но чуть отвернёшься — он опять за своё! И бесполезно ругать, он как будто не слышит. Муж говорит, чтобы я оставила ребёнка в покое, мол, все в детстве грызут ногти! Но я, например, за собой такого не помню и, вообще, не могу же я пустить проблему на самотёк!

Елена ЗАХАРОВА, по e-mail.

Привычка грызть ногти действительно свойственна далеко не всем детям. И, как правило, она появляется в более старшем возрасте. То, что пятилетний мальчик всё

время, по вашим словам, грызёт ногти, свидетельствует о том, что он уже успел приобрести навязчивое состояние, помогающее ему переживать постоянное нервное беспокойство, избыточное эмоциональное возбуждение. Скорее всего, вам будет полезно обратиться за помощью к психологу не дистанционно, а по месту жительства. Пока же рекомендуем обратить внимание на соблюдение режима бодрствования и сна сына. Малыш должен высыпаться, много гулять на свежем воздухе. Сократите время просмотра телевизора, ограничьте доступ к компьютеру. А самое главное — необходимо создать в доме спокойную атмосферу. Практика показывает: родители зачастую отрицают, что в семье не всё благополучно, и «фасад» действительно может быть в полном порядке, но подобная вредная привычка ребёнка чётко указывает на существование некой проблемы, выяснить которую следует родителям между собой.

СОВЕТ ОТ...



Ольга ВАЛЯЕВА, консультант по семейным отношениям, мама троих детей

Я заметила такую вещь: перед тем как заболеть, ребёнок становится просто невыносимым. И часто именно в это время у родителя не хватает ресурсов выдержать все выкрутасы чада, оставаясь к нему добрым. Я проверила: если в такие моменты отложить свои дела, набраться терпения и всей душой повернуться к ребёнку — он не заболит. Если этого не сделать, выразить свою любовь всё равно придётся — заботой о больном человечке. И неважно, как и чем лечить. С тех пор всё лечение протруд сводится к тому,

чтобы дать больному почувствовать себя любимым. Я садилась или ложилась рядом с ребёнком, гладила и говорила, что люблю, что папа его любит, брат/сестра любит — и дальше перечисляла всех родственников, кого только могла вспомнить. Говорила малышу, что он хороший, умный, красивый — всё, что приходило в голову. Давала попить, поест, обнимала, молилась, и болезни проходили без лекарств.

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

История в конверте

Я очень люблю детей, но дочка уже выросла и живёт отдельно, а внуков мне, видимо, ждать долго. Недавно на нашу улицу переехала молодая семья с Сашей — бойкой девочкой семи лет. Пару раз мы случайно пересеклись, я расспросила её о родителях, о том, где они жили раньше, о её интересах. К моему удивлению, она совершенно не застенялась взрослой женщины и в ответ с не меньшим любопытством спрашивала обо мне. Так постепенно мы подружились. Мне всегда хотелось чем-нибудь порадовать Сашу, и я частенько угощала её. Стала приглашать в гости. Девочка быстро освоилась и стала вести себя просто нагло. Не просит, а буквально требует конфеты, если их нет, начинает сама открывать дверцы шкафов на кухне! Однажды она включила компьютер в комнате дочери и переставила там вещи, стоящие на полках. Она, конечно, ребёнок, но больно и обидно видеть такое поведение. Звучит смешно, но я уже боюсь выходить из дома: вдруг она опять стоит под окнами? Не знаю, как с ней быть. Не помогают ни строгие замечания, ни отказы, ни угрозы рассказать о её поведении родителям. Как научить девочку правилам хорошего тона? Может, и правда есть смысл побеседовать об этом с её мамой и папой?

Надежда Ивановна, Липецкая обл.

Она просит конфет, напоминайте ей каждый раз говорить волшебное слово. Хвалите девочку за хорошо усвоенный урок, объясняйте, за что именно вы похвалили её. Можно поиграть вместе в игру «Что такое хорошо, что такое плохо»: кто больше назовёт хороших/плохих поступков поведения, тот и выигрывает. Можно придумать свои правила игры, были бы фантазия и желание помочь стать маленькой девочке юной леди.

В последнее время атмосфера в семье накалена до предела. При общении ехидно отвечаем, язвим друг друга. Если он мне что-то говорит, у меня появляется желание его поддеть, он в долгу не остаётся! В минуты примирения мы оба признаёмся, что хотели бы прекратить всё это, ибо стали слишком нервными, но разрядить обстановку всё равно не удаётся. Появилось ощущение замкнутого круга, который нам самостоятельно пока не получается разорвать. Хочется бывшего нормального общения. Как перестать провоцировать ненужные перепалки? Что следует сделать, чтобы начать жить так, как раньше?

С уважением Лида, г. Тамбов.

Хорошо, что вы признаётесь себе в этих чувствах и понимаете, что они мешают жить счастливо. Чтобы восстановить бывшее общение, попробуйте вспомнить, в какой момент вы почувствовали, что отношения между вами стали напряжёнными. Какой поступок супруга или его отсутствие вызвало у вас бурю невысказанных эмоций, которые вы до сих пор держите в себе. Пока вы не высказываете чувства напрямую, они проявляются в вашем общении с мужем в виде насмешек, сарказма. Вы вместе для того, чтобы быть счастливыми. А для этого нужно не только любить, но и понимать себя, свои потребности, эмоции, а затем и своего спутника. Хотите нормального общения, тогда придётся открыться друг другу и рассказать о том, что тревожит, какие чувства вы испытываете при определённых поступках, реакциях друг на друга. Постарайтесь уважительно относиться к высказываниям другого, даже если они не соответствуют вашим ожиданиям. Помогите совместно безобидными способами выражения своих чувств. Это могут быть записки, смайлики, какие-то слова-коды, которые понимаете только вы. Если в общении кто-то находится на пределе и чувствует, что теряет контроль над своими эмоциями, можно придумать слово, произнесение которого будет означать правило «стоп» в высказывании. Можете поэкспериментировать и написать друг другу вопросы для интервью-беседы, которые вам интересны. Например: «Что вы цените в своём супруге? Расскажите, какой он друг? Ваши различия и сходства в характере? С какими недостатками вы готовы мириться, а с какими нет?» Эта игра даст возможность увидеть то, что оставалось в тени ваших эмоций.

В возрасте семи лет ребёнок обучен этикету и правилам поведения в общественных местах. Бывает, в семье родители не всегда уделяют этому особое внимание. Судя по описанию поведения девочки у вас дома, уважение к старшим в её семье отсутствует, как и внимание, забота со стороны взрослых.

Возможно, воспитание этикету и правилам поведения юной соседки вам не по плечу, поскольку этим должны заниматься родители и давать соответствующий пример для подражания. Вам нужно выстроить границы и правила поведения в вашем доме и общения с вами и вашими близкими. А вы, как маленький ребёнок, растерялись перед напором и наглостью семилетней девочки.

Это легко исправить, ребёнку тоже важно знать правила поведения в разных ситуациях, ему так легче ориентироваться в жизни. Ознакомить с правилами нужно заранее, но можно действовать и по горячим следам. Девочка обратилась на «ты» к вам, скажите спокойно, глядя в глаза: «Обращаться ко мне надо на «вы», называя меня тетя Надя. Договорились? Давай попробуем ещё раз». Тон должен быть не поучительным, не высокомерным, а добрым и игривым. Не забывайте, что ребёнок учится в игре. Приглашая гостью в дом, расскажите, что можно брать, а что нельзя: «Саша, в нашем доме так не принято себя вести. Прежде чем что-то взять, ты должна спросить разрешение у меня».

Дорогие читатели!

В редакцию приходит немало писем, где вы рассказываете о себе, о том, что толкает душу. Иные откровения столь пронзительны и актуальны, что так и просятся на страницы журнала. Мы решили не сдерживать душевные порывы и публиковать «исповеди нежного сердца», в связи с чем представляем новую рубрику «Прошу слова!» Ждём ваших рассказов, вольных комментариев, мнений

Линия космоса

Думала, забуду его через полгода, после того как он улетел жить в Германию на долгий срок. Была уверена, что появятся другие, жизнь снова наполнится флиртом, новыми чувствами, эмоциями. Что ж, прошли три года, были новые встречи, свидания, признания... а я ничего не забыла. Напротив — стала любить ещё сильнее. А что же он? Как ни странно, всё сходится: он живёт в Германии, прекрасная интересная жизнь, новые знакомые, поклонницы (об этом могу судить по подаркам, которыми завалена его страница в «Одноклассниках», но не было и дня, чтобы он не звонил или не писал мне, не было и часа, чтобы мы не думали друг о друге... Многие скажут: странные отношения. Согласна! Я даже не знаю, когда он вернётся, что будет дальше, но мне важно его незримое каждодневное присутствие. Греет мысль, что где-то он есть, едет на машине или сидит в кабинете на другом конце света... и становится тепло просто от осознания, что он существует в моей жизни, несмотря на расстояние. Мы часто ссоримся: я устраиваю сцены по телефону, ревную к электронным соперницам, обещаю больше не звонить и не писать и вообще заняться наконец-то реальными отношениями, но наступает вечер, и с замиранием сердца жду, когда он появится в сети и просто напишет: «Ну как ты?» Бывает, и ему сносит голову: обвиняет в изменах, клянётся не звонить, но проходит час, и я слышу в трубке его низкий голос: «Я не представляю жизни без тебя». Становится хорошо, словно кто-то невидимый вводит в вену наркотическое средство, и оно разливается по телу. Я давно поняла: мы будем вместе, несмотря ни на что, нас объединяет нечто большее, чем симпатия и страсть, нас соединила какая-то космическая сила, связь, которую не я, не он разорвать не можем. «Этот узелок затянули где-то на небесах, вы его не распутаете», — говорит одна хорошая подруга. Наверное, она права. Он далеко, но именно он является определяющим пазлом в пёстрой картинке моего существования. На расстоянии мы смотрим наши любимые фильмы, слушаем его обожаемый блюз, читаем книги, а потом обсуждаем их на просторах социальных сетей... «Иллюзия отношений», — говорит мама. Но именно эта иллюзия делает меня счастливой. Я готова ждать. Разлука не пугает, только вначале было тяжело: не могла представить, что не увижу его три года. А сейчас это ощущение разлуки и невидимой космической связи пьянит и окрыляет. Мне неинтересны мужчины, которые рядом, мне интересен он. Я даже открыла для себя, что разлука полезна, она развивает фантазию и воображение: часто думаю, как бы складывались наши отношения, будь он рядом, как проходили бы наши будни, представляю, как мы вместе идём в кино или по магазинам (сумасшествие, но, отправляясь куда-то, я мысленно разговариваю с ним). Часто воображаю нашу встречу: слёзы, объятия, радость, и каждый раз сердце замирает в предвкушении счастья. Это ли не благо? Фантазировать, представлять, любить и ждать! Не бойтесь разлуки, она открывает те грани чувств, о которых вы раньше не догадывались, она, как лакмусовая бумажка, выявляет истинность отношений между двумя людьми. О разлуке много говорят и пишут, преимущественно грустные вещи: больно, тяжело, невыносимо, расстояние убивает, сводит с ума. Не могу с этим согласиться, потому что мне и сумасшествие, связанное с его образом, приятно. Кто-то из великих сказал: «Любовь не такой жалкий огонёк, чтобы потухнуть в разлуке». Я проверила, он действительно не тухнет, он разлетается тысячами звёзд над странами, континентами и согревает две родные души. Может, поэтому в небе так много звёзд?

Алина СТАРОДУБЦЕВА, г. Брянск.

Если внимательно слушать маму, сарафанное радио и звёздные новости, выяснится, что на свете достаточно странных людей: они сначала долго-долго встречаются или живут вместе, а потом — бац! — официально женятся или выходят замуж. На совершенно других и за абсолютно непроверенных

Ушла — и выхожу



«У меня лёгкая рука, — пытается иронизировать Антон, — всех своих подружек выдаю замуж. С Ирой прожили три года, уже собрался кредит на свадьбу брать, тут внезапная ссора. Ирка собрала вещи и к маме, через два месяца выскочила замуж за какого-то... Следом была Настя, год встречались, всё шло ровно-спокойно. Замуж не звал, она не просилась в жёны, и снова тот же сценарий: поссорились даже не всерьёз, через неделю начали разговаривать не сквозь зубы... И тут она встретила «неземную любовь»! Объяснение со слезами, мои проклятия, в её честь «Марш Мендельсона» в загсе.

У девочек та же напасть, с теми же долгими «пробными отношениями» и стремительными женитьбами упорхнувших «синиц в руках». Приятельница Вика натушно шутит: «Такое впечатление, что я — исчадие ада. Потому что после меня мужики стихийно женятся на первой же попавшейся. Она, видите ли, «та самая», а я была экспериментальной моделью и стимулирующим пинком в известное место — так, что ли? Нет, вот скажи, я настолько плохая, что «потом — хоть потоп», любая хороша в качестве жены?»

Я молчу, шутило улыбаюсь Антону, ободряюще — Вике. Слушаю маму и сарафанное радио: тенденция и впрямь есть. Чтобы быстро и зачастую удачно сойтись браком, достаточно расторгнуть длительные неофициальные отношения.

Почему люди не торопятся в загс с одними, но опрометью несутся туда с другими?

«ПОПАЛИСЬ!..»

Несмотря на то что медицина достигла изрядных высот, а средства контрацепции продаются на каждом углу, люди по-прежнему попадают в «интересное положение» и испускают конфуз брачным штампом в паспорте.

Коллега Николай (имя изменено по этическим соображениям и из опасения мести) долго и счастливо жил под одной крышей с девушкой Асей. Неизвестно, по каким причинам они не зарегистрировали семейный статус, может, жалели денег на госпошину. Так или иначе — пять лет как один день. А потом что-то не заладилось, ссоры чередой, Николай хотел лечить нервы на водах в Карловых Варах, но уехал успокаиваться к маме.

Ася же организовала обычный в таких ситуациях девичник и горевала в кругу подруг в центре танцпола. Там, «в лучах и под звуки», познакомилась с Сергеем. Зачем-то обменялись телефонами, он неожиданно позвонил, непредсказуемо позвал на свидание. Одна, вторая, десятая встреча: Ася испугалась и хотела помириться с Костей, но Сергей прогнал её страхи — поцелуем, и не только...

Монтаж, резко прокручиваем события, финальный кадр: Ася рыдает, держа бумажку с двумя полосочками. Серёжа, как порядочный человек, идёт оплачивать госпошину и просить Асиной руки у её отца. В общем, горько!..

«ДОКТОР, ЧТО ЭТО?» Беременность всегда считалась сколь «неуважительной причиной» для супружества, столь

и частой. Если из бездетных долгих отношений кто-то уходит из-за «младенца на стороне», покинутый партнёр плачет, проклинает и шипит: «Тебя ребёнком привязали! Вы скоро разведётесь!» Знаете, в чём парадокс? Не разводятся! Или гораздо реже обычного.

«А Я ТЕБЯ ВОТ ТАКИ!..»

Люди — удивительные существа. Кто-то получает образование в престижном вузе, кто-то — «ВКонтакте», но большинство чётко усвоили истину: нельзя делать что-то назло другому. Особенно тем, кого ещё недавно любили. И, зная это, «как из пулемёта» выходят замуж/женятся назло!.. Говорю же, люди — они странные.

Девушка Таня научилась не задавать себе и Валере вопрос, почему они не женятся. Семь лет вместе, пять из них живут «без росписи», родители знакомы — всё серьёзно. Если же Таня сомневалась, мол, «Валер, может, свадьбу», он окатывал недоумённым взглядом: «Тань, тебе так, что ли, плохо?» Она смущалась, отступала, молчаливо краснела от бестактных вопросов окружающих: «Жениться не думаете? И ребёночка пора завести...» Потом нервы сдавали, снова нежная атака в адрес Валеры, его вымученный вздох: «Давай ещё подождём, не время, мы и без штампа муж и жена...»

Валера уехал в долгую командировку, Таня впервые за семь лет каждые выходные не сидела дома, а встречалась с подругами. Кто же знал, что в то самое кафе придёт распивать чаи

Денис? Увидел Таню, взял телефон, на- стоял на встрече. Замуж позвал через неделю: Таня опешила и обозвала «ма- няком». Но когда позвонил Валера, не скачущий по дому и Тане, не стала горячиться с выводами: не такой уж Денис и маньяк, просто влюблённый.

Вышла замуж назло: а нечего сомне- ваться и «брать разгон»? Первый месяц плакала: «Что же я наделала?» Потом не до слёз было: отпуск, Абхазия, по- том ремонт, затем по утрам тошнить стало... Говорит, раньше надо было в то кафе сходить.

«ДОКТОР, ЧТО ЭТО?» Конечно, мы против такого безрассудства: а вдруг на месте Дениса оказался бы негодяй с корыстным умыслом? Но мы и против многолетних «ни туда ни сюда»: если человек просится замуж, бери — или не морочь голову. В общем, «ай-ай-ай» и нельзя так, но некоторым поделом.

С ЧИСТОГО ЛИСТА

Анекдот в тему: у семейной четы было 14 детишек, один из отпрысков угодил в чан со смолой и изгваздался так, что мама родная не узнала бы. Но мама узнала и хотела отмыть. На что многократный отец устало изрёк: «Тебе не кажется, что проще завести нового?»

Юля и Слава встречались со школь- ной скамьи, в институте, после окон- чания, словом, стаж отношений при-

ближался к 10-летию юбилею. Разное бывало: ссорились, мирились, расхо- дились навсегда, через пару месяцев снова «любовь до гроба». В общем, нервы трепали так, словно ненавидели друг друга в семи предыдущих жизнях.

Люди опытные говорили: «Это и есть настоящая любовь, у них стабилизация отношений».

Стабилизация закончилась неожиданно: Юля на месяц уехала к морю, а по возвращении наравлась на Славино признание «Встретил другую, она та самая, женюсь». И женился.

«ДОКТОР, ЧТО ЭТО?» Отношениям, безусловно, время на пользу: наша «love/hate» проверяется неделями и го- дами, страсти перетекают в устойчивые чувства, вздохи и слёзы умиления — в конкретные планы. Однако есть другая сторона медали: время приносит кон- фликты, испытания, взаимное охлажде- ние — то, о чём неприятно вспоминать. А потом новое знакомство, гормональное буйство, вспышка чувств — и кажется, что с новым человеком всё сложится по-другому, без чёрных полос. И впрямь проще начать новые отношения, чем перевести существующие на другой уровень. В общем, горько!..

ИГРА НА КОНТРАСТЕ

«Женщины любят только мерзавцев, это всем известно. Однако быть мер- завцем не каждому дано», — горевал

прекрасный Сергей Довлатов. Есть такое, мы охотно влюбляемся в плохих мальчиков и проблемных мужчин. Это прямо универсальный тест на звание «настоящей женщины». Мучаемся, решаем их проблемы и свои — возни- кающие благодаря им. Терпим, что они не зовут замуж, не зовут нас «самым родным и близким человеком». Мы го- дами барахтаемся в отношениях «абы как». А потом временная размолвка, знакомство с приятным мужчиной, который — вот те на! — не создаёт про- блем. Он молчалив, не страдает па- губными пристрастиями, не отягощён долгами и алиментами, всерьёз строит планы и приступает к воплощению. «Как долго я тебя ждала», — думаем мы — и замуж!

У мужчин та же «петрушка»: годы тратят на престлещи, которые «пока не созрели для брака», не фанатеют от бытовых обязанностей, не в восторге от детей, зато азартно строят карье- ру и показывают сложный характер. Однажды мужчины устают и удачно встречают другой вид девушек: на «ты» со сковородкой, дружелюбны с младе- нцами, умеренны в карьерном рвении, характер сносный. Бегом под венец!

«ДОКТОР, ЧТО ЭТО?» Это желание жить нормально — в обычном челове- ческом понимании.

Наталья ГРЕБНЕВА.

Сколько должны длиться отношения до брака?



ОТВЕТ ПСИХОЛОГОВ:

«Период романтики, цветочков и ночных прогулок до свадьбы плюс-минус шесть месяцев. Пара успевает узнать друг друга в разных ситуациях, пере- жить конфликт и проверить готовность к компромиссам, понять жизненные позиции, приоритеты и цели. А также познакомиться с родственниками и оценить круг общения».

МНЕНИЕ СВЯЩЕННИКА:

«Гражданский брак — вовсе не подготовка к браку, а совершенно иной путь. Это школа безответственных наслаждений. Поэтому люди в граж- данском браке и живут довольно мирно, ведь бесы их не искушают: зачем сворачивать людей с гибельного пути? Для женщины гражданский брак — иллюзия семьи, а для мужчины — иллюзия свободы. Когда после нескольких лет такого лжебрака они решают пожениться, вдруг осознают, насколько резко придётся изменить свою жизнь, возложить на себя какие-то обяза- тельства. Это приводит к тяжёлым последствиям. Школа безответственных наслаждений не может подготовить к поступлению в академию ответвен- ности и любви. Думаю, после года свиданий и встреч нужно регистрировать отношения».

ЦИТАТЫ С ФОРУМОВ:

«Ответила «год-два», хотя сама выскочила замуж через два месяца после знакомства. Но с возрастом всё-таки понимаешь, что год — самое оно».

«Слышала мнение психологов и астрологов: для того, чтобы хорошо узнать человека, нужно пробыть с ним рядом полный лунный цикл. А это и получается год. За год все маски спадут, человек войдёт в свой привычное состояние, и можно уже судить: любил ты его образ или его самого».

«И я вышла замуж спустя четыре месяца после знакомства, хотя до это- го имела опыт длительных отношений (около трёх лет), которые ничем не увенчались. Думаю, нет никакой разницы: если люди хотят пожениться — по- женятся».

«Мне кажется, что это от возраста зависит. Если обоим лет по 18, то тут можно и три года присматриваться, поскольку человек может сильно изме- ниться. А когда уже за 30, то может и нескольких месяцев хватить, чтобы по- нять друг о друге самое важное».

В отцы тодится!



Чудесное слово «папа». Гораздо лучше жёсткого, колючего — «отец». «Папа» — это домашнее. Как любимая пижама. Как покой. Как чашка горячего чая с лимоном после ванны, которая после ледяного косого ливня. «Папа!» — и тебя уже ничто не тревожит. «Папа!» — и тебе уже ничего не надо решать — всё решат за тебя. Каждой девочке нужен папа. Папа. А не слово.

Татьяна СОЛОМАТИНА («Папа»)

Мальчишкам тоже нужен папа. Особенно смешному Димке — трёхлетнему сыну моей подруги. Папа им обоим нужен всегда и очень-очень, но сейчас особенно — Димка болеет. Хворает жестоко, заходится в кашле до синевы, не спит ночами, но уже не плачет: когда рассчитывать не на что и не на кого, взрослеешь быстро. Его мама, шустрая неунывающая Ира, была у десятка врачей, сделаны процедуры, выпиты таблетки и поставлены уколы, но хворь то и дело возвращается. Мы помогаем Ире, её не оставляют без помощи родители, близкие — продукты, деньги, слова поддержки и телефоны новых «отличных специалистов по этой самой болезни». Ира благодарит, плачет, кивает, бормочет «спасибо», звонит специалистам. А ещё она иногда звонит папе Димки — на случай, если он захочет увидеть сына, навестить в больнице, посидеть с ним ночью, когда температуру, кажется, можно сбить, только погрузив плачущего мальчика в ванну со льдом.

Папа берёт трубку, скрывая раздражение, предлагает деньги. А иногда (и всё чаще) не отвечает. И вот тут-то горе любому, кто увидит в данный момент Ирку: его сердце подвергнется, пожалуй, самому страшному испытанию. Она не рыдает, просто вся как-то сжимается, словно вот-вот исчезнет. А потом крошечная мама задаст один и тот же вопрос:

— Ну как же так? Ведь он так сына просил, так ждал! На коленях стоял, плакал, имя заранее придумал. Всю беременность пылинки сдувал с меня... А потом вдруг как и не было его...

И наконец главное:
— Девочки, как выбрать мужчину, чтобы стал хорошим отцом?

Умеет же огоршить. Не потеряться бы в лабиринтах ответов.

«Смотри, из какой он семьи!»

— советовала бабушка. Мол, если сильны традиции, устои, если глава семейства от-

ветственный, заботливый и по-хорошему суровый, мальчик тоже превратится в надёжного мужа и отца. «Пример семьи» и «уважение старших» — великое дело. В целом, да, уклад из детства — штука незбываемая, что приняли за норму, то и понесём в жизнь. Однако жизнь преподносит кунштюки, даже если полагаться на самый чёткий алгоритм — разные эпохи, люди, обстоятельства, уроки детства покрываются пылью и накрываются медным тазом.

Например, Вера. Вышла замуж за «мальчика из хорошей семьи». Мама-папа золотые, не один десяток лет душа в душу, вырастили троих, старший сын с дочкой — умницы и молодцы, заботливые родители. А вот Верин супруг словно не из достойного семейства, будто чужой подкидыш. Нет, он исправно приносит зарплату и, что называется, «содержит семью», но, кажется, Игорю до лампочки его наследники. Он не помнит дни их рождения, кто в каком классе, кем мечтает стать в будущем — попробуй упомни, если детей целых два. Сын и дочь, кто-то старше, кто-то младше, на вид одинаковые. «Хорошо, хоть в лицо узнаёт и по именам помнит», — горько усмехается Вера.

Игорь патологически неспособен запомнить, что у дочери страшная аллергия на шоколад. Глупышка просит, он покупает — к вечеру у девочки сыпь, тело чешется, в ход идут таблетки и мази. Сын с младенчества мучается хроническим бронхитом, на лето всей семьёй ездят в сухую южную благодать. Каждый раз папа капризничает: «Надоел один и тот же курорт! Поехали в Питер!» Да-да, туда, где сыро и бронхит расцветёт буйным цветом.

«А недавно и вовсе дикий случай был, — вспоминает Вера. — Пришли в кафе, сделали заказ. Когда принесли блюда, папа поставил тарелки перед собой и наворачивает! Сын с дочкой слюнки глотают, на него глядя, а ему хоть бы хны!»

И во всём так. Игорь не злодей, не тиран, он просто равнодушный отец — какое-то из слов явно лишнее.

«Выбирай по человеческим качествам!»

Говорила мама, когда первые ласточки из наших девичьих рядов полетели в загс. Подразмывалось: если «соискатель» руки и сердца добрый, отзывчивый, надёжный — добро пожаловать в мужья. Ведь хорошие люди не бывают плохими и «никакими» (см. выше) по отношению к собственным детям. Уж

если они дворовых котят кормят, то собственных малышей подавно окружают заботой и любовью... Всё так, всё правильно. Но не всегда.

Аня выходила замуж за «спортсмена, комсомольца и просто красавца». Со школьной скамьи жених плюсовал положительную репутацию: зимой мастерил кормушки для птиц, летом ходил с соседскими детьми по грибы-ягоды, на хорошем счету в школе, в институте — за всегдашней доской почёта, даже старушек через дорогу переводил. Кому, как не ему, быть образцово-показательным отцом?

Он им и был, когда родился сын — напрочь растворился в наследнике. Самостоятельно купал, гордо катал коляску, зорко следил, чтобы опасные для мужского благополучия памперсы надевали только в больницу и на прогулку, выбирал колыбельные, отбирал «правильные» стихи и сказки. В общем, Аня отвечала только за кормёжку и... Пожалуй, только за кормёжку.

А потом люди развелись. Никто не «свернул налево», не разочаровался до смерти — люди в одно мгновение стали чужими. Точнее, Аня и ребёнок остались вдвоём и родными, а папа обернулся непримиримым воеителем. Он «перекрыл» финансовые вливания до скудного ручейка алиментов. Он больше не рассказывал сыну интересные истории, зато вдохновенно отчитывал за провинности во время воскресных прогулок. Сын из «своего родного» превратился в ребёнка от женщины, которую уже неправильно было бы любить и помнить, незачем разыгрывать положительного героя. Посему — алименты, эконом-подарки, суровые наказания, в общем, всё то, что уместается в безнадёжное слово «нелюбовь».

— Уж лучше бы никакого, чем такой папа, — шепстела Аня в трубку, а подруги шикали. Тем временем сын становился замкнутым, после папиных визитов сидел угрюмый, а через пару месяцев наотрез отказался видеться с родителем.

Экс-муж Ани и законный отец её ребёнка встречается с милой девушкой, которая в нём души не чаёт, равно как и её окружение: мужчина достался — подарок! Ответственный, серьёзный, добрый, порядочный. Таких в Красную книгу заносить надо, детей от них рожать!..

Аня тоже не одна, есть хороший человек, которому безразлична судьба Ани и её сына. Да чего там, любит он их обоих. Аня говорит, что, наверное, не рассматривала бы всерьёз отношения, тяжёловато ещё после развода. Но сын так сдружился с поклонником, а тот, надо признать, мог бы стать прекрасным отцом. Вот и поди разбери, как их выбирать...

«Я помогу»

Таня выходила замуж за человека, который буквально поставил на ноги младших сестру и брата после смерти

родителей — казалось бы, такому не страшно и троих родить. Увы, с трудом уговорила на единственного наследника. В настоящее время папа не проявляет родительского фанатизма.

Оля родила от мужчины, который любил так, как могут только герои индийских фильмов и пятилетняя детвора — до рыданий, до иступления. Когда она забеременела, всерьёз опасались за душевное здоровье будущего отца, настолько неистово радовался. А потом так же вразлёб полюбил другую, развёлся с Олей, женился на свежей пассии, родилась дочь. Словом, был папа, да весь вышел.

Оля выбирала в отцы человека постарше, чтобы понимал важность отцовства. Ну в общем... Растит одна. Зрелый папа вроде бы понимает, но материально вкладываться не хочет: дети — они же

плод любви, зачем им платные школы, курорты и фрукты?

Наверное, только барышня Катя сделала ставку на верные позиции: родит от того, кого полюбит. А в том, что Катя полюбила порядочного, серьёзного, зрелого, она не сомневалась. Ведь любимый всегда будет самым лучшим — для неё.

У них действительно идеальный папа. С первым сыном был просто золотым, со вторым стал идеальным. Когда Андрей ловко переодевает комбинезон сыншике, мы диву даёмся — что значит стаж! А Катя улыбается: «В первые десять раз папа путался, колготкам вообще ладу не давал. Но есть же я. Я помогу».

Такая вот история: папы всегда получают хорошими, когда есть любящая мама и жена.

Наталья ГРЕБНЕВА.

«Ты узнаешь!»

Открытия, которые делает мужчина, став отцом...

- Квартира смертельно опасна. Все предметы, лежащие ниже уровня пояса, будут либо уничтожены, либо использованы для нанесения увечий. 90% дел по «воспитанию» дитя — это попытки спасти его от травмы
- Сон — новая эротическая фантазия.

Восемь беспробудных часов — это прекраснее, чем принять ванну с Верой Брежневой. По крайней мере на сон у тебя ещё есть силы

- У тебя неприятный характер. Ты узнаёшь себя в его капризах, в его упорстве, в его вредности. Похоже на маленькое кривое зеркало. Заодно поймёшь, каким мучением ты был для своих предков

- Зато станешь идеалом для дочери. Именно ты сформируешь её вкус к мужчинам. Постарайся соответствовать, если хочешь, чтобы у тебя со временем появился приличный зять

- Не всё зависит от тебя. Когда ты в первый раз уронишь ребёнка головой об пол (не «если», а именно «когда»), ты будешь молиться, чтобы всё закончилось хорошо, даже если не знаешь ни одной молитвы и никогда ни в кого не верил

- Ты — «плохой» следовательно. К двум годам ребёнок научится крутить твоей женой, как жонглер — альпинистами. Если не хочешь жить с маленьким диктатором, тебе самому придётся командовать, наказывать и 50 раз в день говорить слово «нет». Неприятная роль, но кто-то должен это делать

- Свободное время — когда он спит. Ребёнок — работодатель, не знающий Трудового кодекса. Выходных для него не существует

- Маленький — не значит тихий. Пусть он весит шесть кило — расстроившись, он мастерски воспроизводит звучание звена Су-35 в режиме атаки. Да, некоторые ещё во сне храпят. Басом
- Хороший мультфильм можно посмотреть 50 раз

- Счастье есть. Ребёнок не только сам искренне переживает всё происходящее, но и тебя заставляет испытывать очень острые радость, нежность, умиление. Каким бы циником ты ни был, от многих его поступков и фраз тебе придётся вытирать слёзы умиления. И нечего тут стесняться.





«ЧЕГО ХОЧУ — НЕ ЗНАЮ...»

— Ты точно уверена, что хочешь секса с ним? — категорично спросила одна девушка другую. — Не знаю, — всхлинула та. — Я просто хочу быть с ним рядом...

Из подделушанного разговора

Наблюдать за людьми — увлекательнейшее занятие. Не нужно даже подглядывать в замочную скважину, всё как на ладони — без специальной оптики и долгого залегания в кустах на манер охотников. Вот Эдик — несчастнейший человек. Если верить его рассказам (а куда деваться), вся его жизнь — соблазнение женщин и зарабатывание денег на их обольщении. Очевидцы годами ждут, когда одна из «участниц забега» одержит победу и финиширует с Эдиком в загс — без толку. Мачо говорит, ему интересны только плотские радости. Люди ненаблюдательные поверили бы, а те, кто видит суть, не оставляют без внимания фразу, которая нет-нет да и проскакивает у Эдика: «Такая тоска...»

А вот Марина. Удивительный человек. Живёт от скандала до скандала. Сорвавшись с катушек в очередной раз, тут же сообщает: «Я раздражительная.

Это потому, что давно не встречалась с мужчиной». Мы искренне желаем Марине насыщенной личной жизни, но личности внимательные поймут, что Марина беснуется отнюдь не из-за отсутствия партнёра для нескромных выкрутасов.

Довольно интриг и рассматривания белья в чужих корзинах, поговорим о том, чего люди на самом деле хотят, требуя секса или соглашаясь на него.

Быть как все

Мы не хотим быть одни, чтоб нам не приклеивали прозвище «белая ворона» и похуже. Мы хотим быть своими среди чудесных людей с простыми и понятными целями — собирать календари с котами, отличать съедобные грибы от поганок, голосовать сердцем и получать «классы» за удачные фото. Словом, мы хотим быть в большинстве. А большинство населения занимается сексом — прямо-таки универсальное хобби. А

те, кто лишены этой радости, — вообще «фу», позор, и не видать им открыток в День святого Валентина. В самом деле обидно, когда на свидания с понятным финалом ходят все из твоего окружения, даже чудачковатая коллега с лишним весом и дефицитом ума, а ты — нет. Ты досматриваешь пятый сезон «Ходячих мертвецов», а все вокруг заняты более продуктивным и приятным делом. Возмутительно же! Именно тот случай, когда охота быть как все. Помнится, бесшабашная Бриджит Джонс, переживая времена интимного «простоя», даже готовила журналистское расследование про вынужденный целибат — людей, у которых в постелях пусто. «Нас много!» — радостно возвещала Бриджит на планёрке. И тут же радостно переметнулась в другую группу — тех, у кого всё в порядке с сексом, — едва на горизонте возник Марк Дарси.

В общем, мы занимаемся сексом, потому что хотим быть как все, в большинстве, среди здоровых и желанных людей.

«И ты больше не один...»

«Люди занимаются этим, чтобы избежать одиночества» — звучит обыденно и страшно. Принято считать, что если кто-то спит рядом, значит, ты кому-то нужен, интересен, дорог. Также сексом занимаются, чтобы привязать того, кто нужен и интересен тебе. Обычно этим славится женский пол, но мы-то знаем, что мужчины тоже хороши.

Секс — высшая степень доверия, по крайней мере так должно быть в идеале. Тому, кого целуешь и обнимаешь, можно рассказать про всё: натёртый мозоль, страх старости и детские воспоминания. И он поймёт, чмокнет в лоб, прижмёт к себе. А другим про такое рассказывать не полагается, потому что не принято и нет им ни капли доверия.

Кроме того, секс считается лучшим способом быстро-быстро достичь этого самого доверия. И впрямь глупо что-то строить из себя перед человеком, который тебя видел в чём мать родила и которого ты видела в том же «одеянии».

А раз голые, смешные и беззащитные, можно довериться. Вот люди и соглашаются на секс в первый же день знакомства — очень хочется довериться и не быть одиночками. Жаль, из этого редко получается что-то настоящее.

Порадовать тело

Мы все — сущие изверги по отношению к собственному телу. Мы переносим грипп на ногах и терпим издевательские диеты. Мы делаем массаж спины, только когда остеохондроз мешает жить. Мы считаем, что позволять себя целовать и гладить можно лишь, если рядом законный муж и предстоит секс, а так, попусту, незачем тратить ласки, время и внимание. Одно слово — варвары. А тело —

оно ведь живое и тёплое, оно помнит нас детьми, когда родители не жалели нежных объятий и звонких чмоканий. Дети выросли, но по-прежнему хотят, чтобы их гладили по голове и чесали спинку. Ради этого им приходится заниматься сексом.

Итак, тело хочет комфорта и прикосновений, а в итоге обнаруживает себя рядом с другим телом. Так не жалейте ласки!

«Иду я, такая красивая...»

Помните Эдика из начала статьи? Речь о нём и ему подобных. В обществе считается, что человек, которого все хотят, как бы со знаком качества, престижный и достойный. Вообще-то не факт, что сексапильный красавчик окажется сущим бриллиантом по части душевных качеств, однако быть красавчиком проще. А если природа поскупилась на эффектную внешность и телесную статью, можно её обмануть: пусть тебя особо не хотят, зато ты делаешь всё для того, чтобы фигурантов в списке личных побед было много. Да-да, зачастую секс — это способ самутверждения. Способ глупый и во многом ущербный, но до осознания этого ещё дорости надо — мозгами.

Желание в чистом виде

Острое желание секса как перекус пирожком или таблетка обезболивающего в момент приступа — раз и готово. По той же схеме мы «перекусываем» партнёром и не задумываемся: хорош ли он, эстетично ли было действо, какие ласки задействованы, достаточно ли нежности.

То ли дело осознанное желание — не от дефицита и нехватки, а с наслаждением, с неспешностью гурмана, чтобы смаковать. По словам сексологов, это и есть чистый эрос — ему чужды насилие, спешка, принуждение, его главная задача — вызывать желание и отвечать на желание другого человека, эдакий диалог.

Для этой цели барышни надевают красивое бельё, чулки с кружевом и прочие куртуазные штучки — хочется не просто «в койку», а чтобы прискакал прекрасный принц и на руках отнёс в постель желанную женщину.

И просто ради секса!

Секс — это здорово. Это когда мы получаем ласки и сторицей возвращаем избраннику. Это возможность умирать от наслаждения и воскресать к новому «сеансу». Это лучший способ выразить свои чувства, сделать приятное или помириться с партнёром. В общем, чего гадать и искать синонимы, если можно просто заняться сексом.

Наталья ГРЕБНЕВА.



«ДАВНО МУЧАЕТ ВОПРОС...»



Я молодая женщина со здоровым темпераментом. Много читаю, смотрю фильмы, общаюсь. Есть постоянный друг, с которым связывают тёплые доверительные отношения. В последнее время заметила, что совсем не хочется секса с ним. Со здоровьем всё в порядке, стрессов нет, стараюсь спать, занимаюсь йогой, а желание пропало. Что посоветуете?

Инна, по e-mail.

Посоветую отключить голову. Конкретно — не рационализировать эмоции. Мы часто не замечаем, что пытаемся упразднить чувства, используя вместо них знания и размышления. Сто лет назад дама могла бы пожаловаться: «Я люблю одного, при этом мне нравится другой, а третий влюблён в меня, что мне делать...» Сегодня женщина говорит: «Я не испытываю оргазма. Какую позу мне принять?» Мы подменяем понятия и, вместо того чтобы говорить о любви, пытаемся овладеть техникой секса. У нас цивилизация техногенная, и на одних эмоциях её нельзя ни построить, ни жить в ней. И мы постепенно привыкаем, что ко всему прилагается инструкция, даже к нам самим. «Пять шагов к здоровью». Делаем раз, делаем два, получаем гарантированный результат. «Семь шагов к хорошему настроению». Вместо того чтобы переживать и в этих переживаниях обретать свои чувства и себя саму, я себе подсказываю: здесь я должна захотеть, здесь поплакать, а здесь я должна быть влюблена... Конечно, в результате гибнут все живые эмоции и желание. Чтобы быть свободным в проявлении эмоций, надо освободиться от рационального.

Перестаньте проверять, есть ли желание. Договоритесь с партнёром о том, что у вас на этот раз будут только ласки, нежности, общение, а проникновения как такового не будет. И — нежничать, ласкаться, разговаривать друг с другом, смеяться вместе, танцевать, по улице ходить, за руки держаться, узнавать друг друга. Потому что если не хочется разговаривать и не хочется узнавать, то не будет желания. И не надо! Ведь мы не механизмы: нажал кнопку «Пуск» — и всё произошло когда угодно и с кем угодно. Нам необходимо заинтересоваться и собой заинтересовать — но заинтересовать не чтобы у нас «было», а бескорыстно, без заведомой цели. Тогда отступает тревожность: «А вдруг не выйдет?» Всё произойдёт само собой и по взаимному желанию.

Всем сестрам — по ушам!

Женщины не любят друг друга ничуть не меньше, чем, например, тарантулы, скорпионы или львицы. Но если клыкастым и ядовитым никто не запрещает с ходу бросаться друг на друга, пускать в дело клыки и жало, то женщин сдерживают мнение общественности, маникюр и диплом. И пусть внешне обилие милых барышень выглядит пристойно, если просветить рентгеном или прочесть мысли, гарантированы крупные мурашки по всему организму, потому что откроются залежи рафинированной ненависти — хоть монополию торговлю открывай.

Так что женский хоккей я не смотрю, хватает дамских спаррингов в режиме реали-шоу.

Утомлённая роскошью

Все семьи несчастливы по-своему, как мудро заметил бородастый классик. Наша с ненаглядной, например, измучена наличием «кары и казни» в лице Кати — то ли подруги семьи, то ли далёкой родственницы, я уже сам не знаю, почему это невыносимое существо делит с нами время и пространство. Зарисовки к портрету: жадновата, глуповата, не отличается благородством манер и широтой души. В общем, не просто так про несчастье семьи упомянул.

В минувшие выходные с ненаглядной посетили компанию друзей, Катя увязалась следом. В кругу друзей присутствовала Ира — солнечный человек, умница и симпатяга со всех сторон. Ира нам нравится, да чего там, она всем по душе. Когда появляется, праздник воцаряется сам собой, с первых нот её смеха. Я люблю, когда Ира смеётся, значит, она счастлива, а таких моментов в её жизни не много, точнее, маловато поводов для радости. Одна воспитывает сына, выплачивает кабальный кредит за жильё — после развода в одиночку решила квартирный вопрос. В общем, с финансами дела обстоят туговато. Мы знаем этот факт, но ни разу не замечали, чтобы Иринка оплакивала свою долю. Она хохмит, рассказывает про дошкольника Никитку, сыплет свежими анекдотами, напевает песенки. И выглядит словно с картинки — стройная, ладная, стильная. По этому поводу горе-Катя вечно бубнит: «Конечно, худенькая. С чего ей жировать-то? А юбка у неё из секонд-хенда небось!»

И вот снова Иринка раскладывает на тарелке сыр и яблоки, хочешь, а вокруг коршуном кружит Катя. Устав от игнорирования её персоны, «общее горе» восклицает: — Скоро вечер встречи выпускников, 15 лет нашему курсу, ума не приложу, в чём идти!

— Да не траться, — доброжелательно



Сам не знаю, но верю очевидцам: говорят, смотреть женский хоккей — удовольствие из разряда запретных. Вы не дождётесь сокрушительных цифр на табло и красивой игры: женщины страшно не любят пасовать шайбу. Понятно, что расставаться с заветным кругляшом в пользу соперницы — глупо. Но ведь дамы не делятся даже с «подругами» по команде!.. Недаром мужская солидарность есть, а женской — нет, есть только дружба — и та в кавычках

советует Ира, — у тебя много красивых платьев, однокурсники ни одно не видели, надевай любое!

— Ага, — противно ноет Катя, — тебе легко говорить, у вас на работе можно в джинсах и толстовках ходить. А я работаю в приличной организации, каждый день нужно выглядеть на уровне. Устала от того, что ношу «в люди», хочу платье со шлейфом...

— Но ведь все эти шлейфы и декольте на один раз! Будь практичнее, — улыбается Ира.

— Я. Могу. Себе. Позволить. Непрактичность, — весомо цедит Катя. — У меня муж есть.

Улыбка Иры гаснет, взгляд темнеет от боли. Катя продолжает плясать на костях:

— Куплю платье со шлейфом, к нему новые туфли и клатч. Вообще-то духи новые тоже нужны. Ох, сплошные траты, но мне ли жаловаться...

Воздух становится густым, как кисель: все понимают, что Катя атакует Иру, но «шпилики» словно безраздельны, нет повода обвинить страдальцу в злокозненности. Я очень хочу вступить за Иру, но тоже мучаюсь от двойственности: с одной стороны, понятно, что Катя попросту завидует Ире — её задору, оптимизму, умению держаться по-королевски даже в стеснённых обстоятельствах. С другой — не могу поверить, что сытая благополучная женщина способна завидовать неустроенной приятельнице. Поэтому малодушно молчу.

По-белому. И по-чёрному

Я всерьёз озадачен проблемой женской взаимной нетерпимости. Мужчинам тоже присущ дух соперничества, но у нас всё открыто и ясно. Борьба начинается, когда на кону что-то важное: принципы, любимая женщина, лучшее место под солнцем. И мы, мужики, в большинстве своём умеем уважать сильных соперников. Да, Марк Цукерберг молодчага — придумал «Фейсбук» и заработал кучу денег. Да, Венсан Кассель — красавчик, хоть внешне и не скажешь. Он заполучил в жёны Моника Белуччи — ай, молодец. Да, Лёха из соседнего отдела — «крутой перец», трижды восходил на Эверест и с мая по октябрь каждые выходные прыгает с парашютом, стальной мужчина. То ли дело дамы! Едва какая-то достигает успеха или расцветает красотой розового ботана, Интернет наводняют ядовитые комментарии: «Мы-то знаем, как достаются такие места в совете директоров». Или: «А почему бы ей не похоронить? У неё, наверное, богатый покровитель. Знаем-знаем, откуда деньги на косметологов и шиншиловую шубку». Я читаю и диву даюсь: девочки, а кто вам мешал обрести симпатию и поддержку солидного мужчины? Если считаете, что чьё-то женское обаяние сильно переоценено, держайтесь!

Но дамы не торопятся объявлять охоту на обладателей баснословного состояния, видимо, осознают бесперспективность. Тогда включается правило «зелен виноград»: раз не могу что-то получить, буду говорить, что не очень-то и хотелось.

Обратите внимание, как большинство женщин реагируют, когда одна из их числа завоёвывает расположение завидного кавалера. Звучит нечто вроде: «Господи, как же надо деньги любить, чтобы с N встречаться. Он же старый/некрасивый/злой (нужное подчеркнуть)». В общем, если бы досужим комментаторам предложили, они бы отказались — принципы и эстетство важнее. Ага. Здесь кто-нибудь верит?..

Если же кавалер безупречен, то есть молод, пригож собой и порядочен, наоступления идут с другого фланга: «Он встречается с этой фифой? Она же дура! Значит, он тоже дура!» В общем, богатый и красивый, но глупый и неразборчивый им тоже не нужен. Ах, какое прозрачное лукавство. Сам я не в курсе, романов с сильными мира сего не крутил, но верю словам одной барышни-супруги статусного мужчины. Вот что она говорит: «Поверьте, есть миллионы поводов совершенно искренне полюбить тех, кто на виду, на слуху и на вершине горы. Если для женщины был бы важен только вопрос внешности, все выбирали бы только красавчиков-стриптизёров. Нет, не хотите? Тогда не надо кудахтать про исключительную важность экстерьера. Кроме того, эти люди оказывались там, где они есть, не просто так. В них можно влюбиться — сильно, искренне и надолго — через пару часов общения. Потому что степень сомнительности их личности может быть разной, но масштаб этой личности таков, что любая разуеться и пойдёт босой в Сибирь».

Думаю, писать злые комментарии и злопыхать барышень заставляет банальная зависть, что статусные супермены выбрали не их.

«Мало ей, добавьте!»

Апофеоз женской нетерпимости можно наблюдать, когда с ещё вчера успешной дамой случается некая оказия. Например, авторша популярного кулинарного блога (отличная семья, жизнь во французском Провансе, муж-банкир, личный самолёт) опубликовала в блоге заметку, что ей пришлось побывать в больнице — пустяк, до свадьбы заживёт. Спустя минуту (!) на-



Женское сообщество отбросило вязание, пошушукалось и избрело слово «стерва», а заодно кучу способов без прямой агрессии шлёпать по макушке тех, кто лучше — фигурой, задором, улыбкой.

тели анонимные читательницы и набросали пожеланий — отнюдь не крепкого здоровья, а скорейшего исхода в связи с онкологией. Автор пожалела злобных гарпий: «В каком липком жирном аду надо жить, чтобы писать человеку такие вещи...»

Очередной разгул эмоций случается, когда у известной дамы, жены большого человека, после развода супруг пытается отсудить ребёнка — увы, есть такая печальная «традиция». Конечно, в адрес матери льётся море сочувствия, в том числе женского, но хватает и выкриков: «Сама виновата! Не видела, что ли, за кого замуж шла?» Ох, девочки. Запрос могла не видеть: могу, как мужчина, сказать, что мы бываем разными — способны

и класть зубами среди конкурентов и врагов, и бормотать нежности жене и детям. Но если жена перешла в разряд врагов (измена, развод, скандалы) — ей тоже уготован звериный оскал. Так что осуждающий аргумент «видели очи, что брали» отменяется.

Где собака зарыта...

...Недавно на глаза попала любопытная статья: психолог утверждает, что женская взаимная нетерпимость сродни первобытным инстинктам. В основе её зависть к изобилию внимания и благ, свалившихся на соратницу, — никакая справедливости: одним всё, другим ничего! Дело в том, рассуждает психолог, что женщины испокон веку привыкли заботиться о других, махнув рукой на себя: то детям чумазым носы вытереть, то голодного мужа накормить. Они свыклись со своей второстепенностью, смирились с участью серенькой павы на фоне ослепительного павлина. Дамы нашли счастье в добродетели и вязании крючком, собирались в женские сообщества, провождали торжество гладких причёсок, смирения и неброской одежды. И тут появилась фифа — кудри, каблук, яркие наряды и мужские восторги. Самое возмутительное, что фифа считает такое положение вещей нормальным: муж, дети и престарелая родня — это, конечно, хорошо, но и о себе забывать не надо. Представляете, какой ужас? Женское сообщество отбросило вязание, пошушукалось и избрело слово «стерва», а заодно кучу способов без прямой агрессии шлёпать по макушке тех, кто лучше — фигурой, задором, улыбкой.

Доводы психолога были едва ли не первым случаем, когда я безоговорочно согласился с женщиной.

...Наша «общая боль» Катя снова приводит в баланс счастье в моём союзе с ненаглядной: мы снова в компании, опять — радость какая! — пришла солнышко-Ирка. Среди друзей замечен интересный мужчина, который оказывает Ире знаки внимания.

— Женат? — шёпотом интересуется Катя.

— Нет, это Серёжа, развёлся давно, детей нет, очень серьёзный товарищ, — даёт рекомендации кто-то.

— Ирин, позвольте сесть рядом, буду ухаживать и салатик вам подкладывать, — симпатизирует кавалер Ире.

— Аккуратнее, молодой человек, — громоздко шутит Катя, — у этой девушки непосильная ноша на плечах: ребёнок и кредит за квартиру.

Пауза, секундное замешательство:

— Какая удача! Как раз искал невесту с приданым, — улыбается он.

Я же говорил, что мужчинам свойственна солидарность — молодец Серёга, говорю без иронии и зависти.

Макс ПОЖАРСКИЙ.

«Я хочу быть... ТОБОЙ»

— Ма-а-а! Она опять! — дочь маякнула лопочущим голосом. Я поняла: внимание, опасность. Слезы близко, ребёнок беспомощен — несмотря на «солидные» 15 лет. Обнять, прижать, успокоить — пусть проревётся. Когда затихнет, шепнуть на ушко:

— Алёнка, что она опять вытворила?

«Она» — это Алёнкина двоюродная сестра, моя племянница. Инке 13 лет, школьница, умница, симпатяга. И совершенно невыносимый человечек из-за страсти к попугайничанью. Объект подражания — моя дочь. Алёнка уже зубы в порошок стёрла с досады. Поскольку девочки учатся в одной школе, Инкин фанатизм очевиден окружающим, а подростки — народ беспощадный.

— Она связала себе такую же шалку, какую мне папа из Чили привёз, и таскает повсюду, даже на уроках в ней сидит. Мама, ты бы посмотрела на этот позор! Коряво, строчки кривые, нитки блёклые — вот именно «пошлая пародия». Из-за этой дуры я теперь папин подарок носить не смогу, вы-вы-вы-вы...

Признаться, в такие минуты мне отзываются зрелая мудрость и педагогическая рассудительность — дитячко плачет. Я уже разговаривала с родителями Инны — братом моего мужа и его беспечной женой. Родственники отмахнулись: «Ну подражает, и что?! Что плохого?» Безнадёжные люди.

«Копировальных» диверсий на счету Инки предостаточно: когда Алёнка выкладывает в социальной сети фотографии, сестрёнка спустя сутки «радует» дублями — ракурсы, позы, даже одежда слезаны подчистую. Но выглядит это глупо и нелепо, умному взгляду очевидно, что девочка примеряет образ, играет — и делает это беззвучно.

Алёнка сжимает кулачки, ей сыплются ироничные сообщения: «Видела, Инка опять по твоим стопам пошла?», «Слушай, она скоро дышать в такт с тобой будет, вот дура-то!» Алёнка рыдает: она придумывала костюмированный сюжет, выставяла свет (родители с лампами) и даже учила кота улыбаться — результат получился достойный.

А потом пришла эта... поизмывалась идею и в итоге всё опошшила.

Сейчас я досчитаю до ста, а может, до ста миллионов или миллиардов. А потом позвоню Инке... Если наберу номер раньше, могу убить словом навсегда. Когда ваш ребёнок плачет, вы не размышляете — пусть это неправильно, зато честно.



«Лучше безупречно прожить свою судьбу, чем жить, подражая другим, и достичь в этом деле совершенства...»

Элизабет ГИЛБЕРТ («Есть, молиться, любить»)

Образно говоря

С подобным явлением я уже сталкивалась. Когда мы учились в институте, на курсе была девочка-оригиналка. Все одевались в то, что могли найти на магазинных и рыночных прилавках. А Яна носила сплошь лейбы и бренды, оттеняя великолепие оригинальной авторской бижутерии, этническими украшениями, яркими шарфиками. Вожделенный дефицит доставался через друзей из Европы, оставшихся с детства: папа Яны — военный, семья долго проживала вдали от России.

Яна была великолепна, бесспорная красавица курса, непревзойдённый авторитет в области девичьей красоты и моды... Одна пара глаз взидала на неё не просто так, а изучающе — Оля. Симпатичная барышня, к которой все относились тепло до определённого момента, пока Оля не взялась бесстыдно копировать Яну. Но поскольку возможности Оли были ограничены, подражание получалось ущербным: копеечные платочки вместо шикарных Янкиных кашне, дерматиновые ремешки вместо суперстильных рем-

ней. Образ подделывался полностью, а вот детали подводили, выглядели они словно принцесса и Золушка. Яна понимала и молчала, Оля продолжала своё дело, студенты посмеивались. Именно посмеивались — над обеими. Потому что до «копировальных работ» Яна была лидером и почти кумиром, а после Олечкиного вольного исполнения она меркла, теряла мощь и роскошь.

Студентки отпускали шпильки в адрес Олечки, мол, ты бы ещё шубу купила, как у проклятой Вандерильдихи, а та в ус не дула и знай себе подражала Яне. Яна несла убытки: поредела толпа поклонников, она раздражалась, нервничала. Потому что, сама не желая, стала участницей соревнования «Подделай меня, если сможешь». Яна приходила в новом эксклюзивном комбинезоне, а через неделю Оля являлась в версии «сампошив»...

Закончилось всё предсказуемо, Яна перевелась в другой институт. Я её не осуждаю: когда что-то лично твоё становится общим, это теряет смысл.

А Оля вернулась в прежний образ, стала обычной, как большинство. Но

мы уже не могли к ней относиться тепло, в силу возраста ещё не понимали почему. Теперь осознаётся: Оля была бледной, невзрачной и неинтересной личностью, незрелой морально. Она не смогла создать ничего своего, зато уничтожила нечто самобытное, приятное взору. Нечто настоящее.

«Так вот какая ты!..»

Эта оказия случилась с приятельницей, сильно независимой Настей. Бог одарил её сверх всякой меры: хорошая собой, крупная, но статная, с гривой русских волос, рассыпанных кольцами по спине, с русалочими манящими глазами. А смех, а голос! Когда она хохотала, словно серебряные колокольчики звенели, принималась петь — мы замирали.

Самое главное, этот человек-человек был умён, начитан и коммуникабелен, да ещё и добродушен. Точнее, всё то же самое, но в женском роде.

К красоте привыкаешь, а вот душевным качествам, уму и наблюдательности не перестаёшь удивляться, это блюдо пресным не становится. И у Насти появилась «горячая поклонница» — Ира. Настя упоминает в разговоре писателя Шишкина и ввернёт цитату-бомбу из «Письмовника» — Ира трое суток читает книгу под карандаш, чтобы потом сыпать перлами. Настя брызжет восторгом, пересказывая спектакль, — Ира тратит вечер, чтобы «приобщиться к высокому искусству». Настя достаёт билеты на джаз-концерт, Ира вылезает из кожи вон и идёт наслаждаться джазом, который ей до лампочки — если бы не Настя.

Настяно добродушие не знало границ, она не вмешивалась, не ловила на подражании, лишь шире распахивала глаза и пожимала плечами.

Развязка случилась неожиданно: мы отдыхали компанией, напитки рекой, разговоры тоже, стиль общения неформальный. Настя похвалила книгу модного автора по имени Слава, Ира добавила свои пять копеек: «А мне не очень. У него предложения короткие, как будто для дурачков пишет». Молчание, пауза, слово взял Игорь — поверьте, лицо незаинтересованное, беспристрастный критик. Вот что прозвучало в адрес Иры: «Ты вообще не имеешь права голоса. Твоё мнение никого не интересует. Если бы не Настя, ты бы слыхом не слышала о таком авторе, жила бы себе в скорлупе. Ну и что толку, что ты тянешься за ней? Всё равно не увидишь мир её глазами, не сможешь почувствовать так. В общем, как писал Фицджеральд: «Гэтсби, вы никогда не станете одним из нас». Настей тебе не

стать, силёнок маловато, по другому лекалу скроена...»

Ира сникла, жаль смотреть. Настя бросила Игорю: «Зачем ты так?», но её добродушие было неуместно: мы молча его поддерживали, потому что тоже устали от анекдотического сюжета: «Не нравятся мне ваш «Биттлз», сам я не слушал, мне Лёня напел...»

Прошли годы, иногда вспоминаю ту ситуацию, если жизнь подбросит схожий сюжет. Порой мне кажется, что резкость Игоря была излишней: и без того видно, что Ира из силёнок выбивалась, а толку ноль. Но потом меняю мнение: мало «врезал», надо было под орех разделить, чтобы впредь неповадно было. Да, все вокруг видели, что Ира тянется за Настей, однако ни на дюйм не приближается. Но этого не видела сама Ира, она-то считала себя равной, достойной, понимающей. Безапелляционно высказывала мнение, давала со-



Пародия всегда выглядит
ущербно и оскорбляет
оригинал. Можно
скопировать манеру стричь
чёлку и спародировать
голос. Но способность
мыслить определённым
образом нельзя.

веты, а мы молчали — из-за Насти, да и неудобно было на место ставить.

Сейчас я бы тоже не стала молчать: пародия всегда выглядит ущемлённо и оскорбляет оригинал. Можно скопировать манеру стричь чёлку и спародировать голос. Но способность мыслить определённым образом нельзя — и слава Богу.

«Хочу жить твоей жизнью...»

Вот мы и добрались до потаённых глубин. Лиля жила по соседству с нашей дачей, семья переехала откуда-то из ближнего зарубежья. Мы — ровесницы, летом на даче, вдали от подруг, я скучала — в общем, пришлось задру-

жить с Лилей. Не помню, когда стало понятно: Лиля — «хрюша-повторюша». Те же косички-корзиночки вокруг головы, та же длина платицы: мама покупала мне впритык, на один сезон, а Лиля носила «с запасом на вырост», но тут же обрезала до моих стандартов. У меня россыпь веснушек на носу — Лиля нарисовала себе конопушки оранжевым фломастером. У меня были крохотные рубиновые «капельки» в ушах, Лиле не дали проколоть уши, поэтому бордовые пятнышки она надела марганцовкой. Я злилась. Казалось, что Лиля хочет заменить меня, отобрать у девочки Наташи веснушки, серёжки... что ещё?

В субботу приехал папа, я увидела, как он открывает калитку, и бросилась навстречу: «Папочка!» И заметила, как следом, распахнув руки, понёслась Лиля — к моему папе. Нет, вот так: к МОЕМУ папе...

Вечером мы с Лилей подрались: разбитая губа и царапины на щеке — мои потери, распухшие уши, расквашенный нос и частично выданные волосы — её убытки.

Она больше не приходила, историю часто рассказывали на семейных посиделках, мол, хулиганка у нас росла... А мне никогда не было стыдно.

Потому что если ваш ребёнок злится, это неправильно, зато честно. А честность — это уже нечто настоящее, подлинное.

...Я досчитаю до ста миллиардов и передумаю звонить Инке: в самом деле, ни к чему связываться. Мы сядем и поговорим с Алёнкой, когда успокоится обе. Скажу, что подражание — это, конечно, лесть и признание твоих сильных сторон. Но если подражание глупое, оскорбительное, бездумное, если оно приносит необъяснимый дискомфорт — мы не будем это терпеть. Мы защитим паролем странички в социальных сетях, чтобы Инка не досаждала. Мы купим шапку, разок наденем, а потом шустрая Алёнка тут же продаст обновку в тех же соцсетях, а Инка пусть вяжет — поезд ушёл, у нас уже другие тенденции. Я больше не буду снисходительно улыбаться, когда подлиза Инка снова скажет: «Ты мама Алёны, а она моя сестра, значит, ты немножко и моя мама, мы же с ней похожи!» Я спокойно скажу, что девочки не похожи, а я — мама Алёны, и только её.

Я не дам отнять у моего ребёнка её право на оригинальные шапки и фото — ни на ниточку, ни на кадр, ни на дюйм. Я не дам отнять право на её личность. Ведь всем подражателям в конечном итоге нужно именно это: они просто не умеют быть собой.

Наталия ГРЕБНЕВА.



Успешным от успешных

Хватит довольствоваться вершинами, пора зреть в корень! Это мы о вашем карьерном совершенствовании. «На этот случай выпущена масса книг, некоторые из них прочитаны от корки до корки» – скажете вы. Но удалось ли вам претворить многочисленные советы в жизнь? Если нет, тогда вам нужны толковые наставники...

Отдыхайте во сне

Алёна Ковалёва, 41 год, управляющая сетью отелей «Домино», читала «Думай как миллиардер. Всё, что следует знать об успехе, недвижимости и жизни вообще» Дональда Трампа:

«Если один из сильных мира сего раздаёт бесплатные советы, грех ими не воспользоваться, ибо Дональд Трамп о деньгах и об успехе знает всё. С книгой я ознакомилась пару лет назад, но результаты уже значительные – из администратора салона красоты я превратилась в управляющую сетью отелей. Когда заказывала книгу, не делала ставки на особый эффект, но, оказалось, многие советы и примеры, как говорится, из личного опыта, действительно сработали».

Дональд Трамп не просто делится опытом, но и даёт дельные советы, например, никогда не брать отпуск. Если занимаетесь своим любимым делом, то вы в принципе не должны уставать. А если чувствуете, что продолжительный отдых нужен как воздух, вы занимаетесь не тем делом.

Ещё один совет: не спать больше, чем того требует организм. Это даст весомое преимущество перед вашими конкурентами, ведь вы сможете сделать больше. К слову, сам Дональд Трамп уделяет сну не более четырёх часов – может быть, поэтому он в большом отрыве от конкурентов?»

Ну а жизненное кредо Трампа не может не мотивировать: «Работай как вол, веселись до упаду и живи полной жизнью».



Помимо общего делового настроя и воспитания мышления миллиардера Дональд Трамп даёт множество практических советов вроде свода правил по выгодной покупке недвижимости, аренде хорошего офиса, быстрому погашению долгов, где лучше отдыхать и многое другое.

Цените чужое время

Инесса Конорева, 38 лет, индивидуальный предприниматель в сфере грузоперевозок, читала «Бизнес по-еврейски. 67 золотых правил» Михаила Абрамовича:

«Я выросла в небольшом русском городке, по соседству жила еврейская семья, которая поражала своими талантами в области зарабатывания денег. Позже я поняла, что секрет их успеха прост: нужно лишь методично выполнять намеченные планы. Например, каждый день уделять занятиям английского языка 45 минут. Примерно следующие рекомендации из книги помогли лично мне: – «Не кради время». Это одно из ценнейших правил. Руководствуясь им, я научилась приходить на деловые встречи заранее – минут за 15 – и выполнять обещанное в срок».

– «Пока горит свеча, ещё можно что-то сделать». Для себя я растолковала это правило так: я должна успеть выполнить все намеченные на день планы до конца рабочего дня и составить список на завтра. Помогло!

– «Наниматель должен знать, как живёт его работник». Я со своими водителями всегда была на равных, дружим,

БИЗНЕС – КЛАСС

Бизнес по-еврейски
67 золотых правил



так сказать, семьями – ходим друг к другу в гости – специфика работы позволяет. Но, уверена, будь я в другой сфере, всё равно бы установила контакт с подчинёнными, узнала, чем они живут. Это серьёзный мониторинг внутри любой организации

– «Поручайте дела другим». Делегирование полномочий поначалу не совсем мне удавалось. Я боялась, что никто кроме меня не справится лучше. Из-за этого уставала, нервничала, некоторые дела выходили скопоманными. Еврейская мудрость научила меня доверять людям, с которыми я сотрудничаю. В результате взяла менеджера по логистике, сама же решаю только очень важные вопросы».

Преодолейте внутреннюю лягушку

Андрей Коротков, 36 лет, совладелец стоматологической клиники «Сазур», читал «Оставьте брезгливость, съешьте лягушку!» Брайана Трейси:

«Эта книга посвящена тайм-менеджменту. Она учит, как спланировать свой день максимально эффективно. В основе простая поговорка: если каждое утро вам приходится съедать живую лягушку, весь день после этого вы сможете довольствоваться сознанием того, что ничего худшего сегодня уже не случится. «Лягушкой» Трейси называет трудную задачу, которую чаще всего хочется оттянуть, выполнять её иногда неприятно. Поэтому «съедать лягушек» лучше поутру. Чтобы всё успевать, нельзя откладывать дела на потом, а сложные задачи нужно разделить на простые и постепенно их реализовывать. Я составляю план дел на день и самое сложное ставлю первым в списке. Прямо с утра нахожу время для его решения. После этого сразу возникают ощущение радости, эйфории и уверенности, что день прожит уже не зря. Для меня первой и самой трудной «лягушкой» оказалось раскрывание нашей стоматологии. Мы стучались во все двери и постоянно получали отказы. Все эти «холодные» звонки вызвали желание всё бросить, пока меня не посетила идея организовать выездные кабинеты на масштабном фестивале, проходившем в нашей области. Я «съел эту лягушку», когда договорился с организаторами праздника. В итоге наше детище стало популярным. Когда боишься, сложа руки вряд ли что-то получится».

А чтобы процесс поедания «лягушек» был не таким уж отвратительным, Трейси предлагает разделять сложные задачи на простые и постепенно их реализовывать. Наверное, многим знаком закон Парето: 20% усилий дают 80% результата. Так вот «поедание лягушки» – это и есть те самые важные усилия, которые нужно прилагать в работе.

Целуйте каждую ручку

Тайсия Громова, 28 лет, менеджер контроля качества кофейни «Рыжий кот», читала «Клиенты на всю жизнь» Карла Сьюэлла:

«Моя находка – это пособие по ведению бизнеса, ориентированного на клиентов. Автор – сам успешный бизнесмен – рассказывает, как создать долгосрочные отношения с клиентами, обеспечить рост и процветание



своего бизнеса. Главная идея книги такова: «Прежде чем бросаться на поиски новых, попробуйте превратить покупателей, сделавших одну покупку, в клиентов на всю жизнь». Расскажу только от тех советов Сьюэлла, которые сама использую в работе. «Когда что-то идёт не так – извинитесь». Это несложно, зато клиент почувствует, что мы осознаём проблему. Главное после этого – незамедлительно приступить к её решению. Постепенно приучила весь коллектив следовать ещё одному правилу: «Работайте с каждым отзывом и не бойтесь приносить извинения за ошибки».

Следующая заповедь гласит: «Сделайте так, чтобы клиенту было легко пожаловаться». Многие скажут, что это лишнее. Но только так у нас появится реальная возможность исправить положение. Ежемесячно я обязываю гостей, которые проводят у нас праздники, и прошу поделиться впечатлениями.

И последний совет из моего опыта: никогда не руководствуйтесь единственной целью «привлечь клиентов ради количества и прибыли». Нужно просто заниматься делом, которое приносит удовольствие, не противоречит вашим взглядам и принципам».

Рекомендации Сьюэлла в основном направлены на одну главную мысль: делать ставку на разовые продажи и быструю прибыль не стоит. Есть одна хорошая поговорка: «Жадность ведёт к бедности». Не нужно жалеть того, чего у вас в избытке: денег, внимания, опыта.

Начинайте сначала

Евгений Новиков, 48 лет, руководитель дилерского центра «Ниссан», читал «7 навыков высокоэффективных людей» Стивена Кови:

«Книгу посоветовал друг, между прочим, успешный предприниматель. Да и к тому же, кто не знает Кови? Одного из самых успешных бизнес-тренеров в мире. Всем семи правилам следовать, конечно, трудно. Для себя я отметил следующие:

– «Начинайте, представляя конечную цель». Начиная, гоняя поддержанные авто из Германии, потом арендовал стюарда для нескольких машин, но всегда грешил о собственном автосалоне

– «Начала стремиться понять, потом – быть понятым». Возможно, я слишком буквально понимаю это правило, но, перед тем как заключить договор с «Ниссаном», я несколько месяцев посещал столичные курсы в сфере автомобильного бизнеса. Потом изучил специфику работы интересующего меня завода и рискнул

– «Затачивайте пилу» – это любимое правило. Автор имеет в виду: чтобы быть успешным долго, а не какой-то промежуток времени, необходимо регулярно совершенствоваться. Я распределяю свою энергию на полезные увлечения и привычки, которые обязательно смекаются в единое целое с трудовой сферой. Например, я окончил курсы писательского мастерства, они помогли сделать сайт моего салона ярким и звучным, собственноручно пополняя его интересными статьями, а недавно мою работу напечатали в популярном журнале для автомобилистов. В планах учить японский, ведь мой «Ниссан» родом из Японии».

Один из советов Кови несколько необычен: «Думайте в духе «выиграл/выиграл». Автор предлагает настроиться на взаимную выгоду с партнёром по бизнесу, только тогда дела пойдут в гору. Установка «выиграл/выиграл» представляет жизнь арендой для сотрудничества, а не соперничества.

Записала Наталья НИКОЛАЕВА.

Карл Сьюэлл
Клиенты на всю жизнь





«Соника, бегом вставай, пора на стол накрывать!» — ни свет ни заря будила мама. Маленькая Соника без капризов вставала, стряпала завтрак на семью из восьми человек, потом отправлялась на рынок торговать зеленью. А вечером пригоняла из стада корову, напевая нехитрые народные мотивы

София Ротару:

«Я не боюсь слова «бабушка»

Сегодня её голос нельзя перепутать ни с чьим другим, она кумир миллионов, старожилка отечественной эстрады и просто красивая женщина. О загадочном образе Ротару ходят легенды, но ей скрывать нечего — в глубине души она всё та же простая девушка из украинской глубинки, а её жизнь вертится вокруг близких людей...

Из каких будете?

После трудового дня Соня спешила к старшей сестре Зине. Девушка ослепла после перенесённого тифа. С тех пор у неё остались только две отрады: радиоприёмник, по нему она слушала русские песни, и младшая сестрёнка, с которой они вместе по этим песням учили русский язык. Зина прикрывала Соню, когда та по вечерам бегала в школу заниматься танцами: «Сестра открывала для меня окошко, и я убежала. Бежала по улицам, а сама боялась, что кто-то из односельчан меня увидит. В то время у нас в деревне, как только солнце садит, девушка не имела права выходить на улицу. А село — это большая семья, каждый друг о друге знает всё». Естественно, родители волновались за репутацию дочерей. Поэтому, когда за их Соникой в выпускном классе приехали специалисты по художественной самодельности и стали убеждать, что дочь должна ехать в областной центр учиться в музыкальном училище, они сначала испугались. «Мама плакала,

говорила, что мне надо замуж выходить, а не уезжать неизвестно куда, неизвестно зачем. Но папа дал согласие».

В творческой среде Ротару была как рыба в воде: все прогрессивные вещи того времени были вмиг освоены молодой хуторячкой. Она без стеснения щеголяла по городу в минюбке, распрощалась с шикарными юсками ради новомодного каре с начёсом: «Как-то ко мне в Черновцы приехали родители, и мама увидела мою новую причёску, тщательно скрываемую под косынкой. И лишь сказала: «Домой приедешь, когда волосы отрастут!» С таким характером, как у Ротару, одновременно огненным и отходчивым, погаснуть, не покорив высот, было бы нереально: «Я типичная львица. Могу показать свой характер, но только тогда, когда есть повод. А так я мягкий и терпимый человек, от природы лидер, мне нужно всегда быть первой». На вторых ролях быть и не довелось: создав свой коллектив «Червона рута», София Михайловна пустилась в свободное плавание — собирать аншлаги по городам страны.

Любовь по фотографии

Мы, кажется, упустили тот факт, что залы она собирала уже с мужем. Момент знакомства был особенным, поэтому берём его в рамочку.

«Когда Толя служил в армии, ему в руки попал журнал, в котором напечатали мою фотографию, как победительницу республиканского конкурса. Фотографию он вырезал и хранил, пока не принялась разыскивать меня в Черновцах... И разыскал-таки свою «мечту». Два года молодой человек пытался выпустить Соню хотя бы на свидание. Но она только насмехалась над бедным влюблённым. Соглашалась встретиться, а в назначенный час к кавалеру прибегала одна из её подружек. Мучила Анатолий совсем не потому, что считала его недостойным. Она, наоборот, мечтала выйти замуж за простого сельского парня, с которым бы жила в посылке и воспитывала кучу ребятнишек. А интеллигентный Анатолий ну никак не тянул на мужа-работягу, отца огромного семейства. Но в один прекрасный день сердце красавицы дрогнуло. «Я сама не понимала, что произошло. Просто посмотрела на него другими глазами и... влюбилась». Со свадьбой тянуть не стали, хотя Анатолию оставался год до окончания университета. Из-за любимого Ротару пришлось на год отложить поступление в институт: «Ждала, пока муж доучится, а сама преподавала в культпросветучилище теории музыки. А что вы хотите — любовь захлестнула!» Уже потом они вместе создали коллектив «Червона рута», который, объездив с гастрольными вёс СССР, стал невероятно популярным. Анатолий ради творчества жены оставил работу учёного-физика и пошёл учиться на режиссёра. Он хотел во всем помогать своей Соне и всегда быть рядом. Супруг чувствовал, что призвание жены — сцена,

поэтому с головой ушёл в дело Софии: «Толик для меня был всем — и режиссёром, и другом, и продюсером. Мне только надо было хорошо выглядеть, хорошо чувствовать себя и хорошо лететь. Он всегда говорил: «Ты занимайся только этим. Ты должна выйти на сцену — там твоё место». А всё остальное — на нём».

34 года счастливого брака и успешной карьеры пролетели как один миг. В 97-м Анатолий тяжело заболел. Врачи констатировали инсульт. Пять лет Ротару выжидала супруга, тратила огромные средства на врачей и лекарства, молилась в церкви о его выздоровлении. Но в 2002 году во время гастроль в Германии ей позвонили из больницы: «Срочно приезжайте, он умирает». Отменив все выступления, София полетела к нему. Застала Анатолия уже без сознания. Просто села рядом и начала говорить обо всём. Всего на несколько секунд муж пришёл в себя и... умер на руках у своей любимой Софии.

Она думала, что не перенесёт такой утраты. Заперлась в комнате, никого не хотела видеть. «Без него я жить не хотела. Он унёс мои крылья». Полгода певица, можно сказать, жила на могиле мужа, всерьёз подумывала уйти со сцены. Но сын Руслан и его семья помогли взять себя в руки. Руслан занялся продюсированием мамы и предложил все песни со сцены посвящать отцу, так постепенно ей стало легче.

Отрада

Первую годовщину брака София и Анатолий отмечали в роддоме — родился сын Руслан. Мальчик стал одновременно их отрадой и главной заботой, так как Руслан родился в разгар гастрольной жизни родителей. Его пришлось оставить на попечение бабушек-дедушек. «Да, такая доля у артистов — мы распадаемся за любовь к профессии, за успех разлукой с детьми».

Потом вместе с сыном они переехали в солнечную Ялту, но и там количества совместного времени с Русланом у родителей не прибавилось. «Отрываясь от ребёнка, мы плакали, наши сердца разрывались. Возвращаясь с гастролью, мы снова плакали — уже от счастья. А Руслан бросался к нам, обни-



С любимым, ныне покойным, мужем Анатолием, сыном Русланом, невесткой Светой и двумя внуками: Толиком и Софией.

мал, замирал и первым делом спрашивал: «Вы на сколько приехали?» Если он приходил из школы, когда мы уже находились дома, он залетал в квартиру и, даже не видя ещё нас, шмыгал носом: «Мамой пахнет!» Да, Руслану не хватало материнской ласки, он хотел, чтобы папа и мама были рядом».

Они, безусловно, баловали сына, но Руслан рос скромным неприязненным ребёнком. Он никогда не хвастался сверстникам своими родителями, даже когда поехал поступать в Москву, строго-настрого запретил Софии приближаться к дверям института. «Я стояла, как все родители, переживала, ожидая результатов экзаменов. И от волнения собирала цветочки липы и складывала их в книгу, которая была со мной... Было очень тяжело отпускать Руслана в самостоятельную жизнь».

Мама Софии не раз заводила речь о втором ребёнке: она просила меня

родить ещё: «Дочка, ты только роди и продолжай работать, а мы второго поднимем». Ещё она говорила: «Ты будешь очень жалеть о том, что у тебя всего один ребёнок». Так и получилось. Поэтому, когда у Руслана и его жены Светланы появился первенец Толя, названный в честь дедов (отцов Руслана и Светланы), София Михайловна настоятельно советовала детям не затягивать со вторым. «О том, что Света во второй раз в положении, сообщил Толя-маленький. Пришёл и продемонстрировал мне выписку из женской консультации. А я только и вымолвила: «Слава тебе, Господи». Сомнений, что во второй раз родится девочка, не было ни у кого — Ротару стала бабушкой ещё и прекрасной внучки Сонечки. Бабушка для того и создана, чтобы баловать внуков, убеждена певица, воспитывают детей родители. «Руслан и Света очень много уделяют им внимания, следят за тем, чтобы они хорошо учились, были приучены к порядку, к ответственности, к чувству меры».

Дети и внуки — её смысл жизни. О том, чтобы снова выйти замуж, София никогда не думала: «Я однолюбка, у меня уже была любовь, это мой Толик...» А в заботах о внуках скучать не приходится. Они с детства зовут её по имени: «Я не боюсь слова «бабушка», но так получилось, что внуки называют меня по имени. Просто мой образ у них не ассоциируется с этим словом».

Ещё бы, ведь Ротару в свои 60 с хвостиком продолжает цвести и порхать. В чём её секрет? «Моя внешность — это прежде всего родительские гены, а главная составляющая внутренней красоты — это любовь. Надо любить друзей, любить зрителей, любить песни, любить свою профессию. И тогда весь этот свет отразится на вашем лице».

Наталья ДРЮЧИНА.

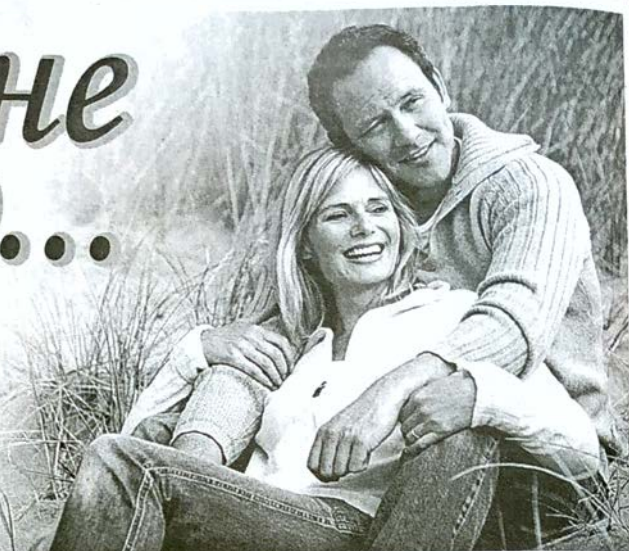
На чистоту...

- На необитаемый остров взяла с собой запас любимых духов «Шанель»
- Самый дорогой подарок — неожиданный приезд близких
- Главная слабость — как и сила — в любви. Когда любишь — многое прощаешь, не всегда видишь недостатки любимых людей
- Лучший отдых — рыбалка в родных Маршинцах (в селе, где родилась и выросла Ротару)
- Красота — это страшная сила? Не думаю, что моя внешность сыграла в моей судьбе определяющую роль. Это было бы слишком просто
- Если вернуться назад в прошлое, я бы вернула всех своих родных и близких, которых, к сожалению, нет со мной рядом.



Мне мало...

Всё глобальное в жизни происходит задолго до заветного рубежа. Когда вы на больничной койке, подаёте на развод, получаете награду — это финал большого пути. А путь состоял когда из серьёзных шагов, когда из незаметных толчков. Но вы оказались там, где оказались. И даже если вдвоём, вы в одиночестве



Она рядом. Рассматриваю профиль — красивая женщина, достойно встречающая возраст. Тонкая морщинка полумесяцем от нервной резной ноздри до уголка рта — дурочка, когда-то переживала из-за «носогубок», не понимая, как они её красят. Ей 50, пять лет форы — я старше. А вместе мы со времён, когда она окончила школу: вот и считайте. Её родители заклинали подождать до диплома, да куда там — уже на первом курсе поженились.

Когда забывается, она гладит бледными пальцами зелёный дерматин дивана, с детским любопытством оглядывает проходящий медперсонал — хмурых врачей, озадаченных медсестёр, безмятежных уборщиц. Здесь мы из-за меня: я, оказываюсь, могу её оставить. Не прямо сегодня, здесь и сейчас, но в очень скором времени. Ждём, когда из-за двери с фамилией Кузнецов на табличке выйдет Женька — маститый врач, весь признанный и заслуженный, и просто друг детства. Он разглядел в моей родинке опасность и... В общем, чернильная точка возле стопы, кажется, была с рождения, а тут вдруг зловеще налилась. Две недели назад сдали анализы, теперь ждём.

Естественно, читал, чем чревато. Разумеется, нашёл кучу подтвердительных симптомов — метастазы повсюду. Я быстро устаю, потерял аппетит, кашляю, бледный, плохо сплю. Понятное дело, всё это чепуха, и я здоров как бык, а если что — медицина творит чудеса.

Мне страшно. Ей тоже.

Мы не раз могли расстаться, пару раз стоял на пороге. А сейчас боюсь. Не диагноза. А что 30 лет — это всё, что нам отмерено. Сущие крохи.

— Я за чаем. Тебе принести?

Киваю, и она удаляется. Прикрываю глаза от мельтешения нянечек, врачей, пациентов...

Первые годы. Безденежье и счастье. В дни моей зарплаты букеты и рестораны, потом — сумки с провиантом, принесённые демонстративно суровой тёщой, вкуче с ворчанием. Родительская любовь разная: «Живёте как цыгане, дивана приличного нет, а картину купили. Ладно, стоящая была бы, а то мазня какая-то. Вечно к вам друзья какие-то ходят, волосы у них длинные, а глаза вороватые. Ишь, художники!.. Что ж вам не живётся по-людски? На лето взяла бы вам путёвку, отдохнули бы, а там, глядишь, внуков нарожали... Доченька, что ты не ешь? Я для кого деревенскую сметану покупала? И яйца, и картошки вон от

бабушки привезла. Мёд ешьте, а то банка месяц уже стоит. В выходные шторы поедом покупать, сами выберете...»

Уже у порога, прощаясь: «Зять, тебе отец денег передал. Говорит, занимал у тебя, возвращает вот...» Невинное святое лукавство: вроде и пожурить надо за бестолковость молодости, и деньги под благовидным предлогом всучить. Принимаю купюры, прячу глаза, тёща притягивает к себе, порывисто обнимает: «Сынок, не обижай её...»

Какой там «обижай»! Первые полгода просыпался раньше неё, смотрел на спящую и про себя повторял: «Жена. Моя жена». Добротное веселое звание никак не вязалось с тонкой русоволосой девушкой, которая спит, словно по реке плывёт: на животе, лицо чуть вбок, одна рука под подушкой, вторая закинута вперёд. Куда ты, любовь моя?..

Диплома не дождался, забеременела раньше. Вот что я понял: всё по плану, чин чинарём и по полочкам бывает только у нелюбящих пар, которые умеют дозировать постельную акробатику и согласовывать поступки, от которых добро пожаловать в роддом. А когда любишь, унять телесный жар невозможно... В общем, очнулись, а у нас восемь недель. Её тошнит, мутит, по утрам не встает, ночью не заснуть. Радость пополам с печалью. И летать готов от мысли, что могу, что получился рядовое чудо. И чернею от тоски, на неё глядя. И жаль её, бледную-измученную, и обидно: что же ты так отторгаешь меня?

Выносила, разрывалась. Только и помню, что ленты для конверта новорождённой были розовые в белый горошек — тёща соригинальничала. А дальше — животики, горшки, зубки, бессонница, ночной плач и ор, «день с ночью перепутала».

Пришли в себя, когда Таньке три года исполнилось. Тест сжалился и отправил нас на юг, ребёнка на себя взвалил, тёща к тому времени безнадежно хворала.

Когда долго живёшь с человеком, главное — не задумываться. Не думать, любишь ли по-прежнему. Не вспоминать, что раньше дрожал от одной только мысли о ней. По имени называл только ласкательно, с трепетом. А спустя 12 лет... Читал газету, дочка гулять собралась, я ей: «Ты у матери отприсосись?» Так отец говорил, когда, как мне, тогдашнему пацану, казалось, был уже старым. Или за ужином: «Мать, подай хлеба!» И я ляпнул жене:

«Мать, у нас перец есть?» Она машинально передала, лишь посмотрела странно...

Ночью она опять плыла по реке, рука под подушкой, вторая закинута. С тех пор продолжает свой путь? Я прекратил наблюдения, кажется, на втором году семейной жизни. Встал, пошёл на кухню, пил чай, курил, потянулся за книжкой с полки. Нате вам, Лев Толстой, тот ещё мученик супружества. Открыл наугад и получил ответ: «Всякое рассуждение о любви убивает её».

Вернулся в спальню, лёг рядом, остановил свою пов-

ышла замуж. Привела какого-то прохиндея и огорошила: «Мы подали заявление». Знаете, что любой мужик думает в этот момент? Жизнь окончена. Кто-то несёт бред про «скорей бы с внуками на рыбалку», но на самом деле внутри воцаряется паника: ты отдашь своего ребёнка другому мужчине. Ты больше не нужен. Может, правы те, кто плодит кучу наследников, чтобы бремя ответственности до смерти давило на плечи и не позволяло одуматься?

Свадьба, шум, раздача долгов. А потом месяцы пусты: в голове, в желаниях, в планах. Жена пыталась достучаться, тормошила, а я лишь раздражался. Кажется, у психологов это называется синдромом пустого гнезда. И вот тут я предал её. Подумал, как сложилась бы жизнь, если бы тогда ушёл. Воспитывал бы чужого пацана, может, ещё кого-то

Семья – органичный механизм, как плоть и кровь. Если она ранена, рана затянется. Но она не перестанет кровоточить, если её не закрыть.

чиху объятием, разбудил, растрогал сладко... Может, бородатый классик нас спас, а может, так суждено...

Пошла череда разводов среди друзей. Её ровесницы делали карьеру, становились бизнес-вумен и сбрасывали супружеский хомут с шеи. Меняли машины, квартиры, любовников, от стрессов, вызванных переменами, извлеклись на курортах – в кругу восточных парней, чутких к женскому одиночеству.

Мои друзья сходили с ума по-своему, точнее, по единственному сценарию: едва минует 40, тут как тут юная подружка сердца. Сначала, конечно, не сердца, более прозаичных частей тела. Но потом мужики дружно бормотали: «А может, это и есть настоящая любовь. Может, всю жизнь её ждал...» Развод, новый брак, поздний ребёнок, желанный и до одури избалованный возрастным папашей.

А я глядел, изумлялся и напевал строчку из Розенбаума: «Уже лет 20 отгремело после свадеб. Друзья, не разводите, Бога ради...» Потом и сам угодил в переплёт.

Коллега с работы, молодая, эффектная, разведённая. Пацану пять лет. Пара месяцев жарких свиданий, думал, всё шито-крыто. Однажды прихожу домой, смотрю, в ванной общий кусок мыла в отдельной мыльнице, жена завела персональный. Полотенца строго разделены, чтоб даже случайно не касались ворсом. Взглянул в зеркальное отражение, тут жена в ванную вошла:

– Ты же понимаешь, так надо. Не хочу, чтобы её запах оказался на мне. Дочери ничего не скажу.

Вот так, ребята. Ни ультиматумов, ни скандалов – поди разбери, нужен ли ей. И, наверное, я тоже не внял бы совету Розенбаума. Но страстная коллега нехотела населя: «Разводись, уходи от неё. Она уже старая, а на меня мужики засматриваются, начальники мне подмигивают». Господи. Безнадёжная дура. Впрочем, рядовая женщина.

Устроил в ванной «погром», вышвырнул её новое мыло, смесал полотенца. Ночью истязал, словно в юности, взял отпуск и ушёл к морю. Наладилось. Прав был Ирвин Шоу, на которого тогда «подсел»: семья – органичный механизм, как плоть и кровь. Если она ранена, рана затянется. Но она не перестанет кровоточить, если её не закрыть.

Мы закрыли.

А ещё понял, что мы не видим по-настоящему тех, кто рядом с нами. Она стала лучше той, юной и русоволосой. Какая глупость – оплакивать страсть молодости. Куда умнее влюбиться заново. В ту же, но другую.

Второй раз хотел уйти, когда Танька, которая вчера ещё носила банты и кривлялась перед зеркалом,

на свет произвели... Для чего жить дальше?

Она сказала: «Вот это и предстоит узнать. Скоро отпуск. Выбирай, Малайзия или Вьетнам. Посмотрим, как люди живут».

Посмотрели. Ужас, как живут. Вернулся без «пули в голове».

Может, яркое солнце курортов запустило рост смертоносных клеток. А может, я сам, когда решил, что жизнь бессмысленна. Жена заметила родинку, всплеснула руками – звонки, переговоры, консультация, анализы. Ждём.

Я готов. К тому, что сейчас выйдет друг Кузнецов и виновато отведёт взгляд. А дальше? Ни черта, ни к чему не готов. Невозможно к этому подготовиться, понимаете? В голову лезет сентиментальный бред, что весь этот путь – поспешнее и счастливее, чем у многих, – я прошёл потому, что рядом была она. Позволяла пролистывать дни, не задумываясь, растворяясь в мелочах вроде спокойного ужина и удачных шуток – а это и есть счастье покоя.

Говорят, стабильный брак как хорошая книга: читаешь, чтобы узнать, что в конце. А ещё потому, что интересно, уютно, спокойно. Я почти не задумывался, просто «читал». А в конце оказались больничный коридор, одиноче-

Говорят, стабильный брак как хорошая книга: читаешь, чтобы узнать, что в конце. А ещё потому, что интересно, уютно, спокойно. Я почти не задумывался, просто «читал».

ство вдвоём и пронзительная мысль: «Мне мало!» Мало дней, мало ночей, мало её.

– Допил чай? Ужасная бурда, правда же... Скорее бы домой, заварим хороший, покрепче.

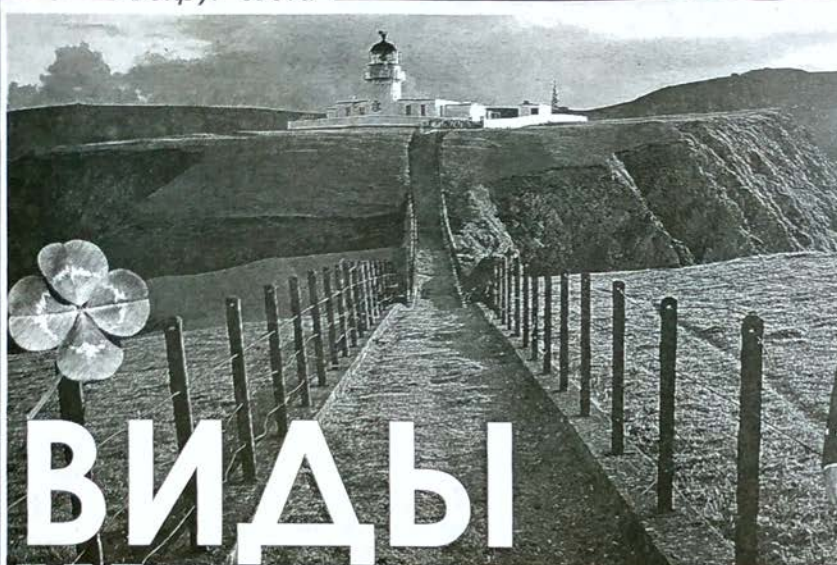
Единственная моя, как же тебе страшно. Сейчас ведь никуда не улетишь, закинув одну руку вперёд, вторую под подушку. Ты продолжаешь путь рядом крошечными шагами – выкинуть пустой стаканчик, достать салфетки, взглянуть на часы. Недоужинная сила – сохранять привычный покой, когда весь твой мир катится к чёрту.

– Уф, братец, ты прости, задержался, пациенты одолели, – друг Кузнецов набрал вес, тучен и одышлив, но такой же пацан. – Пришли твои анализы. В общем, напугал ты нас, но, видно, чёрт тебе люльку качал. Не надейся на сопли и жалость – нет у тебя рака, не заслужил. Но вырезать эту заразу всё равно надо, давай посмотрим, когда сможем...

...Зашёл домой, я рухнул на пух в прихожей, шепчу «что дальше»... А она присела на корточки, стягивает с моих ног туфли, губы дрожат, по щекам, по той самой морщинке полумесяцем – слёзы. И тоже шепчет:

– А дальше – чай, мы же договорились...

Егор ПОЛУЯНОВ.



ВИДЫ ШОТЛАНДИИ

«Шотландцы – нация, подарившая миру телевидение, паровой двигатель, гольф, а ещё виски, пенициллин и, разумеется, батончик «Марс». Быть шотландцем – это звучит гордо. Мы – нация прирождённых победителей», – рассуждал один киношный герой. И захотелось узнать, всерьёз или всё-таки сарказм?

НА ВОЛЮ, ВСЕ НА ВОЛЮ!

Маленькая, но гордая Шотландия – не только не победитель, её даже в списках турагентств нет, поскольку не существует на белом свете суверенного государства под названием «Шотландия». Некогда независимое королевство на севере британского острова, а ныне – всего лишь одна из составных частей Великобритании. Да, шотландцам оставили собственный парламент, церковь и право носить килт по праздникам, но... Недаром целых два века подряд (под номерами 18 и 19) из шотландской стороны народ валом уезжал, и сейчас потомка своенравного носителя килта можно встретить в любом уголке света: в США, Австралии, Новой Зеландии, ЮАР, Аргентине, Чили, Канаде. Американцев шотландского происхождения насчитывается чуть ли не 25 миллионов человек! При желании они могут отделиться и образовать собственную страну внутри Штатов. А пока их соборы борются за независимость в родных пенатах, шотландский национализм набирает обороты с каждым годом, и никого не удивит, если в

скором времени перед англичанами встанет не вопрос: «Быть или не быть Шотландии в составе Великобритании?», а требование: «Отпустите нас подсобор-подсобору, а не то хуже будет!» Видишь шотландцев на будущее исключительно «самостийные».

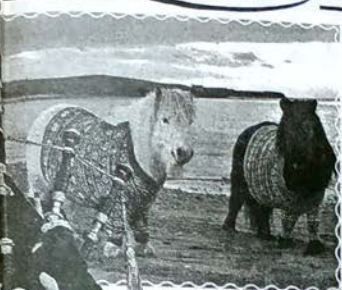
ЭТО ЗНАКИ!

Мир средневекового шотландца полон мистических знаков и символов, и все они кричат миру об уникальности народа, к которому он принадлежит. Покровителем Шотландии считается сам апостол Андрей. Мы, русские, могли бы с шотландцами поспорить, мол, наш Андрей, испокон веков защищает Русь-матушку, однако у них есть сильный аргумент, хотя и легендарного происхождения: апостол нашёл свой покой именно в Шотландии, его мощи перевезли из Константинополя в Сент-Эндрюс ещё в VIII веке. С той поры изображение апостола и Х-образного креста, на котором его распяли, – особые почитаемые символы страны. Белый Андреевский крест на небесно-синем полотнище – флаг Шотландии. А на её гербе красуется красный лев на золотом поле в окружении лилий, а на щитах

воинов – сказочный единорог, который некогда бродил в местных лесах. Есть и другие приметы шотландского края, которые узнаваемы повсюду: первой на ум приходит волынка – странного вида музыкальный инструмент. Её звуками могут наслаждаться, наверное, только истинные шотландцы. Тартан – ткань, которую в России традиционно так и называют «шотландка». Мы думаем, что это просто материя в клеточку, на самом деле у каждого шотландского клана, крупного сообщества или воинского подразделения испокон веков собственный орнамент, который



Дворец Холирудхаус – официальная резиденция английской королевы в Шотландии.



используется при пошиве форменной одежды, в первую очередь килтов. О килте речь особая.

«ИСТИННЫЙ ШОТЛАНДЕЦ»

А также «ходить по-полковому» и «военная практика» в устах шотландцев же и с интонацией глубочайшего сарказма означают носить килт без нижнего белья. Эта странная мода в шотландской армии до того распространилась, что во время Первой мировой войны сержанты обходили строй с зеркальцем, привязанным к концу ключи для гольфа или трости. Снизу открывался преинтереснейший вид – имеются ли под килтами солдат исподнее или срам один? Чаше оказывался второй вариант – и хоть кол на голове теши! Впрочем, не стоит недооценивать боевые качества презранных приличия бойцов, немцы по ту сторону фронта недаром называли их «дамы из ада». Традиция «ходить по-полковому» жива. В 1997 году солдаты батальона королевского полка «Чёрная стража» опозорились на весь мир из-за сильного ветра во время военной церемонии в Гонконге, но, говорят, остались верны «чести мундира».

Исполнители национальных танцев, тоже ярые приверженцы килтов, оказались куда более стыдливыми и ввели в устав конкурсов зажигательных плясок под волынку пункт об обязательном ношении под килтами шорт. И это правильно – ничто не мешает танцорам, ничто не отвлекает зрителя.

Согласитесь, образ «истинного шотландца» столь экстравагантен, что не мог не попасть в поле зрения кинематографистов.

• Можете полюбиться...

• Комик-группа «Монти Пайтон» в своём «Летающем цирке» перевёрнула ситуацию с сержантом и распоясавшимися солдатами с ног на голову: мимом Джон Клиз, «шотландца в клеточку» от компании «Природный газ», шествовала череда выдвинутых старшунков, заглядывавших ему под килт.

• В фильме Мела Гибсона «Храброе сердце» шотландцы в знак глубочайшего презрения к английским войскам в едином порыве





используется при пошиве форменной одежды, в первую очередь килтов. О килте песня особая.

«ИСТИННЫЙ ШОТЛАНДЕЦ»

А также «ходить по-полковому» и «военная практика» в устах шотландцев же и с интонацией глубочайшего сарказма означают носить килт без нижнего белья. Эта странная мода в шотландской армии до того распространилась, что во время Первой мировой войны сержанты обходили строй с зеркальцем, привязанным к концу ключки для гольфа или трости. Снизу открывался преинтереснейший вид — имеется ли под килтами солдат исподнее или срам один? Чаше оказывался второй вариант — и хоть кол на голове теши! Впрочем, не стоит недооценивать боевые качества презревших приличия бойцов, немцы по ту сторону фронта недаром называли их «дамы из ада». Традиция «ходить по-полковому» жива. В 1997 году солдаты батальона королевского полка «Черная стража» опозорились на весь мир из-за сильного ветра во время военной церемонии в Гонконге, но, говорят, остались верны «чести мундира».

Исполнители национальных танцев, тоже ярые приверженцы килтов, оказались куда более стыдливыми и ввели в устав конкурсов зажигательных плясок под вольнюк пункт об обязательном ношении под килтами шорт. И это правильно — ничто не мешает танцорам, ничто не отвлекает зрителя.

Согласитесь, образ «истинного шотландца» столь экстравагантен, что не мог не попасть в поле зрения кинематографистов.

• Можете полюбоваться...

- Комик-группа «Монти Пайтон» в своем «Летающем цирке» перевернула ситуацию с сержантом и распоясавшимися солдатами с ног на голову: мимо Джон Клиза, «шотландца в клеточку от компании «Природный газ», шествовала череда вездыхимых старушек, заглядывавших ему под килт.
- В фильме Мела Гибсона «Храброе сердце» шотландцы в знак глубочайшего презрения к английским войскам в едином порыве

поворачиваются к ним задом и задирают килты. Есть ли на них нижнее белье? Посмотрите

- Даже в сугубо американском сериале «Симпсоны» отсылка эмигрант из Шотландии — это школьный садовник Вилли, печальный пьяница и разгильдяй. По праздникам он наряжается в килт, который вечно задирается. Но это Вилли нисколько не отличается от окружающих. Настоящий шотландец.

ЛУЧШИЙ ПОДАРОК — КНИГА

Шотландцы подарили миру не только комического персонажа, но и целый каталог серьезных писателей. Знакомьтесь...

- Сэр Вальтер Скотт. Его «Айвенго» или «Роб Рой» следовало бы прочесть в подростковом возрасте. Мальчишам строго обязательно
- Сэр Артур Конан Дойл создал не только ставшего легендарным и растиражированного по сериалам Шерлока Холмса, но и профессора Челлехера (фантастические романы «Затерянный мир», «Отравленный пояс», «Когда Земля вскрикнула») и бригадира Жерара с его циклом приключений. Незаслуженно забытые герои
- Роберт Льюис Стивенсон подарил нам «Остров сокровищ», «Доктора Джекила и мистера Хайда» и собственного «Шерлока» — принца Флоризеля, изящно распутавшего самые загадочные детективные истории. Мы знаем его в исполнении Олега Дала
- Джеймс Барри, спасибо вам за Питера Пана, чудесного мальчика, который никогда-никогда не повзрослеет...
- Кеннет Грэм. Как жаль, что из-за трагедии в семье (единственный сын покончил с собой), он бросил писать. Обязательно прочтите своим детям сказку «Ветер в ивах»
- Ирвин Уэлш — наш с вами современник, быть может, он сочиняет прямо сейчас. Точнее фиксирует шотландскую действительность. Названия его романов: «На игле», «Грязь», «Экстази» говорят сами за себя. И тем не менее Уэлш только делает вид, что полон презрения, на поверку оказывается, что любовь к Родине противоречива, но вечна. Главный персонаж «Грязи», выше уже процитированный, подводит итог своей хвалебной оде гордой нации шотландцев: «Как любит повторять моя жена Кэрл, лучше дома места нет!»

Наталья
АНДРИЯЧЕНКО.



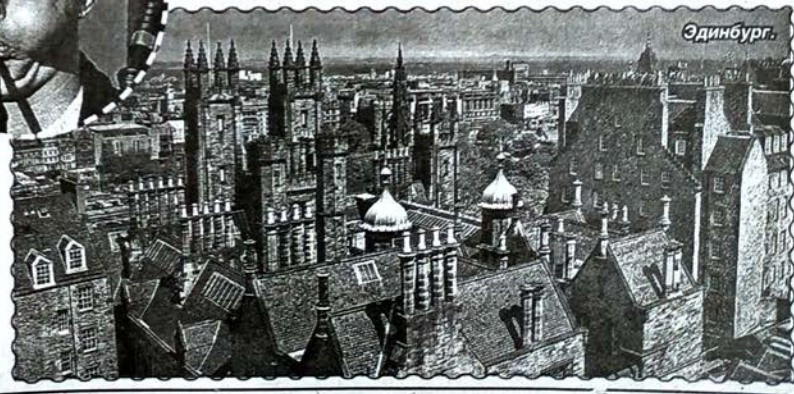
ГОРОД С ОТКРЫТКИ

В Великобритании Эдинбург соперничает по посещаемости туристами с самым Лондоном. Виды столицы Шотландии красуются на буклетах, открытках и обоях для рабочего стола-компьютеров.

• Эдинбургский замок — сердце Шотландии, его оплот, его защита. Древняя крепость возвышается на высокой скале, бывшей некогда вулканом, мимо пройти невозможно. Тем более имеется специальная дорога под названием «Королевская миля», которая ведет прямо к замку. С других трех сторон он неприступен, как и положено главной крепости страны

• На другом конце Королевской мили раскинулся дворец Холирудхаус — официальная резиденция английской королевы в Шотландии. Пользуясь служебным положением, Ее Величество заняла бывшие покои шотландской королевы Марии, чье правление — готовый сюжет для исторического триллера: убийства, скандалы, заговоры. Считается, что Холирудхаус выстроен в стиле барокко, однако неспециалисту в архитектуре покажется, что он попал в самую то что ни на есть сказочную готику и сейчас из-за угла дворца высочит единорог

• Королевская миля — сама по себе достопримечательность. На самом деле это не одна, а сразу четыре улицы, протянувшиеся на 1800 метров, то есть ровно одну милю. Первые ее метры появились в XII веке. Пройти по ней в наши дни означает совершить путешествие во времени: площади, здания, даже дорожные камни под ногами сохранены в целости.



Эдинбург.

Сиротская ДОЛЯ

«Когда любовь сильна, ей нет преград» — вывел формулу классик. Поправочка: преграды есть — как без них?! — ведь они усиливают вспыхнувшее между влюблёнными чувство, вопрос лишь в том, на что готовы двое, чтобы преодолеть стоящие между ними препятствия...

Преграда I: расстояния, вёрсты, дали...

17-летняя гимназистка Катенька Десницкая приехала в столичный Петербург из малороссийского глухоманя, городка под названием Луцк. Там никого у неё из родных не осталось, всех Господь прибрал, а здесь брат в университете учился, если что — защита и опора. Правда, защитник сам с хлеба на воду перебивался, да не беда, главное — родная душа рядом. Катенька готова была претерпеть любые лишения, люди куда хуже живут, и без ног, и без рук, а у неё всё на месте, кроме сердца. Оно переполнялось болью за всех обделённых и страдающих на свете Божьим. И тут пришла она. Нет, не любовь. Война.

Чакрапонг, как можно догадаться по имени, приехал в столицу Российского царства из ещё дальней дали. Он был наследником трона королевства Сиам (ныне Таиланд), то бишь всамделишным, но сказочным прин-

цем. Его отец — Рама V — дружил с Николаем II и с благодарностью принял предложение отправить сына учиться в Россию в императорский пажецкий корпус. Русский государь так любил своего сиамского друга, что считал Чакрапонга приёмным сыном, а это сулило в жизни принца вовсе не пряники вперемешку с халвой, а строгое воспитание и дисциплину. Чакрапонг блестяще окончил корпус, затем военную академию и по заслугам получил звание офицера. Чтобы доказать, что он не зря потратил время и с честью носит мундир, не хватало одного — войны.

Они пересеклись весной 1905 года в доме знакомых их знакомых совершенно случайно — русская сирота и сиамский принц. То, что между ними любовь, было очевидно всем присутствовавшим на той светской вечеринке. Чакрапонг не отводил от Катеньки сияющих глаз, она же свои очи держала долгу, теребила толстую девичью косу, а сердце билось, как у пой-

манной птички. Никогда она ещё не встречала столь необычного человека. Он был как принц из заморской сказки — и внешность, и дикий акцент, и умение держать себя в обществе. И — о чудо! — он оказался настоящим принцем. Разве она ему пара? И вообще её ждут, очень ждут! И «золушка» бежала через всю огромную империю — на Дальний Восток, на фронт, сёстры милосердия там действительно были нужны. Ротмистр Чакрапонг рванул следом, но не тут-то было — названный отец запретил ему даже думать о том, чтобы отправиться на передовую! Николая совершенно не привлекала перспектива вернуть королю Сиама его дражайшего сына покаянным или, упаси Господи, вовсе не вернуть. Чакрапонгу, у которого повинование старшим было в крови, оставалось только смиренно ждать, молить Будду вернуть его суженую целой и невредимой и писать ей длинные письма. Катенька вернулась с Георгиевским крестом за отвагу на гру-

ди, а принц в тот же день получил свою награду — её «да!» на предложение руки и сердца.

Преграда II: чужая среди чужих

«Милая моя, взял бы я тебя, да там, в стране далёкой, есть у меня жена!» — именно так мог бы спеть Чакрапонг русской красавице. Более того, жён у наследника сиамского престола имелось три. Правда, ни с одной из них у него никогда не было интимных отношений, тем паче что одной из них считалась его родная мать. Просто такова была древняя традиция у королевских особ Сиама: чем выше статус, тем больше жён, пусть и формальных. Ради любимой принц отказался от всех. Ему было нетрудно нарушить этот многовековой устоявшийся предков по сравнению с тем, что он совершил — потомственный буддист принял вероисповедание невесты в православной церкви Святой Троицы в



Константинополе и тут же с ней венчался. Счастливые новобрачные отправились в свадебное путешествие по Нилу и готовы были плыть по нему целую вечность только вдвоём. Но домой-то рано или поздно нужно было возвращаться, хотя обоим становилось не по себе от одной мысли о том, как их встретят в Бангкоке. Чакрапонг решил сначала подготовить родителей ко встрече с молодой невесткой, а пока суть да дело устроил ей уютное гнёздышко в Сингапуре. Между тем в королевском дворце разразился настоящий скандал. Король-папа и королева-мама неотрез отказались знакомиться с чужеземкой, ради которой их отпрыск презрел все обычаи родины. Если бы они только знали, чем закончится его путешествие в Россию! «Недаром там революция случилась, сплошь вольнодумство и неуважение к заветам предков, отсюда все беды! Ни одной золотой монеты больше не получишь, непутёвый сын, и вообще мы с тобой больше не разговариваем! Захотел жить своим умом, дерзай». Благо, что у принца в собственности имелась парочка заводов с солидным доходом...

Однако надо знать буддистов, долго гневаться им

Великий Просветлённый не велит. И с Россией ссориться — не дальновидный шаг. И если уж на то пошло, родительское сердце — не камень... Слуги донесли, что Чакрапонг привёз-таки «эту русскую» в Бангкок —

ней. «Эта русская» оказалась милейшей девочкой, очень скоро защебетала по-тайски, её нарекли принцессой Питсанулук и приняли в семью со всем радушием и любовью, на которую были способны. В 1908 году

приключилась, разобраться не смогли, но когда юная Чавалит открыто поселилась в доме принца, его супруга отбыла в Европу на лечебные воды. Когда-то он засыпал её любовными письмами, теперь она прибегла к письменной форме выяснения отношений: «Я хочу всего-навсего сказать, что, как ни стараюсь, не могу понять твоих чувств одновременно к принцессе и ко мне. Где правда? В прошлом мы жили действительно как один человек, разделяя и мысли, и чувства друг друга. У меня разывается сердце, как подумаю, что ты хочешь жить иначе... Думай обо мне как о больном человеке, что ты — единственное его лекарство...»

Через месяц принц Чакрапонг подписал документы на развод. Возвращаться «домой» Екатерине оказалось некуда: в Бангкок путь был заказан, сына ей отдать категорически отказались. А России, которую она покинула 12 лет назад, больше не существовало, на карте значился большевистский СССР, где принцессам, пусть даже бывшим «золушкам», не было места. Десницкая разыскала в Шанхае, центре русской эмиграции, единственную родную душу — старшего брата — и переехала к нему. В Сиаме ей довелось побывать ещё только один-единственный раз. Она приезжала на похороны своей любви — принца Чакрапонга. Он скоропостижно скончался в 37 лет от воспаления лёгких, которое приключилось после прогулки на яхте с Чавалит. Бедняжка так и не успела стать его законной женой, а принц так и не стал королём...

А вот Екатерине Десницкой судьба подарила ещё одну любовь, она вышла замуж во второй раз — за некоего мистера Смита, состоятельного американского инженера, надёжного, как мосты, которые он строил, и душа в душу прожила с ним в Париже долгую счастливую жизнь...

**Наталья
КОРОГОВА.**



Катя с любимым мужем Чакрапонгом.

белая, как мрамор, смотреть жалко, в корсет затянута, как только дышать может по нашей жаре! Королева-мать жалилась и послала Екатерине тайские наряды из роскошных и лёгких тка-

Питсанулук родила сына, и радовались не только новоиспечённые родители, дедушка-король и бабушка-королева, праздновал весь Сиам.

Преграда III: испытание любовью

Любовь, как известно, может нечаянно нагрянуть, когда её совсем не ждёшь, и... разрушить даже самый крепкий брак. 15-летняя Чавалит, живущая при королевском дворе принцесса крови, была тонкой, звонкой и беззаботной. В то время как Десницкая тосковала в изнуряющей 40-градусной тайской жаре по родной снежной России, Чавалит развлекала принца, хохоча над каждой его шуткой. Екатерина почувствовала запах измены ещё до того, как Чакрапонг сам осознал, что влюбился по уши, как некогда в русскую гимназистку с пушистыми девичьими косами. Она промолчала, а вскоре занемогла. Что за хворь с ней



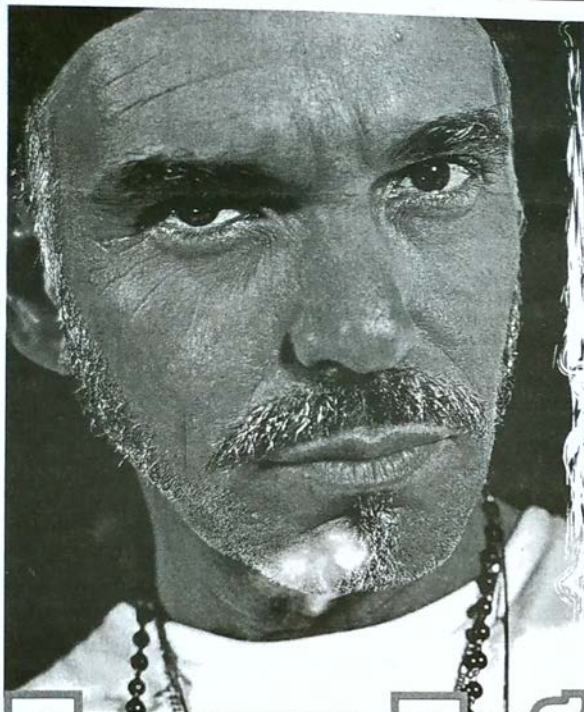
Сын Десницкой и Чакрапонга — Чула.



Короткое Лето Кузнечика

Сергей Петрович Иванов – сколько с такими ФИО по земле ходит человек, миллион наберётся?! Кузнечик был единственным в своём роде, достаточно посмотреть в его наивные глаза в фильме «В бой идут одни «старики»





Билли Боб ТОРНТОН:

ТОРНАДО!

«Я против!»

Если бы мне выпало счастье брать у него интервью, для начала я грохнулась бы в обморок, но, вспомнив, что Билли любит умных и красивых, встала бы, поправила причёску и начала говорить. А точнее, спрашивать и слушать, слушать...

ПРО НОРМАЛЬНОСТЬ

Все считают меня ненормальным. Чего только обо мне не плетут: дескать, я мрачный вампир, который не выходит на дневной свет и некогда подарил любимой собственную кровь, живу в подвале, ем только оранжеево, боюсь старинных канделябров и варанов... В действительности... Всё это правда. У меня дома в подвале оборудована студия звукозаписи, где я провожу свободное от работы и от детей время. Я не люблю выходить в свет,

тусовки не по мне. Не вписался в голливудское общество и не собираюсь... Каждое утро я ем папайю, а она оранжеевая. И, да, у нас с Анджелиной Джоли (бывшая жена Торнтона, И, да, у нас с Анджелиной Джоли) самый делёвый пресловутый «флакон пятая по счёту» на самом деле был пресловутый «флакон с кровью», о котором СМИ трубили на весь мир. То есть с маленькими медальончиками, куда мы капнули по капле крови, проколол себе пальцы. У меня много фобий, но боли я никогда не боюсь. Вот летать на самолётах – да, страшно, а вам нет? И комодских варанов не люблю, бррр, а от антикварной мебели у меня мурашки по коже...

ПРО ДЕТСТВО

Я вырос в городишке под названием Хот-Спрингс, что в Арканзасе, с населением в 30 тысяч человек, которые всё друг о друге знают. Меня воспитывали отец — угрюмый, но вспыльчивый, маленького роста ирландец, который преподавал историю и подрабатывал бейсбольным тренером, и мать — наполовину индейской крови, наполовину итальянской, зарабатывавшая тем, что предсказывала будущее. Если хотите вырастить шизофреника, вернее способа не сыскать. Порой я сбегал к деду — смотрителю леса, жившему на опушке в жалкой лачужке. Дед брал меня на охоту, в шесть лет я попадал белке в глаз из ружья 22 калибра, освещал и жарил на костре. В школе мне больше всего удавалось, естественно, история и физкультура. Если бы я принёс домой плохую оценку по этим предметам, отец просто вышорол бы меня ремнём для правки бритвы. Он липнул нас с братьями так, что живого места не оставалось. Так было принято из поколения в поколение, понятия «жестокое обращение с детьми» в мое время не существовало. У меня не было ненависти к отцу, вокруг все такие были, просто в 16 я дал ему сдачи, и всё прекратилось. А через год оказалось, что у него рак лёгких, он быстро сгорел, я носил его на руках как пушинку...

ПРО МУЗЫКУ

Я хотел научиться играть на пианино. Но когда осмелился заикнуться об этом отцу, он страшно разозлился: «Ты что, гей?!» Играть я всё же стал, но на барабанах в школьном ансамбле. А потом и петь в собственной группе.

До того, как я стал актёром, я зарабатывал на хлеб музыкой, правда, без масла, а то и без хлеба. Я знаю, что значит голодать. Сердце тогда посадило... Сейчас исполняя кантри, с большим успехом, конечно, по городам и весям

Америку. Мне нравится гастролировать, я чувствую себя законченным хиппи. Есть музыкальные критики, которые ругают тебя как музыканта по той причине, что

ты же актёр! Но на свете сколько угодно паршивых музыкантов, которые больше никто.

Во время работы над фильмом я всегда слушаю музыку, чтобы прочувствовать его ауру. Музыка, как тропинка, по которой ты идёшь, она может неожиданно свернуть, оборваться или подсказать точный сюжетный ход.

ПРО ТЕКСТЫ

Элвис, вот кто виноват в том, что я пошёл в актёры. Насмотрелся фильмов с ним и решил, что тоже смогу и петь, и играть. Хотя «Оскар» мне принёс написанный мною сценарий (фильм «Отточенное лезвие»). Я с детства пишу, сяду на уроках за последнюю парту и пишу, а не задачки решаю. Они, кстати, навсегда остались для меня тайной за семью печатями. Однажды учительница поймала меня за этим занятием и забрала все исписанные каракулями бумажки. А на следующий день велела принести всё, что я написал. Я принёс рассказы, эссе, очерки, тексты песен – гору жёлтых блокнотов. Она первой поверила в меня. В то, что я смогу выбраться из глуши благодаря слову. Недавно меня спросили, почему я, снимавшийся в авторском кино и делавший, как режиссёр, собственные фильмы, согласился играть в сериале про очередного киллера (сериал «Фарго»). Ответ прост: у него безукоризненный текст.

ПРО СЕКС

Чтобы получить удовольствие от него, не нужно выбирать в партнёры модель. Наоборот, иногда заниматься сексом с «самой соблазнительной девушкой в мире» бывает не так много интереснее, чем, к примеру, со скамейкой... Как мои дела? Мне 58, и моя подружка Конни мною довольна.

ПРО АНДЖЕЛИНУ ДЖОЛИ

Её зовут Счастливица, она в бую родилась,
По волшебным переулкам с ветром принеслась,
Цыганка золотая, освещает она путь
Всем, кто хочет днём иль ночью на него свернуть...

Это я стихи Энджи писал. Мы познакомились в её 18-19 лет, у нас один менеджер. Он очень хотел, чтобы мы вместе поработали, но боялся нас сводить, потому что, мол, мы непременно поженимся. Она — женская версия меня. И он оказался прав. Нас притянуло друг к другу мгновенно, свадьбу сыграли стремительно, дом купили и стали жить. И вот тут меня накрыло. Уверил себя, что я — такой квазимодо, который недостоин и локона на её голове. И ещё журналисты подняли шум вокруг разницы в возрасте, писали, что я больной на голову ипохондрик, наркоман и алкоголик, весь в татуировках и совращаю юную девушку... В общем я больше не мог терпеть, не умел тогда защищаться от «славы». И мы расстались. Без обид, без скандалов. И до сих пор держим друг друга в курсе того, что с нами происходит. Я рад, что у Энджи и Брэда всё замечательно, он для неё в самый раз. И я там, где должен быть — с Конни, которую люблю и которая подарила мне дочь Беллу.

ПРО ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Я снимал в своей картине «Автомобиль Джейн Мэнсфилд» Роберта Дюваля, и оказалось, что он никогда не пробовал наркотики, а по роли ему было необходимо знание о том, как они действуют. Я рассказал ему пару историй из собственного опыта, он не мог поверить и хохотал... На самом деле я чист уже 30 лет. Я даже бросил курить, хотя уверял всех и каждого, что этого меня лишить не удастся. Я вегетарианец, ем только сырое. Занимаюсь спортом, могу бейсбольный матч сыграть в одиночку. Хотя больше мне нравится пинать



И я там, где должен быть — с Конни, которую люблю и которая подарила мне дочь Беллу.

мяч со старшими сыновьями. Никогда не сетую на возраст, я против стариковского ворчания, мне так нравится жить, что я чувствую себя на 30.



Нас притянуло друг к другу мгновенно, свадьбу сыграли стремительно, дом купили и стали жить.

ПРО ИНТЕРНЕТ

Я 25 лет из глухомани выбирался, и вот, наконец, мне это удалось, а потом я ещё 25 лет старался не встретить тех людей, которые меня всю жизнь мучили. И вы считаете, мне нужен «Фейсбук», чтобы они снова меня нашли? Да вы издеваетесь, что ли?! Наше общество гибнет из-за той якобы свободы, которую подарили людям технологии. Вся социальная активность перешла в виртуальное пространство бесконечных блогов, твиттеров и фейсбуков. Они подчиняют себе людей, съедая время, которое можно провести с куда большей пользой. В 1960-е годы американское общество было травмировано войной, сегодня угрозу представляет домашний компьютер. Из-за него жизнь лишилась волшебства и тайны. Зрителям давно не нужны реальные звёзды, традиция ходить в кинотеатр почти исчезла. Очнитесь, на вас зарабатывают, создавая скандалы и выдумывая слухи. Любкой может прославиться только благодаря тому, что каждый вечер будет фотографироваться на айфон на модных вечеринках. Для меня — это образ самой унылой жизни, я всегда буду против этого бардака!

ПРО ТЕЛЕВИДЕНИЕ

Раньше я презирал сериалы, но мир моей профессии радикально изменился за последние годы. Во времена, когда я только начинал строить карьеру, если ты уходил с большого экрана на телевидение, это означало, что с тобой что-то не так. Теперь всё наоборот. Актёры, заинтересованные в хороших драматических ролях или качественном чёрном юморе, должны идти на ТВ. Только здесь тебе дадут поработать с твоим персонажем, раскрыть его на протяжении длительного отрезка времени. Сейчас, если вы хотите стать знаменитостью, нужно дать кому-нибудь в морду. Но если стремитесь быть актёром, выберите хороший телевизионный сериал, туда ушло настоящее кино.

ПРО РОЛИ

Смотрите сами, мне не стыдно ни за одну:

- «Мертвец» (1995), режиссёр Джим Джармуш
- «Отточенное лезвие» (1996), режиссёр Билли Боб Торнтон
- «Управляя полётами» (1999), режиссёр Майк Ньюэлл
- «Бал монстров» (2001), режиссёр Марк Форстер
- «Человек, которого не было» (2001), режиссёры братья Козны
- «Плохой Санта» (2003), идея братьев Кознов
- «Школа негодяев» (2006), режиссёр Тодд Филлипс
- «Фарго» (2014), сериал братьев Кознов.

Сара Бернар:

ТУРНЕ ПО ГРАНЯМ



...Порой кажется, что самые яркие судьбы ниспосланы личностям, которые вечно мечутся из крайности в крайность — не жизнь, а «песнь льда и пламени». Так вышло с легендарной актрисой Сарой Бернар: из биографии сумела создать фантасмагорию, была обожаема и порицаема, обожаема и ненавистна. Её считали самой желанной женщиной, притом что она никогда не позволяла себе главной женской прелести — слабости

Тон задан был с рождения: Сара мечтала стать монахиней, когда вырастет, а семья готовила её в куртизанки. Ну как сказать, семья: у голландской еврейки Юл было пять дочерей, а Сару она произвела на свет в скромные 16 лет. Тем не

менее Юл уже была искусственной в амурном мастерстве и всегда окружена влиятельными поклонниками — композитор Россини, писатель Дюма-отец, герцог де Мори, близкий к Наполеону III. Рождение дочерей не помешало фривольной карьере Юл, после рождения девочку отправили в деревню к кормилице. Возможно, сестёр маленькой Сары устраивал такой поворот судьбы, а с Сарой всё вышло наперекосяк. Она упала в огонь, потом сломала руку и повредила колено, пошла на всё, чтобы мать забрала из глухомани. Так и случилось, заодно выяснилось, что малышка росла настоящей дикаркой — не умеет ни читать, ни писать, о хороших манерах слышом не слыхивала. Чтобы наверстать упущенное, Юл отправила дочку в очередную ссылку — в монастырь. Авось святоши научат девочку не только грамоте и вышивке гладью, но и обуздывают норов.

Характер в итоге остался при Саре, но она «заболела» монастырской эстетикой: ах, как славно было бы пожить в юном возрасте, лежать холодной и безучастной под белым саваном в окружении плачущих свечей!.

Итак, Саре 16, пора решать, куда дальше. Семейный совет (Сара, мать, действующие и бывшие любовники Юл) постановили: о монастыре забыть, о куртизанстве тоже — слишком худая, рыжая и взбалмошная. Оставётся только податься в актрисы: как вам гримаса судьбы? То, что станет делом жизни и обеспечит грандиозный успех, было решено походить, под журчанье светской болтовни в пикантном заведении... Разве не лукавый танец крайностей?

А когда впервые попала в обитель лицедеёв, тут же заболела «болезнью красного и золотого», так именoval театральный фанатизм драматург Жан Кокто.

«Когда всё хорошо, это плохо. Стало плохо? Это хорошо!»

Благоволение прежних поклонников Юл Бернар позволило Саре без суеты и волнений поступить в консерваторию, а там и получить ангажемент в популярном театре. Кстати, в старейшем учебном заведении Франции выяснилось, что Сара — вот те на! — ещё и одарённая барышня. Правда, подкузил характер, вкус и страсть к вымучности и эпатажу. Дебюты в «Комеди Франсёз» были блёклыми, а внешность Сары — худоба, рыжие выходящие волосы, тонкость стана — играла против неё. В общем, выходила на сцену, что-то произносила, кланялась, но из рядовых статисток не выделялась. И тут

снова крайность — то ли помоги, то ли «сломал хребет» её бешеный норов. Сара изрядно нервировала театральные коллег: таскала на спектакли детей, собак, поклонников, не скрывала причуд вроде спать в гробу, дерзила и не боялась конфликтов. Ох, опасный путь — даже при наличии солидных покровителей начинающей актрисе положено быть скромной, жадной до снисходительной похвалы именитых актёров. А Сара предпочла другую крайность, залепив пощёчину очень значимой персоне — старшей актрисе Натали. «Заслуженная» толстуха получила оплеуху от Сары в довесок к грубым шуткам, которые отпускала в адрес Натали другая Бернар, сестра Режина.

Выгнали с треском

...Сара металась по комнатам материнского дома: что делать? Её кипучей натуре противопоказано без лицедейства, без погружения в образ и прочей театральной белиберды, погибнет ведь!.. Не погибла, но пошла по стопам матери. Да-да, пару лет Сара отдала, так сказать, небескорыстной любви. С ней не случилось печальное явление «среда заткнула», думается, только по одной причине: Сара относилась к платному соблазнению как к театральному экспромту. Одного любовника встречаем робкой голубкой, второму дарим страсть Мессалины — при желании актёрствовать можно и в анатомическом театре, не то что в доме свиданий!

Ещё одна значимая веха, что пришла на этот период, — рождение сына Мориса. Отец ребёнка, принц де Линь, пожалуй, сыграл с Сарой самую жестокую сцену.



Сара Бернар вместе с матерью.



Крутил любовь настолько убедительно, что свадьба казалась делом решённым. Но когда невеста оказалась с приплетом, избранник повёл плечами, дескать: «Я-то здесь при чём, ребёнка не признаю». Сара урок усвоила, а вот с расплатой пришлось поспешить. Спустя 20 лет принц, плешивый и дряхлый, возжелал признать наследника и поделиться деньгами. На что молодой франт, игрок и сердцеед рассмеялся: «Де Линь? Кто в Европе знает эту фамилию? А перед фамилией Бернар открываются все двери!»

«Пришла и говорю»

Всему свой черёд: пройдя «Изнанение» в куртизанках, Сара вернулась в театр. Разумеется, опять поспособствовал маменькин кавалер, устроил в «Одеон» — второй по популярности театр Парижа. Сара не упустит второй шанс заявить о себе. Никакого эпатажа, дружеского никого не удивишь, а вот покоришь публику — это да...

Итак, в «Одеоне» она воссияла в роли... мальчика-пажа. В ту пору женщины утягивались в корсеты и шуршали драпировками платьев, а Сара щеголяла по сцене в облегающем трико, бархатном камзоле и белоснежной рубашке — воспитательный прыжок в крайность. Сначала публика любовалась гранатовым костюмчиком, затем прозрела: у юной актрисы чудные рыжие волосы, светящиеся, будто фарфоровое личико и «золотой голос» — манящее, волшебное звучание. Кстати, именно голос заставил театральных «повелителей» обратить внимание на певичку. А также то, что она занималась бесстыдной саморекламой. За это её высмеивали такие «монстры», как Антон Чехов и Бернард Шоу, однако признавали: это и есть профессионализм.

Умирать ради бессмертия

Публика рыдала, захлопываясь в экстазе, выплывала в слезах катарсиса, когда наблюдала очередное перевоплощение Бернар. Особенно если это был образ женщины, раздираемой страстями: измученная, со-

дрогающаяся в предсмертных конвульсиях Сара была божественна. «Она обречает себя, лишь когда убивает или умирает», — признавала театральная критика.

И вот очередная крайность: публика буквально теряла годы жизни, оплакивая воплощённых Сарой героинь — Федру, Медю, леди Макбет, — а сама актриса уподобилась птице Феникс. Шли годы, а её лицо не утрачивало фарфорового сияния, рыжая шевелюра не тускнела и не редела, тонкий стан не терял гибкости. Всё просто: что одних губит, других питает. Кстати, не за эту ли способность «умирая, возрождаться» её обожал Оскар Уайльд, описавший феномен в «Портрете Дориана Грея»?

Эротизм смерти, соблазн трагичности манил мужчин к ней, но отталкивал женщин. Европейские дамы писали в газеты, призывая Сару Бернар сыграть роль добропорядочной женщины. О, эти жалкие квохчущие курицы, имея им легион во все времена. А как насчёт в 65 лет сыграть 14-летнюю Джульетту? Бернар смогла, и ей поверили.

Но впрямь, почему Бернар не теряла молодости и изыщества? Резонно — потому что умела разграничивать безумие на сцене и чинный распорядок в жизни: ранние подъёмы, конные прогулки, отдых у моря. Она не хотела идти по стопам своей предшественницы — актрисы Рашель, которую убило театральное ремесло в цветущие 36 лет. К 40 годам у неё было всё, что сейчас называют «голливудским золотым стандартом»: бешеные гонорары, дикие траты, свита поклонников, фанаты по всему миру, беззастенчивая самореклама.

И тут ей стало скучно.

«Поехал!»

Осталось много свободного времени, в «Комедии Франсёз» Сара играла дважды в неделю. Куда девать прорыв сил? Выход не называть оригинальным — мужчины, эксцентрика и скульптуры. Но что-то пошло не так. Калейдоскоп любовников оставляет невнятный душевный голод. Прогнали на воздушном шаре над Парижем и написали зловещих рассказов о себе не развлекают. Сбежав в скульптурные

студии, она снова скучает. В Париже тесно. Но... ведь есть целый мир. Решено — турне! «Чёс» по Европе, России, Дикому Западу, Южной Америке.

Пожалуй, именно Америка научила Бернар, как создавать себя, подогревать интерес публики заявлениями типа «Актриса хочет вживить в крестец тигринный хвост, но родня против». Осознала: дав папарацци повод смаковать свою жизнь, она привлечёт ещё больше публики на представления. Спасибо, Америка!

А также спасибо Франции: она триумфально принимала свою дочь после возвращения из турне, обнимала и купала в любви. Да, в России её обозвали кривлякой, да, в той же Америке считали бесстыдной, но Франция продолжала любить свою знаменитую бесстыдницу...

Дама с камелиями

«1844-1923» — эти даты рядом с её именем возникнут, когда отгремят фанфары, литавры, публика разойдётся, фанаты выпрут слёзы. А за 10 лет до финала будет вот что...

Она всё так же продолжит играть, причём пожилая Сара Бернар убедительно сыграет ряд мужских ролей. Будет тянуться череда поклонников. Будет проигрывать деньги и терзать материнское сердце избалованный сын Морис. Её признают символом столетия, самым изображаемым образом — на сигаретах, печенье, коробках с пудрой, гравюрах... За 10 лет до окончательного занавеса придётся отнять правую ногу из-за травмы, Сара сама уговорит хирурга. Не поддужившись с протезом, она придумает белое складное кресло и двух красавцев-переносчиков — не правда ли, точь-в-точь императрица в путешествии.

Надев протез, она снова играла даму с камелиями, любила, страдала и умирала. Изуродованное тело актрисы снова будило мужское желание, кавалеры находили бесконечно женственной и ранимой ту, которая ни разу не позволила себе женской слабости. Это её последняя крайность.

Наталья КРОЛЕВЕЦ.



ВОТ ТЕБЕ

И ВЯТСКИЙ МУЖИЧОНКО!

«В реальной моей жизни я видел грубые поступки, слушал грубые слова...»

Четырёхэтажный мат, если быть точными и честными. Папаша Феда Шалапина всегда, как напиток изволил, колотил детей с супругой под аккомпанемент отборной цензуры. Шалапин-старший, родом из крестьян Вятской губернии, переехал в Казань по зову службы, только вот служба была так себе, пшик один — писец в земской управе. Получал копейки, вот их и пропивал самозабвенно. Однако о Фёдоре позаботился как сумел — отдал учиться сапожных дел мастеру, авось сытнее будет жить, ведь профессия во все времена нужная. Однако Фёдор заботы не оценил и овладевать хлебным ремеслом отказался, к тому моменту мальчик уже знал о себе всё, что нужно было для дальнейшей жизни: он — голос. Не верьте, если вам скажут,

что в царской России все как один ходили в церковь и детей сызмальства приучали. 9-летний Фёдя Шалапин попал в храм случайно, забежал с мороза погреться. Услышал хор певчих и, недолго думая, попросил принять его туда. И его приняли, да с восторгом, такого слуха ещё не встречали, а дисканта не слышали. Юному хористу даже жалование платили, лишь бы приходил и пел.

В 15 он уже целенаправленно явился в Казанский театр. Но в театральные хористы не попал — голос ломался, спел абы как. Вместо него приняли какого-то 19-летнего верзилу, которого юный Шалапин заочно возненавидел на всю жизнь. Не потому, что самолюбие было задето, а потому, что тот встал

Фёдор Иванович Шалапин со своими детьми от первого брака (отдыхает в деревне Ратухино, 1912 год).

Русская земля порой рождает такие глыбы, которым любые катаклизмы нипочём.

Полыхает ли революция или в родимом доме смертный бой идёт — гений исполняет СВОЮ МИССИЮ...

каланной на предначертанном пути. Спустя годы приятель Шалапина, прославленный Максим Горький, признался: «Дорогой Фёденька, так это ж был я! Меня, правда, скоро выгнали из хора, потому что голоса у меня вообще не было никакого!» Фёденька простил, к тому времени он уже знал ещё одно самое главное — голос не остановить. Он проникает сквозь стены, препятствия и бездарей.

«Я вообще не верю в одну спасительную силу таланта без упорной работы».

Череда якобы случайностей продолжилась. В Казань приехала опера и настолько поразила юного Фёдора, что он осмелился проскользнуть за кулисы и проделать тот же фортель под названием: «Возьмите меня!» И его взяли. Определили должность — статист, то бишь на сцену он выходил, но молча, и жалование положили — пятак, то есть с голоду он не умер, но был к тому близок. И снова совершенно случайно 17-летнего Шалапина экстренно назначили заменить заболевшего певца в опере «Галька» — подошёл по росту и фактуре. Когда зрители принялись ему аплодировать, он так изумился, что сел мимо стула, который к тому же на беду сдвинули с места. Плакал горькими слезами по окончании



спектакля. Конфуз привёл к тому, что и спустя десятилетия Шаляпин будет зорко следить за тем, чтобы режиссёр на сцене стоял там, где он указал. Дебют показал: ломка голоса юного статиста завершилась, у него потрясающий высокий бас. Но вот беда — у бедного Феде не было ровным счётом никакого музыкального образования, кроме знания семи нот, которые ему в детстве в церкви показали. На ловца и зверь бежит — вскоре судьба послала ему достойного учителя. Певец и педагог Дмитрий Усатов, видя у Фёдора несомненный дар и полное отсутствие финансов, бесплатно взялся за его обучение. Шаляпин вспоминал, что только благодаря этому человеку избежал бродяжничества и самоубийства. Похититься по Руси, однако, пришлось — Казань, Уфа, Тифлис, Москва и, наконец, столица — Санкт-Петербург, который ни слезам, ни талантам не верил. Императорский Мариинский театр не оценил алмаз, который получил в лице Шаляпина, критики назвали его пение «скверным», и он надолго остался без ролей. И вновь провидение не оставило Фёдора без помощи, огранкой его дарования занялся известный меценат Савва Морозов. Он предложил Шаляпину место солиста в своей частной опере в Москве. Это было начало не просто всероссийской славы, а мирового триумфа певца. Стены Русской частной оперы содрогались от оваций, когда Шаляпин пел партию Мефистофеля. Тогдашний зритель узнал очень важное об опере — мало быть голосом, надо быть актёром, и именно наш герой сочетал в себе два в одном. Хотя сначала, конечно, потрясли природные данные певца. Лев Толстой

жаловался, что Шаляпин поёт чересчур громко, однако сделать его потише было невозможно, ведь речь идёт об эпохе, когда ни микрофонов, ни динамиков не существовало! Громогласного Фёдора Ивановича расслышали и за пределами России: его «Ноченьке», «Вдоль по Питерской», «Эх, дубинушка, ухнем!» рукоплескали знаменитый «Ла Скала» в Милане, Париж, Лондон, вся Германия и обе Америки. А пока певец покорила страну за страной, государству, в котором он родился и вырос, перестало существовать.

«Обо мне судили бы лучше, будь я более политичен... Но я плохо воспитан и не люблю двоедушия, не терплю лжи».



Иола Торнаги с детьми.

Прежние титулы, чины и регалии в большевистской России ничего не значили, и, даже наоборот, козырять ими было опасно. Но не для истинного таланта. Шаляпин стал первым в Советском Союзе, кто получил звание народного артиста Республики. В 1918 году его назначили художественным руководителем Мариинского театра. И хотя времена меняются, власть низвергается и устанавливается новая, а слова классика остаются вечными: «Минул наспущу всех печалей и барский гнев, и барская любовь». Несмотря на то что Шаляпин, как тогда принято было выражаться, «сочувствовал революции», он постоянно подвергался ночным

обыскам. Искали золото и бриллианты, нашли серебряные ложки и французское вино. Бас дошёл до самих Ленина и Сталина: «Я понимаю — революция... И в сущности я не против обысков, но нельзя ли обыскивать меня в удобное для меня время, с 8.00 до 19.00, например? У меня же дети!» Шаляпин дважды был женат, причём долгое время жил на два дома, даже на два города. Первая супруга, итальянская балерина Иола Торнаги, родила ему шестерых



Первая супруга, итальянская балерина Иола Торнаги.

ской публики, но подолгу нигде не задерживался. Надеялся ли он, что Россия заметит его отъезд, несмотря на то что поток эмигрантов был массовым, как никогда? Да. Заметит и позовёт назад, а как же иначе — ведь он русский певец до мозга костей...

Для начала советское руководство лишило его звания народного артиста и объявило предателем. А когда певец пожертвовал сборы от одного из своих концертов детям эмигрантов, то его называли ещё и «пособником белогвардейцев». Вернуться на родину Шаляпину было суждено лишь спустя много лет после кончины: в 1938 году он скончался от лейкемии в Париже, а в 1984-м его сын Фёдор-младший добился перезахоронения праха отца на Новодевичьем кладбище в Москве. Ещё через семь лет Совет министров РСФСР принял решение об отмене постановления Совнаркома от 1927 года «О лишении Ф. И. Шаляпина звания «Народный артист» как необоснованное».

«Трудная моя жизнь, но хороша! Минутой великого счастья переживал я благодаря искусству, страстно любимому мною. Любовь — это всегда счастье, что бы мы ни любили, но любовь к искусству — величайшее счастье нашей жизни!»

**Наталья
КОРОГОВА.**



Мария Петцольд, официальная вторая жена Шаляпина с 1927 года.

этот эффект назван в честь его имени.

ГОРЕ ОТ УМА

Шерон Стоун — одна из известных блондинок Голливуда, сыгравшая множество ролей роковых красавиц, но мало кто знает, что Шерон ещё и одна из самых умных обитательниц голливудских холмов. Её IQ — 154 балла. Школу Шерон окончила уже в 15 лет и поступила в Пенсильванский университет на факультет химии. Преподаватели в один голос прочили ей блестящее будущее в науке. Однако Стоун выбрала другой путь: выиграв конкурс красоты, она поняла, что её совсем не интересует органическая химия. Карьерный успех актрисы принёс всё же образ роковой красавицы, а вот личная жизнь не удалась и опять же из-за «большого ума» — большинство поклонников не подходили под завышенную планку звезды.

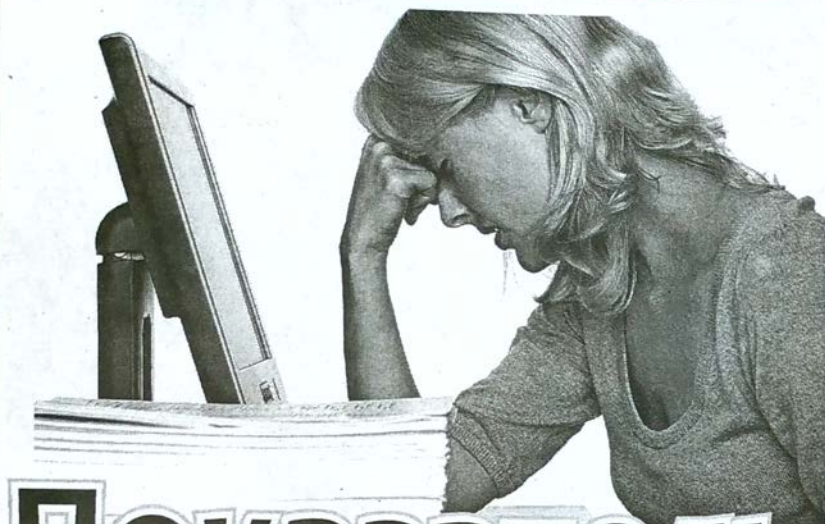
Получается, высокий интеллект не всегда помогает? Психологи отвечают: жизненный успех вовсе не измеряется высоким уровнем интеллекта. Сам Айзенк писал, что для достижения жизненного успеха к высоким показателям интеллекта в обязательном порядке должны прилагаться настойчивость и высокая мотивация. Человек, обладающий высоким интеллектом, но лишённый настойчивости, рискует всю жизнь провести в ожидании «своего часа». Настойчивый в познании, но немотивированный никакой целью человек рискует так и не встать с дивана. Как ни печально, но наибольшие шансы на успех имеет сочетание «настойчивость плюс мотивация», пусть даже и при отсутствии ярко выраженного интеллекта.

МИФЫ ОБ IQ

МИФ ПЕРВЫЙ

Мужчины умнее женщин, брюнетки умнее блондинок, семейные пары уступают холостым.

В разное время разные учёные пытались найти закономерность, которая бы дала ответ на вопрос: кто на свете всех умнее? Но эти эксперименты ни к чему не привели.



Показатель УМА



Полвека назад немецкий учёный Ганс Айзенк придумал знаменитый тест на измерение интеллекта и получил за это все научные награды. С тех пор интеллектом меряются все: и в офисах, и в дружеском кругу, и даже на свиданиях. Выражение вроде «У него низкий IQ» теперь заменяет оскорбительное «Он дурак». Но так ли влияет высокий интеллект на жизненный успех?

МЕРКИ ГЕНИАЛЬНОСТИ

Если быть точными, IQ (от англ. intelligence quotient) — это уровень развития интеллекта в зависимости от возраста. Как правило, максимальное значение этого параметра достигается в возрасте 17-19 лет, а дальше, к сожалению, он становится ниже. Сразу назревает вопрос: «Это значит, что человек, который преодолел 20-летний рубеж, глупеет?» Вовсе нет, просто человек постарше не так быстро решает задачки из теста. Так что тест скорее рассчитан на быстроту мышления и живость ума, чем на объём знаний.

Со времён Айзенка принцип теста на IQ практически не изменился: он состоит из 40 вопросов, на которые нужно дать ответы за 30 минут. Система вопросов разработана таким образом, чтобы человек по максимуму проявил логическое мышление. Вопросы в тесте разные: одни требуют найти пропущенную цифру, другие — восстановить последовательность слов. Есть задания, где необходимо сложить фигуру по частям и решить арифметическую задачу. Вопросы можно пропускать и решать не все, главное, правильно выполнять задания. Ответы оцениваются в баллах по

определённой всемирно принятой шкале. Затем эти баллы делятся на возраст тестируемого и для удобства измерения умножаются на 100. Так и получается коэффициент IQ.

За среднюю шкалу принято брать 100: если ваш IQ между 85 и 115 — у вас средний интеллект, ниже 85 — человек, мягко говоря, туповат, выше 115 — высокий ум, ну а больше 135 — гений.

Кстати, за последние 50 лет средний IQ жителей Земли вырос на 14 пунктов. Новозеландский социолог Джеймс Флинн заметил, что каждое последующее поколение становится способнее предыдущего,

Мужской мозг в среднем весит на 100 граммов больше женского. Женщины по своей природе ориентированы на укрепление семейного быта, в то время как мужчины больше внимания уделяют карьерному росту, соревнованиям с коллегами и жизненным успехам. Но это не значит, что коэффициент интеллекта у представительниц слабого пола ниже: самым высоким IQ в мире обладала женщина. В 1989 году американка Мэрилин Савант набрала 228 баллов. Тогда ей было 10 лет, и девочку тут же вписали в Книгу рекордов Гиннеса. Однако в дальнейшем на жизненный успех Мэрилин этот показатель не повлиял: у неё нет высшего образования, долгие годы Савант занимала скромную должность архивариуса. В случае с Мэрилин подтвердилась зависимость интеллекта от наследственности: её 15-летний сын набрал в тесте 164 балла. Это намного выше, чем у его сверстников.

Что касается зависимости высокого интеллекта от цвета волос, то это всего лишь стереотип: светловолосые девушки кажутся более легкомысленными и рассредоточенными, постоянно витающими в облаках, а брюнетки, наоборот, создают впечатление серьёзных людей, вероятно, обдумывающих устройство Вселенной. На самом деле натуральная блондинка легко может дать фору брюнетке в интеллектуальных вопросах, главное, чтобы генетика не подвела.

Семейным людям приписывают слабый интеллект, наверное, из-за того, что строительство крепкой ячейки общества отнимает много сил, времени. Муж и жена некогда пополняют свои знания, они заняты примитивными делами вроде приготовления еды и ублаживания детей. Но показатели у интеллекта абсолютно другие...

МИФ ВТОРОЙ

Можно пройти тест в Интернете и узнать собственный IQ.

Все тесты, размещённые в Интернете, являются

упрощёнными вариантами опросника Айзенка. И если такой тест выдал вам результат «171» с пометкой «Поздравляем, ваша гениальность неоспорима», обязательно надо добавить: «...на фоне группы третьеклассников». Профессиональный IQ-тест раз в несколько лет пересматривается психологами и меняется по правилам эффекта Флинна.

МИФ ТРЕТИЙ

Коэффициент интеллекта – величина постоянная.

Во-первых, необходимо различать реальный интеллект и показатели IQ-теста. Реальные способности могут слегка варьироваться в зависимости от настроения, самочувствия и даже самооценки. Что касается задачек из теста, то всегда надо помнить: ситуация, в которой находится тестирующийся, несколько искусственна. Человек может неверно понять плохо сформулированные условия задания, во время теста потерять интерес к этому занятию или оказаться невнимательным. И наоборот: можно отработать задачки из теста Айзенка так, что они будут отскакивать от зубов. Но это отнюдь не будет показателем того, что ваш интеллект несказанно возрос.

МИФ ЧЕТВЕРТЫЙ

Уровень IQ передаётся только по наследству.

Показатель «большого» ума действительно примерно на 80% зависит от хорошей наследственности (родительских генов). Но нельзя однозначно исключать воздействие других источников. Американские учёные доказали, например, что высокий результат теста на IQ напрямую связан с нашим окружением. Было замечено, что родные и приёмные дети, воспитывавшиеся в одной семье, показывают близкие результаты при тестировании, хотя у них различные биологические родители.

Также IQ может зависеть от частоты повторения тестирования: если часто проходить все задания, то показатель непременно

будет возрастать. Но, к сожалению, это не значит, что мы умнеем, просто приспосабливаемся к заданиям.

P.S. Проходя IQ-тестирование, оставьте предрассудки.

Даже самый низкий результат ещё ничего не значит. Мир знает людей, которым IQ ниже среднего не помешал управлять государством (Джордж Буш-младший, 91 балл). Удачи!

Наталья ДРЮЧИНА.

Всё благодаря ему – моему IQ!



В последнее время IQ-тестирование стало по-настоящему модным увлечением: большинство крупных коммерческих и государственных предприятий по всему миру предпочитает знать уровень интеллекта своих работников, вводя при собеседовании обязательное тестирование.

На западе уровень IQ давно является решающим при приёме на работу: например, в Германии при отборе пилотов самолётов берут людей только с высоким показателем интеллекта. Американские финансовые корпорации тоже стараются принимать людей с повышенным IQ, а вот в нью-йоркскую полицию, наоборот, людей с высоким результатом не берут. Считается, что скучная работа полицейского очень быстро надоест людям с развитым интеллектом, они уволятся и руководству придётся заново тратить деньги на обучение новых кадров.

IQ тест

Как получить высокий результат?

Понятно, что дальше головы не прыгнешь, но получить свой максимум, независимый от внешних обстоятельств, всё-таки хочется, поэтому:

- хорошенько выспитесь перед тестом (не менее 8 часов)
- выполняйте задания на сытый желудок
- не тяготитесь проблемами, они рассредоточивают
- проявите усидчивость.





СМОТРИМ...

«Подарок с характером»

Редко хвалю современные отечественные фильмы, ведь, к сожалению, наши режиссеры не балуют зрителей, особенно детей. Но вот устроили пасмурным осенним вечером семейный киносеанс, и как же нам повезло с выбором фильма! Комедия «Подарок с характером» с Михаилом Галустьяном в главной роли понравилась всем: и нам, родителям, и восьмилетнему сыну. Одну из главных ролей сыграл мальчик чуть постарше, наверное, это и привлекло нашего Никиту. А ещё он всё время повторял сквозь смех, как же голос дяденьки в костюме панды похож на Кунг-фу Панду из любимого мультфильма! Я боялась, что прозвучат пошлые шуточки в стиле «Нашей Раши» и «Комеди Клаб», а мы-то с ребёнком смотрим, но, слава Богу, обошлось, всё было прилично, весело, смешно и очень по-семейному. Вечер благодаря киносеансу получился у нас просто чудесный, жалко было расставаться с Пандой! Хочется снова от души посмеяться и отдохнуть всей семьёй, так что теперь ждём от отечественного кинематографа новых добрых фильмов!

Алина БАРСУКОВА, г. Тула.

«Себе не лги...»

Часто ли вы читаете стихи, признайтесь? Быть может, со школьной скамьи и не открывали томик даже любимых произведений. А ведь тогда на пороге взрослой жизни, помнится, сами пытались что-то такое сочинить, шмещающее и на века... Я и сама не вспомню, когда в последний раз в спокойной обстановке грезил над рифмами, вот наткнулась на стихи Веры Полозковой, зацепили, а прочесть толком, поразмыслить – некогда. Дом, работа, дорога туда-сюда... Оказалось, выход есть! Вера – девушка современная, мобильная, записала свои творения, положила на музыку, их можно слушать на аудиосносителях сколько угодно и где угодно! Воткнула наушники, идёшь по супермаркету в поисках свежего молока детям, а прямо в мозг тебе льётся её удивительно чистый, проникновенный голос:

...Да никто к тебе не придет, себе не лги.
У него поезд в Бруклин, а у тебя долги,
И пальцы дрожат застёгивать сапоги
Хоть и неясно, с чего бы вроде.

Полно, деточка, не ломай о него ногтей.
Поживи для себя, поправься, разбогатей,
А потом найди себе там кого-нибудь без затей,
Чтоб варить ему щи и рожать от него детей,
А как всё это вспомнишь – сплёвывать и креститься.

Мол, был месяц, когда врубило под тыщу вольт,
Такой мальчик был серафический, чайльд-гарольд,
Так и гладишь карманы с целью нащупать кольт,
Чтоб когда он придет, было чем угоститься.

Наталья БУНИНА, г. Подольск.



СЛУШАЕМ...

ЧИТАЕМ...



«Мне тебя обещали»

Молодой автор из Азербайджана Эльчин Сафарли буквально взорвал Интернет автобиографической лав-стори «Мне тебя обещали», которую критики назвали литературным открытием, а читатели: «Это же он обо мне написал!» Как было не прочитать? И что же – еле-еле одолела, сюжет банальный, метафоры пресные, истины прописные. Поставила книжку на полку с чувством обескураженного разочарования и позабыла о ней. Зашла в гости подруга, ухватила, попросила почитать, отказать я ей не могла, но и давать было как-то неловко, промямлила что-то типа «На любителя...» А она перезвонила ближе к ночи с криками восторга: «Гениально! Подари мне её! Хочу перечитать! Она НАСТОЯЩАЯ! Как ты могла её не почувствовать? В тебе нет ни капли романтики!» На этом мой культурный шок не закончился, с тех пор моя подруга чуть ли не каждый день вывешивает новый статус в соцсетях из «Мне тебя обещали»: «Жизнь ведь прекрасна, когда чьей-то щеке нужен твой нос», или «Люди периодически рассыпаются на кусочки, а потом собираются, и получается новая картинка... Я всё время по кусочкам», или «Во мне столько любви, что её хватило бы на всего тебя, от детства до сегодняшнего дня. А если примешь, то и дальше...» Каждая книга найдёт своего читателя, это нам ещё в школе библиотекарьша говорила. И была права...

Анастасия ГАЙДАШ, по e-mail.



«Мадонна» в цифрах



ным военным конфликтом, коих нет числа на нашей планете, и уникальным культурным артефактом? Обычно произведения искусства, напротив, гибнут в кострах междоусобиц...

ДВА

Два ангела, изображённые в нижней части картины, настолько пришлись по душе зрителю, что зажили отдельной от «Сикстинской Мадонны» жизнью. Причина, возможно, в том, что крылатые толстощёкие мальчики больше походят на амуров, нежели на смиренных ангелочков. Ими восхищались, превозносили. В XIX веке дело дошло до массового воспроизводства парочки. Они тарачили свои большие младенческие глазёнки с многочисленных иллюстраций, открыток и календарей, которые можно было встретить в любой стране мира. В России ангелочков полюбили особенно нежно. Альбомы, популярные среди провинциальных барышень, пестрели крылатыми младенцами, вклеенными между стихами Жуковского и Пушкина. Это куда лучше, чем их использование в рекламе колбасы, до которой додумался чикагский магнат.

ТРИ

Или точнее — треугольник, вот что получается, если соединить все фигуры, которые мы видим на полотне: Мадонна с младенцем Иисусом во главе, по бокам Папа Сикст II и святая Варвара и в основании вззирающие снизу вверх ангелы. Раскрытый по сторонам занавес не просто подчёркивает торжественность момента — сохождение Сына Божьего с небес, но и указывает на геометрическую продуманность композиции. Таким образом Рафаэлю удалось достичь визуального эффекта: зритель уже не зритель, а участник происходящего, ему кажется, что фигура матери с ребёнком на руках спускается прямо на него! Её взгляд устремлён на вас, в глубину вашей души, словно спрашивая: «А ты примешь моё дитя всем сердцем, как я?» Именно о ней, а не о «Моне Лизе» Леонардо да Винчи, как принято считать, Фаина Раневская метко подметила: «Эта дама столько столетий столько нравилась, что теперь она сама имеет право выбирать, кому нравиться!»

ЧЕТЫРЕ

Великие мира сего преклонялись перед «Сикстинской Мадонной», наперебой предлагая достойные её эпитеты.

— «Гений чистой красоты». Всем знакомые слова. «Наше всё», Александр Сергеевич Пушкин? И да, и нет. На самом деле их автор — Василий Жуковский, и сказал так поэт именно о «Мадонне» Рафаэля. Позже Пушкин заимствовал их для того, чтобы выразить восторг перед Анной Керн.

— Достоевский — восторженный почитатель «Мадонны» — предал бы наши души вечному проклятию за то, что пытаемся анализировать шедевр с помощью языка цифр. Однажды в его присутствии некий художник принялся разбирать достоинства картины с точки зрения художественной техники, так возмущению классика русской литературы не было конца и края.

— Другой, куда более известный, художник Александр Иванов, увлекшийся библейской тематикой, пытался копировать «Мадонну», но ничего не вышло, линии можно было повторить, обаяние оставалось неуловимым. Только измучился...

— Живописец Крамской, увидев оригинал картины после множества копий, уже набивших оскомину, был потрясён и заявил, что, даже если Мария выглядела не так, он всегда будет верить в эту Сикстинскую Мадонну.

ПЯТЬ И ПЯТЬ

В победном 45-м советские солдаты вступили в лежавший в руинах Дрезден, и, не поверите, одной из их первоочередных задач было спасение «Мадонны» Рафаэля. Они отыскали полотно в сырых известняковых шахтах, заминированных под завязку. В любой момент могли взлететь на воздух вместе с шедевром...

В 55-м году Пушкинский музей, приютивший картину, вернул её в ГДР. В настоящий момент проверить, понравится ли вы «Мадонне», можно в Дрездене в Галерее старых мастеров.

Наталья АНДРИЯЧЕНКО.

Налюбоваться «Сикстинской Мадонной» кисти Рафаэля невозможно, кажется, что её создали сами ангелы, а не человек из плоти и крови. Должен был смертный допустить погрешность, должен! Рука дрогнула, краска неровно легла, но нет — перед нами само совершенство. Математически выверенное совершенство...

ОДИН

Один год, с 1512 по 1513-й, Рафаэль работал над изображением Мадонны для алтаря церкви монастыря святого Сикста, что в Пьяченце. Это фантастически быстро для гигантского полотна размером 256 на 196 сантиметров, и вдохновение здесь ни при чём. Работа была заказная, и клиент ждать не привык. Сам Папа Римский Юлий II обратился к художнику, дабы созданием монументального творения отпраздновать победу над французами, вторгшимися в Италию, и как результат — включение Пьяченцы в состав Папской области. Священная Римская империя получила новые плодородные земли, а весь мир обрёл шедевр великого Рафаэля. А, казалось бы, какая связь между локаль-

Ещё ложечку, и всё!..



В детстве я думала: «Вот вырасту, не буду есть противный суп и нескончаемую манную кашу, а буду есть одну сплошную сгущенку. Столовой ложкой прямо из банки. Трёхлитровой!» Взрослая жизнь показала, что рецептура может быть куда разнообразнее

Кранц с орехами

0,5 стакана молока, 2 ст. ложки слив. масла, 1 яйцо, 250 г муки, 5 г сухих дрожжей, 2 ст. ложки сахара, 0,5 ч. ложки соли, 0,5 банки варёного сгущённого молока, горсть грецких орехов, раст. масло.

Муку смешиваем с дрожжами, добавляем сахар, яйцо, тёплое молоко, растопленное масло, соль и замешиваем тесто. Накрываем его пищевой плёнкой и ставим в холодильник на ночь. Потом тесто раскатываем в тонкий пласт, сверху намазываем сгущенку, посыпав растолчёнными орехами, плотно сворачиваем рулетом, который разрезаем вдоль на две половины. Переплетаем их жгутом, выкладываем в смазанную растительным маслом продолговатую форму для кекса и оставляем на полчаса. Запекаем кранц в разогретой до 180°C духовке до готовности.



Пирог «Ананасовый»

2 яйца, 2/3 банки сгущённого молока, 1,5 стакана муки, 1 пакетик разрыхлителя, 1 банка консервированных ананасов кольцами.

Яйца взбиваем со сгущёнкой, добавляем муку и разрыхлитель, тщательно перемешиваем. Выливаем тесто в форму, сверху выкладываем, чуть придавливая, кольца ананасов. Запекаем 20-25 минут в разогретой до 170°C духовке.

Пирожные «Картошка»

700 г печенья, 240 г слив. масла, 240 г сгущённого молока, 3 ч. ложки какао-порошка, 1 ст. ложка коньяка, кедровые орехи (арахис).

Сливочное масло смешиваем со сгущёнкой, добавляем какао-порошок, перемешиваем, вливаем коньяк, снова перемешиваем. Получившуюся смесь выкладываем в измельчённое в порошок печенье, тщательно перемешиваем и формируем пирожные. Украшаем орехами и ставим в холодильник на несколько часов.

Крем «Детский»

1 банка сгущённого молока, 200 г творога, 1/2 лимона, 2-3 печенья, замороженная вишня.

Сгущенку, творог и сок половины лимона смешиваем блендером до однородной массы. Раскладываем по креманкам, сверху посыпав растолчённым печеньем и украшаем ягодами.

Чизкейк «Домашний»

300 г творожного сыра, 2 ст. ложки коричневого сахара, 2 яйца, 150 г варёного сгущённого молока, ванилин по вкусу, замороженная малина.

Сыр тщательно перетираем с сахаром, добавляем яйца, ванилин, хорошо

перемешиваем, выкладываем сгущенку и взбиваем до однородной массы. Переливаем получившуюся смесь в форму и запекаем 35-40 минут в разогретой до 160°C духовке, на нижний уровень которой ставим ёмкость с водой. Затем оставляем чизкейк в выключенной духовке до полного остывания, после этого отправляем в холодильник минимум на два часа. Перед подачей украшаем ягодами.

Салат «Тропики»

2 банана, 2 апельсина, 2 киви, 0,5 стакана грецких орехов, сгущённое молоко по вкусу.

Нарезаем фрукты кусочками, перемешиваем, добавляем мелкорубленые орехи, поливаем сверху сгущёнкой, снова перемешиваем и отправляем в холодильник на полчаса.

Банановый коктейль

На 1 л молока — 3 банана, 1/2 банки сгущённого молока, 1/2 лимона, шоколад.

Бананы, порезанные кусочками, сгущенку и сок половины лимона смешиваем блендером до однородности. Вливаем молоко, тщательно перемешиваем, разливаем по бокалам, посыпав сверху тёртым шоколадом. Перед подачей охлаждаем в холодильнике.

Сливочный ликёр

1 банка сгущённого молока, 1 пакет (400-500 мл) 1,5%-ного молочного коктейля («Белый город», «Чудо», «Смешарики»), 1 пакетик ванилина, 200 мл водки.

Соединяем сгущенку, ванилин, молочный коктейль и взбиваем миксером до однородности. Вливаем водку и снова смешиваем. Отправляем в холодильник на сутки.

Яблочное пюре

На 2 кг яблок — 1 банка сгущённого молока, 250 мл воды.

Яблоки нарезаем произвольными кусочками, удаляя сердцевину, заливаем водой и варим до размягчения. Блендером делаем пюре или перетираем через сито. Вливаем сгущенку, перемешиваем, доводим до кипения, убавляем огонь и варим 5-7 минут. Пюре раскладываем горячим по стерилизованным банкам, закатываем крышками, переворачиваем, укутываем полотенцем и оставляем до полного остывания.

Аппетитная курочка – самый доступный и массовый вид птичьего мяса во всём мире. Но ведь далеко не единственный, что и доказывают своими рецептами наши читательницы

Филе в апельсинах

500-600 г куриного филе, 3 апельсина, 1 ст. ложка мёда, чёрный молотый перец, мускатный орех, 3 веточки мяты, 3 ч. ложки оливкового масла, соль по вкусу.

Куски филе слегка обмазываем маслом и натираем смесью соли, перца и мускатного ореха. Делаем в каждом куске по четыре надреза, в каждый кладем листочек мяты. Выжимаем сок из двух апельсинов, добавляем мёд, перемешиваем и получившейся смесью заливаем филе. Оставляем на два часа мариноваться. Апельсин обдаём кипятком и нарезаем тонкими полукольцами. Застиливаем противень фольгой, смазываем маслом и выкладываем замаринованное филе. Сверху кладем кольца апельсина и поливаем оставшимся маринадом. Края фольги заворачиваем и запекаем 30-35 минут.

Галина КАБАНОВА, Брянская обл.

Курочка «в ажуре»

2 крупные куриные грудки, 6 картофелин, 1 яйцо, 2 ст. ложки муки, 100 г твёрдого сыра, 1 пучок зелени петрушки, чёрный молотый перец, соль по вкусу, раст. масло.

Сыр натираем на крупной тёрке, зелень мелко рубим, перемешиваем. Мясо нарезаем тонкими пластинками, перчим, солим и обжариваем на сухой разогретой сковороде две минуты, постоянно помешивая. Картофель натираем на крупной тёрке, отжимаем, добавляем яйцо, муку, соль, перемешиваем и выкладываем на другую сковороду с разогретым маслом. Распределяем картофельную массу равномерно и прижимаем лопаточкой. Жарим картофельный блин 2-3 минуты и переворачиваем. Выкладываем на одну половину блина кусочки курицы, сверху посыпая сыром с зеленью и жарим на небольшом огне, пока сыр не начнет плавиться. Затем свободной стороной картофельного блина накрываем куриную начинку и обжариваем до готовности.

Людмила ИЛЫНА, г. Курск.

Фаршированный гусь

1 гусь, 200 г квашеной капусты, 2-3 яблока, 3 луковицы, 2 ст. ложки раст. масла, 1/4 ч. ложки корицы,

1/4 ч. ложки мускатного ореха, 2 лавровых листа, чёрный молотый перец, сахар, соль по вкусу.

Тушку гуся промываем, обсушиваем салфеткой и натираем изнутри и снаружи корицей, мускатным орехом и солью. Лук шинкуем, обжариваем на масле, смешиваем с капустой, добавляем мелко нарезанные яблоки, лавровый лист, немного сахара и соль. Всё перемешиваем и тушим 20 минут. Получившуюся массу охлаждаем, начиняем тушку и зашиваем её нитками. Запекаем до готовности в духовке при 180°C, периодически поливая гуся образовавшимся соком и сбрызгивая водой.

Татьяна ГРАНКИНА, г. Орёл.

Утка в рукаве

1 утка, 2 кислых яблока, большая горсть черносслива, 4 зубчика чеснока, 6-8 картофелин, 1 пакетик приправы «Прованские травы», чёрный молотый перец, соль по вкусу, 1 ст. ложка раст. масла.

Яблоки очищаем и нарезаем кубиками, черносслив режем кусочками, соединяем. Утку снаружи и изнутри натираем солью и перцем, посыпая травами и закладываем внутрь фруктовую смесь. Отверстие тушки зашиваем или закалываем зубочистками. Утку кладем в рукав для запекания. Чеснок раздавливаем, заливаем

маслом, перемешиваем и смазываем утку. По бокам выкладываем очищенный картофель, закрываем рукав и запекаем в разогретой духовке 2-2,5 часа до румяной корочки.

Елена КРЮКОВА, г. Тверь.

Индейка

в мультиварке

400-500 г филе индейки, 200 г мелких шампиньонов, сок 1/2 лимона, 2 зубчика чеснока, 1 луковица, 250 мл жирных сливок, 100 г тёртого сыра, 50 мл оливкового масла, сушёный тимьян, соль по вкусу.

Индейку нарезаем ломтиками толщиной один сантиметр и поливаем лимонным соком. Шампиньоны разрезаем на половинки, лук режем тонкими кольцами, чеснок мелко рубим. В чашу мультиварки вливаем оливковое масло, закладываем мясо, устанавливаем режим «Жарка» («Выпечка») и обжариваем индейку до золотистого цвета примерно 15 минут. Затем добавляем грибы, лук и чеснок, солим и посыпая тимьяном. Готовим ещё 10 минут. Вливаем сливки, устанавливаем режим «Тушение» и готовим 25 минут. Посыпаем тёртым сыром и тушим 10 минут. Подаём индейку с отварным рисом.

Наталья РИШТ, г. Ростов-на-Дону.



Мульти-МАМА



Лучшая помощница мамы на кухне – мультиварка. Проверено на себе. Спish как дитя, а каша на завтрак готовится. Гуляешь с детьми, а суп поспевает. Есть рецепты и посложнее, но ради их вкуса постараться стоит!

ПЕРВОЕ

Борщ «Буйство цвета»

300 г мяса, 1 луковица, 1 морковь, 3 картофелины, 300 г капусты, 1 свёкла, 1 ст. ложка томатной пасты, 1 пучок зелени, 1 лавровый лист, 2 ст. ложки раст. масла, соль по вкусу.

Кусочки мяса обжариваем на режиме «Выпечка» 20 минут. Добавляем мелко порезанный лук, натёртую морковь и ещё 10 минут готовим на режиме «Выпечка». Закладываем порезанный кубиками картофель, нашинкованную капусту, солим и заливаем водой. Вставляем корзинку для варки на пару, кладем в неё нарезанную небольшими кусочками свёклу, включаем режим «Тушение» на один час. Затем корзинку снимаем, даём свёкле немного остыть, натираем её на тёрке и перекладываем в борщ. Добавляем томатную пасту, рубленую зелень, лавровый лист, перемешиваем и доводим до кипения на режиме «Выпечка».

Похлёбка «Пастушья»

1 морковь, 1 красный болгарский перец, 1/2 луковицы, 3 картофелины, 1 мультистакан красной чечевицы, 1 помидор, 2 ст. ложки раст. масла, соль по вкусу.

Слегка обжариваем натёртую морковь и мелко порезанные перец и лук

на режиме «Выпечка», затем заливаем водой, добавляем порезанный ломтиками картофель, солим и включаем режим «Суп» на 40-50 минут. Потом всыпаем чечевицу, закладываем протёртый через сито помидор и оставляем на режиме «Тушение» до готовности.

ВТОРОЕ

Плов «Рассыпчатый»

500 г мяса, 1 мультистакан риса, 2 мультистакана воды, 1 луковица, 1 морковь, 1 ч. ложка приправы «Для плова», раст. масло, соль по вкусу.

Мясо разрезаем на небольшие кубики. Рис тщательно промываем. Лук мелко шинкуем, морковь натираем на тёрке. Обжариваем мясо на режиме «Выпечка», добавляем лук, морковь, а через 10 минут засыпаем рис, перемешиваем и оставляем на «Выпечке» 10-12 минут. Переключаем на режим «Плов» (если нет, то на режим «Тушение»), вливаем воду, добавляем соль и приправу, готовим 30-40 минут.

Картофель «Молочный»

0,5 кг картофеля, 300 г куриной печени, 1 морковь, 1 луковица, 1 мультистакан молока, 0,5 мультистакана воды, 1 лавровый лист, 2 ст. ложки раст. масла, соль по вкусу.

Лук нарезаем кубиками, морковь – соломкой и обжариваем 10-15 минут

на режиме «Выпечка». Добавляем нарезанную печень, солим, перемешиваем и оставляем на «Выпечке» на 25-30 минут. Закладываем мелко порезанный картофель, заливаем молоком и водой, добавляем лавровый лист и оставляем готовиться на режиме «Тушение» в течение часа или «Выпечка» в течение 40 минут.

И КОМПОТ!

Компот «Компотыч»

На 2 л. воды – 400-500 г яблок, 300 г слив, 1 мультистакан сахара.

Яблоки очищаем от сердцевинки, складываем в чашу, засыпаем сахаром, заливаем горячей кипячённой водой и оставляем на режиме «Тушение» на один час. Затем добавляем сливы и томим компот на том же режиме ещё в течение 40 минут.

А НА ДЕСЕРТ?

Тыква в апельсинах

1 кг мякоти тыквы, 3 апельсина, 2 ст. ложки сахара, 1 мультистакан воды, 1 ст. ложка лимонного сока, 1 ст. ложка слив. масла.

Тыкву нарезаем небольшими кубиками и укладываем в чашу, промазанную маслом. Сверху выкладываем дольки апельсинов (можно из нескольких выдавить сок), высыпаем сахар и заливаем водой. Выставляем режим «Тушение» на 40 минут. За 10 минут до окончания готовки вливаем лимонный сок.

Чизкейк «Печенюшка»

100 г любого печенья, 100 г слив. масла, 250 г творога, 1 яйцо, 1/3 стакана сахара, лимонный сок, 1 мультистакан сметаны, горсть цукатов, соль по вкусу.

Печенье измельчаем в крошку, добавляем растопленное масло, тщательно перемешиваем и получившуюся смесь выкладываем в чашу, утрамбовываем и делаем бортики. Творог перетираем с яйцом, сахаром и солью, добавляем немного лимонного сока, сметану и тщательно смешиваем до однородности. Добавляем цукаты, перемешиваем и выкладываем творожную массу поверх основы из печенья. Выставляем режим «Выпечка» на 40 минут. После выключения мультиварки крышку открываем, а чизкейк оставляем в чаше ещё на час, а потом аккуратно вынимаем.

НАЦИЯ сладкоежек

Шотландцы так суровы, что просто обожают вкусно поесть, а на десерт щедро подсластить себе жизнь. Надо же где-то отдыхать от борьбы за независимость, кухня — подходящее место



Пирог «Кокки-Ликки»

200 г слоёного теста, 6 филе (около 900 г) куриной грудки, 5 штук корня лука-порей, 2 зубчика чеснока, 500 мл молока, 140 мл 33%-ных сливок, 4 ст. ложки муки, чёрный молотый перец, 1 желток, 2-4 ст. ложки слив. масла, соль по вкусу.

Куриное филе нарезаем на небольшие кусочки, белую часть лука-порея — колечками. Чеснок мелко рубим. Готовое слоёное тесто размораживаем, раскатываем в тонкий пласт и нарезаем полосками шириной 2,5 см. Сливочное масло растапливаем на сковороде, обжариваем чеснок на слабом огне 1 минуту, постепенно добавляем 3 ст. ложки муки, перемешиваем и снимаем с огня. Аккуратно и постоянно помешивая, чтобы не было комочков, вливаем молоко. Ставим на огонь и нагреваем соус, помешивая, 3-4 минуты до загустения. Добавляем куриное филе, сливки, перец, соль, перемешиваем и тушим на слабом огне 15 минут. Выкладываем лук-порей, перемешиваем и сразу снимаем с огня. Перекладываем получившуюся начинку в глубокую форму, смазанную маслом. Сверху накрываем полосками теста слегка внахлест и смазываем желтком. Выпекаем при 180°C примерно 40 минут до золотистого цвета. Подаём на стол горячим, не вынимая из формы.

Медовая треска

4 крупных куса филе трески, 50 г слив. масла, 3 ст. ложки зернистой горчицы, 1 ст. ложка мёда, тёртая цедра 1 апельсина, зелень петрушки, чёрный молотый перец, соль по вкусу.

Соединяем горчицу, мёд и цедру, тща-

тельно растираем в однородный соус. Выкладываем филе рыбы в смазанную маслом форму, перчим, солим, сверху распределяем горчице-медовый соус. Накрываем фольгой и запекаем полчаса в предварительно разогретой до 180°C духовке. Подаём треску горячей, посыпав рубленой зеленью петрушки.

Шоколадный шотбред

100 г слив. масла, 1/3 стакана сахара, 3 ст. ложки какао-порошка, 3/4 стакана муки, 1/4 ч. ложки ванилина, 1/2 ч. ложки корицы, 1 ст. ложка крахмала, 1/2 ч. ложки разрыхлителя, 1 желток, соль.

Для глазури: 100 г любого шоколада, 3 ст. ложки молока.

Для украшения: горсть миндаля. Размягчённое сливочное масло, сахар, какао, муку, ванилин, корицу, крахмал, разрыхлитель теста, желток и щепотку соли соединяем в миске и вымешиваем тесто, которое будет состоять из крошек. Форму для выпечки смазываем маслом и присыпаем мукой. Равномерно распределяем крошки по форме. Рукой приминаем тесто так, чтобы образовался однородный корж. Часто накалываем его вилкой и выпекаем шотбред 20 минут в разогретой до 180°C духовке. Шоколад растапливаем на сильном огне, добавляем молоко, тщательно перемешиваем и получившейся глазурью покрываем шотбред. Сверху посыпаем миндалём, слегка вдавливая орехи в глазурь. Разрезаем на кусочки и подаём тёплыми.

Оладьи под соусом

Для теста: 350 г муки, 1 пакетик разрыхлителя, 150 г сахарной пудры, 1 ч. ложка корицы, горсть изюма, натёртая цедра 1 апельсина, 40 г слив. масла, 220 мл

молока, 3 яйца, раст. масло для жарки, соль по вкусу.

Для соуса: 100 г изюма, 150 мл воды, 50 г сахарной пудры, 1 пакетик ванильного сахара, сок 1 лимона.

Изюм для соуса промываем, кладем в подогретую в сковороде воду, добавляем сахарную пудру, ванильный сахар и лимонный сок, доводим до кипения и, помешивая, готовим соус 10 минут. Затем взбиваем блендером и переливаем в соусник.

Половину муки соединяем с разрыхлителем и просеиваем в большую миску. Добавляем соль, сахарную пудру, корицу, изюм, цедру, вливаем растопленное сливочное масло, молоко, яйца, тщательно смешиваем венчиком или миксером, постепенно подсыпая оставшуюся муку. Из получившегося теста выпекаем оладьи. Подаём горячими с соусом.

Десерт «Краннач»

200 мл 33%-ных сливок, 4 ст. ложки овсяных хлопьев, 200 г клубники, 4 ст. ложки коричневого сахара, 2 ст. ложки виски, 2 ст. ложки шоколадной стружки.

Овсяные хлопья обжариваем на сухой сковороде, помешивая, до золотистого цвета. Клубнику моем, удаляем плодоножки и измельчаем блендером в пюре с 2 ст. ложками сахара. Оставшийся сахар взбиваем со сливками в крутую пену, кладем остывшие обжаренные овсяные хлопья, взбиваем, добавляем виски и ещё раз взбиваем в однородный крем. Укладываем слоями в бокал: слой клубничного пюре, далее слой крема, опять пюре и сверху крем. Посыпаем натёртым на крупной тёрке шоколадом, украшаем клубникой.



СЕМЬЯ на СВЯЗИ

Как выбрать сотовый телефон для папы, пропадающего на службе, ребёнка, пошедшего в школу, и бабушки, которая боится новинки технического прогресса пуще керосина?

Папина игрушка

Обычно, проводя экспертизу техники, мы советуем не переплачивать за бренд, однако при выборе сотового аппарата в подарок деловому мобильному мужчине дело обстоит в точности наоборот – прежде всего нужно обратить внимание на ведущих производителей электроники: Nokia, Motorola, Samsung, Sony Ericsson, LG. Это действительно послужит гарантией качества. А кроме того, папы, как правило, любят имиджевые вещи. Они придадут им больше важности, или, говоря деловым языком, соответствуют статусу.

Второй критерий – технические характеристики телефона. Поинтересуйтесь у продавца-консультанта, какая из представленных моделей поддерживает кодек HR. В часы пик, особенно в гуще больших городов, когда нагрузка на сети возрастает в разы, именно на нём работает большинство базовых станций, остальные часто не «ловят» сигнал.

В-третьих, папин телефон просто обязан быть напичкан всеми возможными опциями: от мобильной версии Microsoft Office до QWERTY-клавиатуры. По сути, мобильник истинного мужчины – это навороченный компьютер в кармане делового костюма.

Думаете, внешний вид подобного технического чуда совершенно неважен? Как сказать – вряд ли ваш супруг обрадуется розовому «сотику» в стразах, скорее всего, ему всё же больше подойдёт строгий стильный дизайн телефона чёрного, серого или стального цвета.

Детская радость

Но прежде всего это средство связи с родителями, позволяющее контролировать чадо на расстоянии. Будьте готовы к тому, что даже первоклассник в курсе современных новинок и может потребовать мобильник с выходом в Интернет, кучей игр и прочими наворотами. Осуществление детской мечты влетит вам в копейчку,

но где гарантия, что ребёнок не сломает или не потеряет дорогой аппарат уже на следующий день или его не украдут прямо на территории школы? А посему будьте тверды и помните: первый сотовый телефон школьника должен быть недорогим, прочным и простым в использовании. Крепкий корпус, удобные кнопки, прорезиненная пылестойкая клавиатура, защищённая от царапин панель, громкий будильник и календарь с напоминаниями – вот, собственно, и всё, что нужно. Для игр онлайн есть компьютер или игровая консоль, для фотографирования – фотоаппарат, причём после того, как будут сделаны все домашние задания. Утешительным призом вашему школяру послужит аудиоплеер, его сейчас встраивают даже в самые дешёвые модели. Так что наушники в уши, и в школу!

Бабушкин помощник

С годами ухудшается зрение, снижается слух и начинаются проблемы с мелкой моторикой рук – всё это следует учесть при выборе мобильного телефона. Хороший динамик, громкий звонок, крепкий корпус – строго обязательны. Модные сенсорные модели для пожилого человека могут стать настоящей мукой, поэтому ищите кнопочный сотовый, и чем больше размер кнопок, тем лучше. Некоторые производители заботливо снабжают телефоны специальной разметкой с выпуклыми значками, чтобы можно было набрать номер даже на ощупь. Заранее позаботьтесь и о том, чтобы те цифры и буквы, что высвечиваются на экране, тоже были крупными. Для вас это всего лишь пара минут общения с настройками телефона, а для пенсионера – ненужная головная боль.

Большинство пожилых людей вообще считают, что телефон нужен

только для того, чтобы звонить и отвечать на звонки, а посему можете не тратить время и средства на выбор аппарата с большим выбором дополнительных функций. Однако некоторые опции могут оказаться нелишними и востребованными. Вряд ли ваша бабушка будет часами «чатиться» в Интернете, но поиграть на досуге в тетрис или сфотографировать собственноручно выращенные георгины на даче вполне может! А вот дедушкам часто по вкусу приходится встроенный фонарик и широкий диапазон радиостанций.

Подготовила
Ольга АНИСИМОВА.





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 –
юрист Ирина БЕЛОГОРОВА

В конце 70-х отцу, как инвалиду войны, райсовет разрешил построить кирпичный гараж в кооперативе для ветеранов. После его смерти в 2001 году гараж по завещанию перешёл ко мне. За эту землю плачу земельный налог, но местные власти не согласны передать мне её в собственность. Могу ли я через суд приватизировать участок?

Егор Н., Тульская обл.

Земельный участок под вашим гаражом сформировать, по всей видимости, нельзя. Причина в том, что его размеры будут слишком малы (менее минимальных размеров формируемых участков). Участки под гаражами, как правило, предоставляются их собственникам в аренду на длительный срок, на этот вариант вам и следует ориентироваться. В случае успешного решения вопроса администрация заключает договор аренды одновременно со всеми членами ГСК – ст. 22, 33 Земельного кодекса РФ.

У нас из крана периодически течёт ржавая вода – ни помыть, ни приготовить. Должны ли мы оплачивать это безобразие?

Ольга Фёдоровна, г. Тверь.

Если вам предоставляют коммунальную услугу плохого качества, то плату за неё можно снизить. Перерасчёт могут сделать в любое время года, главное – установить факт некачественного оказания услуги, который необходимо зафиксировать. Для этого следует позвонить в аварийно-диспетчерскую службу. Во время разговора обязательно уточните номер обращения. С вами должны согласовать время проведения экспертизы специалистами управляющей компании. По её результатам составляется акт, один экземпляр должны вручить вам.

Если управляющая компания не реагирует на жалобы и не проводит проверку, вы можете и сами всё зафиксировать. Составьте акт, подпишите его и попросите, чтобы как минимум два соседа оставили подписи. Затем заверьте документ

у председателя совета многоквартирного дома (или председателя ТСЖ). Копию этого акта приложите к заявлению о перерасчёте, с которым нужно обратиться в управляющую компанию. Если же такая проблема у всего дома, оформляйте документ коллективно.

Недавно у нас с мужем родились двойняшки. Стала оформлять пособие на детей, возникла проблема: на работе говорят, что единовременное пособие на ребёнка положено только одно – даже при двойне. Это правда? Мне казалось, что положено на каждого?

Марина, г. Орёл.

На работе заблуждаются. При рождении двух и более детей единовременное пособие при рождении ребёнка (13741,99 рублей) выплачивается на каждого из них – ст. 11 Федерального закона от 19.05.1995 г. № 81-ФЗ «О государственных пособиях гражданам, имеющим детей». Так что вы правы – подавайте документы на обоих детей. А если откажут в принятии документов на второго, оформите письменную жалобу на имя директора. В жалобе обязательно сослаться на норму, которая указана выше, и потребуйте принять документы на второго младенца. Крайний вариант – обращение с жалобой в прокуратуру, закон полностью на вашей стороне.

Пришёл телефонный счёт за стационарную связь на огромную сумму (больше 3000 рублей) якобы за звонки по межгороду. Но я не звоню в другие города и страны по городскому телефону. Как мне это доказать?

Николай Петрович, г. Калуга.

Напишите заявление в ваш телефонный узел и вашему оператору междугородней связи. Объясните в нём, что вам выставлен счёт за переговоры, которые вы не вели. С телефонного узла к вам должен прийти мастер и проверить, не подключился ли кто-нибудь к вашему телефону. Правда, современные мошенники располагают такой техникой, что проверка может ничего не показать. Но это не повод отчаиваться. В таком случае нужно посмотреть, когда велись переговоры, и доказать, что в этот момент из квартиры никто не звонил. Можно, например, подтвердить свидетельскими показаниями, что дома никого не было, все находились на работе. Можно представить документы о командировке, пребывании на курорте, в больнице. Но если оператор междугородней связи не примет эти аргументы, останется лишь отстаивать интересы в суде.

В 2008 году я развелась с мужем и подала на алименты, это было в Киргизии. Сейчас живу в Томске, имею российское гражданство. На ребёнка алименты ни разу не получала. Подскажите, как лишить бывшего мужа родительских прав? Может ли ребёнок при получении паспорта узнать мою фамилию?

Зарина, г. Томск.

Вы можете подать исковое заявление в суд о лишении отца ребёнка родительских прав, доказав, что он злостно уклоняется от уплаты алиментов и не занимается воспитанием. Чтобы это доказать, вам нужно было с исполнительным листом, полученным в Киргизии, регулярно обращаться к судебным приставам и получать у них сведения о задолженности. Можно было делать не только лично, но и по почте либо по доверенности, мог заниматься кто-то из ваших родственников или знакомых. Если сумеете представить необходимые доказательства, то суд лишит вашего бывшего супруга родительских прав.

Смена фамилии ребёнка до 14 лет происходит с согласия обоих родителей. Но можно будет не просить согласия отца, если удастся лишить его родительских прав. Если ребёнок старше 14 лет, то фамилия меняется через загс, но опять же с согласия обоих родителей.

Идеи для уюта

Холодными вечерами яркие краски в интерьере согревают не хуже обогревателя, а цветы отвечают за хорошее настроение и уют, так почему бы не заполнить пустующие полочки чем-нибудь цветочным и солнечным?

Радужные вазочки

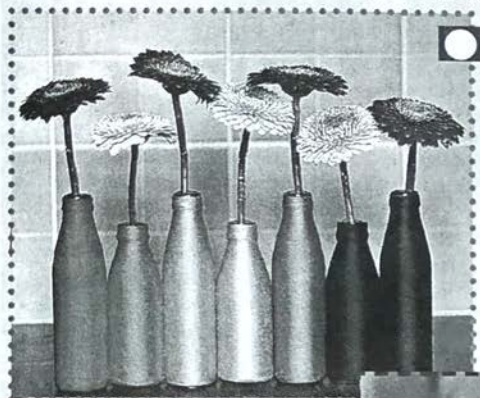
Вам понадобятся:

7 пластиковых бутылок (3 по 0,5 л и 4 по 1 л), 7 клубков ниток радужных оттенков (красный, оранжевый, жёлтый, бледно-жёлтый, голубой, синий, фиолетовый), клей ПВА.

Шаг 1. Кисточкой тонким слоем наносим на бутылку клей.

Шаг 2. Начиная с горлышка обматываем рядами бутылку, прижимая и натягивая нитку для ровной и плотной поверхности без просветов.

Шаг 3. Проделиваем то же самое со всеми бутылками. Ждём высыхания и расставляем, чередуя большие и маленькие бутылки с плавно переходящей тональностью радуги.



Чайный дуэт

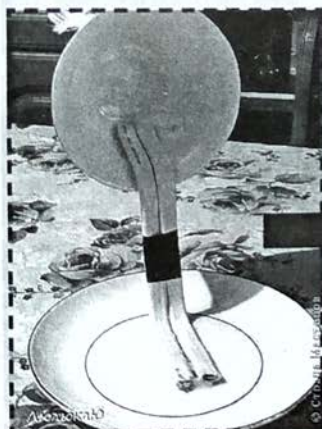
Вам понадобятся:

чашка с блюдцем (в одном стиле), толстый проволоочный шнур, клей «Момент», скотч, искусственные цветы или зёрна кофе, декор в виде бусин, божьих коровок, пуговиц, блёсток.

Шаг 1. От шнура отрезаем две полоски по 20 см. Скрепляем их скотчем. Сгибаем проволоку с обоих концов под тупым углом в противоположные стороны.

Шаг 2. Один согнутый край проволоки приклеиваем к центру блюдца, второй – к стенке чашки так, чтобы создавалось ощущение парящей в воздухе чашки, из которой льётся на блюдце пока проволока.

Шаг 3. Маскируем проволоку цветами и другими украшениями либо обклеиваем её плотным слоем кофейных зёрен.



Увидали УСАЧА, не кричите сторяча!

«Мой дом – моя крепость»? Противно копошащиеся, жужжащие, ползающие, а порой даже кусающие думают по-другому! Как навсегда дать отворот-поворот насекомым, решившим оспорить ваше право быть главным?

МУРАВЬИ



Дома поселяются три вида: красные (так называемые фараоновы), чёрные и самые распространённые – рыжие.

ЧЕМ ОПАСНЫ? Маленькие и шустрые могут стать настоящим стихийным бедствием, ибо быстро размножаются, буквально вездесущи и способны испортить деревянные вещи и продукты. Также их укусы вызывают раздражение у людей с чувствительной кожей.

ПРОФИЛАКТИКА: бесприкрышный вариант – идеальная чистота, особенно на кухне и в ванной комнате, поскольку муравьи – большие любители полакомиться чем-нибудь липким и сладким, оставленным на столе, и предпочитают поселяться во влажных и тёплых местах.

ВОЙНА ТАК ВОЙНА! Если избежать появления в доме маленьких вредителей

не удалось, есть несколько эффективных и вместе с тем безопасных способов борьбы с ними.

- Тщательно сбрызгивайте водой с каплей уксуса прежние места скопления муравьёв. В противном случае сюда придут новые «гости», узнавшие о значном месте от собратьев
- Оградите места, самые нежелательные для их появления. Намажьте медицинским вазелином края мисок домашних животных и пометьте школьным или специальным мелом вертикальные поверхности
- Если муравьёв в доме слишком много, поставьте на видном месте сладкую приманку: разведите в половине стакана воды пакетик борной кислоты (5 г) и добавьте по 1 ч. ложке сахара и варенья. Всё перемешайте и вылейте в тарелку. Сначала насекомые будут активно приходить туда, но со временем погибнут
- Чтобы окончательно вывести насекомых, исследуя «муравьиные тропы», постарайтесь найти их гнездо. Расширьте отверстие входа, до половины засыпьте его содой и полностью залейте уксусом.

ПИЩЕВАЯ МОЛЬ



Личинки насекомого выглядят как бело-жёлтые червячки с тёмно-коричневой головкой и любят прятаться в сухой еде. Взрослые особи похожи на мотыльков серовато-коричневого цвета и чаще всего летают около кухонных буфетов.

ЧЕМ ОПАСНА? Эта напасть заводится до обидного легко, а вот вывести её слож-

но. Мотыльки являются разносчиками инфекции. А невыросшие особи портят запасы – любую крупу, хлопья, орехи (особенно грецкие), сухофрукты и муку.

ПРОФИЛАКТИКА: пакеты с пищей, которые любят вредители, могут быть источниками заражения. Поэтому не покупайте еду в уже повреждённой упаковке, не набирайте много крупы или муки «про запас». Храните всё в стеклянных, плотно закрытых ёмкостях. Чтобы отпугнуть моль, в шкафах разложите мешочки с лавандой, мятой или гвоздикой. А чтобы к вам не перебрались соседские вредители, заклейте вентиляционные отверстия плотной, но мелкой сеткой.

ВОЙНА ТАК ВОЙНА! Если заметили ползающих белых личинок или же беззаботно порхающую серую бабочку, действовать нужно быстро!

- Безжалостно избавьтесь от всех сыпучих продуктов. Оставив хотя бы один пакет, вредитель появится снова
- Вымойте шкафы водой с хозяйственным мылом, а затем протрите всё (даже щели) уксусом
- В банки положите очищенную головку чеснока, а между ними закрепите ловушки для моли (продаются в супермаркетах) – они приманивают самцов, тем самым останавливая размножение
- В течение 2-3 недель проверяйте продукты перед использованием.

ТАРАКАНЫ



Известны каждому своим, мягко говоря, отталкивающим видом.

ЧЕМ ОПАСНЫ? Размножаются с огромной скоростью, могут стать переносчиками бактерий, вызывающих экзему и даже астму.

ПРОФИЛАКТИКА: храните еду в закрытых банках и контейнерах, следите за чистотой пола. Вытирайте крошки со стола и не оставляйте остатки еды. Также убирайте на ночь корм из мисок домашних животных.

ВОЙНА ТАК ВОЙНА! Несмотря на огромное количество средств по уничтожению тараканов, довольно велик риск повторного появления усатых. Ведь активнее они ведут себя ночью, и отследить их достаточно сложно. А ещё сложнее обнаружить места скопления яиц, из которых невероятно быстро выводятся новые особи. Поэтому разумнее всего обратиться в службу дезинфекции.

Не каждый может посетить страны Востока. Но это не повод для грусти! Создавайте экзотический рай в собственных комнатах, пригласив на подоконники растения с восточным колоритом



Дорогой мой ИНОСТРАНЕЦ!

Гармония и покой

Аукуба японская

Всем своим видом напоминает о Японии, создавая атмосферу единения с природой. Из-за оригинальной окраски листочков аукуба была прозвана «золотым деревом», ведь при взгляде на неё кажется, будто всё растение покрыто солнечными бликами. По преданию, была обнаружена в лесу монахами, которые просто не смогли устоять перед её золотистыми веточками, решив выращивать аукубу в своём храме.



Как приютить?

- Оберегать от прямых солнечных лучей. Идеальное место — с рассеянным светом в полутени с температурой в тёплое время — от 18 до 25°C, зимой и осенью — 8-10°C
- Обрезать слишком разросшиеся листья — растение будет благодарно за эту процедуру, активно разрастается. Для усиления ветвистости нужно прищипывать верхние побеги. Сформированная таким образом крона сделает аукубу по-настоящему красивым украшением любого интерьера
- Обильно поливать и периодически опрыскивать листочки. Если же от избытка влаги на листьях появились тёмные пятна, временно прекратите полив и опрыскивайте растение препаратом «Хом» (1 ч. ложка на 0,5 л воды)
- Пересаживать в зависимости от возраста, молодое растение — каждый год весной. Аукубу постарше — по мере разрастания корней. Оптимальной для этого будет смесь, приготовленная из равных частей листовой и дерновой земли, торфа, перегноя и песка. При этом будьте осторожны с корнями, они очень ломкие.

Лаконичность и процветание

«Бамбук удачи»

Так за внешнее сходство со священным для Китая оригиналом была прозвана драцена Сандера. Это растение получило

широкое распространение у китайских цветоводов, ибо согласно учению фэн-шуй оно приносит в дом благосостояние и счастье, способствуя притоку положительной энергии. Считая «бамбук удачи» идеальным подарком, китайцы дарят его друг другу по любому поводу — от новоселья и свадьбы до открытия фирмы или простого похода в гости. А чтобы усилить положительное воздействие растения, посадите драцену в кашпо с изображением священных животных Поднебесной: жабы, панды, дракона или слона. Также для умножения эффекта можно перевязать побеги золотистой или красной ленточкой.



Как приютить?

- Поместить в светлое проветриваемое помещение без доступа прямых солнечных лучей. При этом учтите: комфортная температура для роста «бамбука» — не меньше 18, но не больше 30°C
- При посадке растения в грунт важно обеспечить хороший дренаж. Для этого нижнюю часть горшка засыпьте керамзитом, а сам грунт (любая смесь для цветов) перемешайте с крупным песком
- Обильно поливать, не допуская пересыхания почвы. Драцена хорошо переносит сухость воздуха, поэтому её не нужно опрыскивать, — достаточно время от времени протирать листья от пыли
- Вовремя реагировать на сигналы, подаваемые драценой. Коричневые края листьев говорят о недостаточном поливе либо сквозняке. Сухие светлые пятна — признак солнечного ожога из-за нахождения в слишком ярком помещении. Скрученные мягкие листья свидетельствуют о слишком низкой температуре.

Яркость и восторг

Азалия индийская

У себя на родине получила название — «цветок мудрецов» — за крупные цветки, которыми можно любоваться часами, постигая величие и красоту природы. Кроме того, азалия в самый пик цветения не раз играла роль естественных декораций во многих индийских фильмах. Вдохнув её аромат, непременно хочется станцевать захватывающий индийский танец!

Как приютить?

- Выбрать правильно место. Для азалии губительно соседство с горячим радиатором. Также она не выносит мороза, из-за холода может и вовсе погибнуть. Поэтому лучше всего для неё подойдёт либо самый прохладный угол широкого подоконника, либо застеклённый балкон с оптимальной температурой -10-15°C. Также учтите: для интенсивного цветения помещение, в котором растёт азалия, нужно регулярно проветривать
- Обильно поливать только очищенной (без хлора и извести) водой. А чтобы жидкость не накапливалась у корней, поставьте горшок на поддон с насыпанным в него гравием или мелкой галькой. Азалия нуждается в опрыскивании дважды в неделю. Только следите, чтобы капли воды не попадали на нежные лепестки!
- Не менее важно поддерживать кислотный баланс почвы, необходимый для здорового роста растения. Для этого раз в две недели поливайте азалию таким составом: 1 ч. ложка лимонной кислоты на 2 л воды
- Сразу же удаляйте увядшие цветки — если этого не сделать, цветение ослабнет. После опадания всех цветочков обрежьте каждую веточку на 5 см и полностью удалите слабые побеги. Такая обрезка поможет азалии выпустить новые сильные побеги.



Ксения ЗВЯГИНЦЕВА.

ДВА В ОДНОМ

Как правило, при словах «элегантность» и «грация» в виду имеют кошек. Но только не в этот раз! В нашей статье мы расскажем о собаке, которая с ног на лапы перевернёт ваше представление о прекрасном

Удивительное рядом

Тайский риджбек — редкий вид охотничьих собак. В настоящее время их насчитывается не больше 2000. Из-за этого практически на каждой прогулке хозяин сей реликвии сталкивается с чередой вопросов: «Что за порода?», «Дорого стоит?» И, конечно же, неизбежное: «Ой, а что это у неё на спине?», как только любопытный увидит «ридж» (от английского «ребро») — участок кожи, на котором шерсть растёт в обратном направлении. Одним словом, внешний вид этой собаки покорит любого. Впрочем, не менее удивительным является и её характер.

Что же роднит эту породу с кошками?

1. Дотронувшись до риджбека, можно обнаружить, что его шерсть мягкая и приятная на ощупь. Да и вообще это животное очень чистоплотное, словно ухоженная кошечка, которая тщательно моется несколько раз в день.

2. Риджбек не любит, когда в доме беспорядок (и уж тем более ремонт), и всячески старается это исправить. Например, исходя из собственных соображений о порядке будет «расставлять по местам» вещи. Или же, наигравшись с «бесхозным» носком, что валялся на полу, с невинным видом принесёт его хозяину. С таким не забалуешь!

3. Хотя средний вес риджа доходит до 30 кг, это отнюдь не мешает ему подобно тайским предкам высоко прыгать, быстро бегать и ловко охотиться за крысами и мышами. А в случае удачной охоты он с удовольствием принесёт нетронутую добычу хозяину, чтобы похвалиться.

4. Семья для риджбека — его вселенная, в которой, впрочем, самым главным он считает собственную персону. Поэтому собака не любит большого скопления гостей. При этом она не будет агрессивно относиться

к посторонним — горделиво сделает вид, что никого, кроме «своих», для него не существует, и станет исподволь наблюдать. И если, когда вы придёте к нему в гости, он станет ласкаться, — аллилуйя! — вам даровано высшее проявление одобрения.

5. Замечали ли вы, как забавно кошки нежатся на солнышке, ложась прямо под его лучи?

Тайские риджбеки ценят тепло и комфорт не меньше. Они прекрасно переносят жару, могут часами валяться на солнце или засыпать в неестественной позе на хозяй-

ском кресле. А вот купание и дождливая погода не придутся им по душе.

6. Из-за постоянного нахождения бок о бок с людьми «риджи» придумали свою систему сигналов. У них развит язык общения «со своими», содержащий весомый ассортимент звуков и поз: «Я здесь главный! Слушайся меня! Ты меня уважаешь? Я тебя уважаю! Давай играть! Давай бегать! Ты мне друг. Давай поцелуемся!» При этом они крайне эмоциональны и пытаются буквально перевести на наш язык то, что хотят сказать, не успокаиваясь, пока любимый человек его не поймёт.

Ксения ЗВЯГИНЦЕВА.

ТОП-3 самых необычных пород собак

Вот кого наряду с риджбеком столь же проблематично встретить на улице!

БАСЕНДЖИ

Уникальна тем, что не лает. В минуты возбуждения издаёт характерные лишь для неё урчащие звуки. Также басенджи умывается лапами, как кошка, морщит лоб, как человек, когда чем-то недовольна, и боится воды. В Древнем Египте этих собак чтили не меньше кошек.



АЗАВАК

Сотни лет была спутником кочевых народов Сахары. Благодаря этому азавак обладает уникальными способностями — например, легко разгоняется до 60 км/ч и выше. Причём на такой скорости собака может непрерывно преследовать дичь в течение пяти часов.



АРГЕНТИНСКИЙ ДОГ

Предмет национальной гордости Аргентины. В жилах «белых ангелов смерти», так называют собаку на родине, течёт кровь не менее десяти пород собак. Изначально использовалась для охоты на пуму, сейчас востребована в качестве телохранителя.



Гороскоп за октябрь



Весы (24.09 – 23.10)

«И золото осенней сказки нам долго помнится потом». В октябре вас ожидает целый театр событий и лиц. И вы, играя в нём собственную роль, непременно должны заслужить бурные овации. Легче всего этого будет добиться, если вспомнить о присутствии вам умения легко и непринуждённо вести беседу даже с мало-знакомыми людьми. Кстати говоря, именно встречи в новой компании помогут подняться на новую ступеньку личностного роста. Не медлите при подъёме!

Овен (21.03 – 20.04)

Октябрь – прекрасный месяц для Овнов, мечтающих начать жизнь с чистого листа. Смело ставьте перед собой новые задачи и намечайте пути к их достижению. Также в этом месяце вас ждёт романтическое приключение, благодаря которому в жизни не останется места скуке и безысходности. При таком раскладе вашей любовной лодке уж точно не разбиться о быт!

Телец (21.04 – 20.05)

Тельцы, самое время разрешить спорные ситуации, которых накопилось в вашей семье предостаточно. Спокойно обсудите с близкими все потребности друг друга. Быть может, вы слишком увлеклись работой, перестав обращать внимание на тех, кто всегда был рядом? Или из-за вашего невнимания вторая половинка стала более сдержанной в проявлении чувств? Чтобы закрепить результаты беседы, советуем вам вместе отправиться за город – в октябре невероятно красивые сумерки.

Близнецы (21.05 – 21.06)

«Октябрь, с дождями чуть повремени!» Второй осенний месяц напомнит обо всём, что было отложено в «долгий ящик». Пора сдерживать обещания, завершать невыполненные рабочие задания и возвращать долги. Представители вашего знака могут смело пойти на риск, ведь на этот раз он будет обдуманным. Вы сможете хорошо представить все возможные последствия и пути отступления в случае неудачи. Только не переборщите с перестраховкой, чтобы не пропустить действительно стоящие возможности.

Рак (22.06 – 22.07)

Раки, октябрь окажется для вас очень благоприятным месяцем. Так, вы сможете позволить себе такую роскошь, как самостоятельный выбор жизненного ритма, максимально комфортного для собственной персоны. Однако не слишком замедляйтесь! Звёзды советуют всё же полностью не терять активности – к ленивым успех не приходит.

Лев (23.07 – 23.08)

«Совсем скоро осень с клёнов листья сбросит». А потому звёзды настоятельно советуют вам проявить упорство и инициативу! Одинокие представители знака, отправляйтесь завоевывать сердце заветного человека, не обращая внимание на сомнения и раздумья. Те, кто испытывает напряжённость в отношениях, дарите объекту привязанности тепло и заботу, не думая о благодарности. В обоих случаях посеянные вами семена обязательно дадут дружные всходы вопреки осенней поре!

Дева (24.08 – 23.09)

Надоели серые будни? Воспользуйтесь собственным обаянием и познакомьтесь с человеком, который относится к совершенно чуждой вам сфере деятельности. В случае успеха этот оригинальный субъект наполнит вашу жизнь интересной информацией, позитивом и приятными эмоциями. В рабочих делах звёзды советуют держаться золотой середины – не переутомляйтесь, но в то же время не отлынивайте от выполнения привычных обязанностей. Следуя этому принципу, вы и сами не заметите, как дела снова «пойдут в гору».

Скорпион (24.10 – 22.11)

Сломайте привычный уклад «работа-дом-работа»! Позвольте себе хотя бы раз в неделю снова стать беззаботной девушкой, отложив на потом извечные обязанности. Встретьтесь со старой подругой, проведите вечер в обществе любимых книжных героев. Исследуйте, наконец, все новые коллекции в бутиках! Как говорится в известной рекламе: «Вы этого достойны».

Стрелец (23.11 – 21.12)

«Что же так сладко в этой поре, в сердце сжимающем нам октябрь?» За вас можно только порадоваться! Ваша деловитость и работоспособность вырастут, ведь вы нашли ранее совершённые ошибки и извлекли из них хорошие уроки. Как говорили предки: «Куйте злато!»

Козерог (22.12 – 20.01)

Обуреваемые жаждой преобразований, вы стремительно отвергните рутину. Это поможет с радостью взяться за любое дело, одинаково радуясь как смене имиджа или неспешной прогулке, так и ремонту. Также октябрь преподнесёт вам подарок судьбы в виде новых знакомств взамен когда-то утраченных. Берите и не стесняйтесь!

Водолей (21.01 – 20.02)

Есть ли у вас план действий, Водолеи? Прекрасно, если есть, великолепно, если не один! Октябрь обещает помочь в исполнении каждого из них. Если же замыслы рассчитаны на долгий срок, не беда, появится лишний повод всё хорошенько обдумать. Единственное, что может повредить вам, – праздное времяпрепровождение. Чтобы время не пропало зря, старайтесь чем-нибудь занять себя. Желательно не развлекаться, а делать что-то полезное. В противном случае вас настолько одолеет лень, что потом вы рискуете не прийти в форму для решения важных вопросов.

Рыбы (21.02 – 20.03)

Первая половина октября внесёт в жизнь Рыб суету. Однако постепенно благодаря положительному влиянию Меркурия все проблемы разрешатся. Преодолев эту полосу препятствий, вы станете пребывать в благодушном настроении, наслаждаясь покоем и семейным благополучием. Рекомендуем быть благодарными за то, что уже имеете, не изводя себя мечтами о недостижимом. Впереди ещё столько приятных моментов!

Дорогие читатели, к нам 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!

Наталья, Ленинградская обл.

55 лет, рост 159 см. Телосложение плотное, внешне интересная. Выгляжу моложе своих лет. О личной жизни пришлось забыть на многие годы, так как растила одна двоих детей. Познакомлюсь с невысоким мужчиной от 50 лет, одиноким, а также материально независимым, желающим вести активный образ жизни.

Адрес: 187556, г. Тихвин-6, Ленинградская обл. а/я 96, Н. М. РОМАНЬКОВОЙ.

Незнакомец, г. Иваново.

48 лет, рост 177 см, вес 76 кг. Обыкновенной внешности, живу в своём доме. Познакомлюсь с женщиной близкого со мной возраста, можно из сельской местности, которая любит огород и согласится на переезд.

Телефон 8-963-215-51-25.

Александр, Воронежская обл.

55 лет, среднего телосложения. Имею дом. Устал от одиночества. Не теряю надежду встретить ту единственную, которая согреет мою душу. Жду письмо с фото.

Адрес: 396837, Воронежская обл., Хохольский р-н, с. Петино, ул. Бунакова, д. 54, Александру Степановичу ПЕТРОВУ.

Виктор, Брянская обл.

62 года. Простой, добрый, детей нет. Вредных привычек не имею. Живу один в собственном доме с небольшим огородом. Хочу встретить добрую, ласковую женщину без вредных привычек, чтобы жить с ней в любви и спокойствии.

Телефон 8-953-275-55-85.

Николай, Воронежская обл.

26 лет, рост 170 см, вес 60 кг. Без вредных привычек. Для создания семьи познакомлюсь с девушкой от 20 до 30 лет, желательно из Воронежской области. Ваш ребёнок – не помеха.

Адрес: 396702, Воронежская обл., Кантемировский р-н, с. Новомарковка, ул. Мира, д. 16, Николаю ДОЦЕНКО.

Ирина, Амурская обл.

42 года, рост 174 см, вес 60 кг. Добрая, общительная, уравновешенная, без вредных привычек. По образованию воспитатель. Познакомлюсь с надёжным, ответственным мужчиной, нашедшим своё место в жизни. Можно с ребёнком. Из МЛС не беспокойте.

Телефон 8-914-555-04-10.

Анатолий, Воронежская обл.

22 года, рост 176 см, вес 70 кг. Инвалид II группы. Обычной внешности, без вредных привычек. Живу в деревне. Для серьёзных отношений познакомлюсь с девушкой 20-30 лет.

Телефон 8-950-769-14-80.

Лена, Белгородская обл.

42 года, рост 158 см, вес 60 кг. Спокойная, веду здоровый образ жизни, воспитываю двоих детей. Познакомлюсь с мужчиной до 50 лет, состоявшимся в жизни, порядочным, желательно из Белгородской области. Пьющие, судимые и те, кто пишет ради развлечения, меня не беспокойте.

Телефон 8-951-134-82-17.

Александр, Воронежская обл.

42 года, рост 163 см, вес 65 кг. Инвалид I группы. Без вредных привычек, с хорошим чувством юмора. Для серьёзных отношений познакомлюсь с женщиной от 30 лет, имеющей группу инвалидности.

Телефон 8-951-860-91-49.

Андрей, г. Владимир.

36 лет, рост 183 см, вес 82 кг. Без вредных привычек, приятной внешности. Добрый, искренний, надёжный, люблю детей. По гороскопу Овен. Для серьёзных отношений познакомлюсь с одинокой женщиной. Не против вредных привычек, но только если они в меру. Буду рад вашему ребёнку.

Адрес: 600020, г. Владимир, ул. Большая Нижегородская, д. 67, Андрею БЕССМЕРТНОВУ.



Юрий, Воронежская обл.

50 лет, рост 182 см, вес 80 кг. Живу в большом селе, детей нет. Есть дом и своё хозяйство. Для серьёзных отношений познакомлюсь с женщиной, согласной на переезд. Хочу жить в любви и взаимопонимании.

Адрес: 396440, Воронежская обл., Павловский р-н, с. Воронцовка, ул. Свободы, д. 179, Ю. А. ПЕРЕСАДИНУ.

Телефон 8(47362)624-49.

Татьяна, Рязанская обл.

67 лет, рост 164 см, средней полноты. Добрая, порядочная, с чувством юмора, без вредных привычек. Проживаю в сельской местности в доме со всеми удобствами. Есть сад и огород. Познакомлюсь с порядочным, добрым, уважительным, хозяйственным мужчиной 60-68 лет. Пьющие, судимые, жадные, прошу меня не беспокойте.

Телефон 8-920-978-11-28.

Анна, Московская обл.

34 года. С медицинским образованием, работаю. Веду здоровый образ жизни. Детей нет. По знаку зодиака Стрелец. Для создания семьи познакомлюсь с умным, добрым, работающим мужчиной до 37 лет, согласным на переезд. Пьющие, судимые и альфонсы, не беспокойте.

Телефон 8-906-746-97-47.

Елена, Воронежская обл.

43 года, рост 165 см, вес 70 кг. Симпатичная. Веду здоровый образ жизни. Добрая, детей нет. Люблю готовить и создавать домашний уют. Для серьёзных отношений познакомлюсь с добрым, заботливым мужчиной 40-46 лет. Ответ на подробное письмо с фото. Пьющие, из МЛС, альфонсы, не беспокойте.

Адрес: 397480, Воронежская обл., р. п. Таловая, главпочтамт, до востребования Елене КОНЬШИНОЙ.

Телефон 8-908-143-63-88.

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

из Одессы...

— Сарочка, представляешь, мне хотели дать в лицо!

- С чего ты взял?
- Так дали!
- Что же ты говоришь, что хотели?
- Так если бы не хотели, разве бы дали!

- Мадам! Почему ваша лошадь?
- Куда вы смотрите? Это курица!
- Я смотрю на ценник...

— Ция, ви слышите, как пахнут мои новые духи?

— Ну канешна! Шо, я, по-вашему, слепая?

- Бабушка-а-а, мне скучно-о-о...
- Шас я сделаю тебе скандал, и будет весело!

— Соня, не дрожи диван: ты лопнешь все пружины!

— Вы уходите — слава богу, или остаётся — не дай бог?

— Скажите, если я пойду направо, там будет вокзал?

— Он там будет, даже если вы туда не пойдёте.

- Скажите, а где тут поезд на Одессу?
- Уже ушёл.

— Ну вот, здравствуйте! А куда?

— Ция! Де ви пропали вчера весь вечер?

- Ой, засиделась у Трахтенбергов и весь вечер играла у них на рояле!
- Ой, а я тоже всегда так не любила эту семью!...

— Мойша, ты два часа выносил мусор, что это значит?

— Сара! Я таки его продал.

— Хаим, ты слышал, Моне вырезали гланды!

— Бедняга, он так хотел иметь детей.

— Рабинович! Ваша дочка уже вышла замуж?

— Таки нет!

— И шо так?

— Ой, она слишком умная, щоб выйти замуж за того идиота, шо согласится на ней жениться!

— Ция! Шо ж ви не спрашиваете, как я живу?

— Роза, как ви живёте?

— Ой, Ция, и не спрашивайте!

Почём стоит доехать до Дерибасовской?

- Пять рублей.
- А если я поеду с Изей?
- С Изей, без Изиди... Пять рублей.
- Изиди, ты слышишь? Я ж говорил, что ты ничего не стоишь

КОМУ ЕЩЕ НЕ НРАВИТСЯ, КАК МАМА ГОТОВИТ?!



Одесский язык — самый правильный язык в мире... А потом уже гвяжий, свиной...

В одесском трамвае:
— Мадам, ваша нога у меня поперёк горла стала!...

Заходит еврей в лавку:
— Почём стоит эта рыба?

- Это окорок!
- Молодой человек, я вас не спрашиваю, как называется эта рыба, я вас спрашиваю, почём она стоит!

— Рабинович, что это у вас под глазом синяк?

— А пусть не лезут!

— Хаим, где ты сейчас работаешь?

— В негритянском джазе.

- И много у вас там негров?
- Нет, только мы с Мойшей. Все остальные — евреи.

Глубокая ночь. Одесса. Он и она в постели. Приближается кульминация. Она: «О Боже!» Он: «Шо? Хлеб забыла купить?!»

Две одеситки:

— Роза, как тебе нравится моё новое платье?

— Извини, Сара, я спешу, мне сейчас не до скандалов!



ГОВОРЯТ ДЕТИ:

Роме (4 года):

- Мама, повехли со мной и с дедом на рыбалку!
- Нет, Рома, не получится. Рыбалка — неженское дело.
- Что ты, мама, очень женское: надо просто сидеть и молчать.

Федя, 4 года.

- Был в гостях у прабабушки. Вернувшись, делится впечатлениями:
- Ни горшка, ни компьютера.

Даня (4,5 года):

- Мам, а кем я буду, когда вырасту?
- Ну, наверное, космонавтом.
- Озадаченно:
- А что, на планете Земля уже работы не осталось?

Паша, 5 лет.

- Разгадываем с сыном кроссворд.
- Я: «Групповой танец, где все держится за руки и ходят по кругу».
- Паша: «Тюрьма, что ли?»

Афоризмы

Иногда хорошее настроение передаётся только половым путём.

Счастье не в тех женщинах, с которыми хочется спать... а в тех, с которыми хочется просыпаться.

Дружба между мужчиной и женщиной возможна: при определённой доле физического отвержения.

Один из ключей к счастью — плохая память.

Возраст определяется не годами, а количеством потерянных иллюзий...

Мудрость — это не морщины, а извилины...

Люди не прощают двух вещей: зависимости и независимости...

Патологоанатомы утверждают, что внутренняя красота человека сильно преувеличена.



Продлеваем жизнь в стихах

Как-то муж домой вернулся,
Огляделся, ужаснулся...
Пыль, немая посуда,
Грязь валяется повсюду,
Шифоньер совсем пустой,
Вещи грязные горой.
В холодильнике ни крошки,
И ушла из дома кошка...
Обыск был или налёт?
Мужа в ужасе трясёт!
Месяц был в командировке –
Тут такие рокировки!
Может быть, была война?
Где любимая жена?
Муж, от страха чуть дыша,
В зал заходит не спеша...
А жена сидит у стенки
С ноутбуком на коленках:
– Ты забыл чего-то, милый?
Что ж вернулся с полпути?
Я решила на минутку
В «Одноклассники» зайти!



Перлы Ларисы Гузеевой, сказанные во время передачи «Давай поженимся»

- Чем за тебя замуж – лучше жабу в рот!
- Если любят по-настоящему, то любят и размер вашей задницы, и вашу антигрудь!
- Боже! Какая я красивая! Неужели я умру когда-нибудь?!
- Хватит привередничать! Довыбираетесь! Придете в 70 лет сюда! С клюшкой!
- Повернется к солнцу задом – солнца не видать!
- Как толпнет тоненькой ножкой – так дырка в полу.
- Даже если в постели застучали – говори, что грелась! Замёрзла как собака!
- Счастье – состояние длительное. Всё остальное – оргазм.
- Не надо менять апельсин на клизму!
- Пока у него будет твёрдо в штанах – у него будет мягкое сердце.
- Дюймовочки... Это у которых зад от земли на дюйм.
- Потенциальной теще о прошлом женихе её дочери: «А на кухне его зажать своим крупным телом не пытались?»
- Жених жалуется, когда женщины узнают, что он шеф-повар, то бояться готовить. Лариса: «Это всё равно что, если живёшь с гинекологом, спать с ним бояться – покрасивше видел...»
- Бывает такая любовь, что лучше заменить расстрелом.



ЖЕНЩИНА

в таблице Менделеева



ЭЛЕМЕНТ: 115.

НАЗВАНИЕ: Женщина.

СИМВОЛ: Fm.

ПЕРВООТКРЫВАТЕЛЬ: Адам.

АТОМНАЯ МАССА: 50 кг; также встречаются изотопы от 40 до 250 кг.

РАСПРОСТРАНЁННОСТЬ: очень распространён.

ФИЗИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА

Тает при определённом воздействии.

Самопроизвольно закипает и без внешних причин охлаждается.

Коэффициент расширения: увеличивается с годами.

Мнётся при сдавливании в определённых местах.

ХИМИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА

Очень хорошо взаимодействует с Au (золото), Ag (серебро), Pt (платина) и другими благородными металлами а также с C (алмаз).

Поглощает дорогостоящие вещества в больших количествах.

Может неожиданно взорваться.

Быстро насыщается этиловым спиртом.

Активность варьируется в зависимости от времени суток. Мера активности измеряется в единицах «количество слов/минута».

ПРИМЕНЕНИЕ

Широко применяется в декоративных целях, особенно в откры-

тых спортивных автомобилях.

Является очень эффективным чистящим и моющим средством.

Помогает расслабиться и снять стресс.

КАЧЕСТВЕННАЯ РЕАКЦИЯ

Приобретает зелёную окраску, если рядом находится другой образец более высокого качества.

МЕРЫ

ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

При попадании в неопытные руки представляет серьёзную опасность.

Запрещается иметь более одного образца. Однако можно иметь и большее количество образцов, но держать их следует отдельно друг от друга, таким образом, чтобы они не взаимодействовали между собой.

Невыдуманнные истории

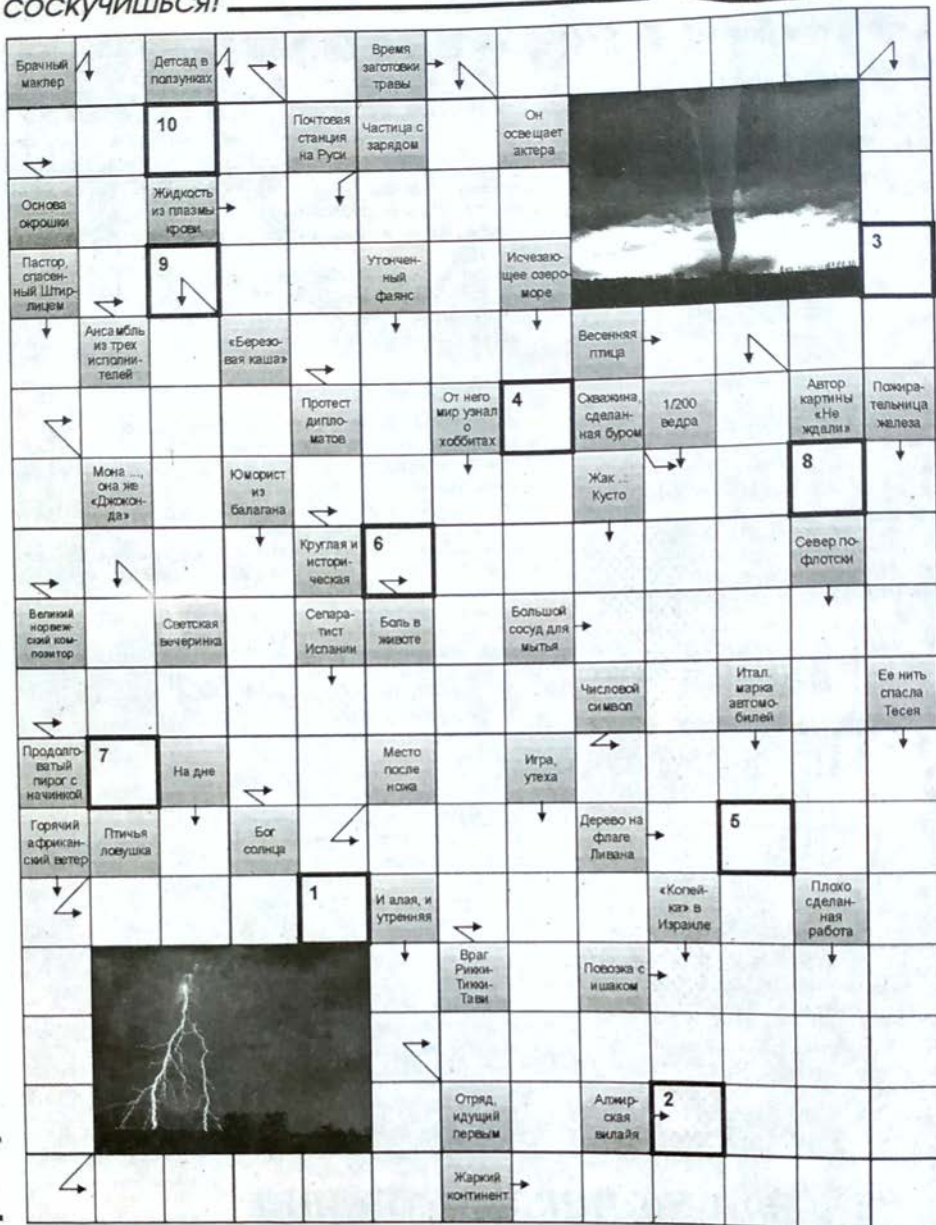
Реальная история из жизни энтомологов. (Жук-олень – красавец в пол-ладони размером, с большим рогом (отсюда и название), очень редкий и ценный коллекционный экземпляр.) В электричке, к полному офигеванию окружающей публики, разговаривают приличные с виду дядьки, на обкурённых наркоманов вроде совсем непохожи:

- Представляешь, уже олени полетели...
- Наловил?
- Да они, заразы, так высоко в дубах прячутся – сачок не достаёт.
- Надо было на пиво приманивать. Олень пиво любит, ужас! Сунет хобот и сосёт, балдеет, прям голыми руками бери. Я в прошлом году с Волги их столько привёз... А если на дубах сидят – тут, конечно, фиг поймашь...



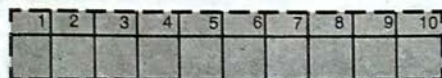


ПРИЗОВОЙ



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.



А поскольку писем придёт явно больше трёх, победителей определит жребий.

Желаем удачи!

Первый приз 700 руб.,
второй – 500,
третий – 300.

В следующем номере:

Больше чем любовь

Кажется, к среднему возрасту о любви знаем всё: это когда люди друг на друга не могут надышаться, но могут совместно растить детей и делать ремонт без ущерба для психики. Однако порой сталкиваешься с явлением, которое, на первый взгляд, полная дикость, а вглядишься внимательнее — любовь...



Сдвиг по фазе

Если кто-то испуганно шепчет: «Он помещан на сексе!» и показывает в сторону некоего мужчины — присмотришься, запомни, так или иначе раздобудь контакты. Если у кого-то репутация дамского угодника, добейся свидания — это вымирающий вид. Эпоха Казановы и последователей ушла безвозвратно. Сильный пол отказался от преклонения перед полом прекрасным в пользу... даже говорить не ловко. Но придется.



Сделка с фортуной



«Риск — дело благородное», — сказал кто-то мудрый много лет назад, когда благородство ценилось выше жизни, а потому риск был признаком хорошего тона. Пришла новая эпоха, а авантюры так и не вышли из моды. «Прыгая с парашютом, обгоняя по «встречке» или взбираясь по отвесной скале без страховки, мы рискуем, чтобы почувствовать себя живыми», — утверждают психологи. Рисковать жизнью круто, но не менее захватывающе поставить на кон личный комфорт.

Почему в жилах стынет кровь?



Когда заходят разговоры об аллергических реакциях, чего только не услышишь от шутников: у одних аллергия на начальника, у других — на свекровь, третьи страдают хронической на бабuleк в транспорте... Но как относиться к аллергии на холод? Вот тут уже не до шуток!



Не опоздай на раздачу слонов

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

- Троих победителей определил жребий
- ПЕРВЫЙ ПРИЗ (700 рублей)**
получает З. И. Проскурина, г. Курск.
- ВТОРОЙ ПРИЗ (500 рублей)**
получает С. П. Калутян, г. Волгоград.
- ТРЕТИЙ ПРИЗ (300 рублей)**
получает Н. П. Петренко, г. Липецк.

Поздравляем! Желаем удачи!

Пресс-Коктейль для женщин

(ежемесячное издание)

10 (127) Октябрь 2014 год

Учредитель: ИВАНОВ А. С.
(305502, Курская обл., Курский р-н, с. Клюква, д. 146)

Издатель: ИП ИВАНОВ А. С.

Светлана ИВАНОВА — главный редактор

Анастасия ДУДКО — дизайн и верстка

Наталья АНДРИЯЧЕНКО — редактор раздела культуры

Наталья ГРЕБНЕВА — редактор раздела психологии

Ксения ЗВЯГИНЦЕВА — редактор раздела стили жизни

Наталья ДРЮЧИНА — 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 и не вступает 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, travel.ru, peoples.ru, www.anekdot.mail.ru, www.humor-advice.narod.ru, www.liveinternet.ru, www.det.org.ru.

Номер подписан в печать 22.08.14. Заказ №238. 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 «Почта России» — 60073.

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



Предания старинной глубокой	И шах- матный, и ночной	Охотник на при- зывников							Болгар- ская фир- ма грам- записи
			Обеща- ние прохвоста	Чувстви- тельное чрево					
Опора для рельсов	Место действия в цирке	Пучина, в которую кидаются от любви							
Священ- ный бык			Прави- тельст- венная награда	Картина Ремб- рандта					
	Деревян- ные башмаки	Музы- кальная форма							
			Жена царя Менелая	Святое лицо	Архитек- турная дуга				
	Железно- дорожный состав	Большой округлый камень				Сумчатые грибы		* Цвет шерсти кошки, собаки	
				Пристань для Ноева ковчига					
Оконные затворы	Оплата по счетчику	Памятник капле чернил						Наружная часть колёса	
Пепси...			... буки, веди	Король из песни Лугачевой					
Повтор в песне	Бедняга в темнице сырой				«Нервный отросток»	Дверной смотре- тель	Древний топор	Небольшая обезьяна	
		Небольшая повесть	Птичка из часов	Раскат в грозу					
					Олово со свинцом				
			«Пища» для ушей	Выбор на дороге				Нервно- часовая болезнь	
			Материал для Ксю- шиной юбочки	Жертва удава		... и Гита			
	Орудие кладоис- кателя				Кустарник с дурью				

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД

По вертикали: Аллис, привез, эпос, такси, арена, клуб, валун, орден, аз, лик, новелла, обман, лун, «Даная», куклушка, нутро, пром, зырк, луд, улах, бито, зито, кролик, лопата, кока.

По горизонтали: военком, шпала, омут, сабо, пондо, позад, роза, Елена, ставни, Апарат, клыка, кола, аксон, узник, пшон, арка, аск, глазок, окрас, рыло, обод, тик, «Валкитон», макака.