

ПРЕСС

ежемесячное издание
для женщин

Коктейль

май 2012

**МАЙСКИЕ
ХЛОПОТЫ**

**«Обрати
на меня
внимание»!**

**КРАЙНИЙ
СРОК – СОРОК**

Поделись рецептом!

ВЛАДИСЛАВ ХОДАСЕВИЧ:

«Я ПОВСТРЕЧАЛ ЕЁ»

12005



4 607114 610031

Подписка - 2012

С 1 апреля открыта
подписка на II полугодие 2012 года

«Пресс-Коктейль» для женщин

Получите удовольствие от жизни
вместе с нами!

Стоимость на полугодие
(без учёта почтовых услуг)

57 рублей

Каталог «Почта России» – 60073

Каталог «Пресса России» – 83254

Внимание!

Теперь три издания в одном комплекте

Каталог «Почта России» – 83440



+



+



Стоимость комплекта
на полугодие
(без учёта почтовых услуг)

123 рубля

Приглашаем к сотрудничеству частных распространителей.

По вопросам обращаться по тел. (4712) 342-531

Ваш выход	4	С формами? В форме! * * * *
Модная шпарталка	6	Совет от профи Стр. 4 * * *
Девичник	7	Внешний вопрос
Будь в форме	8	«Будем делать талию, мадам!»
Фитнес-клуб	9	Свежее дыхание
Здоровье	10	SOS, спасите наши уши!
Маленькая страна	12	«Наша Таня громко плачет...»
Душевный доктор	13	«Обрати на меня внимание!»
Пропу слова!	14	Современный Ромео
Анатомия чувств	15	Женские слёзы
	16	«Имя, сестра!..»
	17	Отмучились!
Мужчина в фокусе	18	Мой ласковый и нежный... Заверь
В постельных тонах	20	«В небеса!.. Мои обетованные!»
	21	«Ты меня на рассвете разбудишь...»
	22	«А вдруг меня уволят?» Стр. 26 * * * *
Карьера	23	«Я сказал, люминий!»
Наука побеждать	24	Крайний срок – сорок * * * *
Его точка зрения	26	Леди как люди * * * * *
Без грима	28	Непростой Пушной
Проза жизни	30	Под защитой
Вокруг света	32	По ту сторону Чёрного моря
Вечная любовь	34	Ходасевич и Берберова
Герой времени	36	Иван Сусанин
За кадром	38	Раба любви
Непознанное	40	Тайна клада * * * * *
Женщины-легенды	42	Царица Савская
Незамыслимые имена	44	Пётр Алейников
Культовый	46	Следующая станция...
Впрок	47	Копилка идей
Жизилка	48	Копеечка к копейке
Повышающий эффект	49	Законный вопрос
Экспертиза	50	Одеяло на себя!
Мировая кухня	51	Пельменное братство * * * *
Битва за идею!	52	На разогреве * * * *
Деловая индустрия!	53	«А я готовлю так!» Стр. 51 * * * *
2 мира в садике	54	Майские хлопоты
Зверь мой!	55	Собачья жизнь
Вещь в себе	56	Сумка Шанель
Ручная работа	57	Оберег «Домовёнок»
Люди и звезды	58	Гороскоп на май



С формами?

Как много зависит от точки зрения! На обладательниц роскошного тела кто-то укоризненно косится: «Склонна к полноте». А кто-то восхищённо смотрит во все глаза: «Девушка с формами!» Чтобы «точка зрения» была доброжелательной, а возгласы только восторженными, важно правильно расставить акценты

Бёдра: чуть короче, чуть длиннее

Удевушек с формами традиционно объёмная нижняя часть тела, и есть риск зрительно её увеличить, если именно ей произойдёт «разрыв» силуэта. Избежать «прибавки» поможет правильная длина «верха», будь то приталенный жакет, свободная блуза или кардиган. Запоминаем: на три пальца выше или на ладонь ниже самой широкой линии тела.

Союзники: брюки с лёгким клёшем от колена, брюки и юбки, сидящие строго по талии (нет заниженной или завышенной талии), слегка приталенные платья, туники, ткани с яркой вертикальной полоской или узкими ромбами.

Противники: высокие, широкие или слишком узкие пояса, дополнительные карманы, рисунок на ткани, любые детали, которые акцентируют внимание на бёдрах, тяжёлые, мерцающие ткани или ткани с ярко выраженной текстурой, светлые джинсы, контрастные цвета, разные фактуры ткани, «разрывающие» силуэт.



Грудь: показать всё, что скрыто

Шикарный бюст – это достоинство, им нужно гордиться и демонстрировать. «Спрячет» грудь под скучной глухой водолазкой, и она «отомстит»: будет выглядеть ещё больше, а фигура коренастее. Зато широкие и глубокие U-образные вырезы придают соблазнительность и визуально вытягивают силуэт.

Союзники: пиджаки с небольшим стоячим воротником, крой с горизонтальным швом под грудью, туники с глубоким вырезом, мягкие эластичные ткани, две-три расстёгнутые пуговицы на блузе.

Противники: очень короткие куртки и пиджаки, водолазки и свитера, закрывающие шею, горизонтальные полосы, принты и карманы на груди, жёсткие ткани, массивные ювелирные изделия и длинные ожерелья.

В форме!

«Не щадя живота своего...»

Животик – нередкий «спутник» девушек с формами и, пожалуй, самый удручающий. Превратить в достоинство его не получится, значит, будем маскировать.

Союзники: юбки и платья трапецевидной формы, платья и туники с завышенной талией, блузки длиной до середины бедра. Не заправлять в юбки и брюки, ремни среднего размера, совпадающие по цвету с одеждой. Туго не затягивать!

Противники: облегающая одежда, юбки и брюки со складками, пуговицами и застёжками в области живота.

Не вижу ваших рук!

Ещё одно уязвимое место – пухлые предплечья, которые шикарные женщины норовят упрятать под длинными широкими рукавами. Зачем? Просто преподнесём в выгодном свете.

Союзники: рукав три четверти, открывающий тонкую часть руки, ткани не слишком контрастного цвета с кожей, модели кимоно, пышный короткий рукав.

Противники: обтягивающий рукав, американская пройма: топы, блузки и платья с диагональным вырезом от подмышек до горловины, безрукавки.

Пресс-совет

• Девушкам с формами противопоказаны короткие стрижки: контраст некрупной головы и объёмного силуэта придаёт излишнюю громоздкость фигуре. Также не идут прямые длинные волосы. Ваш выбор – длинные волнистые кудри, пышные каре до плеч. Особое изящество придают высокие причёски, поднятые вверх волосы: шея выглядит длиннее, а лицо лишается округлости.

• Украшения – ваши друзья. Платки, броши, бусы, всё, что привлекает внимание, носите смело и с улыбкой.

• Корректирующее бельё – «защищённая статья» расходов, не жалейте средств.

• Включите в наряд больше элементов зелёного, синего и насыщенного голубого цвета: холодные тона визуально вытягивают силуэт и стройнят.

Подготовила Наталья ГРЕБНЕВА.

СТИЛЬНЫЙ ВОПРОС



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

Люблю одежду чёрного цвета, хотя выглядит она мрачновато. Но если пробую «разбавить» другим цветом, получаются не самые выигрышные комбинации. Как удачно оттенить его?

Действительно, чёрный — «король» подиумов и любимец дизайнеров, и в то же время тяжёлый для внешности цвет. Однозначно он подходит только обладательницам яркого зимнего цветотипа, остальным лучше предпочесть другие тёмные цвета. Чёрный сложен в комбинировании по двум причинам: во-первых, на его фоне яркие цвета выглядят дешево. Частично этого можно избежать, если добавить ткани глубокой текстуры, например, бархатистости. Во-вторых, сочетание чёрного с цветом смотрится слишком просто, особенно с белым или красным. Чёрно-белое «доминио» напоминает униформу, чёрно-красное — наряд испанки Кармен. Единственное исключение — серый цвет, в частности, его глубокие, антрацитовые оттенки. Эти дуэты тоже не выглядят жизнерадостно, но безусловно элегантно. А выделить из толпы и добавить эффектности — задача обуви и аксессуаров: шарфики, шейный платок, перчатки, сумка, обувь или оправы очков имеют право на любой насыщенный глубокий цвет. Если речь о

вечернем наряде, поручите эту «миссию» украшениям с яркими камнями. Поскольку впереди тёплый сезон, единственно уместная чёрная вещь в гардеробе — свободный льняной костюм, широкая блуза, брюки или длинная юбка. Традиционно его дополняют яркой обувью на низком ходу и аксессуарами в этническом стиле.

Какой верх подобрать к широкому брюкам в мужском стиле? Телосложение у меня нормальное, предпочитаю стиль casual.

Современная мода делает ставку на контрасты, то есть если брюки

грубоваты, надо постараться смягчить впечатление при помощи верхней части комплекта. Для этого «привлеките» короткие свободные жакеты из мягких материалов с рукавом три четверти. Готится и зазорный вариант — дополните брюки забавным топом, можно с аппликацией в качестве декора.

Купила летние ботильоны: кремовый цвет, чёрные вставки из лакированной кожи, открытый носок. С какой одеждой их носить? Нужны ли колготки?

Лучший вариант — лёгкое кокетливое платье в тон. Оно не должно быть коротким и обтягивающим, правильная силуэт — с летящей юбкой длиной чуть выше или до колена. Чёрные лаковые элементы на обуви требуют «союзников», например, лакированный пояс на талии или широкая атласная лента. Не позволяет фасон платья, задействуйте эффектную бижутерию с чёрной эмалью. Колготки с ботильонами надевать обязательно. Надев платье, юбку или удлиненные шорты с блестящими колготками телесного цвета, вы получите выигрышный визуальный образ. Более модный — с тёмными матовыми.

Юбки — моя «больная» тема, стесняюсь открывать ноги из-за неженственных икр. Можно ли подобрать фасон и длину, чтобы недостаток был менее заметен?

Поиск подходящей длины и фасона юбки — задача второстепенная, для рельефных икр прежде всего нужно найти «правильную» обувь. Вот основные рекомендации: чем тоньше каблук, тем ниже он должен быть, если высокий, то широкий и устойчивый. Отдавайте предпочтение светлой обуви, на танкетке, с крупными деталями — широкими ремешками и броскими эффектными пряжками. При ваших данных полностью противопоказана тёмная закрытая обувь с узким носом; в босоножках с тонкими ремешками и мелкими элементами массивные голени будут казаться ещё крупнее. Что касается длины и фасона, единственное, что вам категорически не подойдёт, — юбка-карандаш до середины икры. Остальное носите без сомнений.

Совет от профи

Историк моды Александр ВАСИЛЬЕВ: «Впереди выпускные балы, позволю себе несколько советов. Поскольку выпускной вечер всё-таки бал, вопрос об уместности брючного костюма, чего-то демократичного и модного отпадает: только платье «на выход». Чтобы избежать «перекосяков» в сторону свадебных нарядов со шлейфами и «обручаниями», выбирайте либо платье в пол, либо коктейльное чуть ниже колена. Соблюдайте баланс между декольте и разрезом на юбке: если показывали грудь, то закрываем ноги, и наоборот. Пайетки, стразы, блёстки допустимы на вечерних туалетах, решите сами, сколько нужно исходя из «формулы»: чем больше стразы, тем ниже низкий платок. Самая большая ошибка — надеть прозрачное платье, сквозь которое вульгарно просвечивается бельё. В плане украшения лучше бижутерия и полудрагоценные камни, бриллианты и изумруды на юных девушках считаются неприличными. Поскольку вы идёте на бал, распущенные волосы а-ля Наторваль исключаются, декорированный аксессуарами пучок, прическа с укладкой уместнее. Возьмите небольшую сумочку-клатч на ремешке цепочке, и — в танец, в остальное сложить нужные мелочи».

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

Внешний Вопрос

Слышала, термальную воду-спрей можно заменить минеральной, перелить во флакон с распылителем. В самом ли деле минералка столь же полезна?

Лилия ПИСАРЕВА, г. Киров.



Говорить о преимуществах минеральной или термальной воды с точки зрения оздоровительного эффекта можно лишь условно. Влага из термальных источников отличается чистотой и более высокой степенью минерализации, но различия не столь существенны. Правильнее сконцентрировать внимание на микромассаже, создаваемом брызгами. Баллончик термальной воды благодаря конструкции и давлению даёт

очень мелкое распыление, практически водяную пыль. Это позволяет коже лучше впитывать влагу, увлажнение происходит эффективнее. Флаконы с пульверизатором уступают позиции: при распылении получается струйка. Помимо косвенного увлажняющего эффекта, есть риск испортить макияж потёками.

У меня красивая линия декольте, но недавно на коже в ложбинке появилась непривлекательная складка. В чём дело? Как избавиться от неё? Елена, по e-mail.

Кожа области декольте имеет большой «запас прочности», в ней достаточно плотной дермы, жировой ткани и коллагеновых волокон. Однако и нагрузки на эту зону внушительные, главным образом из-за бюста. Грудь, особенно большая, растягивает кожу, снижает её эластичность, потому возникают складки. Другая причина появления морщинок в указанной зоне – неправильный уход. С уже имеющимися бороться трудно, но можно предотвратить появление новых.

Соблюдайте простые правила

В первую очередь откажитесь от «услуг» мочалки. Декольте, пожалуй, единственная область тела, которой противопоказан массаж.

Не пренебрегайте бюстгальтером, объём груди свыше первого размера требует обязательной фиксации. Если вы обладательница крупного бюста и предпочитаете спать на боку или на животе, бельё рекомендуется надевать и на ночь. «Ночной» бюстгальтер должен быть

изготовлен из мягкого материала, без «косточек» и поролона, с широкими плоскими лямками и полностью закрытыми чашками. Он не позволяет молочным железам «сваливаться набок», предотвращая образование морщинок и складок.

Два-три раза в неделю используйте специальный скраб с сильным охлаждающим эффектом, например, ментоловый. После кожу необходимо увлажнить кремом. Проследите, чтобы в его состав входили активные эфирные масла – лимонное, грейпфрутовое, бергамотовое. Наносить средства надо на шею, плечи и грудь, исключая кожу молочных желез и сосков.

Какой макияж в моде будет этим летом? Марина СТРУКОВА, г. Серпухов.



Модный макияж лета-2012 можно охарактеризовать английским словом *palette* – насыщенный, блэклай. Во-первых, стилисты объявили бойкот загару, провозгласив торжество фарфоровой бледности. «Разбавить» её предлагается небольшим количеством румян натуральных нежных

оттенков. Пастельные тона розового цвета будут как нельзя кстати. А вот бронзеры придется отложить в сторону. Модные губы – естественные, помады и блески – натуральных оттенков с умеренным сиянием, без перламутра. Принцип максимальной естественности актуален и для бровей: широкие, выразительные, они потребуют незначительной корректировки формы. Единственный яркий акцент допустим для глаз: в моде стрелки «а-ля «красавица Востока» и тёмные тени: серые, коричневые, синие насыщенные оттенки, желательно с металлическим отливом.

Пресс-совет

Решили оживить причёску яркими тонированными прядями? Позаботьтесь о средствах, придающих волосам блеск: контрастные локоны выглядят эффектно, если они идеально ополоснуты.



«Будем делать талию, мадам!»

Вам захотелось примерить забытую с прошлого сезона юбку, зеркало и одежда «поздравили»: «С прибавлением!» А вы едва не заплакали... Животик и валики на боках, возникшие от сытой сладкой жизни, повод не для слёз, а для решительной акции «Делаем талию!»

У нежеланной «прибавки» две главные причины: частое перекармливание и малоподвижный образ жизни. В своё оправдание обладательницы «прибавки» поясняют: «Работа сидячая, на спорт-зал времени нет, перекусы на бегу, а конфетка к чаю — дело святое. Да и на девочку уже, откуда взяться осиной талии...»

Стоп, оправдания не принимаются. Живот и «поплывшие бока» — проблема не только эстетическая. Вот медицинский факт: чем тоньше талия, тем ниже риск сердечно-сосудистых заболеваний. Осиной тонкости не требуется, достаточно вписываться в рамки пропорций: окружность талии должна быть равна окружности бедра (в самой обычной зоне), двум окружностям шеи или четырем обхватам предплечья. Итак, за дело, чтобы у врачей, зеркала и одежды не нашлось повода для поздравлений с «прибавлением».

Не бойся вилки, бойся ложки

Идеального рациона «для талии» или «от живота», как и вообще универсальной диеты, не существует. Есть старые правила: во-первых, воздерживаться от продуктов, которые дают быструю и «долгоиграющую» прибавку. Так что жирное, мучное, копчёное, сладкое — под запрет, почти тотальный. Послабления допустимы: раз в неделю: маленькое пирожное, порция молочного мороженого, 20-30 граммов горького шоколада. За «несладкую жизнь» скажет спасибо не только животик, но и тужильная плечень. Второе правило: не перекармливать. То есть потребляемые калории не должны одерживать верх над расходными. Ограничить меню или увеличить физическую нагрузку — ваш выбор, однако намотайте на ус маленькие хитрости, которые позволят обмануть аппетит:

- все блюда, кроме супа, старайтесь есть вилкой, даже кашу и йогурт. Чтобы избавиться от чувства голода, нужна лишь хлебная корочка и целых 10 минут — мозг получит сигнал о насыщении. Увы, за это время вы успеете съесть массу лишнего и калорийного. С вилкой трапеза станет медленнее и безопаснее для талии
- стакан минеральной воды или томатного сока за 15 минут до еды частично погасит аппетит
- ешьте из маленькой посуды: порция кажется больше, не возникает чувства «обделённости». Эффект можно усилить, взяв чёрную тарелку: мрачный тон не добавляет привлекательности блюду, избавляет от соблазна положить добавки
- приносите и специи разжигают аппетит. Перцу и приправам бой, вашим союзникам — петрушка и укроп
- от голода не можете уснуть? Выпейте погасишь некрепкого чая с молоком — и насыщение, и натуральное снотворное
- держите пакетик приностей или флакончик эфирного масла под рукой. Приступ голода помогут «утиривать» запахи ванили, корицы, мяты, грейпфрута.

Ешь-пей на здоровье

• зелёному чаю поют оды во славу, присоединимся: напиток помогает сжигать жиры, два-три чашки чая без сахара в день — и похудение пойдёт на 10-12% эффективнее

• кисломолочные продукты с низким содержанием жира (несладкие) ешьте несколько раз в день: кальций активно разрушает жировые клетки. Уровень гормона кортизола, который «отвечает» за образование жира на талии, при таком рационе снижается на 70%. Прогнодались, съешьте лёгкий несладкий йогурт, но вилкой.

На счёт раз-два

Живот растёт потому, что ему ничто не мешает, нет мышечного корсета. Значит, нужно укреплять пресс. Медики предостерегают от интенсивных занятий: если вы не в лучшей форме, медленные и выполнимые без титанических усилий упражнения полезнее. Если курс упражнений выполнять ежедневно, от тонкого гибкого станца вас отделяют всего 3-4 недели тренировок.

Согнуло

Скручивания — альфа и омега упражнений на пресс и косые мышцы. Лягте на пол, согнув ноги в коленях, стопы не отрываются от поверхности. Захватите руками за голову или держите кончики пальцев у висков. Напрягая пресс, медленно поднимите туловище и опустите, поясницу не отрывать от пола, подбородок не опускать к груди. 50 повторов.

Скрутило

И. л. т. ж. Напрягая мышцы пресса, достать локтем левой руки колено правой ноги, зафиксировать на пару секунд. Повторите с правой рукой и левым коленом. По 30 повторов в каждую сторону.

Приподняло

Лягте на пол, положите руки на плечи, согните ноги в коленях. Напрягая пресс, поднимите голову и ноги, устремляя их друг другу навстречу. Медленно опустите корпус. 25 повторов.

Пошло-поехало

Одно из самых эффективных упражнений для пресса. Лягте на пол, заведите руки за голову, одну ногу поднимите, согнув в колене, другую вытяните над полом (на несколько сантиметров). Имитируйте езду на велосипеде, по очереди меняя позицию ног и подводя левый локоть к левому колену, и наоборот. 25 повторов.

Замерло

Встаньте на четвереньки, спину выпрямите. Сделайте выдох, расслабьте мышцы пресса. Максимально втяните живот, зафиксировать в этом положении на 15 секунд, при этом не задерживайте дыхание, дышите носом, потом расслабьтесь. 25 повторов.

Бонус

Периодически делайте тёплые обёртывания живота. В литровой ёмкости растворите 3 ст. ложки молока, добавьте по 10 капель масел розмарина, герани и лаванды (продаются в аптеке), и в этом растворе намочите льняной (или ситцевый) платок. Слегка отожмите, положите платок на живот, на него — слой пергаментной бумаги и сверху туго обмотайте махровым полотенцем. Через 30 минут снимите тёплый дождь.

Подготовила

Наталья КРОЛЕВЕЦ.



Свежее дыхание

Заниматься в закрытом помещении фитнес-клуба, когда вокруг всё цветёт и благоухает, скучно. Давайте выйдем на свежий воздух – это и смена обстановки, и экономия средств, и обогащение витамином D. А, кроме того, тренировки на лоне природы более продуктивны, с точки зрения дыхания, особенно тем, кто мечтает сбросить лишний вес, ведь кислород – это главный катализатор распада жировых клеток

Для занятий нужно:

- удобная одежда, не сковывающая движений
- мягкий коврик
- бутылочка чистой воды для восполнения водного баланса в организме
- хорошее настроение!

Упражнение «Ролл»

И. п.: пятки вместе, носки врозь, мышцы бёдер напряжены, спина прямая, голова слегка приподнята. Плечи отвести назад. Руки свободно опущены вдоль тела. Ладони обращены к телу. Лицо расслаблено.

Потянитесь макушкой вверх, словно вы растёте, почувствуйте вытяжение позвоночника. Одновременно с этим втяните живот, представьте, что на вас надет плотный корсет. Опустите подбородок на грудь. Расслабьте шею. Опустите плечи вперёд. Почувствуйте расслабление верхней части спины. Живот втянут на протяжении всего упражнения! Затем опустите голову/руки/плечи ещё ниже. Осознайте расслабление средней части спины. Опустайтесь ниже, осознали позвоночник за позвоноком. Пресс не расслабляйте. Когда руки коснутся пола (или вашей критической точки), остановитесь. Почувствуйте расслабление, вытяжение, сконцентрируйтесь на своих ощущениях. Представьте, что висите на перекладине. Сделайте несколько дыхательных циклов (один цикл

равен вдоху-выдоху), а затем «раскручивайтесь» в исходное положение так же медленно, фиксируя каждый позвонок, словно звено одной цепи.

Повторите упражнение 5-10 раз.

Польза: расслабление мышц спины, вытяжение позвоночника, укрепление пресса, мелких мышечных групп, а также растяжка всех мышц задней части ног.

Упражнение «Качели»

И. п.: стопы на ширине бёдер параллельно друг другу. Спина прямая. Голова слегка приподнята. Пресс подтянут. Поднимите руки через стороны вверх, опустите плечи. Соедините пальцы рук, тянитесь руками вверх, но поднимая плечи. Ноги слегка согнуты, колени «мягкие».

Перенесите вес тела на правую ногу. Втягивая живот, медленно опускайте корпус вниз, одновременно отводя левую ногу назад до тех пор, пока не образуете одну прямую линию от кончиков пальцев рук до мыска левой стопы. Задержитесь на одной ноге на несколько дыхательных циклов. Медленно вернитесь в исходное положение. Повторите по 3-5 раз с каждой ноги.

Пресс-совет

Выполняйте упражнения спокойно, не спеша, сосредоточив внимание на ощущениях тела. Дышите медленно, старайтесь не сбивать дыхание.

Польза: укрепление мышц спины, ног, суставов, подтяжка мышц живота.

Упражнение «Плие»

И. п.: ноги широко расставлены, стопы направлены по диагонали. Руки вытянуты в стороны ладонями вниз.

Опустите таз на уровень колен, задержитесь в этом положении. Живот втяните. Выполняйте пружинящие движения тазом сверху вниз мелкой амплитудой в течение двух минут. Чтобы усилить эффект от упражнения, можно отрывать пятки и «пружинить» на носках. Положение рук можно изменить, развернув их ладонями вверх.

Польза: укрепление мышц ног и плеч.

Упражнение «Планка»

И. п.: стопы вместе, спина прямая.

На вдохе разведите руки в стороны и вверх. На выдохе опустите корпус вниз, коснитесь руками пола (если пока не получается, согните ноги в коленях). Спина должна оставаться по возможности прямой. Упор на ладони. Далее медленно шагните руками по коврику вперёд до тех пор, пока не образуется прямую линию от макушки до пяток. Опустите таз на один уровень с плечами. Руки слегка согнуты. Удерживайте «планку» в течение нескольких дыхательных циклов. Приподнимая таз, вернитесь в исходное положение, шагая руками к стопам. Повторите 5-10 раз, с каждым разом увеличивая время пребывания в «планке».

Польза: укрепление рук, плеч, пресса.

Упражнение «Кошка»

И. п.: встаньте на четвереньки. Зафиксируйте колени строго под тазобедренными суставами, а ладони – строго под плечевыми.

Округлите спину, пригните подбородок к груди. Тяните крупную спину вверх. Затем медленно переходите в прогиб, вытягивая подбородок вверх. Акцентируйте внимание на поясничном отделе позвоночника. Выполняйте упражнение как можно медленнее! Для усиления эффекта со временем можете добавлять подъём колена вверх в прогибе и подгибания колена к противоположному плечу в округлении. Повторите 3-5 раз с каждой ноги.

Польза: улучшение гибкости позвоночника.

Упражнение «Пуш ап»

И. п.: на четвереньках. Руки чуть шире ширины плеч. Колени отведите дальше от ладоней. Таз опустите вниз.

Очень медленно, мысленно считая до 20, опускайте грубую ладку в область между ладоней, одновременно поднимая одно колено. Ягодицы напряжены. Оставайтесь в «критической» точке несколько дыхательных циклов. Так же медленно вернитесь в исходное положение. Повторите 3-5 раз с каждой ноги.

Польза: укрепление мышц груди и ног.

Занималась вместе с вами фитнес-инструктор Татьяна АНТИЛЮГОВА.



Сонную тишину разорвал детский крик. Малыш, захлёбываясь от слёз, отчаянно вертел и тряс головой, словно пытаясь от чего-то освободиться. В наш дом пришёл незванный «ночной гость» — отит

SOS: спасите наших ушки!

Откуда уши растут

Дети переносят острую боль в ухе (а бывает, что «стреляет» в обоих ушах) мучительно. Причём начинаются адские муки зачастую именно ночью, и заспанные родители не могут сразу сообразить, что произошло. Между тем отит можно предвидеть, ведь он почти никогда не является самостоятельным заболеванием. Как правило, воспаление ушей — это осложнение заболеваний носоглотки, которые, в свою очередь, вызваны острыми респираторными вирусными инфекциями. То есть если до «веропомного выстрела» в ухо ребёнок провёл в постели трое, а то и более суток с высокой температурой и страдал от заложенности носа, шанс получить в итоге диагноз «отит» высок. Многократные и чересчур активные шмыгания приводят к тому, что слизь попадает в просвет евстахиевой трубы ушей и вызывает отёк слизистой, а следовательно, боль.

ВНИМАНИЕ: направление такого шмыгания — в себя или из себя — неважно, а посему мамам, которые держат ноготки носовой платок и ведают своим чадам: «Сморкайся! Сильнее! Ещё!», стоит умерить пыл. Правильно научить ребенка не трубить носом, как слон хоботом, а очищать носик от слизи в полыходах, попеременно поднимая каждую ноздрю.

В случае если вирус, изначально вызвавший у малыша ОРВИ, пойдёт из носоглотки дальше — в барабанную полость ушей, отит из острой фазы перерастёт в затяжную, гнойную. Температура вновь «подскочит», давление в барабанной полости вырастет настолько, что произойдёт разрыв барабанной перепонки и через образовавшееся отверстие по слуховому проходу наружу польётся гнойная жидкость. Гнойный отит страшен не только внешне, он несёт в себе серьёзную угрозу перерастания в хроническую форму, то есть малейший насморк теперь может спровоцировать у малыша возврат отита. Маме нужно быть начеку и проверять время от времени у больного малыша ушки — не потекла ли жидкость.

Среди других «виновников» отита замечены травмы ушей, инфекционные заболевания (ангина, скарлатина, корь и т. д.), воспаление кариозного зуба и даже неправильная чистка слуховых каналов.

ВНИМАНИЕ: педиатры предупреждают, правильно чистка детских ушей — это не чистить их ватой! Мама должна тщательно мыть малышу лишь ушные раковины, куда из слуховых проходов «выбрасываются» сера и отмершие клетки эпителия. А вот о ват-

ных палочках, которыми многие так любят поковыряться в ушах, лучше забыть.

Особый пациент

После перенесённой малышом ОРВИ маму настораживает любое беспокойство крохи, нарушение сна, длительный плач. Но как понять, что начался отит, если гноя нет, а на боль именно в ушке кроха пожаловалась ещё не может? Проведите тест: на ушной раковине, спереди от отверстия наружного слухового прохода, имеется выступ, который называется козелок. Даже лёгкое надавливание на него при отите вызовет значительное усиление боли, провоцируя у ребёнка пронзительный плач.

Скорая помощь на дому

Лечением ушей занимается врач-отоларинголог (лор). Понятно, что попасть к нему на приём быстро, тем более среди ночи, не всегда представляется возможным, а между тем помощь ребёнку должна быть оказана немедленно. Отит развивается стремительно, мучительно и чреват осложнениями — от потери слуха до гнойных менингитов. Поэтому родителям необходимо наизусть выучить схему действий при первых признаках воспаления ушей у малыша:

1 Вызовите «Скорую». Только врач может назначить капли в уши в зависимости от степени тяжести отита (отитом, отитакс и др.)

2 Срочно закапайте ребёнку капли в нос! Да, не в уши, которые болят, а именно в нос, в котором находится источник всех бед - вирус и, как следствие, распространяющийся отек. Это могут быть любые обоняющие капли, которые, как правило, имеются в доме: називин, инфинизин, виброцил и т. п.

Внимательно изучите инструкцию: лекарство должно соответствовать возрасту ребёнка!

3 Дайте малышу жаропонижающее, оно же обезболивает (парацетамол или нурофен или панадол)

4 Проверьте уши на выделения гнойной жидкости, но ни в коем случае не чистите их: вы можете «загнать» ушную серу внутрь, тем самым осложнив течение болезни.

5 Ребёнок должен пить как можно больше тёплой жидкости (чай, морс, компот)

6 Проветрите комнату, в которой он находится (температура воздуха не должна превышать 18-20 °C), протрите влажной тряпкой пыль.

«А как же горячая грелка?» - спросит бабушка. Современная медицина категорически против её использования во время отита. Разумеется, больное ухо малыша должно находиться в тепле, но температурного режима его комнаты будет достаточно. Обретший в последнее время всероссийскую известность доктор Комаровский, обращаясь к мамам, иронизирует: «Вы, разумеется, можете сделать ребёнку компресс (приложить к больному уху кусок ваты, накрыть полиэтиленовой плёнкой, а сверху надеть шапочку или повязать косынку). Это спасёт его в случае внезапных холодных обложиваков, а главное - пришедшая навесить кроху бабушка увидит, что вы - не мачеха, а заботливая мать, которая действительно занимается лечением ребёнка!»

Использовать, так называемые, паровые средства лечения отита, хотя бытует великое множество - от чеснока до мушкетёров, врачи, как правило, не рекомендуют. Воздержитесь! Времени курса лечения от проглоток. Мытьё головы ребёнка тоже нужно перенести до его полного выздоровления.

Паталья АНДРИЯЧЕНКО.

Вопрос - ответ



Сын (три года) во время отита стал плохо слышать. Участковый педиатр уверила, что слух восстановится после курса лечения. Но отит мы вылечили, а слух в полной мере так и не вернулся, малыш переставляет то, что ему говорят, просит сделать мультики погромче. Как долго это будет продолжаться?

Марина ГЛАДКИХ, г. Омск.

Наберитесь терпения, если речь идёт о стандартно протекавшем остром отите среднего уха, то даже после выздоровления возможно понижение слуха от трёх-четырёх недель до трёх месяцев. Однако чтобы исключить все сомнения, лучше проконсультироваться с детским сурдологом. Только он с помощью специальной аппаратуры сможет оценить степень снижения слуха, сделать прогноз на будущее и дать конкретные рекомендации.

ПАПИНА ГОРДОСТЬ

Наша дочь пошла в детский сад. И стала часто болеть. Малейшая простуда перерастает в трахеит, а потом в бронхит. Педиатр посоветовал дышать лекарствами через небулайзер. Но прибор так шумел, что дочка его боялась, не хотела даже подходить, не то что надевать маску на лицо. Выход из ситуации нашёл папа, сказав, что сейчас мы будем играть в космонавтов, а чтобы дышать в безвоздушном пространстве, нужно надеть маску. Дочка присидела, замерев от восторга, всю процедуру, и с тех пор с радостью бежит к небулайзеру, чтобы отправиться в космос!

Кристина ЯКОВЛЕВА, г. Курск.

Дайте ребёнку сладкое!

Принято считать, что сладости в рационе детей следует ограничивать, однако иногда случаются ситуации, когда они превращаются в лекарство. Сигналом служит запах ацетона изо рта малыша. Дело в том, что небольшой запас глюкозы в организме, который есть у всех детей, некоторыми чересчур активными малышами расходуется очень быстро - при физической нагрузке, эмоциональном перевозбуждении или истерике. И тогда необходимая для жизни энергия начинает вырабатываться из жиров. Одна молекула жира распадается на три молекулы глюкозы и одну молекулу ацетона. Образовавшийся в организме избыток ацетона даёт не только неприятный запах, но и раздражает рвотный центр в головном мозгу, у ребёнка начинается рвота. Родители грешат на некачественные продукты и сажуют кроху на диету, а между тем сладкое для такого «активиста» жизненно необходимо. Почувствовав запах ацетона, немедленно напоите ребёнка сладким чаем, компотом из сухофруктов или настоем изюма. Ещё быстрее поможет глюкоза в ампулах или таблетках. Нет ничего под рукой, подойдёт и конфета. Если вовремя не оказать помощь, ребёнку грозит ацетонемический криз: неконтролируемая рвота, обезвоживание организма, потеря сознания.

Как правило, дети, склонные к перерасходу глюкозы, к десяти годам эту проблему «перерастают». Однако помните, запах ацетона может быть и одним из симптомов сахарного диабета. Проверьте кроху малыша на сахар!





Наша Таня громко плачет...

«Есть хочу!»

— кроха громко и требовательно оповещает о своей базовой потребности протяжным плачем или криком. Он тянет ручки к маме, совершает поисковые движения ротиком, может начать сосать уголок пеленки или собственный кулачок.

Как утешить? Естественно, приложив к груди, даже если, по вашему мнению, время обеда ещё не подошло. Консультанты по грудному вскармливанию потому и настаивают на кормлении грудничка по его требованию, что нет ничего более полезного и успокоительного для его формирующейся нервной системы. Ласковые приятия мамы на тему: «Сейчас мы будем кушать, сейчас моя крошечка будет довольна!», крошкой, как правило, приветствуются.

«Пора спать!»

— Именно так можно перевести на взрослый язык жалобное ныканье малыша, ещё не умеющего говорить. Для тех, кто не понял, ребёнок начинает демонстративно тереть глазки, зевать, сосать пальчики. А может, наоборот, чтобы избежать от надвигающейся дремоты: мотать головой, вертеться, кричать. Плач при таком повороте событий становится всё громче и грозит перерасти в истерику. Во время не уложенный в постель, «переулывшийся» малыш просто устал и перевозбудился.

Как утешить? Рецепт прост: нужно соблюдать режим бодрствования и сна, а также вовремя улавливать сигналы, посылаемые вам ребёнком. Введите в обиход ритуал засыпания: вечернее купание, постепенное выключение света в доме, пение колыбельных, возможно, укачивание и, наконец, одновременное кормление и засыпание под маминую грудь. Уберите все раздражающие факторы, например,

палец, лучше перенести просмотр «боевиков» в другую комнату или на другое время, а старшему брату выключить громкую ритмичную музыку.

«Уберите это немедленно!»

Плач может служить сигналом неудобства, которое испытывает грудной ребёнок. Ему слишком жарко, душно или, напротив, холодно, раздражают мокрые пелёнки или запачканный подгузник, чересчур жёсткая одежда или туго повязанный шарф, даже неудобная поза, которую он не может поменять самостоятельно. Терпеливый малыш может тихонько похныкивать, сообщая родителям о своей проблеме, более активный способен внезапно издать пронзительный вопль, сопровождаемый бурными слезами.

Как утешить? Понять, что именно является источником дискомфорта и раздражения, и устранить его как можно быстрее! Дети в грудном возрасте — большие чистюли, поэтому первым делом необходимо проверить сухость и чистоту пелёнок (подгузников) и при необходимости заменить их.

Другая распространённая причина недовольного плача младенца — перегрев. Чего греха таить, мамы, а чаще бабушки, увлекаются укутыванием малыша, опасаясь морозов или сквозняков. Если ребёнку слишком жарко, разденьте его и протрите влажными прохладными полотенцем, удостоверьтесь в отсутствии потницы.

Для того, чтобы скорректировать, во что одевать кроху в следующий раз, после прогулки пощупайте кожу его груди, животика, спины, сгибы локтей и коленок. А вот прохладные ножки, ручки и носик не являются доказательством того, что кроха хныкал на улице именно оттого что зяб.

Вряд ли найдётся на Земле ребёнок, который ни разу не всхлипнул, не похныкал, не разразился рёвом. Плач воспринимается взрослыми как неотъемлемый атрибут детства. Однако его причины могут быть разными. Но как понять кроху, если он ещё плохо или совсем не говорит? Слушайте внимательно, плачем всё сказано!

«Больно, мне больно!»

Как правило, в младенческом возрасте источником боли являются кишечные колики (сопровождаются пронзительными вскриками, между которыми бывают короткие перемены) или прорезывающиеся зубки (могут вызывать и длительные тихие похныкивание, и громкий продолжительный плач вплоть до икоты).

Как утешить? Прежде чем обращаться к врачу и давать малышу специальные препараты от колик, попробуйте согреть ему животик, положив на него пелёнку, прогретую горячим утюгом. Помогает кишечнику и регулярный массаж живота круговыми движениями по часовой стрелке.

Если причина боли — в растущих зубках, избегайте медикаментозного вмешательства тоже можно. Нежным прикосновением пальца помассируйте воспалённые дёсны крохи, дайте ему пожевать охлаждённое детское зубное кольцо.

«Поговори со мною, мама!»

Если же вышеперечисленные проблемы своевременно решены, а малыш продолжает хныкать, причина кроется в таком, казалось бы, взрослом чувстве, как одиночество. Грудничок жаждет общения так же сильно, как мы с вами!

Как утешить? Возьмите ребёнка на руки или посадите рядом с собой, спойте песенку, почитайте сказку или рассказите, чем это вы такими интересными занимались, пока он спал в маневе. Вы убедитесь, что более благодарного слушателя в жизни не встречали!

Наталья АНДРИЯЧЕНКО.

Синдром дефицита внимания

Ребёнок активен по своей природе, как поется в известной детской песенке: «Должен он бежать и прыгать, всё хватать, ногами дрыгать, а иначе он взорвется, трах-бабах – и нет его!». Однако некоторые дети гипер-активны, и тогда речь идёт уже не о милой детской непоседливости и спонтанности, способности почти мгновенно переключаться с одного занятия на другое, а диагноза. Вам стоит задуматься о посещении невролога и психолога, в случае если ваш самый любимый на свете дошкольник:

- не в состоянии сидеть за столом более 15 минут подряд
- постоянно шевелит, дергает руками и ногами, даже во сне
- эмоционально импульсивен – смеётся, а через минуту плачет
- с трудом ждёт своей очереди
- разговаривает очень много, громко, параллельно беседам взрослых, стремясь их перебить
- легко бросает начатое дело и на стремлении к нему вернуться.

Разумеется, всё это может быть и издержками воспитания, например, вы пока ещё не смогли донести до сознания малыша, что перебивать старших нехорошо. Но вкупе с невнимательностью, импульсивностью, излишней физической активностью такое поведение – один из ранних симптомов неврологического заболевания СДВ (синдрома дефицита внимания). Однако даже если специалисты подтвердят ваши опасения, не стоит пугаться, СДВ вовсе не свидетельствует об умственной отсталости ребёнка. Интеллектуальные способности у него, скорее всего, не хуже, чем у сверстников. А внимание можно и натренировать!

Внимание: идёт игра!

Игры с дошкольником, страдающим СДВ, – дело серьёзное. Только удаляя им систематическое внимание, можно добиться положительного результата. Дело пойдет эффективнее, если вы привлечёте братьев, сестёр или друзей ребёнка. В качестве игроков подойдут даже трёхлетние карапузы.

Свободное – несвободное

Водящий (это может быть и взрослый, и ребёнок) бросает мяч, называя любой предмет. Ловить мяч нужно только в том случае, если названное существительное можно есть.

Волшебные флажки

Водящий поднимает вверх руку с разноцветными флажками. Синий означает, что остальные игроки должны подпрыгнуть, красный – зашагать на месте, а зелёный – хлопнуть в ладоши. Для усложнения задачи название цвета можно проговаривать вслух, но неправильно, например, «вибросить» – зелёный флаг, а крикнуть «красный!» Дети должны реагировать не на слова, а только на расцветку.

Потерянные буквы

На странице старой книги или журнала нужно найти и зачеркнуть флюидостарым за определённое время, например, пять минут.

«Как же ты учиться будешь? Ты же у меня такой невнимательный!» – переживают многие мамы в преддверии школы. – Сколько раз говорить, хватит ворон считать, сосредоточься!» Отчитывать ребёнка бесполезно, он и рад бы сфокусировать внимание, да не может. И виной тому СДВ



«Обрати на меня внимание!»

все буквы «Р». За каждую пропущенную «Р» налагается «штраф», который зависит только от вашей фантазии: проскать вокруг стола на одной ножке или вспомнить животных на эту букву.

Раз-два-три – говори!

Водящий показывает детям картинки (не более 10-15 штук), на которых изображены знакомые ему предметы: посуда, игрушки, растения и т. д. Однако называть их можно только после слов: «Мама (или Папа), раз-два-три – говори!» Мало правильно сказать, что на картинке наркоман за кастрикой, важно сделать

это если только обращаются именно к тебе.

Кто исчез?

Водящий показывает игрокам 7-10 игрушек, а затем, когда все отворачиваются, прячет одну из них. Дети должны назвать, какой не хватает.

Как видите, игры, знакомые вам с детства, на первый взгляд, несложны. Однако вы убедитесь, что у ребёнка с СДВ они вызовут трудности. Будьте терпеливы, хвалите его за правильные ответы и «штрафуйте» за ошибки наравне с другими детьми.

Наталья КОРОТОВА.

За парту в детском саду

В детском саду, который посещает мой сын, началось занятие по обучению письму и чтению. Мне кажется, что стоит перечислить их поближе к школе, поскольку для 4-летних детей это немалая нагрузка. Прошу ли я?

Елена Д., 31, нулево.

Консультирует детский психолог Оксана ЛИВАДОВА:

В развитии детей от рождения до школьного возраста принято выделять сензитивные периоды, то есть периоды особой восприимчивости ребёнка к тем или иным видам деятельности. Чтобы малыш овладел каким-либо знанием, умением, способом поведения, он должен быть внутренне к этому готов. Поэтому ваша обеспокоенность вполне справедлива. В возрасте четырёх-четырех с половиной лет как раз наступает очередной сензитивный этап в речевом развитии малыша, он начинает самостоятельно и спонтанно писать буквы, слова и целые предложения, даже если его никто не учит. А в возрасте около пяти лет ребёнок, как правило, сам без принуждения пытается читать. К этим шагам приводит естественная логика развития его интеллектуальных и двигательных способностей. Таким образом, если задаться целью – помогать детям с четырёх лет начинать осваивать письмо, а с пяти – чтение, то, безусловно, результат не заставит себя ждать. Другое дело, в какой форме проводить занятия: игра всегда находит отклик у детей дошкольного возраста, принуждение же к слишком долгим занятиям и насыщенный интеллектуальным занятиям, напротив, приводит к перегрузке нервной системы ребёнка и отторжению им процесса обучения в принципе.

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

История в конверте

Современный Ромео

Наш 13-летний сын влюбился в одноклассницу, причём без взаимности. Мы с мужем узнали от классной руководительницы и не знали, что сказать. Поговорить с нами о своих чувствах он наотрез отказался. Что же нам делать? Беспокоимся, как бы не наделал глупостей...

ЛЯПЕШЕВЫ, Самарская обл.

Наблюдать, как подросток мучается от неразделённой любви, непросто. Хочется вмешаться, помочь, посоветовать, взять процесс под свой родительский контроль. Для его же блага, разумеется! Оставьте эти мысли. Ваш сын уже не дитя, и его чувства — это та приватная зона, куда он волен вас не впускать. Опыт влюблённости совершенно необходим для взросления человека. Каким образом ваш сын формирует свой образ Женщины и отношения к ней, если не будет контактировать со сверстницами противоположного пола? И 13-15 лет — самое время, чтобы совершать ошибки, и даже пережить несчастную любовь с куда менее разрушительными последствиями, нежели в 30 лет. Отнеситесь с уважением к тому, что происходит сейчас с вашим сыном. Это вовсе не означает самоустраниться и отпустить ситуацию на самотёк. Наблюдайте, в корректной форме узнавайте новости от учителя, друзей сына, а главное — дайте ему знать, что готовы его выслушать в любой момент, когда ему это понадобится.

Сердцеед понарошку...

Я в растерянности: когда мы приходим с мужем в гости, он ведёт себя так, как будто между нами нет рядом или мы не женаты. Выбирает себе даму, сыплет комплиментами, танцует с ней, даже обнимает. Когда спрашиваю: «Зачем он так поступает?», отшучивается...

Зльвира Ц., по e-mail.

Наверное, даже не он, а вы можете ответить на этот вопрос. Кто, как на жене, знает до мелочей, что происходит у мужчины дома, на работе, в интимной сфере. В отличие от супруга, который переживает ситуацию изнутри, вы способны объективно оценить — где образовалась та пустота, которую он пытается заполнить «дамами». Причём замечать, делает он это действительно не всерьёз, речь не идёт о романе на стороне, нарушении супружеской верности, всего лишь флирт, правда, на грани эгоцентризма, ведь играет он в заправского повеласа открыто, даже публично. Рискнём

предположить, что таким образом он пытается привлечь ваше внимание, компенсировать то, чего не достаёт ему в ваших с ним отношениях. Ему хочется, чтобы вы увидели, какой ещё бравый ухажёр, Казанова, от которого все женщины без ума. В любом случае разговор по душам неизбежен. Расскажите супругу, что вы чувствуете, наблюдая за его поведением: отнюдь не восхищение его мужскими достоинствами, а тревогу, растерянность, обиду. Предложите себя в качестве «дамы сердца» на следующем «выходе в свет», поддержите игру на равных, а не в качестве оскорблённой супруги. Возможно, именно лёгкости, флирта, ощущения завоевывания, которые присущи началу отношений между мужчиной и женщиной, не хватает вашему браку.

«Хочу быть, как он!»

У моего сына в детском саду появился непрекращаемый авторитет — самый активный, сильный и бравадный мальчик. Мой Алёша ходит за ним хвостом, ввязывается в конфликты, которые тот разжигает. А потом берёт на себя всю вину, и хотя воспитатели понимают, что зачинщик, наказывают и сына. Как объяснить сыну, что у него должно быть собственное мнение?

Оксана БОЛОТОВА, г. Курск

Задумайтесь, может быть, это и есть его собственное мнение? Ведь что-то побуждает вашего сына общаться с этим мальчишкой, более того, ставить его выше себя, несмотря на негативные оценки взрослых, наказания? Скорее всего, он идентифицирует себя с драчуном, поскольку тот — неформальный лидер, обладает несомненным авторитетом в коллективе. А Алёше тоже хочется самоутвердиться, стать таким же сильным и авторитетным среди сверстников. Другое дело, что пример для подражания он выбрал не тот, который устроил бы воспитателей и родителей. И в этом вина не его, а взрослых. Уговоры, тем более приказы на тему: «Не дружи с этим нехорошим мальчишкой» не помогут и даже могут вызвать обратную реакцию — протест со стороны ребёнка и его отчуждение по отношению к вам. Необходимо объединить усилия с воспитателями по созданию позитивного образа, про которого малыш мог бы воскликнуть: «Хочу быть, как он!» Возможно, поможет чтение книг или просмотр мультфильмов с главным героем, который совершает подвиги без насилия. Начните ходить с ребёнком в другой детский коллектив, кружок, секцию, бассейн, где царит более конструктивная атмосфера. Возможно, там ваш сын найдёт себе новый положительный пример для подражания.

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

Женские слёзы

От развода застраховаться не может никто – такова уж наша современная жизнь. И так складывается, что мужчины в большинстве своём легко устраивают личную жизнь после расставания. А вот для многих женщин, человека, который добрым словом поможет пережить депрессию и научит жить заново.

Я хочу рассказать про свою знакомую Галию и её опыт. Она вышла замуж, когда ей было 24 года. Муж, назовём его Антоном, занимался бизнесом, хорошо зарабатывал, жили они неплохо, родили сына. Так прошло лет десять, казалось, что и дальше всё будет хорошо. Но всё изменилось самым печальным образом: муж стал задерживаться, говорил, что много работы. Конечно, под откос, но для сохранения семьи делала вид, будто ничего не замечает. Однако в один прекрасный день он объявил, что любит другую. Словом, обычная история: муж ушёл.

Первое время после развода Галия переживала, да так сильно, что перестала за собой следить, и выглядела намного старше своих 35.

– Эй, подруга, ты почему так выглядишь? – вместо «здравствуй» сказала ей однажды соседка, встретившись в подъезде. Она была старше Галии лет на 20, поэтому такую бесцеремонность моя знакомая ей простила. Галина поведдала соседке о своей проблеме:

– А ну-ка пойдём ко мне чайку попьём и о нашей жанской доле поболтаем.

– Тебе сколько лет? – спросила соседка Галию, разливая чай по чашкам. – Всего-навсего 35, тебе ещё жить, как минимум, 50, целая жизнь впереди. И какая такая ужасная трагедия у тебя произошла? Развод? Опляснул, сейчас каждый второй брак кончается разводом. Ушёл к другой? Ну ушёл и ушёл, бог с ним. Лучше было бы жить с ним, зная, что он от «той» к тебе приходит, и духи её на нём чувствуются. Тяжело тебе? Конечно, тяжело, кто спорит, сложно выкрунуть из жизни столько лет. А ты попробуй вернуться в тот год, когда ты ещё не знала своего мужа. В своём 20-летнем девочконом. Вернись и вспомни свои ощущения от жизни, её вкус. Ну что ты плачешь, глупая. Ладно, поплачь, ничего страшного. Помнишь как в песне: «Женские слёзы не беда, женские слёзы что передала тебе, ты обязательно встретишь другого мужчину, увидишь, он будет лучше твоего прежнего. И ещё человек, который всю жизнь с тобой, а потому о тебе нужно заботиться, как о самой любимой персоне. Что ты на себя мрачношь какую-то «напаяли». Свитер это? Ну-ну. На помойку его выкинь, чтобы я больше тебя не видела. А на голову у тебя что? Завтра же к парикмахеру. Что? Времени нет? Ты что, уже забыла, что ты самая важная для себя персона. Денег нет? На парикмахера я тебе займу, а для кожи дорогая косметика и не нужна. Пользуйся тем, что есть под рукой в холодильнике – сметана, огурцы, фрукты.

Словом, взялась соседка за Галию всерьёз. Конечно, ей много пришлось повозиться, чтобы вытащить молодую женщину из депрессии. Но вот что интересно: по словам самой Галии, первый шаг «к выздоровлению» помогли ей сделать эти простые, на первый взгляд, но умные советы.

Итак, потихоньку, не сразу Галия возвращалась к жизни, поняв, что ради будущего своей собственной персоны нужно плотно взяться за себя. Так она и занималась своей внешностью всё свободное время, не забывая, конечно, о подрастающем сыне, ведь он требовал много забот.

Прошло время, Галия смогла вернуть утраченную в результате переживаний красоту, помолодела, на работе всё ещё казалась, что свою вторую половинку она уже не встретит.

Но в один прекрасный день к ней на работу поступил молодой (только после института) парень. Назовём его Ромой. И как ни удивительно для Галии, стал оказывать ей знаки внимания. А однажды принёс билеты в кино.

Всё чаще и чаще их стали видеть вместе, подъездные бабурки и коллеги на работе шушукались за спиной – с Романом закручивалась не на шутку.

Чем закончилась эта история? Через какое-то время они поженились, хотя Галия долго сомневалась – всё-таки 15 лет разницы. Но дала согласие на брак, решив для себя жить своей жизнью, не обращая внимания на предрассудки.

Сегодня у них крепкая хорошая семья, с двумя детьми – сыном Галии от первого брака и маленькой лапочкой-дочкой, рождённой от совместного брака.

Вот такая история. Так что, милые женщины, если вы разошлись или ещё не нашли своего счастья, это не означает, что всё кончено. Всё ещё впереди. Главное, следите за собой, чтобы и в 40 выглядеть красиво и привлекательно. А мужчины всегда найдутся.

Припа, г. Воронеж.



«Имя, сестра!...»

Акселератка Суламифь, если верить классическому Куприну, когда не знала имени царя Соломона, употребляла высокопарные эпитеты «возлюбленный» и «прекраснейший». А Кэрри Брэдшоу из сериала «Секс в большом городе» до последнего изводила зрителей: как же на самом деле зовут мужчину её мечты, он же «Мистер Биг»? Есть странная женская особенность: имена собственные все эти «прекраснейшие и возлюбленные» обрезают, лишь так или иначе «прописавшись» в нашей судьбе

Прямо скажем, «Мистер Биг» (по нашему «великий мужчина») и «прекраснейший» — это ещё хорошо. Автору приходилось сталкиваться с мадемуазелью, которая нарекала своих поклонников невнятным местоимением «оно»: оно позволило, оно пригласило. Ровно до той поры, когда при личном общении «оно» оказывалось симпатичным, смешным и щедрым. Тогда окружающие узнавали, что под «оно» скрывался очаровательный Серёжа Попухов. А другая и вовсе завала своего визави, с которым полтора года обменивалась томными взглядами, ни много ни мало — Белл Уотлинг. Напомним, это имя представительницы древнейшей профессии из романа «Унесённые ветром». Смелое, скажем так, наименование поклонник получил благодаря огненной шевелюре и нечистотности своей фаворитки. Рассказывая подруге подробности развития отношений, интеллектуалка не нашла подходящего сравнения и упомянула развратную красавицу — надо же было как-то идентифицировать пока что безымянного товарища! Под именем Белл тот проходил до первого свидания, где продемонстрировал, что у него не только кудри огненные, но и горячий темперамент.

Оказалось, в миру «рыжий-рыжий, конопатый» звался Эдиком...

Нареченный мой

Почему мы до поры до времени не дарим «сердечным интересам» этот простой, но бесценный подарок — имя? Почему стесняемся называть имя, предпочитаем прятаться за спастической иронией, за местоимениями «сам» или «он», на худой конец, за «одиноким» фамилией? Одно дело, если люди не знакомы. Не называть же человека каким-нибудь Геннадием. Чего доброго, привыкнешь, переименовывай потом в Петра или Валеру. Но порой имя известно, а его носитель почему-то ходит под унизительным «этот самый» или «сами знаете кто». Как будто он король в изгнании, шликс или партизан...

Наши предки были крайне суверенны, называя вещи своими именами. Например, представителя тёмных сил с пыточком, хвостом и копытцами старались не называть по «паспортным данным» — сатана, чёрт, дьявол. Из-за поверья, что только стоит произнести страшное слово, как нечистый дух явится собственной персоной и набедокурит. Вот и звали чёрта лукавым, вичутой беспятым и шшигой. Но ведь тот, кто волнуется кровью, вовсе

не страшная нечисть, его не бояться, а привлекать надо. То есть, следуя логике, кричать, произносить и шептать его имя на каждом углу. Почему же всё с точностью до наоборот?

Ни словом, ни взглядом

Мы все боимся поражения. Провала на экзаменах, на собеседовании, за игрой в боулинг. А в делах амурных тем паче. Бог знает, ответит ли взаимностью тот, кто уже месяц стал властителем дум и объектом страсти. Вроде бы всё идёт по схеме: жаркие взгляды, загадочные улыбки, полунамёки и полубещания. Но влюблённость вероломна: а ну как человек просто так подмигивает и улыбается? Вдруг делает это от широты души и любви к искусству, а не из симпатии... Все боятся быть неправильно понятыми, отвергнутыми, смешными и ненужными со своей любовью-морковью. Как сказала одна барышня: «Ну не могу я называть его по имени, пока не уверена, что у нас что-то сложится. А то подружились поимут, что он мне не просто нравится, а очень-очень нравится. Сама послушай: «Андрей». Видишь, как нежно получается? «Диагноз» налицо. Вот так рассекречусь, а потом стану посмешищем. Андрей... Никогда не годится».

Признаться, особой тональности в этом «Андрей» не слышалось, рвущаяся наружу нежность была очевидна лишь влюблённой. Тем не менее её опасения понятны.

Раньше времени не привыкать

Страшно не только выдать «буйство чувств и поволодевшие глаза». Страшно и за себя, за своё сердце, которое совсем не хочется украшать очередным шрамом. Вдруг и впрямь не случится романа? Вдруг обладатель заветного имени разочарует, обидит, оттолкнёт? И что делать с этими Андреем, Серёжками и Эдиками? Получив официальное имя, они получают прописку в девичьих мыслях. Почти материализуются, так сказать. И очень неприятно в случае неудачи выселять такого осязаемого и привычного Эдика. С абстрактными «оно» и «тот самый» всё гораздо проще. Нет имени — нет человека, следовательно, нет грустной лав-стори.

...Можно сколько угодно рассуждать, как важно не лишать человека имени и приводить лапфонские цитаты, что имя — самый сладкий звук для слуха. Но всё это «доводы в пользу бедных», правда одна: значение имеет имя только того, с кем повезёт хоть немного пройти одной дорогой, одной судьбой. А кто там был до него, Великого мужчины, Мистера Бига, прекраснейшего и возлюбленного, не имеет значения. Потому что до этой встречи мы не жили. Кэтти, а «мужчину мечты» Кэрри Брэдшоу звали всего-навсего Джон Престон. Зато какая интрига была!

Наталья ГРЕБНЕВА.

Незаправленная постель

Ты спаздывала или было пеня, неважно. Да и чего мучиться, если вечером все равно разбираться. Так или иначе, порядок на твоём «ложе» бывает только по выходным. Или перед приходом гостей.

Отринув ложный стыд: стыдиться тут нечего, многие поступают так же. Однако пусть тебя не расколлаживают чужие признания. На этот счёт у предков было предостережение: кровать нужно заправлять, чтобы «бес не шеголял». А современные психологи обходятся без ссылок на нечистоту. Беспорядок в жизни начинается с беспорядка в доме, с мелочей. Сегодня постель не убрана, а там и на работе полный беда, и в отношениях.

Табу на прошлое

Иногда бесцеремонная «экс-пация» звонит твоему избраннику и просит помочь. Сходить с ней на почту за неподъёмной посылкой, отвезти на дачу и выкорчевать пеня. Ну или просто поболтать... Ты изображаешь из себя человека широких взглядов и деланно улыбаешься, мол, «какие молодцы, что вы сумели остаться друзьями». Но в душе мечешь громы и молнии. Почему эту назойливую и непонятливую барышню нельзя отправить в край гигантских пней, чтобы она в одиночку извлекала их и складировала? Потом приходило раскаяние, тебе стыдно за антигуманное настроение. Это же «всего лишь прошлое!»

Отринув ложный стыд: по социологическим данным, 75 % мужчин запрещают своим половинкам общаться с бывшими. А среди женщин этот показатель ещё выше. Поздравляем, ты в большинстве. Стоит ли с этим бороться?

Инициатива наказуема. Разве?

Ты сама познакомишься со «свежим» кавалером. Подошла к нему в магазине со словами: «Простите, у моего брата такой же размер, как у вас. Вы не можете подобрать для него рубашку?» И уже через час, сиди с новым знакомым в кафе, пробовалась, что ты единственный ребёнок в семье. А среди двоюродных только сестры.

Отринув ложный стыд: то, что ты самостоятельно познакомишься с приглянувшимся мужчиной, вовсе не повод для упрямства совести. Так делают все или почти все. А вот с несуществующим братом и впрямь нелепо получилось. Но, скорее всего, «помощник» понял это, когда ты первоначально «подобрать рубашку» в отделе бытовой химии.

Есть вещи, за которые тебе неизменно стыдно. Незакрывший тубик пасты, разбросанная одежда, опоздания на свидания. Ты постоянно это делаешь (или не делаешь), потом дежурно краснеешь удушливой волной. Ещё не надоело? Давай попробуем сойти с орбиты и свернуть с кольцевой. Либо больше не делать (наконец-то сделать), либо перестать сгорать со стыда



...Отмучились!

Не вовремя

В самый откровенный момент тебе вдруг понадобилось рассказать поклоннику забавный случай. Или спросить, какой сорт корма предпочитает его кот. Партнёр выслушал, обдумал, улыбнулся и продолжил начатое.

Отринув ложный стыд: во-первых, ты живой человек, во-вторых, женщина. А нам если что в голову втемяшилось, то надоело. Лучше высказать сразу на месте. К чему измученное действие, когда ты всё время держишь в голове потешный момент и кощачий корм. Кроме того, избранник блестяще прошёл тест на выдержку, другой на его месте продемонстрировал бы истинные эмоции. Наконец, именно такие мелочи составляют твою индивидуальность. Но не переборщи: превысив дозировку, «изюминки» почему-то превращаются в «тараканов».

30 или 31?

В одном ты уверена чётко: в феврале 28 дней, раз в четыре года – 29. А в декабре 31, потому что Новый год. А с прочими январями, мартами и сентяблями сложнее. Может, 30 суток, может, больше. Главное, чтобы по году получилось не больше 364. То есть 365.

Отринув ложный стыд: с количеством дней в месяцах и впрямь как-то сумбурно. Если утешит, скажем, что не только ты страдаешь. Народ придумывает «считалки» на косточках кулаков, ориентируясь по дню рождения знакомых

и прочим памятным датам. А стоит ли ломать голову? Подозреваем, что именно из этих соображений в обязательный минимум программ в мобильных телефонах включили календари. Кроме того, об обязательных платежах за коммуналку и кредит напомнит уведомление. А дату, когда тебе выходить из отпуска, посчитают бухгалтерия и отдел кадров.

Повторение пройденного

Иногда ты провоцируешь бывшего. Хочешь, заприкнуешь голову, чтобы он полюбавался твоими тонкими ключицами и роскошной шевелюрой – тем, что когда-то сводило его с ума. Или передашь привет своим друзьям, которые когда-то вас познакомили. И тебе приятен такой грустный свет, возникающий в его глазах.

Отринув ложный стыд: мы помним, что так поступают только бессовестные и бесцеремонные дамочки. Тем более что у него что-то есть, да и ты не свободна. У него там, что так поступают 99,99 процента женщин. Они хотят убедиться, что магия ключиц и локонов ещё в силе. Другое просто хорошо воспитаны и искренне благодарны своим друзьям, когда-то познакомившим в дуэ. В конце концов, вы стали «бывшими», но не перестали быть женщиной и женщиной, который, хорошо это или плохо, знают сокровенные секреты и слабые места друг друга. Какой тут стыд?

Наталья КРОЛЕВЕЦ



Мой ласковый и нежный ...зверь

ИСТОРИЯ 1 МУЧИТЕЛЬ САША

Саша — мой коллега и временами светлая голова. У него можно попросить совета и чашку хорошего кофе. И против воли послушать рассказы о семейной жизни... Далее, чтобы не пятнать биографию непредумышленным убийством, лучше попрощаться и уйти. Так как Саша, притворно сокрушаясь, вещает: «Ой, лап, нервы в последнее время ни к черту. Жена смотрит «Слово пастыря» по телевизору, а я киплю: ну зачем она этих проповедников слушает? Потом смотрит сериал, а я из себя выхожу: ну для тупых же! И повсюду кошачья шерсть, у нас кошка линяет, на мои костюмы смотреть страшно. Уж сколько раз говорил: «Убери кошку из дома!» А тут еще соседка к ней зачастила. Она уйдет, а я Ольге до полуночи выговариваю: «Зачем общаешься, к кому приваешься?..»

С его женой Ольгой я знаком: красивая женщина с грустными глазами. При встрече мне хочется, как героине Ирины Мирошниченко в фильме «Не сошлись характерами», пристать к ней с заклинаниями: «Да бросьте вы его! Вы молодая, красивая, а он...»

А он, если честно, невысокий, лысоватый, трусливый, не слишком уважаемый начальством и коллегами. Саша внутренне страдает из-за своего несовершенства и в качестве компенсации подминает под себя жену и домочадцев.

Его изуверские выкрутасы даже благопристойно выглядят: подумай, запрещает сериалы смотреть — хочет, чтобы супруга культурно росла. На мы-то способны за деревьями увидеть лес: духовный рост жены Саше до лампочки, ему хочется всего-то самоутвердиться, казнить и милловать, осознавать, что настроение семьи целиком в его руках.

ИСТОРИЯ 2 БРЮЗГА ОЛЕГ

Олег — бывший муж моей подруги Тани и настоящий брюзга-закуда. От него не дожидешься прямой агрессии, все претензии этот тип высказывает косвенно. А вот и зарисовки с натуры: «Разве я не заслуживаю похвалы, ведь так стараюсь для тебя... Ой, Танюш, ты нарядилась, чтобы идти в магазин? А может, у тебя роман на стороне?.. На работе меня окружают одни дураки, по телевизору показывают какую-то муть. А зачем София Ротару такую кофту надела, она в ней толстая. Как, неужели тебе нравится?.. Послушай, и не надоело тебе работать учительницей начальных классов? Платят мало, дети изверги, какие ненормальные согласятся терпеть это?»

Чувствуете, куда ветер дует? Ни одной претензии брюзга Олег не высказал в лицо, но прямо-таки утопил бедную Таню в недовольстве всем и вся. Из камней, которые он изо-

Эту статью я хотела написать десять лет назад, в разгар развода с рыжим Димкой. Прегрешение за ним числилось одно: домашний садист. Но публично его развенчать мешали надежды: а вдруг не расстанемся?

А что если он изменится? А может, я тоже в чем-то виновата?.. Теперь, когда Димка «почему-то» разводится с пятой женой, а масса историй о бытовых тиранах достигла критической отметки, самое время взять этих товарищей за ушко да вывести на солнышко

щерно швырлял в ее огород, аполне можно соорудить пару Стоунхенджей. А еще Олег был (и, наверное, остался) жутким манипулятором: пылая не любовью к теще, и жену оградил от ее влияния. Едва Таня собралась в гости к маме, Олег падал на диван: прострелило спину, поясницу, разве что не голову.

Теперь, когда в Танюном паспорте красуется штамп о разводе, об Олеге мы бы и рады вспомнить или ничего, или хорошо, но ничего хорошего в голову не приходит. Махровый эгоист, неудачник, ханжа. Таких раньше называли «сбьдуга»: целиком проглотить — подавится, но исподтишка подтачивать — самое то. Таня поняла это, когда мир вокруг стал черным-серым, все телепрограммы превратились в муть, любимые прежде ученики «дарили» исключительно раздражение, да и сама себе она перестала нравиться. К счастью, мама и проницательные подруги правильно определили первоисточник тотальной неудовлетворенности.

ИСТОРИЯ 3 ОПЕКУН АНДРЕЙ

Сначала мы даже завидовали Наташке: такая любящая человекуку досталась Андрей ходил за ней по пятам, караулил у дома, преподносил букеты. Наташа упорно не желала смотреть в его сторону, тот не сдавался. Пригласил в свою компанию, где старшие товарищи Андрея от само-

любия красавицы Наташки оставили рожи да ножки: и не красавица, дескать, и бриллиантики в её серьжках не настоящие, и смеется громко. «Щёлчки по носу» можно было бы списать на плохое воспитание парней, да вот незадача: Андрей специально попросил насмешников, чтобы привели девушку в чувство.

Наташке бы наматать на ус, а она замечто стала встречаться с Андреем, что поделать, истинная женщина.

Спустя десять лет у них не брак, а роман «Грозовой перевал» наяву. Лицу непосвященному может показаться, что Андрей в ней души не чаёт: одевает как куклу, даже, пардон, сам белые выбирает. Он не позволяет жене работать, дозирует её общение с подругами, даже мысли её контролирует. Стало не по себе, когда за вечер в раз 30 услышала участливый вопрос Андрея: «Наташенька, а чем думаешь?» Наташка вздрагивала, как спящую, и виновато-вымученно улыбалась...

Однажды она решила уйти. Потому что хотела работать. Хотела не голубое пальто, а зелёную куртку. Не желала слышать откровения мужа в компании его друзей: «Наташка у меня домашняя, сруки приучил есть. Продаёт же, если на воле окажется!»

Она больше не желала быть подконтрольной и зависимой.

Андрей усмехнулся, отведав их сынишку к своим родителям: «Побудь здесь, мама заболела». Перестал давать Наташке денег на хозяйство. Долго и вдумчиво объяснял, в чём она не права.

Они по-прежнему вместе. Он всё так же спрашивает, о чём она думает. Она уже не убегает, смотрит мимо него. На людях Андрей — чудесный муж, заботливый, как наседка. А что творится у них дома, неизвестно, посторонним вход воспрещён.

ТИРАНАМИ РОЖДАЮТСЯ?

Почему они такие, возникает вопрос. Потому что людей одолевает детский и взрослые комплексы, говорят психологи. Потому что хотелось бы быть логи. Потому что хотелось бы быть успешнее и круче, да не получается, а это злит. Самый простой способ выместить злобу — обидеть близкого и желательного беззащитного. Наконец, зверствуют из-за характера, такой вот корявый достался. И самое обидное, домашние тираны «пьют» кровь потому, что им это позволено.

ПОЧЕМУ МЫ ТАКИЕ?

Знатки человеческих душ утверждают, что связать судьбу с бытовым деспотом «обречены» женщины определённого типа, в которых заложена жертвенность, которые с детства привыкли к подобной модели отношений и считают её нормой. Вспомните грустноглазых тётюшек, не то жалующихся, не то гордящихся: «Мы до сих пор вместе благодаря моему терпению! Муж и пил, и к Верке-соседке ходил, и зарплату не отдавал. А я всё стерпела, ведь дети у нас, семья».

Женщины терпят неуважение, оскорбления и прямые издевки из-за детей. Из-за жилья и денег. Из-за страха, что, воспротивившись, получат двойную порцию оскорблений, а то и ударов. И самое обидное, из-за любви, которая, вопреки всякой логике, до поры до времени живёт.



*Они по-прежнему вместе...
А что творится у них
дома, неизвестно, посторонним
вход воспрещён.*

Однако для этого нужно обладать редким качеством — эмоциональной глухотой. Чтобы спокойно реагировать на мужнино «Ты дура!», нужно быть непробиваемой. Иначе есть риск поверить ему и разувериться в себе.

Тем же, кто не обладает спасительной непробиваемостью и не хочет этому учиться, психологи советуют отставать сааи рубежи. Благо все (то есть абсолютно!) домашние тираны на самом деле «трусихи-зайки серые». Они боятся огласки, боясь, что придёт кто-то сильный и хорошо встряхнёт их за шкуру. В конце концов, они чувствительны к угрозам «жесты», если та предупредит: «Крайне нежелательно после череды оскорблений слать близости от меня. Особенно если есть доступ к тупым тяжёлым предметам».

Так что правильная тактика: не глотать издевательств, рассказывать друзьям, родителям. Знаете, как внушительно звучит тиара дождя старшего брата: «Ты, зятёк, поаккуратнее, сестра небитой-натуральной выросла. Так что будь хорошим мужем ей, не обижай, а то семья у нас дружная...»

Нужно давать отпор самостоятельно. Если случился удар по правой щеке, пусть обидчик бережет свою левую. Если «разбудить в себе зверя» вам не по силам, идите к психологу, отринув ложный стыд и слова «мы же семья».

Когда случай особо запущен, то есть тиран из первой категории семимильными шагами переходит в последующие, нужно сесть и внимательно посмотреть фильм «В постели с врагом». И понять две вещи: вы не перевоспитаете его никогда, он вас подомнёт и сломает — запросто. Он не устыдится и не станет вынимать душещипательные увещания. Зато вы с его помощью легко растаетесь со здоровьем — и с душевным, и с физическим.

Наконец, не жалейте себя, это неконструктивно. Конструктивно копнуть силы, беречь себя и идти до победного конца. Вы

не первая и, увы, не последняя. Многие известные женщины — Тина Тернер, Ирина Грибулина, Роза Сбитова, Валерия, Кристина Орбакайте, Вули Голдберг — прошли тем же путём и выстояли. Единственное, о чём они сейчас жалуют, что преступно долго надеялись на лучшее...

«ВСЁ ВРЕМЯ НА ТУМБЕ ДЕРЖАТЬ!»

Тё, что ни разу не сталкивался с мелкой домашней тиранией, могут недооценивать масштабы катастрофы: «Подумаешь, вредничает и ворчит. Не обращай внимания, и всё!»

И в чём-то будут правы: к ноющей боли с годами можно привыкнуть.

Наталья КРОЛЕВЕЦ

Мы не предлагаем преставлять кровать по Фэн-Шуй, бродить в прозрачном пеньюаре и на шпильках, заводить неутомимого маю в поклонниках. Если у вас нет оргазма, проблема в первую очередь в вас, конкретно — в вашей голове. И поскольку она у умных женщин на плечах, то давайте наведем в ней порядок.

Спортсмен силён тренировкой!

Если верить пословице, первый блин всегда выходит комом. И не только первый, а испеченный после долгого перерыва, когда утеряны фирменный рецепт и сноровка. С сексом та же петрушка: чтобы всё получалось, им нужно заниматься всерьёз и часто. Физиологи считают, что дело в сокровенных интимных мышцах, которые отвечают за способность испытывать оргазм и его интенсивность. Если они долго бездействуют, ощущения притупляются. В общем, тело в дело.

Подготовить условия

«Всё завертелось», «накрыла страсть», «это случилось прямо на лавочке» — фразы из студенческого лексикона. Потому что чем мы старше, чем стабильнее отношения, тем реже случаются вспышки желания. И уж тем более не застанут вас хлоп на пестичной клетке. Теперь, прежде чем испытать восторг, вам нужно расслабиться. Знать, что вы в «родной» спальне, дети не вломятся за криком, пёс или кот не помешают интимному общению с избранником. Поэтому замок, крошеч, шпингалет на двери — оправданная мера предосторожности.

Укогда молкнул все песни...

Партнёр старается для вас, дарит ласки, а вы почему-то переживаете за Индонезию, где бушует ураган... Немедленно выключите телевизор! Хотя бы обеззвучьте его, чтобы не отвлекали ни судьи сериальных героинь, ни тревожные дикторы. Вам нужно сконцентрироваться на собственных ощущениях.

Есть же на свете счастливицы, которые посещают «седьмое небо» каждую ночь, причём не раз! Это потому, что природа создала их горячими. Зато я душевная и спокойная, — вы стараетесь не думать о таких «глупостях», как страстный секс и оргазм. Хотя, конечно, обидно... Зачем обижаться, если можно кое-что исправить и «выжить в небеса»

«В небеса!.. Мои обетованные»

поэтому все каналы восприятия должны быть открыты только для происходящего интимного действа.

Я красива! Всегда и везде

Красота собственного тела — болезненный вопрос для многих женщин, а уж привлекательность самой сокровенной его части и подавно. Комплексы и сомнения здесь цветут махровым цветом: «А вдруг у меня ниже пояса некрасиво?» И всё, прощайте приятные ощущения. Успокойтесь, все дамы устроены одинаковым образом, весьма привлекательным для кавалеров. Возьмите пример с героини сериала «Секс в большом городе»: Шарлотта Йорк укрывается в ванной с зеркальцем, хорошенько разглядывая интересующие зоны и осталась довольна. Если вам нужны сравнения, полистайте фотокнигу Фрэнни Адамс «Pussy Portraits». Это снимки обычных женщин, их лиц, и не только. Автор пыталась доказать, что все люди индивидуальны и красивы с головы до ног. Успех проекта вне сомнения: тираж книги был мгновенно раскуплен, готовится продолжение...

Ближе к телу

Недавно считалось, что эпилепсия зоны бикини делает лишь вулгарные барышни и танцовщицы кабааре — из-за сокровенных костюмов. Ныне «индия пошла в массы».

Вы ещё не присовоинились к поклонницам глубокой эпилепсии? Напрасно. Обнажённая кожа чувствительнее, а ощущения острее. А ещё это новизна, которая практически всегда на пользу отношениям.

В постели с врагом

О том, как хорош примиряющий секс, не знают только те, кто не сорвался. Это имеет физиологическое объяснение: «громы и молнии» провоцируют всплеск адреналина, реакция организма очень похожа на сексуальное возбуждение, и если использовать энергию не на битые тарелки... Словом, завелись — не срывайтесь в конфликт, срывайте одежду с партнёра. Он удивится, но ответит взаимностью, так как тоже на взводе

...или с незнакомцем

Фантазируйте, позволяйте себе мысленную измену. Пусть в этот самый момент вас целует не родной и привычный супруг, а незнакомец, который откровенно смотрел на вас. Или импозантный коллега, вызывающий симпатию и, чего греха таить, нескромные мысли. Закройте глаза, представьте в деталях, с кем и как вам хотелось бы заняться любовью. Это не преступно и не порицаемо, напротив, почти «рекомендовано Минздравом».

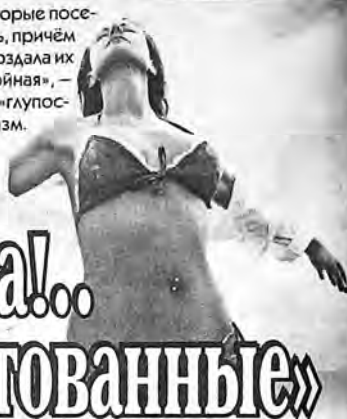
Всем войти в сумрак!

Из опыта известно: яркий свет и абсолютная темнота одинаково асексуальны. Избыточное освещение «обостряет» стеснительность, тьма лишает приятного и возбуждающего зрелища. Золотая середина — таинственный полумрак, в котором тело выглядит гладким и манящим. Идеально, если есть возможность сделать розоватую подсветку, например, накрыв торшер платком. Благодаря красивому оттенку кожа словно персиковая, кажется идеально ровной, здоровой и соблазнительной.

Женщины на высоте

Сексологи в унисон рекомендуют попробовать позу «дама сверху»: можно регулировать ритм, глубину проникновения, переключать пространство поцелуям. А ещё специалисты советуют изучить своё тело, дабы знать, на какие ласки оно наиболее отзывчиво. И в нужный момент подставить под чужие пальцы партнёра плечико, спину, грудь. Самый простой способ выявить амурные особенности — самопознание. Приветствуются прикосновения, поглаживания, ласки — как говорится, «всё сама, всё своими руками».

Лариса АФОНЧЕНКО.



Потому что именно сейчас, когда за окном занимается рассвет или во всю кипит жизнь, решается, что ждет вас дальше. Станут ли совместные пробуждения постоянными или хлопот входной двери будет финальным аккордом встречи. Несмотря на всю остроту момента, не нужно посвящать партнера в свои сомнения и раздумья. Не смотри на него глазами раненой пани, дескать, «не оступился, браво! гусар». Выводы близки к истине, только если условия максимально естественны, когда партнер не в курсе, что он поистине «в лучах софитов, под прицелом кинокамер». Поэтому сначала просветим, от каких поступков тебе стоит категорически воздержаться, чтобы не попасть в список: «Алена. Не брать трубку».

Если ты проснулась первой, не нужно...

- будить партнера. Он наверняка устал минувшей ночью, и коль мирно похрапывает, значит, организм требует. Даже если тебе нужно срочно убежать по делам, не буди человека. Поверь, иногда лучше уйти на простыни, нежели услышать: «Ага, иди. Дверь не забудь захлопнуть». Не бойся, что тайное бегство будет воспринято как дурное воспитание или нежелание видеть. Мужчины устроены проще, если нужно, из-под земли достанут. И мягко пожурят за побег, но это потом... Единственное исключение — пробуждение состоялось у тебя дома, и тебе действительно нужно в аэропорт, на вокзал и так далее

- мчаться в ванную и наводить маршфет. То есть делать укладку, макияж, чтобы восстановить вчерашний образ фан-фаталь. А вот омыть следы былой страсти, умыться, расчесаться и чуть-чуть освежить лицо косметикой — самое то

- складывать его вещи, разбросанные вчера в пылу желания. Звучит парадоксально и не придаст тебе очков, как хозяйке, но этого и не нужно. Ты — желанная женщина, функцию «заботливая мамочка» включать не стоит: отпугнишь натпором и разрушишь магию первого интима

- громко включать музыку, телевизор, греметь посудой на кухне. Понимавший, здесь очень тонкая грань: с одной стороны, все должно быть естественно и ты имеешь право на привычные действия. С другой стороны — неважно, на чьей вы территории, но рядом с тобой пока еще не близкий человек. Данной категории лиц принято демонстрировать воспитанные и деликатные стороны натуры, хотя бы на первых порах.

Если проснулся первым он, не нужно...

- уворачиваться от поцелуев, потому что ты еще не поистела ванную. Мужчина наверняка осведомлен, что утром мы все слегка помпты, не источаем аромат горной свежести, поэтому знает на что идет. А ты, совравшись с постели, кутался на бегу в постыно, рискуешь прослыть «удавчатой бабышкой»
- судорожно собираться с присказкой:



«Ты меня на рассвете разбудишь...»

Рано или поздно это происходит: ты впервые просыпаешься в постели не одна. Неважно, у себя ли дома, у него, на нейтральной территории. Всё свершилось, и всё уже позади, как тебе кажется. На самом деле не придумать момента более ответственного, чем первое совместное утро...

«Всё-всё, я ухожу». Никаких оправданий, извинений, раскаяний. Взрослые люди провели время, как они пожелали. Точка, вопрос закрыт

- спрашивать: «А что на завтрак?» Если ты в гостях, хозяин должен без напоминаний побеспокоиться. Если он этого не делает, вероятно, не знаком с хорошими манерами или прозрачно намекает на твой скорейший уход. И то и другое не способствует продолжению отношений. Кстати, в остальных случаях завтрак можно и нужно готовить вместе. Так прямо и скажешь: «Пойдем на кухню, поможем?» И пусть его функции ограничены сидением на табуретке, главное — участие

- самое главное — не нужно давать понять, что ты рассчитываешь и даже настаиваешь на продолжении, считаешь произошедшее началом отношений иного уровня. Вспомни, как неловко зрителям было, когда в фильме «Жестокость романа» Лариса Огуладина «обрадовала» Паратова: «Матюшка ждёт нас, чтобы благословить». Иногда планы человека не идут дальше уже осуществленных намерений, и, как это ни грустно, осуждать его нельзя.

Запомни, первое утро

редко бывает похожим на голливудский вариант: ты мурлыкаешь, он обнимает от счастья, вокруг розовые лепестки. Даже если пару связывают взаимные чувства, главные эмоции — напряжение, неуверенность, неловкость. Надо окружить себя броней, не исключая возможности на счастливое продолжение. Когда ты слишком вовлечена в происходящее, ты волнуешься и одну за другой делаешь ошибки. Если слишком раскована, создаешь впечатление, что происходит для тебя малозначительно. Юмор и игра помогают соблюсти правильную дистанцию. И ещё: ни одна (пусть и самая ужасная) оплошность не считается фатальной, пока вторая сторона готова дать шанс на исправление.

Наталья ГРЕБНЕВА.

Блиц-тест:

Пары фраз или действий порой бывает достаточно, чтобы понять, есть ли у вас будущее. Итак, он:

- ☐ принес чашку кофе. Одну, для себя. Комментарий излишен
- ☐ выгулял собаку, вернулся со свежими булочками и розой для тебя. Поздравляем!
- ☐ утреннее приветствие начал «оригинально»: «Ну и как я был?» Тут либо комплексы говорят, либо нарискизм, но симптом тревожный
- ☐ спросил: «Тебе вызвать такси?» Пусть вызывает, и немедленно
- ☐ прощается утром, поинтересовался твоими планами на вечер. Хорошее начало, главное, чтобы намерения и заинтересованность совпадали.



«Новые возможности? Поворот к лучшему?.. Парень, расскажи это моей семье и банку-кредитору!» — то и дело слышал герой фильма «Мне бы в небо», которому приходилось сообщать людям о грядущем увольнении. Одиозно впадали в ступор и топ-менеджеры, и уборщики: сколь незавидной ни казалась бы трудовая доля, потерять работу не боялся лишь те, у кого её нет

«А вдруг меня уволят?»

Даже если шеф не хмурится в вашу сторону и в стране не свирепствует очередной кризис, мысль, что однажды вы станете свободным (от обязанностей и зарплаты) человеком, нет-нет да посещает. И приводит в трепет: «Не дай Бог! Только не это!» В страхе потерять работу живут все или почти все. Некоторые умудряются укорениться в нём до абсурда прочно. Стоп, так нельзя. Давайте посмотрим, есть ли смысл тонуть в адреналиновом океане

«Страшно, аж зуть!»

Почему так пугает перспектива выпсть из объёмов? Потому что сулит потерю дохода — раз. Два — потеря статуса. Как ни крути, «безработный» — социальное клеймо, синоним неудачника. Третий страх — лишиться привычной обстановки и общения. Работа становится вторым домом, хотим мы того или нет. И когда в одно на совсем прекрасное утро вдруг понимаем, что некуда спешить, никто не будет доставлять поручениями, доставать звонками, испытывать ужас. Потому что пусть и мучительное, но родное и привычное исчезло. Наконец, оторопь охватывает при

мысли, что замена найдётся не скоро. Придётся ходить на собеседования, видеть равнодушные глаза работодателя и толпу горящих энтузиазмом новых конкурентов. И так долгие месяцы.

Что у нас на рынке?

Страх не покинет, если вы, как устрица, закроетесь в ракушку. И будете уверены, что только в данной организации нуждаются в ваших услугах. Лишь здесь нужен юрист, бухгалтер, совет сошёлсё клином на богоспасёмом ООО «Заря». Осмотритесь, чтобы убедиться о трудоустройстве и оцените обстановку. Видите, как много вакансий по вашей специальности? Вот и хорошо. А если их кот наплакал, одно из двух: либо вы уникальный ценный кадр, либо неустраиваемы на рынке труда. Бояться не надо, но задуматься стоит о том, чтобы повысить свою профессиональную ценность. Для собственной же пользы и душевной стабильности изучайте вакансии, требования к кандидатам, примеряйте их на себя. Старайтесь вписываться в новый формат, если требуются дополнительные знания, получайте их.

«А я ещё на машинке могу»

Недавно соотечественники в едином порыве получали юридическое и экономическое образование — модно и престижно. В итоге полза в вузам, выдающим эти дипломы. А «свежие» выпускники работают менеджерами — рынок перенасыщен юристами-экономистами. Особенно обидно тем, кто за свой счёт получал второе образование в качестве «запасного парашюта»...

Менять профиль и получать дополнительные знания — дело нужное. Но! Диплом с беззвучной специальностью не избавит от риска потерять работу. «Запасной парашют» должен быть прочным, а новые знания жизнеспособными. Например, граждане, умеющие строить, клеить обои, стричь волосы и красить ногти, смотрят в будущее с куда большим оптимизмом.

Избавиться от иллюзий

«Как?» До сокращения я работала в инвестиционном банке, а мне теперь предлагают какую-то заурядную контору? — некая барышня закатывала истерику в бюро по трудоустройству. Её успо-

кавали: «Вы хотите работать и получать деньги или гонимые за престижем?»

Задумайтесь, чего конкретно вы боитесь. Перестать числиться помощником младшего менеджера? Вам безразлично, что ваш доход чисто символический? Зато душу греет солидное название корпорации... Тогда постарайтесь понять банальность: работа — это всего лишь работа. Круг поручений и задач, которые предстоит выполнить, запись в трудовой книжке — формальность по сути. Вокруг полным-полно мест, которые предлагают те же и даже больше деньги, правда, названия компаний звучат скромнее. Даже если впереди увольнение, вы быстро восстановите материальный достаток в другой организации, возможно, в качестве специалиста иного профиля.

Труднее, когда работа — ваше призвание и смысл жизни. Но среди наёмных рабочих мало фанатов, а те, кто есть, зарабатали профессиональные авторитет, и работодатель с ними не расстанется.

Бултых — и в воду!

Люди отчаянные знают: лучший способ научиться плавать — выпсть из лодки посередине бездонного пруда. Чьёбы перестать трагисты за профессиональное благополучие, нужно хотя бы разок его лишиться. Переживши выпадение «за борты» в курсе, что конца света за ним не следует, даже если пришлось расстаться с весьма солидной доходностью. Никто не умер с голода и не прозбал в ничете, ни от кого не отвернулись родные и близкие. Не нашли новое место и себя в изменившейся реальности лишь те, кто сам этого не захотел... Способ очень действенный и отрезвляющий, единственный минус — радикальный, для сильных духом. Без нужды не стоит испытывать себя на прочность и класть «увольнительную» на стол. Интересуйтесь нужным опытом, слушайте истории бывавших «за бортом». Вы удивитесь, сколь часто прозвучит: «Всё началось с того, что я потерял работу. Как хорошо, что это случилось!»

Наталья ДУМЧИКОВА.

Наверняка что-то хорошее в вашем несносном боссе всё-таки есть. Например, стрижёт собачек, переводит старушек через дорогу или у него кровь редкой группы. Но это достоинство капитулирует перед одним могучим недостатком: в умственных и профессиональных способностях дающего товарища возникают сомнения у всех, кроме него. Шеф даёт бессмысленные поручения, портит отношения с «нужными» людьми, жестоко карает сотрудников за мелочи и тут же пропускает грандиозные ляпы. Он не умеет организовать рабочее время, отвлекает людей по ерундовым поводам, а потом кричит, что лодыри «завалили работу», поэтому вам снова «не светят» выходные... Итак, он явно из тех, кого называют обидным словом из пяти букв, персонажи также известны как обладатели холодных ушей. Ладно, это личная трагедия (или счастье?) патрона, а вам-то что делать?

«Я буду жаловаться! Или не буду»

Когда одарённый всем, кроме разума, шеф выкидывает очередное колёнце, вы наверняка думаете: «Не пожаловаться ли вышестоящему руководству?» Скорее всего, такового имеется, потому что будь ваш патрон владельцем частного бизнеса, давно бы прогорел. Следовательно, вы трудитесь в организации с несколькими руководящими звеньями. И как ни прикинь, слишком велика вероятность, что шеф полностью устраивает своих «бонз» — по разным причинам, уточнять не будем. Так что если не хотите нажить армию недоброжелателей, планы революций и изобличительных акций выбросьте из головы. Затевать «поход наверх» можно лишь, если вы профессионал высокого класса, с внушительным стажем работы и к вашему мнению прислушиваются.

Не мешайте человеку!

Совет вредный, почти диверсионский, но оправдан ситуацией: не предостерегайте шефа от явных ошибок. Это на случай, если он решил идти войной на клиентов, заказчиков, непосредственных руководителей. Вы, безусловно, могли бы в частной беседе мягко предупредить: «Иван Иванович, не связывайтесь вы с Иваном Никифоровичем! Он, конечно, не прав, но мужчина склочный и мстительный, вы же ещё виноватым останетесь». Могли бы удержаться от ошибок, но не будете: чем больше босс допустит ляпов, тем ближе его «исход». А на войне как на войне, все средства хороши.

«Улыбаемся и машем»

«Слушайся начальника глупого, потому что глуп, слушайся начальника умного, потому что умен», — гласит афоризм, спорить с ним бесполезно. Допустим, шеф даёт поручение, и не нужно быть великой Кассандрой, чтобы предвидеть его негативные последствия. Боже вас избавь отказываться от исполнения, указывая

«Я сказал, люминий!»



...Конечно, на свете полным-полно умных руководителей. Но именно вам не повезло: достался полный антипод. Выслушивая абсурдные речи босса, вы «гоняете» в голове обрывок популярного анекдота: «Если начальник сказал грузить люминий, будем грузить люминий!»

боссу на промах. Обладатели холодных ушей не воспринимают чужое мнение, поэтому задание всё равно будет исполнено, но уже без вас. Беритесь за дело, однако придайте деятельности широкую огласку. Желательно, чтобы задание было озвучено на планёрке в присутствии третьих лиц, задавайте уточняющие вопросы, дескать, правильно ли понимаете суть, обращайтесь к коллегам за советом. Идеально, если задание будет оформлено письменно, приказом или резолюцией: вам это необходимо, чтобы снять с себя ответственность за возможный «большой взрыв». Поскольку вы гарантированно будете обуреваемы сильными чувствами, напоминайте себе армейскую заповедь: приказы командира не обсуждаются. Что делать, на войне как на войне.

В переговоры не вступать

Наблюдая выкрутасы «вождя», так и тянет обругать его с коллегами-единицами-люминиями: им, наверное, тоже не по душе происходящее. Воздержитесь от «совета

в Филах». Как правило, неумные боссы любят окружать себя свитой поклонников и осведомителей, ладки на лести и охочи до слухов. Не исключено, что вчерашние ваши приятели-соратники тихо перекатят в ряды шефопочитателей — опять же по разным причинам. И в уши босса потечёт информация «из первых уст»: как вы его передразнивали, как насмешничали. Надеяться, что после услышанного «вождь» устыдится или исправится, наивно, зато «казни» оратору не миновать.

Олимпийское спокойствие

«Но он же... не умный! И что теперь, кланяться и руки целовать?» — в отчаянии взываете вы. Изображать ничтопочинатели ни к чему, постарайтесь сохранять нейтралитет. Если «правление» будет совсем уж провальным, надолго босс не задержится. А вам стоит согласно китайской поговорке «сесть на берегу реки и ждать, когда мимо проплывёт труп врага».

Наталья КРОЛЕВЕЦ.



Крайний срок — сорок

Полобить свою красоту

Великая мадемуазель Коко говорила, что если к зрелому возрасту женщина не стала красавицей, то, пардон, она просто дура... Вы так долго переживали из-за этих глупых сомнений. Взгляните в зеркало и скажите: «Да ведь хороша же!» И сразу грудь выше, спина прямее, взгляд загадочнее.

Научиться оценивать себя адекватно

Прямое продолжение предыдущего. «30 с хвостиком» — период, который обязывает кое-что изменить. Несмотря на стройность, худощавость и задорный вид, кроссовки

и джинсы пора сменить на юбки и каблуки. Самое время примерить образ роскошной женственности. И ещё один момент: в юности вы разбили без счёту мужских сердец и сейчас окружены поклонниками. Это здорово, но будьте готовы, что однажды их толпа всё же поредеет.

Завести мужчину-друга

Хватит помать колья по поводу, возможна ли дружба между мужчиной и женщиной. Она бывает, и настало время ею насладиться. Неважно, станет ли другом бывший муж, бойфренд или в жизни возникнет новый человек. Знаете, в чём смысл познакомиться это именно сейчас, в зените зрелой красоты? В осознанности выбора. Вы осознаёте свою

«Подводить итоги», «извлекать уроки», «делать выводы» — эти скучные слова принято приурочивать к определённому возрасту, как правило, «30 с хвостиком». Если честно, страшно становится уже на этапе их произнесения и обдумывания. Несомненно, отмечать какие-то вехи нужно, раз уж вы хомо сапиенс и организованная личность. Но давайте сделаем это веселее: перечислим вещи, которые нужно успеть сделать до 40 лет

женскую привлекательность, но не переступайте границу, понимая, что близкий друг лучше очень близкого.

Найти главное дело своей жизни

Может, кого-то расстроит следующий факт: все великие открытия и свершения были сделаны людьми в возрасте «тридцать плюс-минус». От вас никто не требует завоёвывать полимиры или совершать переворот в науке, но обязательно нужно найти то, чем вы хотите заниматься и дальше. Почему? Потому что, во-первых, метание из ризлторов в стилисты, из финансистов в журналисты допустимы и понятны только в 20-летнем возрасте, в более солидном — характеризует вас не совсем хорошо. Во-вторых, чтобы достичь результата,

нужно время, молниеносный успех — явление редкое. Так что остановились, оглядитесь — и за дело!

Сказать:

«Я согласна...»

Заметьте, не просто «выйти замуж», это наверняка вы успели сделать в 20 с небольшим, а кто-то и не раз. Причины были разные: страсть, влюблённость, будущее материнство. Но так важно однажды получить предложение от самого главного человека и подарить ему взвешенное, обдуманное согласие.

Захотеть ребёнка

До определённого времени почти все женщины сомневаются, созданы ли они для материнства. И если горячего желания нет, в принципе ничего страшного, есть карьера, путешествия, любовь, друзья. Но однажды вас накрывает: «Хочу! Пора!» Вы сворачиваете шею вслед мамам с колясками, расплываетесь в беспомощной улыбке, разглядывая розовощёких младенцев... Мысль, что вы обычная женщина, а не вечная богиня и нимфа, почему-то уже не повергает в уныние. Слава Богу, такая же, как все! А захотеть в этом возрасте важно потому, что есть время осуществить задуманное по своему сценарию: от того самого мужчины, не слишком жертвуя карьерой.

...и родить

А вот тут сугубо практические причины. Здоровье будущего ребёнка, как правило, тесно связано с возрастом и здоровьем мамы, после 40 лет роды — серьёзное испытание для женского организма. Кроме того, малышу нужно успеть поставить на ноги, так что откладывая его появление на свет не стоит.

Научиться радоваться мелочам

В юности для полного счастья нам требовался принц (1 шт.), белый конь (1 шт.), замок у моря и чтобы все нас любило и завидова-

ли. Редко кто был по-настоящему счастлив и доволен собой. А сейчас глупо тратить жизнь на пустые переживания, положительные эмоции нужны как никогда. Кто бы мог подумать, что порой повод для улыбки — в солнечном луче, красивой песне, утренней пробужке.

Купить безумно дорогую и непрактичную вещь

Вообще-то самое время перестать трагичить, но должна же быть в семье ваза, картина или диадема, которую можно передавать последующим поколениям. Кто-то же должен заложить понятие «фамильная реликвия»!

Устроить фотосессию

Так и просится продолжение «в стиле ню». Если хочется «сорвать покровы» — действуйте, не жалейте времени и денег. Подойдите к делу ответственно, найдите хорошего фотохудожника, подберите одежду и реквизит. В 50, 60 лет и далее вы поймете, насколько это были правильные инвестиции — остановить мгновение на пике красоты и зрелости.

Посетить страны третьего мира

...дабы понять, что такое настоящая бедность. Экология, культурные ценности, храмы и обретение душевной гармонии — это всё, конечно, хорошо. Но вот факт из обширного опыта: настоящий переворот в сознании случается, когда сталкиваешься с альтернативной реальностью. Где можно быть счастливым без айфона и машины. Да и вообще жалеть себя больше язык не поворачивается.

Главное, выбрать страну с устойчивой политической ситуацией.

Побриться налысо

Деми Мур сделала это ради съёмки в «Солдате Джейн». Бритни Спирс — в период душевной смуты, актриса Екатерина Волкова — из любви к себе. Желание избавиться от кудрей рано или поздно посещает многих, даже после неудачного посещения парикмахера мелькает шальная мысль: «А вдруг мне пойдет». Если возникло желание отстричь кудры, лучше провести экс-

цез светит всем и всегда, самое время наверстать.

Начать новую жизнь

Примч раз 10, а может, и все 100, по крайней мере пообещать себе. Почему? Потому что разочарования, безответная любовь, ошибки, переоценка ценностей — это неизбежные «болезни роста». Глупо после пережитых невзгод ставить на себе крест, злиться на весь белый свет, умирать душевно. Самый верный выход — с чистого листа, в добрый путь. И ничего страшного, что, возможно, не в первый и не в последний раз.

жить в неврозе? Как ни крути, человек создан для счастья. И значит, невозможно — для шубы.

Совершить подвиг, пусть и маленький

Нам тысячи раз будет стыдно за свои слова и поступки, и ничтожно малое количество раз мы будем гордиться собой. Сделайте доброе дело, которое позволит оглядываться назад с благодушной улыбкой: «А ведь недаром по земле хожу!». Почему нужно именно сейчас свернуть горы, повернуть реки вспять, подобрать брошенного котёнка, перечислить деньги на чью-то спасение? Потому что позже вас потянут благоразумие, нехватка времени и так далее.

Научиться жалеть и беречь родителей

В 18 лет вы не понимали, что мешает маме спокойно спать, пока её кровяничка отравляется на дискотеке. Затем папа до полуночи сидит на кухне и ждёт, пока ваш ключ повернется в дверном замке. А «прощаться с любовью всей жизни», по-вашему, стоило только на маминим плече, щедро орошая её халат горячими слезами. Когда огорчал законный супруг, вам тоже ничего не стоило набрать телефон родителей и, невзирая на позднюю ночь, возмущённо пожаловаться. Потом вы с чистой душой засыпали, а мама, оказывается, пила валокордин в промышленных объёмах. Так вот, настало время осознать: в жизни будут ещё люди, которые заставляют нервничать, и куча поводов для переживания. Вы со всем этим справитесь и заедите шоколадом. А родители — единственные и неповторимые, их сердца сильно огромной любовью к вам, но, увы, ослаблено временем и тревогой за вас. Берегите родителей.

Наталья ГРЕБНЕВА.



Деми Мур.



перимент пораньше. Потом экзентричную выходку сложнее объяснить детям и внукам.

Заснужу под звёздами

Если на вашу юность не выпали ночёвки в поле, на пляже, в походе в лесу, в саду, восполните пробел. Есть в этом какой-то глубинный смысл, вековая тайна. Ну и красиво, конечно.

Встретить рассвет

Зачем нужно встать до зари, окунуться в утреннюю прохладу или просто полюбоваться встающим солнцем из окна? Если вы ещё не поняли, что есть вечные ценности, что соли-

Исполнить заветную мечту

Мечты не выбирают, судя по причудливости, это они нас находят. Казалось бы, умом вы понимаете, что шуба из голубой норки или вечернее платье в пол — блажь, дорого и непрактично. Но каждый раз, видя в витрине или на глянцево-м развороте, стоите: «Господи, как я её хочу!» Долго это будет продолжаться? Ради чего вы, собственно, живёте? Чтобы годами созрел предмет мечтаний, скрипеть зубами и



— И тут я ей устроила! Заставила пересдавать отчёт, велела принести кофе, нагроулила поручениями на год вперёд! Будет знать, как начальнику перечить! — дамы-коллеги пускали клубы дыма во всех смыслах. Меня опять угораздило попасть в курилку с А. и Б. — парочкой руководителниц местного пошиба. «Ведьмы» планировали козни и казни... — Ой, я такой костюмчик приглядела! Буду в нём, как Жаклин Кеннеди, настоящая леди! — неожиданно сбилась с темы А. — Не забудь ниточку жемчуга! — подхватила Б...

Леди как люди

Всё-таки женщины — странные существа. Они непостижимым образом умудряются объять необъятное: из досуге штудировать пособие «Как стать стервой», планировать интим на первом свидании и тут же изумляться — куда подевались джентльмены. Бессменной обладательницей приза «за противоречивость» лично я бы назначил соседку — рыжую профессорскую жену Наталью Владимировну. Высокий статус мужа позволяет ей не работать, сутками смотреть «Модный приговор», молиться на модника Васильева и вздрагивать в себе леди. Впрочем, работа над собой ничуть не мешает ей камить продавцов, отвечать злобными тычками домработнице, лаяться на собачьей площадке, если кто-то осмеливается дерзнуть её лекинесихе

Ляле. Зато потом Наталья Владимировна, как особа благородных кровей, царственно садится в служебную машину мужа и несётся к психоаналитику. И страстно, со слезой рассказывает, какие чёрствые люди её окружают, как мечется её ранимая душа. Или в церковь: чем больше соседка бедокурит, тем щедрее пожертвования «на сироток и возрождение храмов».

Я откровенно не люблю профессоршу, стараюсь даже в лифте с ней не ездить: а ну как потесню, оскорблю дыханием или испугаю Лялю, не дай Бог. Видимо, жильцы придерживаются той же стратегии. А профессорша страстно алчет общения, поэтому не упускает момента:

— Максим, ну что же вы не подали руку Светочке, чтобы ей было удобно выйти из машины! Право, мон шер, что

за манеры! Будьте же джентльменом!

Так вот. Коль повод есть, давайте разберёмся, как надлежит поступать и от чего следует воздерживаться барышням, претендующим на звание «леди». Я, безусловно, не преподаватель этики и даже не джентльмен, но ради такого случая изучил пару пособий...

Неунывающие децибелы

Умные книжицы сразу насупились: хорошие манеры — это всё. Не только умение есть без посторонних звуков, знание слов «спасибо» и «добрый день», но решительно всё — от дикини, мимики, интонации до поведения. Девы, умоляю, услышьте мой крик души: следите за речью! Брань и злословие исключаются по определению, но остаётся

ведь ещё одно оружие массового поражения — голос. Убавляйте децибелы, заклиная. Когда очередная фея в кафе вступает в соревнование с Левитаном, вещая по мобильнику, я покрываюсь испариной. Публика неинтересно слушает: «А он что? А ты что? Ну вааще!» — это раз. Мы в большинстве своём не хотим быть заложниками чужей личной жизни и чувствуем себя шпионами поневоле. Помимо того, существует прямая зависимость: чем громче оратор, тем глупее его сентенции. И порой становится физически больно за кем-то изречённое: «Погоди, а что такое «аутсайдер»? Да ты что...»

Я имел дерзость попросить одну громоглазую барышню не напрягать голосовые связки: в благородном обществе это не принято. Она нахмурила узкий лобик: «У меня просто голос громкий!» — Безусловно. И дикая жажда внимания со стороны — усмехнулся я.

Довод о врождённой громогласности не принимаю. Природа вполне способна щедро одарить человека, однако на то он и разумный и взрослый, чтобы контролировать «дар». Как писал Киплинг: «Несите бремя бели!» То бремя королей! Или не несите и общайтесь, как дикарики: криком, жёсткими, наскальной живописью.

Вовремя, в срок, минута в минуту

Мне неоднократно пеняли по поводу увлечённости телеведущей и актрисой Ларисой Гузевой. Грешен, каюсь. Обескураживающее откровенно брюнетка изреклет филигранности по точности формулировки. Из последних перлов: «Если человек позволяет себе опаздывать, застав-

ляет кого-то ждать, тем более если делает это умышленно — он злобей. Вне зависимости от статуса, успешности, пола». Подписываюсь под каждой буквой. Когда в коридоре наткнулась на мытарей, ожидающих аудиенции у наших «леди», то аскаю. Я прекрасно знаю, что в этот самый момент А. и Б. курят, красят ногти, треплются по телефону или друг с другом, но перед народом изображают дикуню зянкаты. Как-то поднял этот вопрос, дескать, дамы, не угодно ли научиться правильно организовывать свое время, чтобы не создавать в коридорах толчею. Ответом был изумленный взгляд: «А мы должны быть недоступными!»

Дорогие леди и все, к такому себя причисляющие. У слова «недоступность» несколько скрытых и явных смыслов. Но «неприступна, как леди» означает другое. Что девушка не замечает обидчиков и недостойных людей в упор. Что на первом свидании она всё же воздержится от близости. Наконец, что в ее головке даже не возникает вопрос, надевать ли бюстгалтер в жару — да, обязательно, если вы леди. А изображение собственной значимости «на ровном месте» выдаёт лишь неотёсанность и глупый снобизм.

Слушаю!

Не слышь, как часто я наблюдаю миниатюру «глухарь на токовище», последний раз особенно запал в душу, тем паче его героиней была «леди». Леди в том смысле, что все приличествующее звание имело: и нитка жемчуга, и лайковые перчатки, и даже шляпка. Я несколько раз навещал эту «белую королеву», приносил текст интервью. Работа шла трудно: не успевал задавать вопрос, мадам заводила песню акына. Ей

так нравилась собственная биография, что не стеснялась в сотый раз исполнить «для души». Дебри повествования были непредсказуемы: то вспомнит, как рожала, то над какой книжкой плакала, то как конкурента обставила... Я только рот открыл, чтобы направить беседу в нужное русло, глядь, а она уже рассуждает о роли женщины в обществе. В общем, интересно я «провалил». Во время последнего сеанса «радиостанция «Свободные уши» поймал себя на мысли: если сейчас не замолчит, использую её лайковые перчатки, как клеп. И почему-то на ум пришел Сапармурат Ниязов со своей «Рухнамой». У туркменбаши есть реальная подражательница и не дай Бог однажды она возьмётся за перо.

Итак: леди внимательны, унылы и, ради всего святого, умеют слушать. А перебивать не умеют!

Все равны. Но я равнее!

В тот день ненаглядная потащила меня за парой туфель. В магазине Светик кинулась к обувным полкам, я сел на пуфик и «умер», уткнувшись в журнал. И вскоре был воскрешён монологом одной покупательницы. Дама придириливо осматривала модели, примеряла — всё право. Но при этом нервно дергала персонал, привлекая все новых «соучастников»:

— Эти босоножки принеси, эти унеси! Да не эти, а другие! И вот те подай! Менеджера позовите и чаю мне сделайте!

Да, она ошастливила магазин на серьёзную сумму, закупила основательно. Но когда покидала зал, продавцы едва не бились в припадке... Не осуждаю, просто цитирую умные книги: «Этикет подразумевает уважительное и уважительное отношение

ко всем людям, безотнositельно к их должности и общественному положению. Признаком невоспитанности можно назвать повышенную и даже бесстыдную требовательность по отношению к другим людям. Речь идёт о случаях, когда вы предъявляете определённые претензии, не задумываясь о том, чего им будет стоить удовлетворение ваших прихотей...»

Королевы дискуссий

Перечитал написанное, задумался. Получается, что леди — это такие пресные барышни, учтивые и ровные до абсурда. Отнюдь, господа, история знает массу примеров, когда великосветские дамы были остры на язык и отпустили едкие шпильки окружающим. Уоллис Симпсон, та, что «сдёрнула» с престола Эдуарда VIII, шпыняла будущего мужа почём зря. Недотрога Джеки Кеннеди запросто обзывала идейную Индиру Ганди «невыносимой занудой», а Черчилля — «спятившим старикашкой». Но! Зловещимым дамы занимались без свидетелей, а публике демонстрировали чудеса словесной пикировки. Это было остроумно, изысканно, восхитительно, достойно цитирования...

С тоской думал об этом, возвращаясь из курилки, где остались свирепствовать и мечтать о жемчугах леди-ведьмы А. и Б.

Ну разве это интригует — «заставила переделять отчёт»? Ха, шито белыми нитками, обычное сведение счётов. Если уж леди вступает в игру, где жертва обречена, но не догадывается, то тонкость подковёрных ходов изумляет. Лишь спустя годы разыгранная пешка понимает, что всё было предопределено, но, увы, финита ля комедия, а «королева» даже белых перчаток не сняла.

... Наконец, с вашего позволения, адресую личное послание своей легендарной соседке. Специально для Натальи Владимировны я изучил главу «Старомодные манеры и современный вариант». Так вот, прежние нормы действительно обязывали водителя обходить

машину и открывать дверь для женщины-пассажира. А вот что диктует новое правило: «Водитель открывает дверь пассажира, чтобы тот мог сесть. В конце поездки водитель открывает дверь и помогает выйти пожилому или ограниченному в возможностях пассажиру, однако в иных случаях он может исходить из того, что человек сам справится с этой задачей...» Поскольку моя ненаглядная в добром здравии, думаю, я всё-таки чуточку джентльмен!

Макс ПОЖАРСКИЙ.



Непростой Пушиной



По образованию физик, по профессии телеведущий, по призванию юморист и музыкант, а ещё любящий муж и заботливый отец – и это далеко не все грани личности по имени Александр Пушной

Между творчеством и наукой

Будущая звезда федерального масштаба появился на свет в Новосибирском Академгородке в семье учёных. Как и положено мальчику из интеллигентной семьи, с семи лет Саша посещал музыкальную школу, именно посещал – заниматься музыкой не любил. Просто музыка была не та, он с младых ногтей предпочитал «Металлику», а приходилось разучивать классические пьесы



для фортепьяно, которые казались невыносимо нудными. Только благодаря несомненным незаурядным способностям, а главное, под давлением родителей, он получил диплом.

В награду отец купил ему гитару, и в мгновение ока юноша научился играть без преподавателей и учебников.

Но лирику в сторону, за высшим образованием Александр отправился на физический факультет Новосибирского государственного университета, защитил дипломы бакалавра и магистра по физике. Однако природа брала своё – студенческий клуб «Квант» обрёл активного участника, ни один каплунок не проходил без этого забавного паренёчка с гитарой.

Позже Пушной начал играть в КВН в составе команд «Дети лейтенанта Шмидта» и «Сибирские сибиряки». Его образ Стинга любители КВНа помнят до сих пор. Как говорит сам Пушной, «КВН – это такой комсомол, в хорошем смысле этого слова. Давёт путёвку в жизнь». Действительно, из клуба весёлых и находчивых вышло много хороших артистов юмористического жанра. Однако не всем удалось «удержаться на плаву», многие «выпускники» Александра Маслякова оказались забытыми после прекращения КВНовской деятельности. Впрочем, возможно, что такая участь постигла бы и Пушного. Но на всё воля случая...

Александр после КВНа ушёл в тень ни на год и ни на два, а почти на десять лет! Монтировал и озвучивал разные

юмористические программы, время от времени выступал. Новый виток в карьере наступил, когда товарищи по клубу Татьяна Лазарева и Михаил Шац пригласили его на роль соведущего программы «Хорошие шутки». А спустя два года Пушной уже начал «солнечную карьеру» – стал ведущим научно-познавательной передачи «Галileo». Недюжинные познания в области физики и умение расположить к себе людей сделали Александра одним из любимых телеведущих и взрослых, и детей. Пушной смеётся: «Когда я выхожу с ребёнком во двор в песочнице поиграть, детвора сразу сбегается ко мне и ходит по пятам, как в мультфильме про Бонифация».

Отличный семьянин

Будущую жену Татьяну Александр встретил на музыкальном панк-фестивале «Вести Андеграунда». Таня занималась визуальным оформлением мероприятия, а Саша – установкой звука. Через два года влюблённые сыграли свадьбу. Сегодня у Александра и Татьяны подрастают двое сыновей – Дима и Миша. «В связях, порочащих себя, замечен не был», – пишет про себя Александр Пушной на персональном сайте. – Отличный семьянин». Больше никакой информации о личной жизни. К слову сказать, дизайн сайта выполнен женой Пушного. Такой вот удачный тандем и в семейной жизни, и в творческой.

А вот о детях Александр может говорить много и интересно: «У детей в ПЗУ (простейшее устройство для хранения информации) защита хитрость. Ведь его же никто не учил прийти на кухню, взять конфету, съесть её. Потом ему мама говорит: «Дима, тебе кто разрешил взять конфету?» Он говорит: «Папа». А папы даже рядом не было...» Такая смекалка, может быть, и даётся малышам при рождении, но сыновьям Пушного точно передалась

с генами отца. Будучи ещё школьником, маленький Саша тоже попадал в переделки, из которых потом легко выпутывался. «Я должен был вернуться из школы домой в час дня с учётом того, что успею всё сделать: покататься на санях, поиграть в футбол. Мама просила не олаздыть, ей нужно было уйти по делам... Играю в футбол, смотрю уже пять часов, понимаю, что меня сейчас убьют просто. Мама уже приготовила ремешок и собиралась показать меня со всей строгостью, если бы я не придумал тонкий психологический ход. И вот я спускаю ранец, опускаю голову и выхожу из-за дома, зная, что меня видят. Иду, медленно волочу ноги, и начинаю себя доводить до состояния истерики. Мама думает: как-то странно идёт, что-то не то. Открывается двор, и я уже со слезами на глазах говорю: «Мама, что я наделал...» У неё варианты посыпались: что-то случилось в школе? Я говорю: «Я ж тебя поделё, я не пришел в час!» Естественно, о наказании мама забыла».

Теперь же он сам стал родителем, а потому сразу просекает, когда его собственные дети начинают изворачиваться и хитрить. Пушной-папа — тертый калач, его не проведёшь! И тут же Александр машет рукой: воспитывать не воспитывая, ребёнок сделает, как ему хочется, а иначе как из него личность вырастет? Одно наш герой утверждает наверняка: воспитывать нужно просто хороших людей, а остальное прибьётся само собой.

Отличного семьянина беспокоит в семье лишь одно досадное обстоятельство: «Моя жена и сыновья — это те люди, которые страдают от моей популярности. Дети, к примеру, чаще видят отца по телевизору, чем в реальной жизни...»

Назад к музыке

Будучи человеком одарённым разносторонне, Пушной сам не может с уверенностью дать точное название тому, чем он занимается. «Знаете, я бы даже денег заплатил человеку, который бы смог охарактеризовать мою профессию... признаётся он, — потому что у меня сыновья подрастают, надо говорить, кем папа работает, а папа и сам толком не знает. У меня в графе «профессия» ничего не стоит, трудовая книжка дома ле-

жит, я по договорам работаю. Чтобы не падать в глазах детей, я скажу: папа работает на телевидении, если к тому моменту я буду работать на телевидении. А если нет, то скажу: папа работал на телевидении».

Кроме работы и семьи, в жизни Александра по-прежнему немало места занимает увлечение музыкой. Немногие знают, что в своё время Пушной писал музыку к таким отечественным сериалам, как «Простые истины» и «ФМ и ребята». Куда более известны его сатирические интерпретации известных песен раз-

написать что-то серьёзное превращались в смешное. И я уже решил, что не стоит и пытаться...» Тем не менее Пушной не был бы самим собой, если бы бросил сочинять. Он по-прежнему пишет песни, но уже для сугубо личного прослушивания. А выпустить очередной диск с красивой фотографией, где он весь в чёрном, со взглядом исподлобья и надписью: «Мои песни» — этого уже и так достаточно. Неинтересно, нужно двигаться вперёд. Несоднократно в столице проходили концерты Пушного совместно с группой «Джанкой

Бразерс», вместе они ездили и в гастрольный тур, причём не только по России, но и за границу.

Но даже при такой высокой музыкальной активности Пушной чуть ни в каждом своём интервью заявляет: «Я по большому счёту не музыкант. Гитара в моих руках — это лишь средство донесения мыслей». Несмотря на то, что в детстве Саша получил музыкальное образование, главного желания родителей он так и не исполнил, о чём иногда с сожалением говорит: «Мама всегда меч-

тала, чтобы я стал хорошим пианистом. Она думала, что я буду выходить на сцену в красивом костюме и играть классические произведения. Вместо этого я, взъерошенный и бодрый, правда, всё же в хорошем костюме, выхожу на сцену и выдаю зрителям совсем другую

музыку». Заявлять с экспериментами Пушной не намерен, и совершенно неизвестно, какой ещё виток сделает его творческий путь. Возможно, когда-нибудь он всё же осуществит мечту своих родителей и станет «серьёзным музыкантом».



На съёмках передачи «Хорошие шутки».



Женой Татьяной и сыном Димой.

Подготовила
Алёна ВОЛКОВА.

ПОД ЗАЩИТОЙ

Как я жила этот год – не помню. Приходили подружки, говорили, что нужно убрать твои вещи подальше, раздать книги, отнести фотоальбомы в гараж. Навещала мама, сидела рядышком на диване, гладила по руке и обещала, что всё обязательно будет хорошо. После её ухода куда-то запропастился твой портрет, тот, с ленточкой на уголке. Приходили твои друзья, приносили деньги, просили, чтобы я звонила «если что». «Если что» происходило постоянно, но я не тревожила никого звонками. Зачем? Когда в ванной «насмёрть» перегорел выключатель, взяла настольную лампу, удлинитель и восстановила освещение как могла. Теперь, когда тебя нет, мне не нужен комфорт, я не хочу глобальных вмешательств. Это ведь всё ненадолго, правда? А коль так, можно приспособиться и потерпеть.

А ещё я много читала. Почему это происходит с нами, с молодыми людьми, счастливыми и женатыми. Возник запоздалый интерес, можно ли было этому противостоять. Может, мало принимали витамин А? В статьях то и дело пишу: «Мощный фактор профилактики и лечения». Хотя... Тебя не спасли химиотерапия и операция, не глупо ли надеяться на какой-то там витамин.

Всё валилось из рук, с работой не успевала, кажется, только из жалости. В должности не понимали, но поручали лишь мелочёвку: «Алина, сними копии, отнеси в архив» и так далее. А что можно было доверить? В маршрутке в одну неделю у меня вытащили кошелек и телефон, в магазине, купив молоко и батон, я то и дело забывала сдачу, в банке, платя за квартиру, пару минут хлопала глазами и подбирала слова.

На меня смотрели снисходительно, со мной разговаривали, не пряча безразличную жалость, а мне было плевать.

Лишь дважды в сутки, утром и вечером, я брала себя в руки. Наш спальный район отдалён от центра оживлённой магистралью, по которой сутки напролёт снуют автомобили. Переход под или над дорогой районная управа так и не удосужилась построить, хотя регулярно «грозится». Идти полтора километра до ближайшего перехода вдоль визжаще-ревушей трассы местным обитателям не слишком заманчиво, вот и приходится преодолевать «полосу препятствий» кто как может. Прежде чем ступить на опасную зону, я встряхиваюсь, жду кого-нибудь из соседних домов. И вместе мы негустой группкой пересекаем магистраль. Машины, из уважения к нашему коллективному шествию, притормаживают и пропускают. Дважды в сутки, по пути на работу и с работы, я просыпаюсь. А чаще – незначим.

Всё это время я не задумывалась об одиночестве. Как можно чувствовать себя одинокой, если тебя вообще нет?..

В тот промозглый вечер ехала в маршрутке в час пик, облокотилась рукой о вертикальный поручень. Наверное, из-за меня пассажирам стало неудобно передавать мелочь за проезд. Поняла это, лишь когда услышала злобное шипение и подняла взгляд. В зеркале отражался молодой лысоватый водитель, и он явно был мною недоволен:

– Ну что ты застыла, курица? Устроила шлагбаум, из-за твоей руки народ не может десятку передать. Ты мне, что ль, за ник заглотишь? Стоишь сонная, клуша несчастная...

Он бормотал и бормотал, не повышая голоса, чтобы не привлекать внимание других, но сплона излить злобу на меня. Всего лишь из-за моей неудобной позы, из-за несчастной мятной културы, которую он получил с пятисекундным опозданием. В чём дело? В том, что водитель был злым и невоспитанным? Или в том, что почуял мою одинокую неприкаянность, беззащитность?..

Господи, быстрее бы добраться до дома, глотнуть горячего чая и в постель!

...С чаем не тут-то было. Едва щёлкнула кнопкой электрического чайника, как во всей квартире погас свет. В темноте нащупала в буфете свечку, зажгла, вышла в коридор, где уже собрались возмущённые соседи.

Да что же за день сегодня! Мало мне злобного водителя, так ещё от бугая-соседа слышала отповедь. Что я безрукая, «напрочь спалила пробки», сто лет не вызывала электрика и однажды сожгу весь дом к чёртовой бабушке...

Милый, родной, единственный! Если ты видишь и слышишь, не оставляй меня! Ну за что эта мука смертная? Каждое утро переходить ревушую трассу, глотать колко-



сти, насмешки, жалостливые взгляды и оскорбительные фразы? Зачем мне этот мир, где я всегда одна? И если не можешь сейчас же забрать меня к себе, то почему не заступиться, почему не защитить? Или притчи про ангелов-хранителей – красивые сказочки для совсем отчаявшихся?..

Если стогит, туда и дорога. Я дерзко нажимаю кнопку чайника, тот и не думает «вырубать» пробки, послушно урча, подогревает воду. Хм, мелочь, а приятно.

Вопреки обыкновению, лифт не гуляет по этажам, а сразу же приходит на мой вызов. Во дворе ни лужицы, дорожки соседка Марья Ивановна, которая дежурно выгуливает терьера Бублика. Вообще-то за Бубликом закрепилась слава глуповатого пса-пустобреха, но сегодня мне кажется, что у него симпатичная морда и пронзительная улыбка.

Солнышко пригревает утринными нежными лучами, в воздухе разлился весна. А ведь и впрямь – весна! И не заметила, как она наступила.

Я подхожу к траве, как назло, ни одного заинтересованного лица, которому нужно на ту сторону. Можно, конечно, минут 10 постоять, и группа добровольцев соберётся. Но сегодня особенное утро, и я делаю шаг на проезжую часть. Во всём мире словно замирают звуки, я иду в тишине, не смотря по сторонам. И на другой стороне магистрали понимаю: получилось. За спиной так же шуршат шины, визжит авто тормоза, но сегодня у них получается дружелюбно-приветливо.

МИЛЫЙ, РОДНОЙ, ЕДИНСТВЕННЫЙ! ЕСЛИ ТЫ ВИДИШЬ И СЛЫШИШЬ, НЕ ОСТАВЛЯЙ МЕНЯ!..

Происходит что-то странное. В обед мне хочется есть. Вечером – спать, утром – пить. Хочется новое платье и стрижку, и извести цыганского кота, как в рекламе корма.

На работе шеф осторожно поинтересовался:
– Алина Сергеевна, нужно подготовить предложения в проект договора. Посмотрите?

– Конечно!

Куда-то ушел страх, что вместо рациональных фраз перед глазами будут плясать бессмысленные буквы. И правильно: всё предельно понятно. И самое главное, интересно – это ощущение из давно забытых. Вечером отношу начальнику пару страниц с предложениями, спустя несколько минут в кабинете раздаётся звонок:

– Ну, Алина Сергеевна, с возвращением, заждались мы вас, честное слово.

Домой не иду, а бегу, лечу. Перед тем как пересечь злосчастную магистраль, забегаю в магазин за провансом. Кассирша лениво пробивает покупки, протягивает чек.

– А сдача? – впервые вступаю в диалог.

– Ой, простите, – суетливо отсчитывает мои копейные.

У магистрали присоединяюсь к ожидающим «переправы», дружно шагаем сквозь замерший поток машин. Один из «идущих вместе» следует за мной до подъезда, заходит, стоит у лифта:

– Простите, мы, кажется, соседи? – спрашивает он.

– Простите, мы, а вы никогда нас не видели.

– Наверное, да, но я никогда не видела.

Молодой высокий мужчина, куртка, кроссовки, сумка через плечо. Русые волосы, короткая стрижка слегка от-

росла, но ему идёт. Откуда взялся?

– Вы правы, мы не знакомы. Неделю назад переехал в ваш дом, располагаюсь на шестом этаже.

– Да? А я на пятом...

– Даже не знаю, поздравить или посочувствовать. С будущей недели планирую ремонт, так что танцы под перфоратор обеспечу.

– Шикарно, обожаю плясать под перфоратор.

Когда долго не получается заснуть, я веду беседы с собой. Соседский перфоратор давно замолчал, думаю, этому поспособствовал визит толстяка с нашего этажа. Победа хлопот неслегка, но возвращении толстяк возмущённо хлопнул дверью. Ты не поверишь, противостояние длится уже второй месяц, и мне кажется, что «новичок» заводит громогласный агрегат из мальчишеского озорства, подражает толстяку. Например, сегодня тот рванул на шестой этаж с криком: «Он что, и обои вздумал «на болты сажать»? Мы с котом перепугались и захихикали. Кстати, питомец освоился и перестал сиротливо мычать, когда я ухожу на работу. Пора выбирать щенкастою имя, как тебе вариант «Кукарача»? Можно просто Кука, он уже дважды откликнулся.

У меня всё отлично, тыфу-тыфу не сплзнуть. Пару раз удачно провела переговоры, заработала похвалу от начальника и премию. Перекрасила волосы в рыжий цвет, тебе бы понравилось. А ещё купила новые джинсы: те, которые носила после твоего ухода, вдруг стали малы. Из-за проснувшегося аппетита выросло то, что полагается иметь молодым здоровым женщинам.

Вчера шла с работы, присела на скамейку у подъезда, тут же подскочил терьер Бублик – помнишь его? Принёс мне мячик, хозяйка Марья Ивановна сказала, что это знак величайшей собачьей симпатии. Бублик, скорее, свирепо обляет, нежели расцелует со своей любимой игрушкой. Как видишь, пользуюсь популярностью.

Ты только не обижайся и пойми правильно. Знаю, ты ждёшь, и когда-нибудь я буду с тобой. Навсегда, вместе. Но пока мне рано, ещё столько дел. Хотя бы поставить на ноги кота! Шучу, конечно...

Спасибо тебе за защиту, родной мой, за поддержку. Но дальше я сама, ладно? У меня получится, честное слово! Я справлюсь, хороший мой. Тебе ведь тоже, наверно, трудно всё время опекать меня, так что... Так что спокойной ночи. И спасибо, родной.

СПАСИБО ТЕБЕ ЗА ЗАЩИТУ, РОДНОЙ МОЙ, ЗА ПОДДЕРЖКУ. НО ДАЛЬШЕ Я САМА, ЛАДНО? У МЕНЯ ПОЛУЧИТСЯ!..

Утро ознаменовалось сбежавшим кофе. Впервые за несколько недель напиток коварно забурлил и вылился из турки. Глядя на бурные пятна, украсившие белоснежную плитку, я улыбалась. Значит, услышал...

У магистрали никого, ни одного ожидающего «переправы». Ничего, главное – не бояться и идти уверенно. Едва делаю шаг, кто-то берёт меня за руку:

– Доброе утро, соседка! Держитесь крепко.

... Стрижка отросла ещё больше, но «носителя», кажется, это не заботит. И правильно, ему идёт.

Наталья ГРЕБНЕВА.

По ту сторону Чёрного моря

Угадайте, какой самый популярный российский курорт?

Нет, это не Сочи, Антала или Ейск, это Турция. В любом подъезде одыжной «хрущёвки» найдётся семья, загоравшая этим летом на турецком песочке, нет уже в Турции пляжа, где ни звучала бы русская речь. Суммируем наши знания для тех, кто только планирует там побывать, и, возможно, откроется нечто новое и для бывалых «турко-туристов»!



Европа или Азия?

97% Турции находится в Азии на полуострове Малая Азия (или Анатолия) и всего 3% на территории Европы (Фракия в древности, европейская часть Стамбула в наши дни), и тем не менее европейская история немалая без Турции. Здесь раскопали легендарную Трою, здесь берут свои истоки реки Тигр и Евфрат, олицетворяющая садн Эдема, здесь в восточной части Анатолии находится гора Арарат, к которой согласно библейским преданиям пристал Ноев ковчег. Турецкий Стамбул (он же Константинополь, он же Царьград) был столицей Римской, Византийской и Османской империй, захвативших немалую часть Европы, породив тем самым не одну кровавую войну. В наши дни Стамбул даже не столица Турции, а всемирная культурная сокровищница, которую безусловно стоит посетить хотя бы потому, что именно этот город считается колыбелью православия. Обязательно съездите туда с экскурсией, оторвавшись от «попелевого» отдыха на пляже. Кстати...

Песок или галька?

Бегать с детьми босиком по пляжу, строить песочные замки и зарываться по подбородок в чистейший песок, играл в Саиде из «Белого ополка пустыни», вы сможете, если отправитесь в Сиде, Манавгат, Анталью или в район Фетхи. При отъезде западнее Антальи, вокруг Кемера пляжи галечные, что не всем ступням по нраву.

Лето или осень?

Летний сезон начинается в Турции уже в конце апреля, а сезон отпусков у большинства россиян, как правило, приходится на середину лета. Следует учесть, что в это время здесь наступает пик жары, а турецкое солнце куда более «кусаче», чем наше. Температура воздуха постепенно спадёт к концу сентября, а вот вода в море останется такой же тёплой, как в июне, так что «бывальцы» отправляются отдыхать на турецкий берег именно в «бархатный» период, который длится здесь аж до середины ноября. Правда, чем дальше вы углубитесь в осень, тем больше вероятность нарваться на пару-тройку дождливых дней, зато точно не обгорите, а главное, сэкономите — цены в осенней Турции падают вместе с температурой.

«Горячая тройка» турецких хитов

1 Бани, или хамам — один из трёх «хитов», на которых лежит традиционная Турция. Хамам представляет собой крупное помещение с куполообразным, как в храмах, потолком. Сравнение с храмом на этом не заканчивается: в турецкой бане не только моются, расслабляются телом и очищаются от токсинов вместе с потом, здесь забывают о светских делах и тревогах, освобождаются от лишнего хлама. Обстановка располагает: вдоль выложенных мрамором стен стоят мраморные скамьи, а в центре расположен мраморный, разумеется, стол. За ним не вьют, на нём лежат! Улечься на него принято перед началом процедуры мытья, чтобы как следует прогреть косточки и подготовиться к пребыванию в постоянно заполненной горячим паром бане. Рядом

Уважаемые и рассказы о тех интонациях нашей Родины, ваши впечатления и впечатления! Лучшее указывать фам

дом каждой скамьи установлен бак, куда можно напустить горячую или холодную (по желанию) воду, чтобы по мере надобности окупать себя из специального ковшика. Местные жители предпочитают погорячее. Это при том, что в турецкой бане не принято находиться в чем-либо родила, полотенце вокруг бедер строго обязательно, в идеале еще одно полотенце наматывают на голову, а третьим покрывают плечи, так что семь потов ханам стонит.

2 Кофе для турков такая же святая традиция, как чаепитие для англичан, только «файв о'clock» неограниченна. Первые кофейни, установленные дорожными коврами и подушками, возлегли на которых можно было наслаждаться соевым сваренным кофе, пока твой слух усаждает поэты и певцы, появились в Константинополе в том же году, когда наш государь-батюшка Иван Грозный, ни мало не забывая о комфорте своих подданных, отправлялся

сверкающих в разрезах юбок бедер? Следовательно, зажигательную пляску надо запретить, искоренить и забыть! А значит, потерять немалую статью дохода в бюджете страны? Эту дилемму хитроумные турки легко обошли, официально заявив, что танец живота, собственно, к Турции отношения не имеет, это наследие древней арабской культуры, с ней и спрос по поводу соблюдения норм высокой моды. Да, и если честно, приличные турчанки танец живота по ресторанам не пляшут, наших соотечественниц куда реальнее встретить на тамошних сценах.

«Как ты смеешь тут ходить, по-турецки говорить?»

Разгуливать по турецким улицам можно совершенно спокойно: криминальная обстановка в стране одна из самых спокойных на Востоке, а в сами турки доброжелательны и гостеприимны. Практически весь обслуживающий персонал отелей свободно владеет английским языком, и ваших познаний, оставшихся со времен школы, будет достаточно, чтобы достичь взаимопонимания. Но даже если вы не «ангустейд», смело отвечайте на родном языке — многие турки хорошо говорят по-русски, а аниматоры, занимающиеся с детьми русских туристов, зачастую и вовсе наши соотечественники или приезжие с Украины. Однако если вы блещете парой-тройкой турецких слов, отношение к вам в отеле станет еще более теплым, а уж на местном базаре сразу поймут, что вы не злетьный турист, а человек бывалый, и торговаться умеете, как заправский турок. Стоит запомнить всего несколько расхожих слов и выражений (истати, вы удивитесь, но наши дети уже спустя пару дней отеля будут легко вставлять их в свою речь, ведь турецкий просто сказочный язык!):

Мераба! — Здравствуйте!

Селям! — Привет!

Гюн айдын! — Добро утро!

Насыльсыныз? — Как поживаете?

Голе голе! — Счастлива! До свидания (говорит тот, кто остается).

Хошча калын! — До свидания (говорит тот, кто уходит).

Эйяллаха! — Пока!

Звет — Да.

Хайр, Йок — Нет.

Лютфен — Пожалуйста, будьте добры!

Тешекюрлер — Спасибо.

Кач пара? — Сколько стоит?

Бу чок пahalлы! — Это очень дорого! Для полной ясности воспользуйтесь языком жестов, который порой бывает более эффективен, чем любые слова! Чтобы убедительно сказать «нет», нужно просто пожать голову, поглядеть в небо и слегка прищелкнуть языком. В знак согласия, наоборот, голову слегка наклоните, глаза опустите. Как говорится, кто знает, тот поймет! А слишком навязчивому торговцу пощелкайте языком попроще — миготом оставит!

Наталья АНДРИЯЧЕНКО.

Письмо читателя

Осенний поцелуй Турции

«Этим летом нашим сном не удалось сделать отпуску на любимое Чёрное море, наш папа вырвался в отпуск только в конце сентября. Лететь далеко с двумя дошколятами не хотелось, да упор мы соображали сделать именно на детском отдыхе, поэтому экскурсия нас не интересовала, мы были о теплом ласковом море, а потому выбор был сделан в пользу Турции. Остановились на районе Кемер, где климат, горы, море покоили на привычные нам кавказские. А вот отель выбрали долго, поскольку список требований у нас оказался длинный: первая полоса от моря была с пятью звездами, отель детский, развлечения (бассейн, водные горки, русскоговорящие аниматоры), удалённость от города (хотелось тишины, покоя и свежего воздуха) — и всё это при не слишком большом семейном бюджете. Кто ищет, тот всегда найдёт. И вот мы уже скривились чинными в номере и босом на море — благо до него всего каких-то 50 метров! Море (напомню — конец сентября) оказалось как парное молоко — 26-28 градусов! Вода у турецких берегов более соленая, нырять с непривычки не комфортно, зато утонуть сложнее. И ещё Чёрное море здесь невероятно чисто: прозрачное, глубина в четыре метра просматривается насквозь, дель верещали от счастья, когда видели стайки разноцветных рыбок. Днём ещё стояла жара, но уже не было зноя, дувало свежо, мы ни разу не включили кондиционер в номере. В первый день октября подул ветер, правда, тёплый, но сильный. Купаться в первый попавшийся день ещё можно было, но ближе к вечеру мы уже не решились отпустить детей поплескаться: волны поднимались приличными, и выскочить на берег в объёме ветра было уже слишком зноя. Паремистились в бассейне, на территории нашего отеля их было три: два открытые (детский глубиной 40 см и взрослый) и один закрытый. Анимации, песни, пляжи, гимнастика — с утра до ночи. Дети от постоянной физической активности и свежего морского воздуха не просто засыпали, вырубались. Да и кормили на ужин, особенно порадуют! Иогурты, которые готовились тут же при нас, мясо и рыба гриль, огромное разнообразие сыров, национальные напитки, пазиле с пылу с жару, дати были в достатке от местного мезежного муссов и сфуде. Наше сладкоежки просто не желали уезжать домой! Да и нам возмразилась в промозглую осень было несладко... Обязательно ещё вернёмся в Турцию, возможно, попробуем таверну, хатти и олень! Обязательно самое тёплое воспоминание!»

Мария ВЕТРОВА, г. Курск



покорять Астрахань. А вот турки мало беспокоили, что русские всё ближе и ближе подбираются к границам Османской империи и грядут жаркие деньки. Они предпочитали пребывать в неге и покое, наслаждаясь горячим напитком. Женщина имела полное право развестись с супругом, если тот не обеспечивал её ежедневной порцией кофе! «Культура кофе» в Турции процветает до сих пор, во время его глотки поднимаются тосты за здоровье и счастье в личной жизни, «на закусок» традиционно подаются джизини, фиджики, шербет, лукум, халва и даже варенье.

3 Танец живота начал в Турцию «русско туристо, облик мораль» ещё в советские времена, а вот в наши дни отходящие со всего мира чуть не лишили этого специфического танцевально-эротического удовольствия. Турция — светское государство, однако согласно исламским обычаям публичное ношение открытых платьев женщинами строго запрещено, а какой танец живота без оголенного пупка, открытых плеч и

читатели, присылайте в рубрику «Вокруг света» раскрасные местах, где вы побывали: будь то просторы Ближнего зарубежья или заокеанские дали. Уверены, мы и рекомендации помогут начинающим путешественникам работы будут отмечены гонорарами. Не забывайте фото, имя, отчество и свои контакты.

Наталья АНДРИЯЧЕНКО.



«Гумливер» — подписывал Ходасевич статьи в одной из газет русского Зарубежья, огромной фигурой остался он и в поэзии. А в жизни, в быту, напротив, казался затерянным среди великанов, слабым, нуждающимся в «нянюшке»...

«МНЕ ПОЧЕМУ-ТО ПРИПОМНИЛАСЬ ТЫ...»

ЛИЧНОЕ ДЕЛО

Конец Серебряного века нередко датируют 1921 годом, точнее, преждевременной смертью Александра Блока и расстрелом Николая Гумилева. А у Владислава Ходасевича — расцвет творчества, как ни странно беспроблемно-мрачный сборник «Европейская ночь» называть «расцветом».

К тому времени для него, сына поляка и еврейки, уже не осталось никаких преград в русском стихосложении. Сонет только из односложных слов — извольте. Единственный в отечественной словесности опыт «леона первого» (а что это вообще такое?) получите...

Не ладилась лишь личная жизнь. С самого рождения. Или даже раньше? Ребёнок в семье был шестым, как шесть пальцев было на руке добрейшего отца, иконописца, затем купца, хозяина одного из первых в России фотосалонов. Но... Вспомним историю библейских братьев-близнецов (Библию, кстати, Ходасевич почитал как добропорядочный католик, а как

поэт — часто мыслил её образами). Одному, Иакову, от отца досталось всё. Другому, Исаву, — ничего. А тут что уж и говорить о шансах на какое-либо отцово наследство, зато именно младшему он дал не только отцовство, но и второе имя: по документам будущий поэт звался Владислав-Фелициан Фелицианович.

Родился Владислав-Фелициан с какой-то болячкой во рту, не брал грудь. Кормилицы одна за другой выносили приговор: не жалец, Тульская крестьянка Елена Кузина всё же выпестовала малыша. Дальше было не легче: за свои 53 земных года он не занимал собственного дома. Чуть ли не всё имущество — дорожный мешок, а в нём «восемь томиков, не больше»: это о собрании сочинений Пушкина. Ещё молодым потерял родителей и единственного друга: мама погибла в дорожном происшествии, отец следом умер от горя, а поэт Самуил Кисин по прозвищу Муни застрелился, будучи загнанным на Первую мировую войну.

Ходасевич не имел ни высшего образования (хотя не раз ненадолго

возвращался в ряды питомцев Московского университета после отчислений), ни постоянного заработка. Зато имел постоянный источник проблем — страсти к карточной игре, и оправдывал себя тем, что это недуг многих русских писателей.

Для первой жены, эксцентричной богачки Марины Рындиной, «вечный студент» со своими бесчисленными книгами был, кажется, чем-то вроде забавной зверушки, ещё одной в компании лошади, кошки, собаки, обезьяны и ужа. Зато вторая супруга, Анна Гренцион, и её сын от первого брака Эдгар не раз спасали жизнь бедолаги: то Ходасевич под хмельком упадёт с балкона, заполучив болезнь позвоночника, то в пору разлуки его замучит самоотверженным уходом за больным. Но... «Мы и гибнем, и поём не для девического вздоха», — однажды написало Ходасевичу. Итак, в 1922 году он ушёл от преданной Анны Ивановны, а заодно ушёл и от России, обозначив эту веку в наброске автобиографии единственно точным словом

— катастрофа.

«На столе стояли бутылка вина и корзиночка из-под пирожных, — начиналась последствием покинутая женщина. — Когда пришел Влад, в спросила: «С кем ты пил вчера вино?» Он сказал: «С Берберовой». С тех пор наша жизнь перевернулась. Влад то плакал, то кричал, то молился и просил прощения, а я тоже плакала. У него были такие истерики, что соседи рекомендовали поместить его в нервную лечебницу...» Временами он проклинал Берберову и смеялся над ней. Но если не видел ее дня два-три, то так страдал, что супруга сама отправлялась к Берберовой, чтобы привести для его успокоения...

«ЖЕЛЕЗНАЯ ПЕДИ»

Кто же такая эта Нина Берберова? 15 лет разницы с Ходасевичем. Дочь состоятельных родителей (отец по происхождению армянин, до революции служил в министерстве финансов, мать — из тверских дворян). Ей подходит определение, каким писательница позднее наградит героиню одной из своих книг — «железная женщина». Слабость и слабых презирала. Это неженское свойство ощутил много позже даже такой, казалось бы, оптимист, как Сергей Довлатов: «Я целиком состою из качеств, ей ненавистных — бесхарактерный, измученный комплексами человек. Я её за многое уважаю, но человек она совершенно рациональный, жестокий, холодный, способный выучить шведский язык перед туристской поездкой в Швецию, но также способный и оставить больного мужа, который уже ничего не мог ей дать».

Однако на это «оставить» Нина решится в 1932-м. А десятилетиями ранее юная подруга Ходасевича упивалась «глубокой серьезностью» их первой ночи: «Я почувствовала, что я стала не той, какой была. Что мной были сказаны слова, каких я никогда никому не говорила, и мне были сказаны

слова, никогда мной не слышанные». Влюбленные поставили друг перед другом задачу: быть вместе и уцелеть. И выехали за границу. Он — под предлогом лечения (впрочем, в России и впрямь даже аспирин тогда было не достать), она — под предлогом учения. Владислав Фелицианович, по наблюдениям современников, посетил, подобрел, «на несколько месяцев спрятал свой трагизм и стал относиться к мирозданию значительно лучше». Правда, эту перемену не заметить ни по его стихам (это настоящая кунсткамера — в каждой строке «уродики, уродича, уроды»), ни по публицистике. В последний он достиг высот в обличении уродств революционной России (например, статья «Господин Родов» вывела на чистую воду одного из главных литературных князьков той поры — подлого и мстительного). Ему не прощали советский загранпаспорт, велели возвращаться. «Да ведь это какое-то приглашение на казнь!» — мог бы воскликнуть Ходасевич вслед герою нежно опекаемого им юного собрата Владимира Набокова. И в Советскую Россию уже не вернувшись, навсегда остался в «европейской ночи черной» вместе со своей «железной» любовью.

«ПРОЩАЙ, БУДЬ СЧАСТЛИВА...»

«Он боится мира... Он боится будущего... Он боится нищеты... боится грозы, толпы, пожара, землетрясения. Он говорит, что чувствует, когда земля трясётся в Австралии, и правда: сегодня в газетах о том, что вчера вечером тряслась земля на другом конце земного шара, вчера он

говорил мне об этом. Страх его... переходит в ужас... и я замечала, что этот ужас по своей силе совершенно непропорционален тому, что его порождает. Все мелочи вдруг начинают приобретать космическое значение, — жаловалась пофактум Нина Николаевна в мемуарах. — Часто ночью он вдруг будит меня: дай кофе пить, дай чай пить, дай разговаривать...»

Видимо, решила раз и навсегда, что ночью нужно спать.

И ушла. Навария предварительно борца на три дня и перешлово его носки, показав себя и напоследок эталонной примерной супруги. Ушла ни к кому, в никуда. Из уважения к Ходасевичу: ещё немного, и покинула бы его ради других, что поэту было бы ещё больнее.

«Кто-то» нашёлся в том же 1932-м — Николай Макеев, журналист, художник, секретарь бывшей главы Временного правительства князя Львова. Шафером на свадьбе был сам Керенский. Один за другим выходил в свет рассказы, романы Берберовой. Нина Николаевна получает водительские права (водить авто она будет до 90 лет). Жизнь «железной женщины» кипит. А Владислав Фелицианович сражен давней и не расцениваемой болезнью печени. Но он тоже ещё

успел вступить в новый брак. В парижской клинике его, терпящего немилостивые муки, навещала и жена, Ольга Марголина, и... Нина Берберова: «Я подошла к нему. Он стал крестить мне лицо и руки, а целовала его сморщенный жёлтый лоб, он целовал мои руки, заливая их слезами. Я обнимала его. У него были такие худые острые плечи.

— Прощай, прощай, — говорил он, — будь счастлива. Господь тебя сохранит».

Ходасевич умер на рассвете июльского дня 1939 года. Скорю за «Европейской ночью» последует ночь мировой, Марголина погибнет в лагере смерти. А Берберова... Господь её сохранил. Она дождала до поры, когда смогла приехать на родину и увидеть, как выходит в свет запретные прежде строки её возлюбленного Поэта. Например, эти, посвященные ей самой:

*Странных прощай, опираясь на плечи,
— Мне неглубоко припала к тебе.
Есть прощайка на красных холмах —
Мне неглубоко припала к тебе.
Безглаголющая зажат в коридоре —
Мне непременно припала к тебе.
Чтоб в ни сугубилась на суну, на море
Или на пеще, — мне вспоминались ты.*

Павел ЗНАМЕНСКИЙ.



Жизнь за царя

Казалось бы, со школьной скамьи каждому из нас известен его подвиг. И родители наши, и дедушки с бабушками изучали то же самое — история Ивана Сусанина вошла в школьные учебники ещё в 1820 году. Вспомним, как это было...

К концу далёкого 1612 года наша Родина была оккупирована польским королевством Речь Посполитой. Завоеватели чувствовали себя в Москве, как дома. Полным ходом шла подготовка восстания на русский престол их царевича Владислава. И тут разведка донесла, что русские тайно где-то под Костромой выбрали на царство последнее отрпска древней династии Рюриков, Михаила Романова. Мальчишка совсем, но не в возрасте дело. Опустошённые, разваленные русские земли обрели надежду на то, что у них появится защитник, который сможет поднять Русь с колен. В костромские болотистые леса в срочном порядке отправили отряд, как сейчас сказали бы, спецназа с целью найти и обезвредить Михаила. Вблизи от его убежища поляки схватили одного из местных жителей — простого крестьянина Ивана Сусанина — и потребовали, чтобы он показал дорогу. Иван повёл врагов в противоположную сторону — в непроходимые лесные топи. Наверняка вы помните строки из Рылевева: «Куда ты ведёшь нас?.. Не видно ни зги! — Сусанину с сердцем вскричали враги». Поняв, что им не выбраться, поляки зарубили его. «Снег чистый чистейшая кровь обогрела: она для России спасла Михаила!» Как верный сын Отечества, Сусанин предпринял мученическую смерть предательству. Когда первого из будущей царской династии Романовых официально короновали, семье Сусанина даровали землю в вечную собственность с освобождением от всех податей и повинностей в знак благодарности за его подвиг, так гласит соответствующая царская грамота от 1619 года.

Правда, после Октябрьской революции слово «подан» поначалу ушло из оценки поступка Сусанина, ещё бы — настоящий крестьянин должен царей свергать, а не спасать. Но так и быть, пусть остаётся в учебниках, просто сделаем акцент

Иван Сусанин: крутоворот истории



«В чужих краях, в заморских странах другие славные имена. Россия наша на Иванах во все держалась времен».

Об одном из них и поведем мы рассказ. Имя Ивана Сусанина прославлено в веках, вопрос только в том, за что?

на борьбе с иноземными захватчиками, ведь, спасая Романова, Иван по сути спасал Родину. Соответственно оперу Глинки, в которой воспевался герой простого русского человека, недалёко думая, переименовали из «Жизни за царя» в просто «Иван Сусанин».

Личное дело

А теперь внимание, вопрос — откуда стало известно о подвиге Сусанина, если поляки изрубили его на куски, а сами сгинули в костромских топях? Без вести пропали — да, но как именно погибли, только Богу одному может быть ведомо. Как вообще отряд профессиональных военных может утонуть в болоте? Или в польских землях нет этого чуда природы, и тамошние жители не знают, что если ноги стали проваливаться в мутной воде, нужно срочно поворачивать назад? Начнём с того, что никакого отряда специального назначения Речи Посполитой не было и в помине, окрестности Костромы прочёсывало Витебское

и Полоцкое ополчение, впрочем, это, конечно, не объясняет полное отсутствие у них инстинкта самосохранения. Зайдем с другого края — выдумка не только спецназ, но и само болото. Так мы договоримся до того, что и самого Сусанина не существовало! И это не досужие рассуждения Фомы неверующего. В исторической достоверности героического поступка костромского крестьянина сомневались лучшие русские историки. И немудрено, ведь долгое время единственным упоминанием о Сусанине была та самая царская грамота от 1619 года. А есть ли в ней описание легендарного болота, куда завёл врагов Иван? Ни следа. Там только говорится, что посланцы поляков поймали его и, не добившись информации о местонахождении Михаила, убили. Сам долгий путь героя по дремучим лесам и губительным болотам, воспетый Рылевым и Глинкой, — не более чем художественный вымысел вполне в духе русских народных сказок. Но, может быть, есть другие документы, на которые сочинители

опирались? Ведь спасение самого царя от злодеев-окупантов — событие столь знаменательное, что неминуемо должно было остаться не только в указе семьи Романовых, но и в народной памяти, летописях, хрониках. Увы, ни строчки, ни вдовца об Иване Сусанине нет нигде — ни в официальных бумагах, ни в воспоминаниях современников.

О его жизни известно не больше, чем о его смерти — имя, фамилия, место жительства. Иваном в те времена крестили каждого второго ребёнка. С отчеством незадача — то Иван Осипович, то Иван Иванович, то вообще без оно. Фамилии у простых крестьян только-только начали появляться и образовывались как раз из отчества, то есть от имени отца, а Сусанин ведь от женского имени — Сусанин, следовательно, скорее всего, наш герой воспитывался одной только матерью. Впрочем, необязательно он был незаконнорожденным, отец тоже мог погибнуть в те пикные времена от рук разбойников, которыми кишмя кишели леса, или просто от голодной жизни. Однако благодаря усилиям костромских краеведов стало известно, что Иван — сын Сусанны, несмотря на отсутствие отцовской поддержки, сумел выбиться в люди и не пахал в поте лица своего землю, как нам пытаются внушить школьные учебники, а служил деревенским старостой. И это, кстати, объясняет, почему поляки допрашивали именно его одного, как будто он жил в пустыне, а не в населенном пункте. Можно было, конечно, для устрашения спалить всё селение, которое так и называлось — Деревеньки, привычное дело для оккупантов, но логично было предположить, что нужной информации обладает деревенский глава. Хотя постойте, а почему, собственно, царская семья должна была докладывать Сусанину, пусть он даже не обыкновенный землепашец, мол, поехали мы туда-то, там спячась, только никому не говорите? Известный историк Костомаров считал, что статус Сусанина был ещё выше — он служил приказчиком в костромском имении Романовых Домнини. Следовательно, был в курсе того, куда уехали хозяева, и не рассказав об этом своим мучителям «по слепой преданности барину».

Так запросто один из величайших русских историков развивает идею о жертвенном патриотизме Сусанина. Не герой он, а просто слуга,

привыкший во всём угождать хозяевам. Да и не поляки, стремившиеся захватить всю полноту власти в России, предали его мученической смерти, а... простые разбойники, воры и мародеры, кои в Смутные времена было больше, чем честных граждан. Что удивительно, Костомаров основывал свое мнение все на той же царской грамоте, ведь в ней, видите ли, не указано, за что именно Сусанина убили. Не менее именитый историк Погодин язвительно парировал: «Не найдёт ли господин Костомаров в доступных

ны», безоглядно идущие на всё за царя-батюшку, и примеров тому в русской истории тысячи. Созданный правящей властью миф замечательно на ней работает...

Новые времена требуют новых героев, и вот уже Сусанин не нужен, объявлен холопом с рабской душой. Установленный в 1851 году в центре Костромских памятник Сусанину, спасителю веры и царства, преклонившему колена перед бостом молодого царя, в 1918 году снесли, а площадь из Сусанинской превратилась, нетрудно догадаться, в площадь Революции. Правда, в учебниках оставили огорочку (на всякий случай пригодится), мол, погиб он в конечном итоге всё же не только за царя-батюшку, но и за Русь-матушку. Пригодилось в 1939 году, накануне Второй мировой войны, образ жертвенного героя припомнить, даже был создан музей, посвящённый Сусанину. И, кстати, среди миллионов примеров бесспорного героизма советского народа в Великой Отечественной войне есть и в точности повторившие подвиг Сусанина.

Советские времена канули в Лету, и история о польской интервенции снова всплыла на поверхность. Правда, никто уже не помнит подробностей той далекой войны, но для заинтересованных это и к лучшему. И вот уже 7 ноября не красный день календаря, а революционеры вовсе не герои, а бунтари и убийцы, зато у русского народа появился новый праздник — 4 ноября. День примирения и согласия. Именно в этот день 1612 года народное ополчение под предводительством Кузьмы Минина и Дмитрия Пожарского освободило Москву от поляков. Но не для кого было бы Кремль очищать, если бы незадолго до этого Сусанин не принёс свою жертву на алтарь юного Романова. И вот спаситель царя снова на коне, и оперу Глинки ставят под первоначальным названием. Новые времена — хорошие забытые герои...

Но не стоит забывать, опыт многовековой истории показал, в России новые времена могут нагнать так же внезапно, как зима каждый год приходит на бескрайние русские поля — надо же, а мы не готовы! И вот уже те, кого славили и превозносили до небес, заперорены снегом забвения до следующего поворота колеса времени...

Наталья АНДРИЯЧЕНКО.



Иван Сусанин на памятнике «1000-летию России» (Великий Новгород).

для него источниках известия, что поляки пытали и мучили Сусанина, желая узнать местопребывание вновь избранного царя русского для того, чтобы поцеловаться с ним?»

Жертва истории

Целая баталія учёных вокруг обыкновенного человека! Сколько его погибло в те пикные времена за царя, за Родину, за собственную семью, а копы помнят именно из-за Сусанина, впрочем, не стоит обольщаться, фамилия могла быть любой другой — Иванов, Кузнецов... Новой династии Романовых нужен был герой из народа, и он появился. Вот так следует любить своего царя, за него и врагов побеждать, и самому погибать. Примеру Сусанина при случае должны же последовать другие самоотверженные «сусани-



«ГОСПОДА, ВЫ ЗВЕРИ, ГОСПОДА...»

1918 год. Территория Российской империи охвачена пламенем Гражданской войны: Москва занята большевиками, юг — денikinцами, посередине петлюровцы. А в Крыму, стараясь не замечать, что происходит в стране, съёмочная группа работает над студийной «фильмой»

Мне бы «сценаристу» почитать!
Что ж, голубчик. «Сценаристусь»
ведут! На таланте, на таланте
приветом выежжаты!

Съёмки телефильмов картины до сих пор не решают споры, кому в большей степени принадлежит авторство — Никита Михалкову или Виталию Хамидову.

Многоканальный полнометражный фильм с участием знаменитых «Начальные радости» о жизни немого кино Веры Холодной и Фриды Грейндерманн руководит «Моодфильм» — студия, которую подполицейский — режиссёр Уильям Хамидову. На

Татьяну Самойлову, Елену Соловей и снимал чёрно-белую картину, выдержанную в стилистике начала XX века.

Но когда съёмки приблизились к середине, разгорелся скандал: оказалось, что отснятый материал не соответствует утверждённому сценарию. И хотя Хамидов утверждал, что озвученный им сюжет — сочное, эффектное и даже лучше продуман, чем сценарий, руководство «Моодфильма» осудило «зарвавшегося выскочку» и приняло решение передать незавершённую картину другому постановщику.

Другим оказался Никита Михалков. Может, потому, что уже снял к этому времени замечательный фильм «Свой среди чужих...», а может, потому, что одним из авторов сценария

«Начальные радости» был его родной брат.

Несмотря на то, что сценарий и актёры уже были утверждены, Михалков настоял, чтобы сценарий переписали «под него». После переработки роль Олега Янковского досталась Евгению Стеблову, а героиню Татьяну Самойлову «забраковали». Связующим звеном между двумя фильмами осталась Елена Соловей, хотя поначалу Михалков так же отказывался утверждать её на главную роль, пока она не пройдёт повторно пробы на общих основаниях.

Постановочно-сложную костюмную картину нужно было успеть снять в оставшиеся от первого фильма сроки и деньги, и Михалков, чтобы ускорить процесс, большую часть съёмочной группы набрал из тех, с кем работал над своим первым фильмом «Свой среди чужих...». Так в «Раба любви» появился Александр Калугин, сыгравший режиссёра, которого так и звали Александр Александрович Калугин — уличный постановщик немого кино, в неуютное смутное революционное время, одержимый дилеммой: «И есть хочется, и худеть хочется», одновременно смешной и печальный. А Юрий Богатырёв достался крохотный эпизод в прошлом и время от времени фотография героя в кадре — роль человека, о котором все говорят, приезд которого ждут, легендарного актёра, звезду немого кино Максакоева.

— Вы хотите меня пригласить?
— Нет, нет, нет! Мы Максакоева ждём!
— А... а то торопитесь, я ведь теперь нарасхват.

Евгений Стеблов играл роль Алексея Канина, прототип Витольда Полонского — одного из самых популярных актёров дореволюционного кино, исполняющего в основном роли великосветских героев-любовников.

Стеблов с Михалковым пересматривали старые фильмы с Полонским, чтобы перенять его манеры и его походку, но герой в фильме должен был не просто красиво двигаться, но и что-то говорить. И вот тут-то и пришла на помощь импровизация: герой Стеблова неожиданно заговорил высоким противным голосом. Такая скрытая трагедия актёра, выраженная в смешном. Ведь на смену немого кино уже шло звуковое, а с таким голосом, даже при самой эффектной внешности, там делать было нечего. И Канин, понимая это оправдывался, соображая: «Раньше я обладал приятным баритоном... Потом простудился, пришёл в кино».

Полос Стеблов «позанимствовал» у Николая МIRONOVA-на Селезбрга — до революции хозяина фирмы «Туплюкин самовары», а в советское время директора картины «Перелётчики», где когда-то снимались Стеблов и Михалков.

«Он уже три дня снимает, подлец!
Господи, помоги, спаси, загни их
восточную дребедень!»

Роль Олега Басилашвили, сыгравшего комично-трогательного киноделца Южакова, списана с Александра Ханжонкова — одного из пионеров русского кинематографа, который создал и постоянно группу актёров и

режиссеров, и прокатную сеть по всей стране, а выпущенные его компанией фильмы исчислялись сотнями.

Его конкурентом был Александр Дранков: еще один пионер отечественного кинопроизводства. На протяжении десятилетия их конкуренция была одной из основных интриг российской кинематографической жизни. Они ревностно относились к работе друг друга, иной раз «зимостеял» сценарии и идеи у соперника. Так, например, Дранков, узнав о планах Ханжонкова поставить «фильм» — «Песнь

тоточен в деталях, всё же был один нюанс, не позволяющий говорить, что Ольга Вознесенская — «калька» Веры Холодной.

Действительно, в жизни Холодной были съемки в южном городе и даже хозяин киновыделки Ханжонков, у которого она снялась в 12 картинах, после чего ее и стали называть «королевой экрана».

Была у Веры Холодной и любовь к одному из первых в России автогонщиков, мучившемуся болями от ранения, полученного на Первой мировой войне. Только у Холодной это был не любовник, а муж. А какая драма может быть с мужем, если семейный уклад устоялся? Добропорядочная жена и «раба любви» как-то не сосуществуют.

— Вы начальник контрразведки, вам бояться нечего.
— Мне бояться нечего?

Константин Григорьев сыграл начальника контрразведки Фе-

со своей возлюбленной Верой Глаголевой. В свободное время они гуляли по городу и мечтали о будущей жизни. И после съемок фильма поженились.

«У вас слезы на глазах?»

Во время работы над картиной были и черные дни. В фильме есть сцена, во время которой в Москве в больнице умерла первая жена Александра Адабашяна, она же сестра оператора Павла Лебешева. Долгое время сцену, где толпа сумасшедших поклонников окружает Ольгу Вознесенскую, они не могли смотреть спокойно.

«А мы, как в детской.
Такая розовая детская.
И жизни-то наша, как дом горящий,
в нем детей забыли».

Прекрасный фильм, каждая сцена — наслаждение, где смешное переплетается с грустным.

Райский уголок — пальмы, ботанический сад, город, море, солнце, зелень. И над «райем» звучит райская музыка Эдуарда Артемьева. В этом искусственно созданном кукольном мире живут люди, которых вроде и не касаются, что происходит в стране. Но вот в их мир врывается повесть с беженцами из Москвы, и из уст героя Готтлиба Ронинсона слышим: «Не знаю, что я перелюлю. Корить детей



Александр Калыгин

пропуска Калашникова», готовил «фильм» — упреждающий вытиск заведомо провального фильма с тем же названием. Ханжонков, узнав об этом, ускорил производство своей ленты и успел вывести ее на рынок прежде чем будет готов конкуррующий фильм. И всё же в прокате периодические появлялись почти одинаковые картины: «Возвращение Дома Романовых» — Ханжонков и «Трехсотлетие царствования дома Романовых» — Дранков.

В «Раба любви» прекрасно отобраны моменты конкуренции, когда герои Башилашвили и Калыгина, сидя в автомобиле, с тоской наблюдают за работой другой съемочной группы: «Больно смотреть. Люди даюм занимаются, в мы проплаждаем!».

«Публика в восторге.
Ольга Николаевна, вы колдунья!»

Елену Соловей Хамидов снимал в своей первой египетской короткометражке «В порохом сердце», и когда начал работу над «Нечаянными радостями», то роль Веры Холодной предложил ей. Долгое время Соловей считала, что образ, созданный Хамидовым, более цельный, чем тот, что вышел в кадре у Михалкова.

И в первый раз, увидев фрагменты «Раба любви», пришла в такое отчаяние, что даже отказывалась дальше сниматься, потому что не воспринимала ту женщину, которая предстала перед ней на экране. Потребовалось несколько лет прежде чем она посмотрела картину полностью и изменила своё мнение. Тогда она признается Михалкову, что у них получилась «настоящая живая женщина, в которой ни убавить, ни прибавить ничего нельзя, и что никакой другой она просто не могла быть».

Хотя Михалков старался быть исключи-



Елена Соловей и Родион Нахпетов

тоточа, который тщательно ловит подозреваемого и вызывает у кинопарты раздражение, внезапно появляясь на съемочной площадке. «Простите великодушно. Работайте. Я вам не помешаю?» — слышались от него постоянные извинения. Прекрасный, воспитанный человек. И при этом очень избирательный артист у киноэкрана и расстался Потоцкого. Григорьев замечательно сыграл эту двойственность натуры. Были у актера и другие роли, много ролей. Пока оркестры его не искали в ресторане кто-то из «своих» же актеров. После трагедии, все главные роли, которые когда-то играл Григорьев, «временю» перешли к другим актерам. Ему так и не удалось вернуться ни к одной из своих прежних серьезных ролей.

«Хопите, я скажу, кто вы?
Хопите? Вы — большевик!»

Говорят, главную мужскую роль, романтическую и эффектную — большевика Потоцкого, платонически влюбленного в кинозвезду, Михалков приберегал для себя, но изменил решение и пригласил Родиона Нахпетова. Картина снималась в Одессе, и в киноэкспедицию Нахпетов отправился вместе

надо, молока нет, надо было доставать хлеб... Ой, Господи, я не могу больше! Телефон не работает, света нет. И голод, совершеннейший голод!».

После этого слова Ольги Вознесенской о том, что в ее номере нет горячей воды, звучали нытье измученной женщины.

Но как же жалеть эту измученную измученную женщину, когда уносит её в туман пустой неуправляемый трамвай и она обреченно провозносит преследующим воздушным: «Господа, вы завы. Вы будете прокляты своей страной, господа...». Сегодня говорит, что Михалков задушевно вложил в уста героини другие слова: «Господа, я не с вами, я с вами». Ну что ж, для каждого времени свой вариант...

Подготовила
Настя АЛЕКСЕЕВА



Ольга Башилашвили

«Эх, вот бы однажды повезло во время дачных «раскопок» отыскать кувшин с золотыми монетами!» — если думы о скором обогащении навешают, не корите себя за легкомыслие. Во-первых, данная «тема» выстрадана десятками поколений предков. Во-вторых, на свете ещё полным-полно сокровищ, не обретших своего хозяина...



Клады:

«Изумруды и рубины рассыпаются дождём»

Клады искали и пылкий мальчик Миша Поляков из повести «Бронзовая птица», и авантюрист Остап Бендер, потрошивший стулья из гарнитура мадам Петуховой, и пираты «Острова сокровищ», охотившиеся за спрятанным богатством капитана Флинта. А поколение, воспитанное на подобной литературе, в пионерских лагерях мечтали раздобыть сапёрскую лопатку, в ночи ускользнуть в лес и, конечно, откопать золото-бриллианты. Наверное, из таких мечтателей и выросли нынешние кладискатели. Одно обидно: никакого ореола таинственности, сокровища ищут скучно, без дьявольских кровей и приключений, от которых кровь в жилах стынет. Вооружившись металлоискателем, бродят себе по многообещающим местам, и едва шутовщина зазвучит, стало быть, есть добыча в виде консервной банки или горсти серебряных монет, если повезет. Может, оно и правильно, искать сокровище от людских глаз без фанатизма.

Кладискательство — штука сколь заманчивая, столь и опасная. Немало народу сложили головы за преспокутные алмазные россыпи, а кто уцелел, тот разумом помутился. Потому что клад — это не просто сундук с жемчугами да сапфирами, а чей-то «скрэн», возможно, охраняемый нечистой силой. Но коли так охота счастья попытать, что моченьки нет, а прапрадед-купец

не оставил карты с координатами припрятанных золотых слитков, давай-ка хотя бы полюбопытствуем, по каким приметам можно разбогатеть в одночасье...

Вызываю огни на себя

С давних времен на Руси ходило поверье, что вечными спутниками кладов бывают огни. То запоздалого путника светлячки поманят, то из-под земли вдруг дымный шлейф взвьётся, то светящееся облачко над неприметным холмиком засияет. Если свидетель таинства не робкого десятка да мало-мальски просвещён в вопросах подземных сокровищ, то поймёт: это клад его приманивает. Но у явления есть не мистическое, а вполне заурядное объяснение.

...Во все времена кладов не прятал только тот, кому, собственно, нечего было прятать. А лихой люд вроде казаков, гайдамаков, диких степняков очень тяготел к подобной традиции: когда награбленное и отнятое имущество становилось обременительным, его предавали земле. Чтобы потом вернуться и употребить для личной пользы. Однако в военнополовых условиях отмерить «десять шагов на восток, потом пять саженей и три вершка от кривой вербы» — дело почти невозможное, потому всё и свёршалось на скорую руку. Владельцы ценностей вырывали

яму, якобы для покойника или издохшей лошади, вниз укладывали добро, а сверху для острости «расквартировывали» труп. И, конечно, простенький деревянный крест не забыть воткнуть в свежий холмик. Расчет был сколь прост, столь и верен: у какого доброго христианина поднимется рука разорять могилу? Но жизнь «джентльменов удачи» с большой дороги непредсказуема, порой возматерится за трофеем не доводилось... Тело, скрывавшее клад, подвергалось обычному процессу «из плоти во прах», выделялся голубоватый газ — фосфористый водород, и над могилами начинали плясать огоньки...

Серебряный свинтус и золотой петушок

Тем, кто с детства сидел от страха от творчества Николая Васильевича Гоголя, наверняка памятна байка про чушук, попросту свинку, которая откуда ни возьмись появилась в полночь на дороге за околицей и топала за путником по пятам. Конечно же, скотинка не сбегала из хлева, то была обернувшаяся хавроньей ведьма — по версии писателя. Или маячком к кладу — по народным поверьям.

Кладом под силу не только огнём и дымом исходить, они способны перевоплощаться. И среди бела дня являться на глаза счастливицам.

Свинка или жеребенок сушили серебряную поклажу, петушок обещал золотую находку. Явившаяся животинка была настолько необычна и привлекательна, что сомнений в её непростой миссии не оставалось — клад! Если хлопнуть пошибе зверушку, она тотчас рассыпалась монетами. А ещё клад оборачивался старцами-странниками. Как правило, докучавшими случайным прохожим просьбами: то кушак ему помоги повязать, то водички дай испить. Иной проходил мимо, а иной подсоблял дедушке. И получал приятный сюрприз в виде изделий из драгметаллов. А ещё случалось, что клад оборачивался чёрной кошкой и звал за собой Мурка проницательно заглядывала в глаза тому, кого решила облагодетельствовать, да бежала во всю прыть, прося, следует ли за ней счастливец. Едва кошка заминаяет, полагалось шмякнуть её с прищавкой «Рассыпайся!» — и собирать неожиданную прибыль.

Разумеется, пересчитанные явления серебряных свинок и золотых петушков — случаи единичные, а то и вовсе небывали. Клады редко давались легко, по их части всё больше трагедии и сломанные судьбы. Это только в анекдоте предприимчивый гражданин известной национальности вскопал участок силами миллионных работников, предварительно позвонив и от имени доброжелателя сообщив, что на даче такого-то закопан клад. А в реальности тоны земли были безрезультатно долопилили тысячи крестьян. Золотая лихорадка охватывала не только сермяжных суверенных мужиков из простонародья, за сокровищами охотились цари, князья, вельможи и священники.

Несметные сокровища или скромное серебришко?

За всю историю кладоскопистства в России преобладали находки из серебра. Золотые слитки и россыпи драгоценных камней — случаи единичные. Так что с изрядной долей уверенности можно говорить скорее об исторической ценности находок, нежели о материальной. Тем не менее земля и морские пу-

чины скрывают ещё много добра — примерно на 900 миллиардов долларов. Вот, пожалуйста, маленький перечень легендарных сокровищ, которые ждут своего часа и хозяина.

Сокровища инков. За то, чтобы освободить из испанского плена императора инков Атауальпу, конкистадор Писсаро потребовал выкуп в течение двух месяцев наполнить золотом комнату, в которой Атауальпа был заточён. Это почти 50 кубометров золотой Груды золота росла, и все же, когда

местно с Великим инквизитором Франциско казнил магистра и всех членов ордена Тамплиеров, поскользнулся, что у ордена имеются несметные богатства. Однако, несмотря на подробные инструкции, найденные позже в могиле магистра, клад так и не был найден.

Сокровища Чингисхана. К месту погребения хана были доставлены его богатства, над зарытой могилой прогнали табун лошадей, рядовых исполнителей убили. Где посреди широкой монгольской степи находится это место, не знает никто.

Копи царя Соломона. Основываясь на сведениях, почерпнутых из Ветхого Завета, кладоскопители пытаются найти за консервированным рудник крупнейшей самородной золотой жилы. О месте известно, что копи должны находиться на Аравийском полуострове.

Остров сокровищ. Остров, описанный в романе Стивенсона, на самом деле называется Кокос. Зарытые там сокровища не найдены до сих пор. Считается, там спрятана вывезенная из Перу золотая статуя Богоматери в человеческий рост весом в полтонны, украшенная изумрудами и жемчугом. По некоторым данным, там же спрятан фантастический клад из полусотни сундуков с золотой червонной утварью, украшенной шестью сотнями крупных топазов, двумястами изумрудов и алмазов, а также девять тысяч отчеканенных в Мексике золотых монет.

...Если вы подумываете, не купить ли подержанный металлоискатель и не махнуть в отпуск на Аравийский полуостров или на остров Кокос, помните: счастливец, получивший даровую куш — единицу. Безумцев, потерявших рассудок в погоне за сокровищами — тысячи. Может, ну его?..

Наталья КРОЛЕВЦ.



истекло два месяца, комната не была заполнена. И хотя Атауальпа убеждал Писсаро, что ждать осталось немного, тот решил казнить его. Когда стало известно о смерти Атауальпы, в пути находилось 11 тысяч лам, гружённых золотом.

Золото Маккенны. Считается, что у Белой горы, расположенной неподалёку от города Кенаб в штате Юта, зарыт клад последнего ацтекского императора Монтесумы. Этот загадочный тайник не могут обнаружить вот уже более 450 лет, а стоимость сокровищ оценивается в 10 миллиардов долларов.

Клад тамплиеров. В 1308 году французский король Филипп сов-



Об этой женщине повествовалось в Ветхом Завете и Коране, рассказывалось в греческих и римских мифах, живописалось в персидских и арабских сказках. Билькис, Лилит, Альмакха, Македа – как только её не называли, но настоящего имени не знал никто. До наших дней дошёл лишь титул – царица Савская

«Я та, чьё имя славится везде!»

Сказание о красавице и уроде

Оджды величайший из царей израильских, мудрейший из людей, а по совестиству повелитель зверей и птиц Соломон собрал всех тварей Божиих, дабы послушать о дальних странах и морях, где они бывают. Лишь урод не явился на зов царя, а когда его отыскали и силой привели в Израиль, объяснил, что не хотел покидать чудесную страну, где правит прекрасная и умнейшая из женщин, где земля почитается выше золота, а серебро, как мусор, на улицах валяется, ибо главной ценностью считаются не богатства, а мудрость. Там растут и благоухают деревья из райских садов. Там люди поклоняются солнцу и звездам и не знают ни печали, ни войны. Заинтригованный Соломон отправляет урда в сопровождении птичьей свиты с посланием к неведомой доселе царице. Когда правительница вышла на рассвете поклониться солнцу, прилетевшая огромная стая затмила светило. С младых ногтей не знавшая ни страха, ни нужды ни в чём, Македа впервые в жизни испугалась, решив, что боги отвернулись от неё. А вот тон письма Соломона, который угрожал, что если царица не явится к нему на поклон, то «духи, басы и дьяволы задушат вас на полях в жилищах ваших, а звери полевые на полях растерзают вас, и птицы небесные

склюют мясо с костей ваших», вызвал у неё лишь лёгкую улыбку. Она давно хотела встретиться с израильским царём, который, как доносила людская молва, равен ей по могуществу и знаниям, и вдруг такие глупые речи... Мужчины... Всё бы вам копыа помять... «Я согласна! Жди меня!» – крикнула она в небо, где кружили быстрокрылые посланцы Соломона.

Сказ о Соломоне и загадках

Путь от царства Савского, которое, как определили историки, находилось на территории современного Йемена, в юго-западном углу Аравийского полуострова, до Израйля занимал тогдашними скоростями семь лет. Женщина, жаждущая увидеть мужчину своей мечты, одолела его в рекордные шесть месяцев. Её караван, состоящий из белоснежных верблюдов, гружённых дорогой древесной кипариса, жемчугом, драгоценными камнями, золотом и редкими благоуханиями, поразил народ израильский. Придворные Соломона замерли от восторга перед святой царицей: слуги – проворные чёрные карлики, стража – белокурые великаны. Самого Соломона антураж интересовал поскольку постопыку, его повергла в восхищение царица – такой блистательной красоты он, имевший гарем из семисот престелных жён и наложниц, ещё не видел. Как и

камень «астериско» в её перстне, о котором лишь читал в древних манускриптах, – камень философский, который умел исполнять желания, но только влюблённых. Кстати, что это за камень, учёные до сих пор не ведают.

Просто побеседовать с обладательницей такого знака мудрейших было для Соломона наслаждением. Билькис свободно владела всеми известными языками, читала те же учёные книги, что и он, отлично разбиралась как в языческих идолах, так и в его религии. Правитель Израйля с радостью согласился ответить на все её вопросы. А царица сыпала загадками как из рога изобилия, стремясь проверить – не зря ли она преодолела столь длинное расстояние. Правда, по пути она, как женщина умная и предприимчивая, успела заключить выгодные торговые контракты со странами, через которые проезжала, но об этом израильскому правителю до поры до времени знать необязательно – с ним она тоже планировала подписать договор о свободном проходе караванов из Савского царства. А сейчас можно позволить себе немного отвлечься от дел. Ответь-ка, о мудрый Соломон, что это – семь выходат, девять ждуть, двое смеиваются пить, один пьёт? Скорее женщина могла бы ответить на этот вопрос, но Соломон не зря славился знатком человеческой природы и отвечал верно: «Это, соответственно, менструация (семь дней), беременность

(девять месяцев), материнские груди и сосущий их младенец».

А царица продолжала: «Из земли исходит, землей питается, лётею, как вода, а разливает свет. Что это?» Уже в те древние времена два мудрейших на свете человека предположили, что станет одной из величайших ценностей в мире будущего — нефть.

Тогда Савская преподнесла своему оппоненту две абсолютно одинаковые розы и предложила определить, какая из них живая, а какая искусственная. Царь призвал на помощь пчёл и снова отгадал. Множество загадок ещё было загадано в дни, когда царица гостила у Соломона, но главную оставала одна сама. Как ни сыпал комплиментами автор тогдашнего руководства по соблазнению женщин «Посни песней», гостя имела вид неприступный и холодный. И

это женщина, которая открыто заявляла о себе: «Никогда, ни ночью, ни днём, не пройду мимо меня юноша, кому бы я вслед страстно не посмотрела», а Соломон хотя и вышел из юношеского возраста, но спил мужичком видным. Что у неё на уме, он никак не мог понять. А тут ещё якобы служившие при его дворе джинны шептались ему: «Опомнись, мудрейший, не поддавайся чарам красавицы, не слушай её речей с виду разумной! Разве ты не видишь, не женщина перед тобой, не человек! Чужь в ней сущность нашу, тёмную, потустороннюю! Ну как, подумай на милость, она могла так скоро приехать по твоему зову? Не иначе по воздуху летала! Откуда в ней, а юной женщине, знания, которыми мужчины к сединам овладевают? Нам не веришь, сам проверь — у полукровок, порождений человека и духом лицо да тело только, как у людей, а вот ноги-то шерстью покрыты и копыта на месте оставлены! Вот и боится она разделить с тобой ложе, скрывает печаль дьявольскую на теле своём!»

Легенда об испытании бассейном

Соломон приказал построить зал с хрустальным полом, а под ним устроить бассейн с золотыми рыбками. Гостию шагнул на прозрачный пол и машинально приподнял подошву платья, обнажив ноги, которые действительно оказались, как и предполагалось, покрытыми чешуей. Рыбки густыми волнами (копыта под туфельками разглядеть не удалось). Царь не удержался и воскликнул, что, шло, пардон, но это украшение сильных мужчин, а не прекрасных женщин. Цари-

ца в ответ поступила чисто по-женски, с оскорблённым видом приказала слугам немедленно снаряжать караван: домой, домой, прочь от невоспитанных мужланов, делающих дамам некорректные замечания! И тут Соломон осознал то, к чему он его и подтолкнула своим фортелем с поспешным отъездом из Израйля — он не может опустить эту загадочную женщину, будь она даже трижды дочерью джина! Он должен обладать ею во что бы то ни стало! А волосы на ногах, да, не слышим возмущают, но на что ему все его познания, если он не сможет помочь желанной женщине избавиться от них. И он преподнес ей лично изготовленную нуру — первое в мире средство для эпиляции. Странно только, что Македа, привыкшая хохотить и лелеять свою красоту и обладавшая умением смешивать любую косметическую мазь —

пересолить ужин строптивой гостье, а кувшин с водой поставить только в одном месте — его опочивальне. Страдающая царица полночи бродила по дворцу в поисках воды, пока не зашла к спящему Соломону и не утопила жажду. Хитрец, разумеется, не стал словесно и обвинять Бильгис в нарушении его воли, немедленно утопил собственную жажду — любовную. Красавица, впрочем, и не сопротивлялась...

Откровень Ветхий Завет или персидскую сказку, везде написано: царица Савская подарила Соломону все богатства, которые привезла с собой. Он, в свою очередь, тоже преподнес ей бесценный дар, но какой — молчат древние манускрипты. Позволим себе предположить, что для женщины, у которой было всё, лучшим подарком от мужчин стал тот,



Величайший из царей израильских, мудрейший из людей — царь Соломон.

что появился на свет спустя девять месяцев после их первой любовной ночи.

Впрочем, Соломон долгие годы и не догадывался о том, что у него в далёком царстве Савском растёт сын Менелик. Будучи личностью самодостаточной и властной, царица не нуждалась в помощи мужчины ни в качестве отца её ребёнка, ни в качестве супруга и соправителя. Она никогда не была замужем, если уж Соломон не подошёл на роль догворённого партнёра, кто мог бы сравниться с ним? Однако Македа не была бы сама собой, если бы не загадала ему, а заодно и сыну, когда того воспитывала философам и дипло-

матом, ещё одну загадку. Она отправила сына с посольством в Израиль и сказала ему, что он узнает своего отца по портрету, на который Менелик должен был впервые взглянуть только в иерусалимском храме Бога Яхве. Достав на богослужении портрет, Менелик увидел в рамочке не изображение человека, а зеркальце, из которого на его взгляд смотрел он сам. Обведя взглядом всех присутствующих в храме, он легко нашёл мужчину с точно такими же чертами лица, только намного старше — Соломона. Почему израильский правитель не признал в нём своего сына — очередная тайна. А ведь мог бы гордиться, у великих женщин и чада неординарные — Менелик стал основателем трёхстолетней династии императоров Абиссинии (Эфиопии), а его матери — мудрейшей из женщин — там и вовсе поклонялись как богине, прародительнице всего эфиопского народа.

Сказание о плёте любви

Царица милостиво приняла и извинения оплошавшего правителя Израйля, и презент, однако разделить с ним ложе всё равно не спешила. Её не прельщало сам акт соития с очередным любовником, ценнее была любовная игра, прелюдия. Раздосадованный Соломон, наверное, впервые в жизни отвергнутый женщиной, да ещё живущей в его доме, повелел ничего без его соизволения не трогать. Ты не моя, зато всё здесь, до последней капли воды, принадлежит мне, и только мне! Возьмёшь что-то по своей воле, подчинишься любому моему желанию! «Кстати, о воде!» — осенило разгневанного мудреца. И царь приказывает

Наталья АНДРИЯЧЕНКО



Пётр-Алейников: от сумы до чужой могилы

А ведь Алейников отнюдь не был мастером перевоплощения, будем честны. Просто перед кинокамерой он, без оглядки правдиво, оставался самим собой. Однако шахтёры сразу признавали в нём своего брата-забойщика, колхозники — тракториста, первого парня на деревне, строителя — энтузиаста с комсомольской путёвкой. «Ваню Курского» считали родным зрители курские, киевские, ашхабадские... и так далее. Меня костюмы, этот человек сохранял заряд искренней веры в своих персонажей, доверял к ним. А сам за полтора часа экранного времени проживал собственную жизнь, бродячую с малолетства и до... нет, не до старости: свой неприкаянный земной путь артист закончил всего в 50

(родился в 1914 году, умер в 1995). Но сокровенную мечту — сыграть, как он сам говорил, «человека, прошедшего тернистый путь, человека с настоящим русским юмором, талантливого и непоколебимого» — воплотить успел.

Путёвка в жизнь

Сиротство в раннем детстве — всегда тяжелейшее испытание, а в годы всеобщих катаклизмов, каковыми были для целого мира конец 1910-х, и подвиг. Своего отца, сплавщика на Днепре, а следом и мамы лишился Пётя в злосудном обнищании деревни, в лихолетье Первой мировой, катившейся туда-сюда через Белоруссию. Мальчик беспризорничал, его забирала в приюты, он убегал — и так много раз. Алейников

В наши дни даже формат 3D с бегущими по зрительному залу синими «аватарами» — уже не самое свежее открытие. Но удивительное дело: чёрно-белые ленты с участием этого актёра, немудрящие реплики, безыскусная песенка «Здравствуй, милая моя, я тебя дождался!» трогают тех, кто появился на свет намного позже его преждевременной кончины...

вспоминал о своих «пансионах» недобрый словом, за одним исключением. Случился в одном из воспитательных (скорее, надзирательных) учреждений встреча с работником редкой и престижной специальности — кинематографом. Хотя шедеврами кинематограф той поры был не богат, но «досюлая муза» мальчика очаровала. Он устремился туда, где снимают кино, — в Москву. Очерредная коммуна оказалась, по счастью, драмкружком, и юное дарование приоткрыло себя первым зрителям. Педагоги дали талантливому воспитаннику Пете Алейникову рекомендацию в Институт сценических искусств в Ленинграде. По легенде, на обощлось без Сергея Кирова: влиятельный болельщик якобы заехал за чем-то в колонию, увидел, как играет юноша, и

решил ему помочь. Но действительность порой бывает увлекательнее, чем любая легенда. Шёл 1930 год. Побывавшее и обывательской забавой, и пропагандистской агиткой отечественное кино уверенно денгалось в сторону высокого искусства. Скоро выйдет первая пластинка звуковой ары — «Путёвка в жизнь» — о перевоспитании шлань. Молодой советский кинематограф дал путёвку в жизнь и вчерашнему шланьку Пете: придя в учебное заведение босиком, он так и заявил, что пришёл «учиться кинематографу», и его взяли. Руководитель курса Сергей Герасимов часто приглашал его к себе домой, на улицу с известным названием Басовская, где зародилось нечто вроде коммуны деятелей кино.

В 1932 году Алейников снялся в ленте «Встречный» с примитивным сюжетом, но в ярком актёрском ансамбле и с музыкой самого Дмитрия Шостаковича. А Герасимов задействовал своего ученика в фильме «Люблю ли тебя?» Название оказалось для дебютанта пророческим: Пётя влюбился в одну из актрис, молодую Тамару Макарову. Но... никак чувства перед девушкой не обнаружил — робел. Вскоре Макарова стала женой Герасимова. Пётя не просто переживал — запыл. Сколько «дублей» этой беды он переживёт — не сосчитать... А когда кому-то любопытствовалось: что там, дескать, с Макаровой, вздыхал: «Что, что! Не судьба...»

В роли Петра Алейникова

Судьба пришла в лице монтажницы «Ленфильма» Валентины Лебедевой, «девички с Охты», как вспоминал позднее познакомивший будущих молодожёнов Георгий Жжёнов. С ним, кстати, Пётя в студенческой юности порой делил буквально последние брюки. Словно в питерской драматургии: «Как у лигосовых шлань на трюх один штаны». А вот как, по словам Георгия Степановича, однажды между двумя друзьями вражда:

«Мы сидели за столом, разговаривали. Но возникла щекотливая тема. Пётя ведь был человеком величайшей щедрости, и изрядная доля его гонорара уходила на, так называемых, друзей, то есть

первых встречных прощель, великое множество которых липло к нему. Я возьми и скажи ему, что нехорошо это, когда деньги уплывают из семьи: жалко Валентину с ребятами... А он понял это по-своему: привернул! Да так загорелось, что мы едва не перешли на кулачки... Извинился потом, едва в ногах не валялся. «Жорка, прости! Ты ж меня знаешь...»

«Знали» нрав актёра и режиссёры. Герасимов, правда, умел прощать. И не напрасно. В 1935 году «Семеро смельчак» стали просто культовыми героями, но особенно юный повар, из любви к приключениям самолично пробравшийся на льдину Парнишка по фамилии Мольбога, «полярный заяц», был подвижен и трогателен, точно настоящий зайчишка. Дальше были фантастические по народному обожанию картины «Большая жизнь» (та самая, про шахтера Ваню Курского с коронной фразой «Любовь — это как тиф!»), «Трактористы», «Конёк-Горбунёк»... В сказке сыграл и крохотный сынишка Петра Мартыновича — Тарас. А в фильме «Комсомольск» героя Петра Алёйникова так и называли... Петром Алёйниковым. Всемирная знаменитость из Голливуда Дина Дурбин писемками в классовой чуждой СССР, тая от любви, приглашала сняться у Чарли Чаплина: тот-де восхищён игрой русского собрата...

Голая правда

Воплотить образ Пушкина — не о том ли мечтают многие? В байопике, как теперь говорят, то есть фильме-биографии «Глинка» роль «солнца русской поэзии» досталась Алёйникову. К работе он отнёсся, как обычно, серьёзно, и даже те кадры, где он играет без слов (слушает музыку), и в наши дни смотрятся с большим интересом. Но тогда, в 40-е... Часть зрителей, увидев Ваню Курского в баяндах и крылатке, ошелоненно начинала вслух вспоминать про «любовь и тиф». Официозные критики заговорили о «диурисии» — против великого поэта. Актёр попросил убрать свою фамилию из титров...

Или, скажем, снималось нечто под названием «Случай в вулкане». Из-за творческих нестыковок началась размолвка с режиссёром, вылившаяся в следующий поступок: Алёйников, присутствуя нижней частью одежды, продемонстрировал известную часть тела и подытожил: «Вот ты кто, а не режиссёр!» Правда, довести работу «В вулкане» до конца все же пришлось. «Привилегированными дураками, дармоедами, пустомелями» звал

дома: «Матушка-барыня, век тебя не забуду! Если дитяшек покачать или дровишек поколоть, я с превеликим удовольствием!»

Волк ему товарищ

Когда не давали работу в кино, выручали гастроли. Именем популярного в народе актёра успешно пользовались, так называемый, ВОЛК («Всесоюзная организация левых концертов», как, оглядываясь по сторонам, осторожно шутили актёры об этом полуполупольном объединении). По воспоминаниям Бориса Андреева, репертуар его друга Петя не отличался разнообразием — зачастую состоял из одного детского стихотворения «Линия и пачки». Но стоило конференсье набрать воздуха на заветное: «А те-

В 1955 году начинающий тогда Станислав Ростоцкий позвал Алёйникова в свой первый фильм «Земля и люди». Действующее лицо — почти Пушкин: Ушкин, типаж из народных глубин. Будущий исполнитель роли, помня о пяти годах отсутствия на экране, пообещал не пить в процессе ни капли. Не выпил. Не уходишь годы, уходишь силы, работа уже не приносила прежнего удовлетворения...

Радовали лишь дети: Тарас стал оператором, а родившаяся в 1943-м дочь Арина — актрисой (помните очаровательную девушку-пионервожатую в «Добро пожаловать...»?) А отец семейства проводил всё больше времени в... Московском зоопарке. Подружился там с волком по кличке Норик, кормил его хлебом, тот однажды даже благодарно лизнул своего благодателя... Между тем грянула беда — у Алёйникова отказало лёгкое, пришлось ампутировать. Но будучи уже тяжелобольным, всенародный «Ваня Курский» вдруг отправляется за тридевять земель



В фильме «Конёк-Горбунёк» в роли Иванушки.



В фильме «Глинка» в роли А.С. Пушкина.

отправлялся за тридевять земель в Ашхабад (с его ужасающим даже для здорового россиянина климатом) сниматься в картине «Утоление жажды». Персонаж у него, конечно же, забудьдига и, конечно же, несмотря на все пороки, человек с неповторимым обаянием. Когда из соседней гримерки послышался разговор, что, мол, былого красавца уезжать, Петя улыбнулся и заплакал. Одним из эпизодов было купание в арыке. Началось восхождение, в Москву на пачке Алёйникова срочно отправили самолётом. Не спасли.

Эта роль принесла ему при Всесоюзного фестиваля в номинации «Лучшая актёрская работа». Петя Мартынович уже три года покоился в могиле, причём бывший беспризорник даже могилы своей не имел — место на привилегированном Новодевичьем ему «уступил» лучший друг Борис Андреев.

Подготовил
Павел ЗНАМЕНСКИЙ.

пер — Петр...», и зрительские залы топили в криках восторга. «Всюду нас узнают, зовут в гости, своих дочек сватают, особенно за Петю Алёйникова. Он у нас был как подсадная утка на охоте. Кинется мамаша на нашего херувимчика, он глазами поглядывает (у него ресницы были, как будто из одёжной щётки понадебранные), и мы гудим неделю у «будущих родственников» Петя...», — рассказывал тот же Андреев о похождениях актёров. Вроде бесшабашная жизнь, а за ней сквозит неизбывная тоска по серьёзной работе...

СЛЕДУЮЩАЯ СТАНЦИЯ — «ЛЮБОВЬ»

РОБЕРТ И МЕРИЛ

Два фильма, два разных времени, два отца семейства. Герой Роберта де Ниро из картины «Влюблённые» живёт в 80-е, спокойные, сытые, буржуазные. Хорошо, в общем-то, живёт, он успешный строитель, у него загородный дом, любящая жена, двое сыновей-погодков. Жизнь его идёт привычной колеёй, и что-либо менять ему не нужно и не хочется. Более того, его искренне удивляет и даже расстраивает поведение друга, который изменяет супруге направо и налево в поисках некоего Чувства. Но вот однажды происходит сбой в отлаженном механизме жизненной карусели. В пригородном поезде, на котором он каждый день ездит на работу в Нью-Йорк и обратно, встречает Ев. А у неё (Мерил Стрип) тоже всё неплохо: и муж — преуспевающий доктор и сама личность творческая, но только вот ребёнок умер, едва родившись, да отец постоянно на больничной койке. Однако она не жалуется, верит, что всё наладится, и искренне удивляется стилю жизни подруги, которая меняет мужчин как перчатки без всяких переживаний. И тут в пригородном поезде, на котором она чуть ли не каждый день мотается в Нью-Йорк навещать отца, она встречает Его. Что бы им стоило просто встречаться? Измена — это же так обыденно. Да все вокруг так живут! Но они пускают поезд привычной жизни под откос. Ради чего? Дальше поехали эти двое, будучи в браке, не заводят...



А вот банковский счёт у него на вес золота — дочь больна, ей требуется пересадка почки, а жена — учительница зарабатывает гроши даже по американским меркам. Его жизнь расписана на годы вперёд, он должен усердно работать, копить доллары, заботиться о семье. Любовь для него — это вовремя сделать укол умирающему ребёнку. Или прогнуться под требования взыскательной заказчицы, дабы не потерять работу. Интрижки на стороне не для него — нет ни желания, ни времени. Но однажды по дороге на работу в пригородном поезде он встречает Ев. Деловая женщина, спешащая на службу, и у неё, разумеется, тоже полный жизнен-



ный комплект — муж, престарелая дочка. Да и сама она элегантна и очень притягательна — Дженифер Энистон. Намеренно опускаю имена персонажей в обеих лентах, влюблённых могут звать как угодно, как нас с вами — Наталья и Сергей, Катя и Олег, это неважно. Суть в том, что мгновенно возникшее между мужчиной и женщиной чувство рушит их устоявшиеся жизни, фамилий не спрашивая, хотя до адюльтера и в этой истории дело даже не дошло...

КЛАЙВ И ДЖЕННИФЕР

Другой фильм, другое время, но та же банальная в сущности история любви, и даже место встречи изменить нельзя... Персонаж Клайва Оуэна в картине «Цена измены» живёт в наши двухтысячные. Он — служащий рекламного агентства, на хорошем счету,

Каждый день мы делаем одна и та же: вскакиваем, не выспавшись, по будильнику, наскоро завтракаем, целуем родных на прощание — и в беготню на работу, а там своя раз и навсегда заведённая карусель событий. Всё, как у всех. Но «любовь нечаянно нагрянет», и каждый из нас проявит себя по-своему...

РАЗНЫЕ МАРШРУТЫ

«Влюблённые» — фильм, который можно пересматривать бесконечное количество раз. «Цена измены» — один раз увидишь, и осадою на всю жизнь останется.

«Влюблённые» (или точнее будет перевести, как «Полные любви») — фильм, полный света, нежности, чудесной закадровой музыки, тонкой игры актёров. Эта картина написана мягкими бархатными пастельными тонами. Удовольствие особого рода наблюдать, как Мерил Стрип — взрослая замужняя женщина — смущается, словно 12-летняя Джульетта, от вопросов подруги о Неме. Или как Роберт де Ниро — солидный дядя-инженер — мчит на поезд, боясь опоздать на встречу с Ней. Такой мужчина не опустится до пошлой измены, он просто уйдёт из семьи в никуда, без надежды на хэппи-энд. Такая женщина не станет выкраивать минуты для тайного свидания с любовником, она босиком в ночь и дождь уйдёт от постылого мужа. Не к де Ниро даже, просто уйдёт. И хотя — спасибо сценаристу! — поезд снова сведёт влюблённых вместе, зритель начала XXI века с горечью констатирует — так не бывает, нынче это даже не мелодрамой называется, это сказка...

В «Цена измены» (а точнее будет перевести, как «Сошедший с рельсов», «Потерпевший крушение») ни свет, ни музыка роли не играют. После просмотра фильм вообще вспоминается как чёрно-белый. Экшен, действие, неожиданные повороты сюжета, всплески агрессии — вот что отличает современный кинематограф, равно как и нашу жизнь. Из оттого понимаешь, что смертельная путя для Энистон под занавес фильма — это логично, так может быть и в реальности, более того — так должно быть. И чтобы сохранить семью и вырваться из сетей зла, мужчины в наши дни порой нужно чуть ли не в супермене превратиться, как это и произошло с обычным офисным сотрудником Оуэном. Любовная история превратилась в напряжённый триллер, и хотя злодей получили по заслугам, ощущения хэппи-энда нет, это же Жизнь, и ещё неизвестно, что и кто может поддержать главного героя на следующей апатричке...

Наталья АНДРИЧЕНКО.

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

Гладить вещи из трикотажа нужно по правилам, поскольку они легко теряют форму. Температуру утюга регулируйте согласно указанию на ярлычке. Сначала слегка сбрызните изделие водой из пульверизатора. Вывернув наизнанку, расправьте на поверхности, сверху положите чуть влажную марлю. Утюг последовательно прикладывайте к новым местам, не передвигайте по ткани и не растягивайте её. Сразу после глажки не вешайте на плечики, дайте вещи остыть в расправленном виде.

Вещи из объёмной пряжи не утюжат, чтобы не разгладить рельефный рисунок.

Узкое горлышко стеклянной посуды быстро покрывается налётом. Если нет специального ершача, насыпьте в ёмкость измельчённую скорлупу от двух яиц, залейте тёплой водой с добавлением чайной ложки соды, закройте крышкой и интенсивно взболтайте – частички скорлупы снимут налёт изнутри. Тщательно прополощите.

Пятна от тонального крема часто остаются на одежде и плохо выводятся. Перед стиркой смочите пятно 10%-ным нашатырным спиртом, посыпьте пищевой содой, оставьте на 5-10 минут и постирайте.

При запекании в фольге или специальном рукаве птицу, предварительно не солить. Можно сбрызнуть мясные сухими приправами, свежие пряные травы не годятся.

Копилка



Идей

Как быстро убрать и экономно потратить, легко отстирать и аккуратно погладить, вкусно приготовить и аппетитно подать – об этом и другом читайте в нашей рубрике

Решили сэкономить, заменив обычные лампы накаливания на новомодные энергосберегающие? Имейте в виду нюансы: энергосберегающие лампы чувствительны к скачкам напряжения в электросети и быстро перегорают. Их излучение лишено части спектра, что искажает цветовое восприятие и приводит к усталости глаз, особенно при чтении, поэтому для настольных светильников они не подходят. Наконец, высокая стоимость новинки окупается только при режиме длительного включённого состояния, что в быту бывает редко.

Пригоревшую кастрюлю наполните солёной водой (3 ст. ложки на 1 л) и оставьте на ночь. На следующий день добавьте ещё ложку соли и прокипятите – дно легко очистится.

Кляр, замешанный на минеральной газированной воде вместо обычной, более рыхлый, недревячатый и воздушный.

Как рассчитать количество воды в супе, чтобы всем хватило? Влить в кастрюлю столько тарелок воды (полных), сколько порций хотим получить. Лишняя вода выкипит, а оставшаяся вместе с гущей составит полную тарелку.

Отправляясь на прогулку в лес, где много мушкетёров и мошкетёров, протрите лицо и открытые части тела салфеткой с каплей анисового масла: насекомые не выносят этого аромата.

Стеклянная посуда ослепит блеском, если после мытья прополощите её в холодной воде с добавлением уксуса или лимонной кислоты (1 ст. ложка уксуса или 1 ч. ложка кислоты на литр воды).

Яичные желтки с сахаром растираются быстрее в предварительно нагретой посуде. А белки, наоборот, любят холод: взбивайте их, как только достали из холодильника. Для растирания лучше использовать мелкий сахарный песок или пудру.



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



То информагентства страдают очередным кризисом, то срочно нужно накопить наличность, то не выплатили обещанную премию... Словом, всегда есть повод ввести режим экономии. Садиться «на хлеб и воду» не нужно, существует масса способов выкроить копейку, которая сэкономит не один рубль, так как «экономика должна быть экономной», то есть затронуть все статьи расходов.



Копейка к копеечке

Каша из супора. А также суп, плов, рагу...

● Общепитие – бой! Домашние обеды однозначно дешевле, и доподлинно известно «что туда положили». К счастью, работодатели лояльно относятся к поведению домашних заготовок в обход общественных столовых.

● для бульонов нет необходимости покупать дорогую вырезку. Суповые наборы и «бульонные кости» – самое то.

● запастись провансом в продуктовой магазине нужно только на сытый желудок.

● придется взять за правило составлять меню на неделю, составлять список и раз в неделю делать покупки. Никаких отхождений от перечня – первое условие экономии, второе – минимизировать забеги в супермаркеты. Забегав «за хлебушком», велик риск хватать лишних продуктов.

● не все йогурты одинаково полезны, не поторопитесь. И уж точно не дешёвые. Но сделать молочное лакомством в разы доступнее и полезнее легко. Покупаем специальную закуску для кисломолочных продуктов, упаковку молока, по 100-150 граммов любимых свежемороженных ягод. Закуска – в молоко, в получившийся продукт для аромата и цвета добавляем ягоды. Обычное молоко можно несколько раз перезаквашивать готовым йогуртом.

Невыносимая лёгкость: БЫТ и Я

● Средства от накипи для стиральной машины и электрочайника успешно заменяет лимонная кислота. Максимальная выгода – покупка спасительных кристаллов вразовое.

● дистиллированная вода, необходимая для утюгов с функцией отпаривания, в спецотделах стоит недёшево. И та же самая H₂O в магазинах автомобильных принадлежностей обойдётся в 5-7 раз дешевле.

● кусковое мыло расходуется экономичнее жидкого. Если жидкое мыло, покупайте ялтилитровыми упаковками для общепитовских заведений.

● ванна – это приятно и роскошно. А душ – экономично, демократично, быстро. И более полезно, поскольку принимать ванну врачи советуют не чаще одного раза в неделю, а вот личную гигиену никто не отменит.

● все покупки лучше осуществлять строго по списку. А список, в свою очередь, нужно составлять с учётом реальных потребностей. Денег с собой стоит брать «в обрез», комментарии тут излишни.

● почти все средства бытовой химии универсальны: в одном флаконе и чистка, и уборка, и отирка. Стоит ли покупать отдельно жидкость для ковров, средство для мытья пола и т. д.? Необходимость есть лишь в двух видах порошков – стирка-автомат и ручная и паре-тройке средств для

уборки квартиры: средство для мытья посуды и чистки сантехники. Кашемировые вещи превосходно отстирают на стирку шампунем, а отполировать мебель можно зубным порошком, разведённым в слабом растворе нашатырного спирта.

● кстати, средство для посуды тоже можно заменить на бюджетный вариант: в мыльный раствор добавляем пищевую соду. А прежде чем чистить ванну, имеет смысл протереть её смоченной в уксуса губкой и оставить на пять минут. Результат позволит обойтись без чистки средством, либо уменьшить его расход.

Красиво и здорово

● Практически у всех дорогих импортных лекарств есть более дешёвые, но не менее эффективные аналоги – дженерики. Не нужно стесняться попросить врача выписать второй вариант.

● скраб для тела заменяет кофе, причём бюджетный сорт. Не любите кофе – годится соль, сахар, овсянка грубого помола. Бонус – отсутствие аллергичных ароматизаторов и консервантов.

● хранить косметику нужно так, чтобы все «богатства» были на виду. Тогда реже будет возникать желание купить то, что у вас ещё не закончилось.

● оды «домашнему маникюру и педикюру» поют все, кто научился брать «ноги в руки». Вы ещё не в их числе? Тогда хотя бы откажитесь от салонной услуги в пользу мастера, принимающего на дому. Реальная экономия в два раза.

● сезонные распродажи одежды и обуви – наше всё. С возрастом отпадает жгучее желание носить вещи только «из первой линии», так что прекрасное подспорье – купить в конце сезона вещи к следующему. Подешевевшие на 50-70 %.

Коммухноз

● Лампы с лампочками наружу (плафон прозрачный и незакрытый) дают больше света. Выгода налицо: использовать лампы меньшей мощности, а если ещё потратиться на энергосберегающие...

● счётчики на водоснабжение – уже хрестоматия, доказано, что это выгодно: вложение и окупается в максимально быстрые сроки.

● при покупке бытовой техники (холодильник, стиральная машина) стоит ориентироваться на класс энергопотребления «А». Стоят они дороже, зато счета за потребляемую электроэнергию в разы меньше.

● если подключить двухтарифный счётчик потребления электричества (ночи/день), сэкономить электричество можно, запустив стиральную и посудомоечную машины ночью.

● уверены, ваш тариф на домашний Интернет и мобильный телефон выгоден? Вы точно пользуетесь функциями, за которые платите? Стоит поинтересоваться расценками и услугами, здесь всегда есть возможность для оптимизации расходов.

Подготовила
Анна МЕНЬШИКОВА.

Законный вопрос



Уважаемые читатели!

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



Подскажите, имею я право на льготу по подоходному налогу у себя на предприятии: у меня дочь 15 лет, её отец погиб, и она получает пенсию по потере кормильца, мой нынешний муж не удочерил её.

Ст. 218 НК РФ предусматривает: налоговый вычет за каждый месяц налогового периода распространяется на родителя, супруга (супругу) родителя, усыновителя, опекуна, попечителя, приёмного родителя, супруга (супругу) приёмного родителя, на обеспечении которых находится ребёнок, в следующих размерах:

- с 1 января 2012 года:
- 1 400 рублей – на первого ребёнка;
- 1 400 рублей – на второго ребёнка;
- 3 000 рублей – на третьего и каждого последующего ребёнка;
- 3 000 рублей – на каждого ребёнка в случае, если ребёнок в возрасте до 18 лет является ребёнком-инвалидом, или учащегося очной формы обучения, аспиранта, ординатора, интерна, студента в возрасте до 24 лет, если он является инвалидом I или II группы.

Налоговый вычет производится на каждого ребёнка в возрасте до 18 лет, а также на каждого учащегося очной формы обучения, аспиранта, ординатора, интерна, студента, курсанта в возрасте до 24 лет. Налоговый вычет предоставляется в двойном размере единственному родителю (приёмному родителю), усыновителю, опекуну, попечителю. Предоставление указанного налогового вычета единственному родителю прекращается с месяца, следующего за месяцем вступления его в брак. Налоговый вычет предоставляется родителю, супругу (супруге) родителя, усыновителю, опекуну, попечителю, приёмным родителем, супругу (супруге) приёмного родителя на основании их письменных заявлений и документов, подтверждающих право на данный налоговый вычет. Налоговый вычет может предоставляться в двойном размере одному из родителей (приёмных родителей) по их выбору на основании заявления об отказе одного из родителей (приёмных родителей) от получения налогового вычета. Налоговый вычет действует до месяца, в котором доход налогоплательщика, исчисленный нарастающим итогом с начала налогового периода налоговым агентом, предоставляющим данный стандартный налоговый вычет, превысил 280 000 рублей. Начиная с месяца, в котором указанный доход превысил 280 000 рублей, налоговый вычет, предусмотренный настоящим подпунктом, не применяется.



Чем может грозить закон РФ, если инвалид сдавал жильё и не платил с данного дохода налоги?

Согласно статьи 107 НК РФ:

1. Ответственность за совершение налоговых правонарушений несут организации и физические лица в случаях, предусмотренных главами 16 и 18 Налогового кодекса. 2. Физическое лицо может быть привлечено к ответственности за совершение налоговых правонарушений с 16-летнего возраста.

Статья 114 НК РФ предусматривает налоговые санкции за налоговые правонарушения: 1. Налоговая санкция является мерой ответственности за совершение налогового правонарушения. 2. Налоговые санкции устанавливаются и применяются в виде денежных взысканий (штрафов) в размерах, предусмотренных главами 16 и 18 Налогового кодекса. Статья 119 НК РФ предусматривает ответственность за непредставление налоговой декларации, которую вы при получении дохода от сдачи жилья обязаны подавать: 1. Непредставление налогоплательщиком в установленном законодательством о налогах и сборах срок налоговой декларации в налоговый орган по месту учёта влечёт взыскание штрафа в размере 5 процентов неуплаченной суммы налога, подлежащей уплате (доплате) на основании этой декларации, за каждый полный или неполный месяц со дня, установленного для её представления, но не более 30 процентов указанной суммы и не более 1000 рублей. Статья 122 НК РФ устанавливает размер ответственности за неуплату или неполную уплату сумм налога (сбора):

1. Неуплата или неполная уплата сумм налога (сбора) в результате занижения налоговой базы, иного неправильного исчисления налога (сбора) или других неправомерных действий (бездействия), если такое деяние не содержит признаков налогового правонарушения, предусмотренного статьей 129.3 Налогового Кодекса, влечёт взыскание штрафа в размере 20 процентов от неуплаченной суммы налога (сбора).



Я уволен по соглашению сторон. В день увольнения обратился в больницу с повышенным давлением. Могут ли мне оплатить больничный лист на предприятии.

Статья 5 ФЗ «Об обязательном социальном страховании на случай временной нетрудоспособности и в связи с материнством» № 255-ФЗ от 29.12.2006 года предусматривает:

1. Обеспечение застрахованных лиц пособием по временной нетрудоспособности осуществляется в случаях:

- 1) утраты трудоспособности вследствие заболевания или травмы, а также в связи с операцией по искусственному прерыванию беременности или осуществлением экстракорпорального оплодотворения (далее – заболевание или травма);
- 2) необходимости осуществления ухода за больным членом семьи; 3) карантин застрахованного лица, а также карантин ребёнка в возрасте до 7 лет, посещающего дошкольное образовательное учреждение, или другого члена семьи, признанного в установленном порядке недееспособным; 4) осуществления протезирования по медицинским показаниям в стационарном специализированном учреждении; 5) долечивания в установленном порядке в санаторно-курортных учреждениях, расположенных на территории Российской Федерации, непосредственно после стационарного лечения.

2. Пособие по временной нетрудоспособности выплачивается застрахованным лицам при наступлении случаев, указанных в части 1 настоящей статьи, в период работы по трудовому договору, осуществлении служебной или иной деятельности, в течение которого они подлежат обязательному социальному страхованию на случай временной нетрудоспособности и в связи с материнством, а также в случае, когда заболевание или травма наступила в течение 30 календарных дней со дня прекращения указанной работы или деятельности либо в период со дня заключения трудового договора до дня его аннулирования. Следовательно, вы сможете получить пособие по временной нетрудоспособности на предприятии, с которого были уволены.

«Капризная дама» — замша

Выбирая на весну сапожки из замши, нужно подойти к ней с особым вниманием. Недостаточно присмотреть понравившуюся модель, нужно разглядеть, нет ли разводов, потёртостей, неоднородности окраски — верных примет подделки. Мало померить замшевую обувь, нужно учесть, что она склонна к растяжению при носке. А ещё замша любит, чтобы её как следует потерли руками. На пальцах не должно остаться ни следов краски, ни ворсинки — это свидетельство качества.

Одеяло — на себя!

В времена нашего детства нарахват были ватные одеяла, ещё бы — достаточно тёплые и вместе с тем дешёвые. К тому же вата — экологически чистый наполнитель, идеальный выбор для аллергика. Однако есть у старого «ночного друга» и минусы: со временем его ватное содержимое спрессовывается, образует бугристые, мешающие уснуть комки, впитывает различные, в том числе не слишком приятные запахи, а вернуть ему первоначальный вид практически невозможно.

Если вы тот «поросянок, что в Петров день мёрзнет», приобретите одеяло пуховое. По согревающей способности нет равных пуху гагар, однако и цена такого изделия высока. На втором месте — пух белых гусей, следом идёт — пух серых гусей и уток. Единственный серьёзный недостаток лёгкого, упругого, мягкого пухового «облачка» — быстро отсыревает и становится хорошей средой обитания для клещей. Однако если периодически проветривать пуховое одеяло на солнце и вовремя отнести на реставрацию, вы его ещё внуком по наследству передадите!

Укутаться в одеяло из натуральной шерсти (верблюда, кашемирской козы, овцы) — такое прекрасный способ согреться. А кроме того, оказывается, что оно обладает и оздоравливающим эффектом. Секрет заключается в ланолине (животном жире), который благодаря восприимчивости к теплу вашего тела расплывается, впитывается в кожу и помогает выздоровлению при остеохондрозе, ревматизме и простудах.

В наши дни огромный выбор одеял и из искусственных материалов. Не

успел насладиться своим звёздным часом синтепон (недорогой, лёгкий, гипоаллергенный, долговечный). Как выяснилось, этот наполнитель безнадёжно устарел (недостаточно тёплый, плохо впитывает влагу). Ему на смену пришли новые химические волокна, которые сохранили «плюсы» синтепона и при этом избавились от «минусов» — холода, фибры, уникора, скайрона, фибра и т. д. Огромное достоинство современных одеял состоит в простоте ухода — их смело можно стирать в обычной стиральной машине.

Подготовила

Наталья АНДРИЩЕНКО.

Вопрос-ответ

Три месяца назад мы с мужем приобрели душевую кабину, да полторопятиш. Всем хороша «обновка»: пульт управления, функция массажа, даже встроенное радио, но когда общий ремонт ванной комнаты подошёл к концу и дошла очередь до установки кабины, оказалось, что она по размерам не вписывается в предназначенный ей угол. Мы попытались вернуть покупку в магазин или обменять на менее габаритную модель, но получили отказ. Продавец заявил, что душевые кабины якобы входят в какой-то перечень технически сложных товаров и возврату и обмену не подлежат. Прав ли он?

Елена КВЛЕШОВА, г. Новосибирск.

С одной стороны, статья 25 Закона РФ «О защите потребителей» предусматривает возврат приобретённого непроизводительного товара, если он не подошёл по форме, габаритам, фасону, расцветке, размеру или комплектации. Однако в каждом конкретном случае должен быть определён критерий сложности изделия, так как технически сложные товары не подлежат обмену или возврату. Но поскольку ни в законе, ни в перечне неподлежащих возврату или обмену товаров, который действительно существует, ни в каких-либо других документах не содержится чёткого понятия «технически сложный товар», то вы могли бы опротестовать отказ продавца принять душевую кабину назад. Только сделать это следовало в надлежащий срок — 14 дней со дня покупки. Спустя три месяца шансов договориться с магазином о возврате или обмене товара у вас уже не было никаких.

Пельменное братство

«Готов упасть я на колени пред тем, кто выдумал пельмени!» — так можно воскликнуть на многих языках мира

Украинские вареники

2,5 ст. муки, 1/2 ст. холодной воды, яйцо, соль — по вкусу. Для начинки: 300 г говяжьей печени, 100-150 г свежего сала, 1-2 средние луковицы, соль и чёрный перец — по вкусу, растительное масло.

Печень на полчаса положить в холодную воду, освободить от плёнки и желчных протоков. Очистить в подсоленной воде вместе с салом. Остудить, пропустить через мясорубку. Добавить спассерованный в масле измельчённый лук, перец, соль и перемешать. Муку просеять на стол, собрать горкой. В центре сделать углубление, вбить яйцо и влить подсоленную воду. Быстро замесить тесто средней густоты, собирая муку с подножия горки и насыпая её в углубление. Сформовать колобок, завернуть во влажную салфетку и оставить на 20 минут для расстойки. Раскатать в жгут диаметром не более 2 см, разрезать на кусочки толщиной около 1,5 см и каждый раскатать в тонкий кружок. На половину кружка положить немного начинки, накрыть второй половинкой, края защипать. Варить в большом количестве подсоленной воды 4-5 минут после всплытия. Переложить шумовкой на тарелку, полить сметаной или растопленным маслом.

Грузинские хинкали

Эти мешочки из теста с фаршем едят руками, держа за хвостик так, чтобы не пролить ни капли драгоценного сока.

3 ст. муки, яйцо, 5 ст. ложек тёплой воды, молотый красный и чёрный перец, соль — по вкусу. Для фарша: по 300 г свиной и говяжьей, 3 луковицы, по пучку кинзы и петрушки.

Зелень и мясо нарезать крупными кусками, дважды пропустить через мясорубку вместе с луком. Влить в фарш немного воды, посолить, поперчить, добавить отдельно пропущенную через мясорубку зелень, ещё раз всё

тщательно перемешать.

Муку просеять на большой плоское блюдо, собрать в горку. В центре сделать углубление, влить в него тёплую воду, вбить яйцо. Быстро замесить крутое тесто, сформовать колобок. Разделить его на куски, раскатать каждый в тонкие лепёшки. В центр положить мясную начинку, примерно столько, сколько висит кружок теста. Собрать тесто маленькими складочками по периметру в узелки, плотно скрепив их. Варить хинкали в кипящей подсоленной воде до всплытия, затем аккуратно достать, выложить на блюдо, посыпать чёрным перцем.

Итальянские равиоли

200 г муки, яйцо, белок, соль — по вкусу. Для начинки: 300 г мягкого (творожного) сыра, маленький пучок зелёного лука, желток, молотые мускатный орех и перец, соль — по вкусу. Для заправки: стручок сладкого перца, пучок зелёного лука, сушёный шалфей, 3 ст. ложки растительного масла (лучше оливкового), молотый перец и соль — по вкусу.

Замесить тесто из муки, яйца, белка и соли, скатать в шар, завернуть во влажную салфетку, положить в холодильник на 30 минут. Сыр смешать с желтком и мускатным орехом, добавить измельчённый лук, перец, соль и хорошо перемешать. Тесто раскатать в тонкий пласт. На одну его половину рядками на расстоянии 4-5 см друг от друга разложить начинку в виде крупного боба. Междурядья и края смазать взбитым белком. Накрыть второй частью пласта, слегка прижать. Ножом-колёсиком нарезать квадратами (если такого нет, воспользуйтесь обычным ножом, но края каждого квадратика плотно защипайте руками, а зубчиками — сдвигайте с помощью вилки). Приготовить заправку: в сковороду с разогретым маслом всыпать шалфей, перемешать. Добавить очищенный и нарезанный кубиками сладкий перец и измельчённый лук. Посолить, поперчить, перемешать и



тушить 5 минут на слабом огне. Сваренные в большом количестве подсоленной воды равиоли достать шумовкой.

Азербайджанские дюшбара

Этих аппетитных малышей (в столовой ложке должно помещаться 4-5 шт.) варят в мясном бульоне.

Для фарша: 1 кг баранины (мякоть с костью), 50 г курдючного сала, яйцо, 1 луковица, 1 головка чеснока, 1 ст. ложка порошка сухой мяты, 1 ст. ложка порошка сухого базилика, 1 ч. ложка чёрного молотого перца. Для теста: 2 стакана муки, 2 яйца, 0,5 стакана сывортки, 0,5 ч. ложки соли. Для бульона: 1, 25 л воды, 25 г курдючного сала, 1 лук-порей, 1 луковица, 6-8 горошин чёрного перца, 7-8 тычинок шафрана, по 1 ст. ложке зелени — петрушки, укропа и эстрагона.

От баранины отделить кости, сварить из них бульон с луковицей (целиком). Из мякоти баранины приготовить фарш, дважды пропустив его через мясорубку с луком, чесноком и курдючным салом, добавить яйцо, пряности, посолить, поставить на холод на 15 минут. Замесить крутое тесто, дать ему выстояться 20-25 минут, завернув во влажную салфетку. Затем раскатать в тонкий пласт (до 1 мм) и нарезать небольшими квадратами (3,5х3,5 см). На квадратик положить по 0,5 ч. ложки подготовленного мясного фарша, защипать треугольником, соединив противоположные углы, дать слегка подсохнуть. Потом слегка обжарить на сковороде в масле в течение 3-4 минут до едва заметного зарумянивания, после чего отварить в небольшом количестве подсоленной воды в течение 5-7 минут. В подготовленный кипящий бульон положить мелко нарезанные обжаренные кубики курдючного сала, дюшбара, перец, шафран и довести до кипения, а затем всыпать все остальные пряности.

Сырные палочки

2 ст. ложки муки, 150 г сыра, 2 ст. ложки ол. масла, яйцо, 100 г кунжута, соль, перец по вкусу.

Натираем на мелкой терке сыр, сливочное масло мелко рубим. Смешиваем сыр, масло, муку, перец и соль, полученное тесто заворачиваем в пленку и ставим на час в холодильник. Посыпаем стол мукой, скатываем из теста палочки размером с карандаш, взбитым яйцом смазываем палочки, обваливаем в семечках кунжута, выкладываем на противень и запекаем 15 минут в духовке, нагретой до 180°C.

Булочки с начинкой

8 булочек, 300 г шампиньонов, 2 луковицы, 400 г фарша, 0,5 ст. сливок, 100 г любого сыра.

Из булочки вынимаем серединку, чтобы получились чашечки. Измельченный лук обжариваем с нарезанными грибами и сливками, солим, перчим. Отдельно обжариваем фарш до готовности. Смешиваем фарш и сливочно-грибную массу. Получившуюся смесь начиним булочки и сверху посыпая тертым сыром. Готовим булочки в заранее разогретой духовке 5-7 минут.

«Конвертики»

3 тонких лаваша, 300 г рапсовой или пшеничной капусты, 150-200 г куриного филе (капуста и капуста или ветчины), 1 средняя красная луковица, 100 г твердого сыра, 2 ст. ложки майонеза, укроп, растительное масло для жарки, по 3 ст. ложки уксуса и воды.

Куриное филе разрезаем на тонкие ломтики, обжариваем, солим, перчим, обжариваем в растительном масле по три минуты с каждой стороны до зарумянивания, охлаждаем и нарезаем соломкой. Лук режем тонкими полукольцами и маринуем в смеси уксуса и горячей кипяченой воды 15 минут. Сыр трем на крупной терке, капусту шинкуем, солим и немного перетираем руками. Смешиваем капусту, сыр, отжатый лук, мясо, нарезанный укроп и заправляем майонезом — начинка готова. Лаваш разрезаем на 2 части поперек, кладем на каждую часть 2 ст. ложки с горкой начинки, сворачиваем конвертом, обжариваем в растительном масле с двух сторон до зарумянивания и выкладываем на салфетки, чтобы впиталось масло. Есть можно горячими и холодными.

Булбличная пицца

Булблики (ошши или барани), 1 помидор, 2 ст. ложки кетчупа, ветчина (колбаса, мясо, сосиски), 1 соевый огурец, 100 г любого сыра.

Мелко нарезаем помидор, ветчину, огурец, сыр трем на терке. Булблики разрезаем вдоль на половинки, смазываем майонезом, кладем начинку, посыпая сыром и ставим в духовку на 15 минут.

Запеченный батон

Батон, 3 вареных яйца, 150 г ветчины (колбаса, мясо), 150 г любого твердого сыра, 4 небольших соевых огурчика, 1 ст. ложка



На разогреве

Планируете выехать за город и пожарить шашлык? Но пока прогорят угли, не плохо бы «размяться» и слегка перекусить. Поэтому приготовьте дома корзину со снедью и разогрейте блюда на решётке, чтобы пропитались дымком!

растопленного слив. масла, 1 ст. ложка острого кетчупа и 1 ст. ложка горчицы — по желанию, соль, перец, фольга.

Батон надрезаем по длине с одной стороны, аккуратно протыкаем его так, чтобы он не сползлся, и вынимаем мякоть. Яйца измельчаем, ветчину и огурцы режем кубиками. Смешиваем мякоть, яйца, ветчину, огурцы, растопленное сливочное масло, добавляем кетчуп и горчицу, солим, перчим и полученной массой начиняем батон. Плотное его закрываем, оборачиваем фольгой и ставим в разогретую до 180°C духовку на 25 минут. На природе порежьте батон на ровные куски.

Сырный рулет

400 г твердого сыра.

1-й вариант начинки: 200 г ветчины, 1-2 шт. маринованных огурца, 50 г любых грибов, 4 ст. ложки майонеза, 2 ст. ложки измельченной зелени, чёрный молотый перец и соль по вкусу;

2-й вариант начинки: 1 большая морковь, 3-4 зубчика чеснока, 2 ст. ложки майонеза, соль, перец по вкусу;

3-й вариант начинки: 1/2 ст. грецких орехов, 2 ст. ложки майонеза, 3-4 зубчика чеснока.

Готовим начинку. Для первого варианта ветчину, огурцы, грибы нарезаем кубиками, заправляем майонезом, солим, перчим и перемешиваем. Для второго: очищенную морковь трем на мелкой терке, добавляем измельченный чеснок, перец по вкусу, майонез и всё перемешиваем. Для треть-

его: пропускаем орехи через мясорубку и смешиваем их с измельченным чесноком и майонезом. Сыр помещаем в целлофановый пакет, завязываем, опускаем в кипящую воду и расплавляем. Вынимаем из воды и раскатываем пакет с сыром скалкой в тонкий пласт, снимаем целлофан. Выкладываем на сыр начинку и заворачиваем его в рулет. Оборачиваем рулет пергаментной бумагой, обвязываем нитками и кладем в холодильник на час. Подаем рулет, нарезав ломтиками, на листьях зеленого салата.

Супербутерброды

0,5 ст. овсяных хлопьев, 1 средняя луковица, 1 морковь, 100-150 г твердого сыра, 200 г плавленого сыра, 2-3 помидора, 2 вареных яйца, 0,5 ст. муки, зелень, батон, специи по вкусу, растительное масло для жарки.

Заливаем овсяные хлопья кипятком на 30 минут, лук, морковь и твердый сыр нарезаем мелкими кубиками, помидоры — кружочками, яйца трем на терке. Обжариваем лук до золотистого цвета, добавляем морковь и продолжаем обжаривать на среднем огне еще 3-4 минуты. Выкладываем в глубокую миску, добавляем овсяные хлопья, предварительно слив воду, яйца, сыр, соль, специи и муку. Из получившегося теста формируем ложкой на предварительно разогретой сковороде плоские котлетки размером с кружочек батона и обжариваем с двух сторон до золотистого цвета. Батон нарезаем, намазываем плавленым сыром, сверху кладем приготовленную котлету, на неё кружочек помидора и зелень.

Рис с креветками

от Елены ЯКОВЛЕВОЙ
из г. Астрахани

Стакан длиннозерного риса, 100 г креветок, 2 зубчика чеснока, половина луковицы, небольшая морковь, 4 ст. ложки растительного масла, соль по вкусу, приправа для рыбы – по желанию.

Креветки варим и чистим, бульон не выливаем. Рис замачиваем в холодной воде и промываем. На сковороду наливаем масло, выдавливаем в него чеснок для аромата и пассеруем измельченный лук и натертую на крупной терке морковь. Добавляем рис, предварительно слив воду, и обжариваем на среднем огне 15 минут. Затем засыпаем рис бульоном, который остался после креветок, примерно на 2 сантиметра выше креветок, солим и готовим на медленном огне около часа. Когда рис будет готов, добавляем креветки, приправу для рыбы, перемешиваем и подаем на стол.

«Башня»

от Ирины МЕЛЬНИКОВОЙ из г. Тамбова

150 г филе свинины, 100 г куриного филе, 50 г филе говядины, 40 г бекона, кольцо консервированного ананаса, 20 г сыра, 3 ч. ложки майонеза, 3 зубчика чеснока, соль, перец – по вкусу.

Все виды мяса отбиваем, солим и перчим. Сыр трем на терке, добавляем измельченный чеснок, майонез и перемешиваем. На свиную отбивную кладем кольцо ананаса, сверху – куриное филе, затем – сырную смесь и говядину. Берем отбивную за края, заворачиваем поверх «башни» конвертом и скрепляем зубочисткой. Выкладываем на раскаленную, смазанную маслом сковороду вначале «швом» вниз, жарим около минуты, плотно прижав сверху, затем переворачиваем на другую сторону. Снимаем конверт со сковороды, кладем на него жест-накрест полоски бекона. Готовим в разогретой до 200°C духовке 15–20 минут. Подаем на листьях салата.

Котлеты

«Папарацц-цветка»
от Марины ГЛЕБОВОЙ

из г. Минска

700 г куриного филе, 1 маленькая луковица, 1 яйцо, 150 г твердого сыра, 50 г сл. масла, 3 ломтика батона, соль по вкусу, растительное масло для жарки.

Готовим начинку: натираем сыр на средней терке, добавляем мелко нарезанное масло, перемешиваем до полу-

«А я готовлю так!»

Наверняка в вашей семье есть кулинарные традиции и блюда, которыми вы гордитесь. Поделитесь своим фирменным рецептом с другими читателями и получите приз от нашего журнала. Вы можете голосовать и за других конкурсантов: на странице 63 расположена таблица, выберите её, отметьте тот рецепт, который больше всего пришёлся вам по вкусу, вложите в конверт и отправьте нам в редакцию. Самый активный участник голосования получит поощрительный приз



Главный приз – форма для лепешки «Медвежонок».



Поощрительный приз – набор кухонной утвари.

чения однородной массы и убираем в холодильник.

Куриное филе и луковицу дважды пропускаем через мясорубку, добавляем яйцо, соль и тщательно перемешиваем. Кладем на поверхность лепешку из куриного фарша, из сырно-масляной смеси лепим колбаску, укладываем её сверху на мясную лепешку, затем из фарша лепим ещё одну лепешку поменьше и накрываем ею начинку. Окучаем котлету во взбитое яйцо, обваливаем в крошках батона, придаём овальную форму и принимаемся за лепку следующей котлеты. Перед началом лепки каждой котлеты окунаем руки в воду, тогда фарш будет меньше липнуть к пальцам. Обжариваем котлеты с двух сторон на хорошо разогретой сковороде в растительном масле, складываем на противень или в большую термостойкую форму так, чтобы котлеты не накладывались одна на другую.

Когда все котлеты будут пожарены, ставим их в духовку и выпекаем при температуре 170°C 30 минут.

Блинные мешочки

от Галины БЫКОВОЙ

из Волгоградской области

2 яйца, 0,5 л молока, 6 ст. ложек муки, 1 ч. ложка сахара, щепотка соли, 2 ст. ложки растительного масла + масло для жарки, пара веточек укропа, отваренное куриное филе, 100 г шампиньонов, 1 луковица, 2 ст. ложки сливоч., 50 г твёрдого сыра, соль и перец по вкусу.

Из яиц, молока, муки, сахара, соли и измельченного укропа вымешиваем тесто, вливаем в него 2 ст. ложки растительного масла, перемешиваем и оставляем на 10 минут, жарим тонкие блинчики.

Готовим начинку: лук измельчаем и обжариваем до прозрачности в растительном масле, добавляем мелко порезанные грибы и жарим до готовности. Выкладываем мелко порезанное филе, вливаем сливки, солим и перчим по вкусу, прогреваем, но до кипения не доводим. В горячую массу высыпаем мелко натёртый сыр, перемешиваем и выкладываем горячую начинку в блинчики. Край соединяем в центре, чтобы получились «мешочки», завязываем мешочки перьями зелёного лука.

Майские хлопоты

Как гласит народная мудрость: «Март с водой, апрель с травой, а май с цветами». Для того чтобы потом «цветы» превратились в настоящие «ягодки», потрудиться нужно именно сейчас

Шаг 1. Убираем

Снимаем укрытия, убираем накопившийся садовый мусор и остатки прошлогодних растений. Приводим в порядок парники и теплицы. Готовим к активному использованию инвентарь.

Шаг 2. Подкармливаем

Деревья и кустарники удобряем аммиачной селитрой или мочевиной (при расходе 20–30 граммов удобрения на квадратный метр). Для обогащения земли и защиты её от сорняков корни растений обкладываем перегноем или свежим компостом (как говорят агрономы, проводим мульчирование).

Шаг 3. Защищаем

С особой тщательностью удаляем из почвы сорняки, выбираем личинки майского жука. Чтобы облегчить процесс, желательно землю как следует взрыхлить. А вот с другими вредителями (яблонный цветоед, тля, клещи, долгоносики) без специальных химических препаратов не обойтись. Оригинальным (а главное, абсолютно безопасным!) способом защиты урожая является посадка нектароносных пряных растений, таких как горчица или укроп. Они привлекут златоглазок, журчалок и божьих коровок – маленьких хищников, ваших помощников в борьбе с насекомыми-вредителями.

Шаг 4. Согреваем

Несмотря на тёплые дни, в мае велик риск возвращения заморозков. Чтобы сохранить растения, в различных местах сада подготавливаем среднего размера кучки из хвороста, опилок и сухих листьев. Для защиты сада площадью 6 соток их достаточно около восьми. Зажигаем при снижении температуры воздуха до 3–4 градусов и следим, чтобы кучки не перегорали, а дымились. Для большей эффективности проводить такое «дымление» лучше всего в безветренную погоду.

Шаг 5. Сажаем

После того как минует угроза возвращения заморозков, приступаем к массовой посадке овощных культур. В первых числах мая – морковь, свёкла, салат, редис, лук и петрушка. В середине месяца сеют брокколи, кукурузу, подсолнечник и фасоль. Зацвела черёмуха, и появились почки на берёзе? Вспоминаем о всенародно любимом картофеле. Во второй половине мая высаживаем рассаду огурцов, перцев, томатов и баклажанов.

Подготовила Ксения ЗВЯГИНЦЕВА.

Весна объявила дачный сезон открытым, а потому «Пресс-Коктейль» возобновляет рубрику «У меня в садочке». Присылайте в редакцию полезные советы по обустройству дачного участка, делитесь успехами огородничества, задавайте волнующие вас вопросы, а мы постараемся ответить вам, уважаемые читатели!



Вопрос-ответ

Подскажите, где лучше посадить сирень?

Мария ПАЖИНА, г. Волгоград.

Сирень – светолюбивое растение, поэтому лучше сажать её на ярко освещаемом месте. Также необходимо достаточное количество свободного пространства, поскольку со временем она разрастётся как в ширину, так и в высоту. Однако не стоит отчаиваться, если на вашем участке мало места, выбирайте низкорослые и не очень кустистые сорта сирени. Например, Саугену, которая редко вырастает выше двух метров и даёт мало саженцев. Посадите её у входа на дачу, и она будет «встречать» вас и ваших гостей.

Каждый год ломаю голову, как защитить огород от вредителей. Перепробовала практически все известные препараты, а толку от них немного. Подскажите, что делать?

Александр Ив., г. Уфа.

Надёжной защитой урожая могут стать сами растения, если их грамотно сочетать друг с другом. Лучшими соседями для огурцов станут бобовые культуры – их разветвлённая корневая система надёжно защитит грядки от кротов. Для того, чтобы такое «соседство» было эффективным, посадите вокруг защищаемой культуры несколько рядов бобов с междурядьями около 20 см. Отменным «охранником» для ваших овощей станет укроп – большинство вредителей старается обходить его стороной. Для того, чтобы предотвратить нашествие тли на томаты, картофель и капусту, достаточно посадить рядом с ними лук. В тандеме с чесноком он защитит от клещей смородину и землянику. Полезными соседями могут стать и цветы. Так, бархатцы отгоняют долгоносиков, а ноготки понижают заболеваемость фузариозом. Крыс и мышей отпугивает чернокорень, а дикая рябина и клоповник позволяют справиться с муравьями.

Один дома

Если вы деловая женщина, дома бываете редко, а в ваше отсутствие уделить внимание собаке будет некому, то выбирайте собаку-ленивца, которая не перевернёт квартиру вверх ногами от скуки и невозможности выйти погулять, а будет тихо-мирно посылать на диванных подушках. Идеальный вариант — декоративные породы: тойтерьер, чихуахуа, молпс, папильон, карликовый пудель.

По дороге с облаками

Любите долгие прогулки по городским паркам, загородные вылазки в лес, привольную жизнь на даче — выбор пород для вас огромен. Внешне спокойный далматин — прекрасный спутник для пешего путешественника, он способен преодолевать огромные расстояния. Известные «гуляки» — лабрадор, колли, немецкая овчарка, доберман, ротвейлер, пинчер. Кроме того, они способны защитить хозяина в случае нападения, и каждый дом будут охранять верой и правдой.

Моя семья

Вы, любимый муж, четыре сыночка и лапочка-дочка, в выходные приезжают дедушка-бабушки, ну и куда же без любимой двоюродной тётки с целым выводком племянников? Для полного счастья вам в доме не хватает только весёлого собачьего лая! Наилучший выбор — ньюфаундленд: умный, добрый, начисто лишённый не только агрессивности, но даже охотничьего стремления поймай и укусь, свойственного почти всей собачьей братии. Он с радостью готов присматривать за детьми, плескающимися в реке летом (недаром в России эту породу называют «водолазом»), и тащить санки с детьми зимой.

Прекрасно впишутся в семью лабрадор, ретривер, ирландский сеттер, колли, сенбернар и просто дворняга с добродушным и преданным нравом.

Поговори со мной

Пожилым людям, которые не имеют возможности активно заниматься собакой, но нуждаются в присутствии живой души в доме, подойдут породы маленькие или средние по размеру, с характером спокойным, даже флегматичным. Болонка, тибетский или бостонский терьеры, той-пудель или французский бульдог могут стать замечательными компаньонами, внимательно слушающими рассказы хозяйки о былом и с благодарностью принимать её заботу и ласку.

Подготовила


Наталья АНДРИЯЧЕНКО.



Если неискушённый в собачьих породах человек решит завести себе «лучшего друга», то руководствуется в основном критерием «нравится или не нравится», причём чисто внешне. Между тем правильнее будет заглянуть будущему питомцу в душу и понять, подойдёте ли вы друг другу по образу жизни


РЕЦЕПТЫ

Консультирует кинолог Татьяна ПРИВЫЛЬСКАЯ

 У меня четырёхмесячный щенок американского кокер-спаниеля. Проблема в том, что он уже несколько недель на прогулках ведёт себя неадекватно: как только видит другую собаку, не важно — большую или маленькую, визжит, скулит, прижимается к моим ногам. Подскажите, как воспитать в собаке смелость?

РЕШЕТНИКОВА А., г. Брянск.

Рискуно предположить, что со стороны какой-то собаки на прогулке имела бы агрессию по отношению к вашему щенку. Возможно, вы не обратили внимания, а вот малыш воспринял болезненно, началось фобия, с которой теперь нужно работать. Найдите компанию для прогулок, желательно щенка или маленькую собаку, с которой ему легче будет подружиться. Приняв в «свой круг» одного сородича, он будет общаться и с другими. При встрече на прогулке «чужаков» давайте своему кокару вкусный кусочек, так вы постепенно перенаправите в его сознании связь «собака-страх» на «собака-приятно». В скором времени щенок перестанет испытывать столь сильные негативные эмоции, которые вы описываете, и его можно будет выводить «на свет» — в парк и на площадки, где выгуливается большое количество собак. Будьте сами к этому моменту морально готовы, не волнуйтесь, что фобия вашего питомца вновь даст о себе знать, — собаки чутко улавливают настроение хозяина и ведут себя соответственно.

 Мне нравятся таксы, собираюсь завести щенка. Какие проблемы со здоровьем у них могут быть?

Илья К., по e-mail.

У собак этого «растянутого формата» в силу их строения нередки болезни позвоночника, дископатии. Поэтому постарайтесь найти проверенного заводчика, который сможет гарантировать, что в роду у вашего будущего питомца нет наследственной предрасположенности. Однако даже щенку от здоровых родителей необходима профилактика, в первую очередь — достаточные физические нагрузки. Полезны долгие прогулки, подъёмы по лестнице (визз щенка нужно нести на руках), плавание, в идеале охота или работа в искусственной норе. Игры, связанные с прыжками, например, прыгание с дивана, нужно исключить, травмоопасно для позвоночника. Следите и за весом растущего щенка, лишние килограммы дадут на «слабое звено» — позвоночнику ненужная нагрузка.



Chanel 2.55:

шито-крыто, стёгано

Даже если не углубляться в биографию великой мадемуазель, кое-что можно понять по названиям её детищ. Духи «Chanel №5» получили имя благодаря пятому номеру флакона. А чёрная стёганая сумочка стала «Chanel 2.55», потому что появилась на свет в феврале 1955-го... Видимо, Коко Шанель не растрачивала фантазию попусту на вычурные наименования. И следовала принципу: если хочешь сделать хорошо, сделай сам

В середине прошлого столетия приличные дамы не появлялись в обществе с пустыми руками. В смысле, без сумочки. Поскольку тогдашняя мода не допускала такой вульгарности как ремешок для носки на плече, ридикюли, кошелек и клатчи всех мастей приходилось постоянно держать при себе в тонких холёных пальчиках или зажав подмышкой. А великая мадемуазель, вот досада, постоянно теряла ридикюли, поэтому решила: пора что-то менять, «ручную клась» нужно сделать удобной.

О чём думала мадемуазель, рисуя эскиз будущей сумки «на все времена»? Возможно, перед глазами возникали витра-

жи монастыря, в котором она выросла. А может, на ум пришли куртки жокеев или диванные подушки... Так или иначе, появилась фирменная прошивка из стёганых ромбов. То же монастырское детство подбросило идею заменить длинную плечевую ручку цепочкой: на них монахини носили ключи. И финальный штрих – бордовая подкладка – напрямую отсылала к одеждам наставниц. А само прямоугольное творение было, разумеется, чёрного цвета – очень уж мадемуазель его любила.

Коко сделала последние стежки, примерила на плечо, приложила к костюму, взглянула в зеркало: «Определённо,

вещица удалась!» Незамедлительно «вывела» новорожденную сумку в свет – и всё, мир сошёл с ума.

Буквально на следующий день в дом моды Шанель потянулись вереница страждущих женщин: «Сумочку! Дайте мне такую же сумочку!» Ажитаж был столь велик, что приём новых заказов периодически останавливали – не справлялись с объёмами работы. А что удивляться? Тогда стёганое стильное счастье стоило всего 2 доллара 55 центов. Это потому цена взлетела в тысячи раз.

Ничего лишнего

Сумка «примеряла» на себя крокодильню кожу

и джерси, меняла цвета, выходила в спортивном варианте, но самой популярной оставалась чёрная и белая классика. Она всегда востребована, всегда желанна. Из года в год дом моды Шанель выпускает ограниченное количество «2.55», каждая буквально на счету, который ведётся по пластиковым картам и голограммам, «внедрённым» в сумочку. Цена на роскошную вещицу стартует от 1300 долларов, однако через несколько лет сумка получает право считаться коллекционной, стоимость её доходит уже до 20 тысяч.

Как всегда, свою долю прибыли стремятся урвать изготовители подделок. Если посчастливилось обзавестись китайской или итальянской копией «Chanel 2.55» за скромные 10-100 долларов, упаси вас Бог заявиться с ней в фирменный бутик Шанель. Увидев глумление над святынями, менеджер может разорвать на части! По крайней мере уж точно разрежет подделку на кусочки – имеет полное право.

...В одном из интервью модный «диктатор» Эвелина Хромченко сказала: «Когда я вижу женщину с большой сумкой, то понимаю: это несчастная женщина. Сумочка должна быть маленькой». Наверное, это был завулярированный комплимент «Chanel 2.55»: нынешние модели, как и прошлые, весьма скромного размера. А внутри никаких отделений для атрибутов спешки и суеты, нет места для телефона или объёмного кошелька. Только крошечный кармашек для помады, потешный который могут разве что небойкие портмоне и пудреница. Всё во славу безмятежности и женственности!

Подготовила
Наталья ГРЕБНЕВА.

Как на картинке

Конкурс «Домашняя мастерская»

Обожаю мастерить своими руками и дарить поделки близким. Творческих идей и готовых работ много, поэтому решила поучаствовать в вашем конкурсе.

Бутылка-оберег «Домовёнок»

В каждом доме после праздников остаётся множество бутылок из-под вина, порой они бывают такие красивые, что выбрасывать жалко. Вот придумала, как их декорировать, сделать не просто домовёнка, а домовёнка-оберег, чтоб защищал семью от несчастий, приносил лад и мир, здоровье в дом.

Для работы понадобятся: бутылка, клеевой пистолет, нитки, иголка, мешковина, готовые глазки (продают в магазине, можно распечатать на бумаге), кусочек ткани, лавровый лист, монетка, мешочек с крупой, фасоль или семечки, бублик.

Из мешковины вырезаем круг и по краю его присбариваем, формируя голову. Ниточки для усов и бороды выдёргиваем из мешковины. Глаза, усы и бороду приклеиваем к голове и закрепляем на бутылке. Шьём мешочек, приклеиваем к нему символы: лавровый лист – к успеху; монетка – к деньгам; зерно – к достатку, урожаю; бублик – к ладу и миру в семье. Можно приклеить на мешочек перец – символ мужской силы; чеснок – от злых чар, ягоду – для исполнения желаний и т. д. Затем приклеиваем мешочек к домовёнку. Далее декорируем бутылку в меру своей фантазии.



Анна ЭПОВА, г. Минусинск, Красноярский край.

Дорогие друзья! Мы продолжаем конкурс «Домашняя мастерская» и предоставляем полный карт-бланш любым дизайнерским идеям. Чёткие фотографии хорошего качества с подробным описанием присылайте в редакцию или на адрес электронной почты с пометкой «Домашняя мастерская». Самые интересные работы будут опубликованы и отмечены гонорами. Для получения гонорара необходимо указать фамилию, имя, отчество, паспортные данные и обратный адрес.

Гороскоп на май

Телец (21.04 – 20.05)

В мае вы будете на высоте во всех отношениях. Вероятны деловые предложения, удачное завершение дел. Ваше обаяние покорило окружающих. Чтобы удержать удачу, определите границы своих достижений и не отвлекайтесь на мелочи. Последнюю неделю мая посвятите здоровью и поддержанию хорошей формы.



призвание – психоаналитик, а соседи просят почитать их герань. В мае вы успеете всё. И даже найти смысл жизни. В конце месяца ваш неотразимый шарм и лёгкий напор позволят вам стать маленькой хозяйкой большой любви.

Стрелец (23.11 – 21.12)

Май открывает столько перспектив, что глаза разбегаются. Главное, не хвататься за все сразу. В профессиональной сфере признание успехов станут новые предложения. В середине месяца одиноких представителей этого знака ожидает интересное знакомство или романтическое свидание со Львом или Овном. Ваш конек – инициатива и лёгкость в общении.



Козерог (22.12 – 20.01)

На исходе весны Козероги вынуждены будут признать, что некий мужчина будоражит воображение гораздо больше, чем вам хотелось бы показать. Чт из этого может получиться? Звёзды намекают, что дело может быстро дойти до совместной жизни и даже брака. В середине мая – самое время уделить внимание себе любимой: изменить цвет волос или записаться на курсы японского языка – в общем, сделать что-нибудь неожиданное, но приятное.



Водолей (21.01 – 20.02)

Последние несколько месяцев были не самыми спокойными, вам пришлось провести ревизию своей жизни, избавиться от лишних связей, отношений, дел и вещей. В мае вы почувствуете, что погорчили и пора остановиться, чтобы сохранить в привычном виде хоть что-нибудь. Прекратите активную деятельность и отдохните. В двадцатых числах к вам вернётся уверенность в себе – этому будут способствовать подарок от любимого и достойная твоих трудов премия.



Рыбы (21.02 – 20.03)

В мае для Рыб на первый план выйдут романтические отношения, они – как новая страница в жизни. Но будьте внимательны: 15 числа избегайте темы свободной любви. В середине месяца положение планет внесёт неразбериху в рабочие планы и сумятицу в мысли. Осторожность не поможет, попробуйте это время просто переждать. После 25-го на первый план выйдут финансы и вопросы недвижимости.



Овен (21.03 – 20.04)

В мае Овнам снова придётся вернуться к старым делам и планам, чтобы многое поменять и переделать. Не волнуйтесь, ваш труд будет достоин оценён начальством: ждите повышения или премии. Что касается личной жизни, то, скорее всего, ещё раз придётся обсуждать обещания, которые вы с любимым человеком когда-то давали друг другу. После 20 мая избегайте крупных покупок.



Близнецы (21.05 – 21.06)

В последний весенний месяц телефон Близнецов будет разрываться от звонков, электронная почта ломиться от сообщений, а на столе вырастет огромная куча бумаг. Знакомства, дела и договорённости, которыми вы обросли зимой, вновь будут актуальны. Многих людей вам придётся увидеть совершенно в ином свете, а многие из того, что вы уже сделали, переделать. Удашной на фоне этой суеты будут нежные чувства одного мужчины.



Рак (22.06 – 22.07)

Сприходом мая Ракам предстоит поработать над собой и вспомнить о делах профессиональных. Не беритесь за то, о чём вы не имевте полного представления, чтобы потом не пришлось разочаровываться. Лучша перенесите исполнение задуманного на следующий месяц. После 23-го с работой в одиночку не справиться, успех ждёт вас в коллективе.



Лев (23.07 – 23.08)

В начале мая Львов посетит вдохновение, что позволит легко справиться с самыми наболевшими про-



блемами. В отношениях с родными преобладание сердечности и стремление к взаимопониманию создадут теплую обстановку. Во второй половине месяца познакомьтесь с интересными людьми, которые могут стать вашей опорой. Творческие командировки будут счастливыми, а поездки сложатся особенно удачно в последнюю декаду месяца.

Дева (24.08 – 23.09)

Говорят, в самые главные моменты в жизни человек не знает, плакать ему или смеяться. В мае Девам уготованы именно такие события: вы будете смеяться до слёз над ошибками и утирать слёзы от умиления. Во второй половине месяца вы будете ведущим и в рабочем коллективе, и в отношениях с домашними, главное, выбирайте выражения – от ваших слов зависит поступки многих людей.



Весы (24.09 – 23.10)

В начале мая личная жизнь выйдет на первый план. Кто-то носит вас на руках и не даёт спуститься на землю. Не ищите логику в ваших отношениях, просто наслаждайтесь ими. В середине месяца звёзды приложат массу усилий, чтобы жизнь не казалась вам мёдом. Срочно берите отпуск за чей угодно счёт и бегите из камешных джунглей в натуральные, чтобы увидеть собственными глазами закат и многое другое.



Скорпион (24.10 – 22.11)

Иногда кажется, что все вокруг сговорились: начальник заявливает работой, коллеги срочно уезжают в отпуск, подруги решают, что ваше второе



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



Олег, Тамбовская обл.
41 год, высокий, спортивного телосложения. Холост, женат не был, детей нет, не судим. Познакомлюсь для создания семьи с порядочной, надежной (не склонной к полноте) женщиной 35-38 лет, можно с ребенком — из Тамбовской области.
Телефон 8-909-231-94-23.

Татьяна, Пермский край.
36 лет, по гороскопу Овен, есть ребенок. Полностью, узко акцентирован. Познакомлюсь для серьезных отношений с порядочным мужчиной старше себя. Судимые, пьющие, не беспокойте.
Адрес: 618350, г. Кизель, ул. Советская 2, д/з. Татьяна Раисовна БЕЛЛЕВОВА.
Телефон 8-951-933-54-95.

Татьяна, Сахалинская обл.
56 лет, рост 164, Обаятельная, привлекательная, спокойная, с чувством юмора. Люблю спорт, акцентирован. Познакомлюсь с привлекательным мужчиной с чувством юмора до 60 лет.
Адрес: 694810, Сахалинская обл., Томаринский р-н, с. Красногорск, ул. Карла Маркса, д. 62, кв. 26. Татьяна Викторовна ИЛЬИНИНА.
Телефон 8-914-745-45-46.

Наталья, Тверская обл.
36 лет, рост 164. По гороскопу Телец. Разведена, воспитываю двух дочерей. Симпатичная, добрая, скромная, стремящаяся к знаниям, с чувством юмора. Люблю детей, животных, природу и путешествия. Хорошая хозяйка. 15 лет жила в сельской местности. Познакомлюсь с умным, порядочным мужчиной для серьезных отношений. Судимые, альфонсы, пьющие, не беспокойте.
Телефон 8-903-034-24-28.

Олег, Саратовская обл.
45 лет, рост 180, вес 75. Бывший военный, занимаюсь спортом. Имею квартиру, машину. Дочка живет отдельно. Познакомлюсь для создания семьи с энергичной женщиной от 18-50 лет.
Адрес: 412975, Саратовская обл., Вольский р-н, пгт Селитный, ул. Солнечная, д. 5, кв. 63.

Михаил, Московская обл.
24 года, рост 176, вес 71, по гороскопу Дева. Глаза голубые, волосы русые. Родом из Воронежской области, сейчас работаю в Москве. Познакомлюсь для серьезных отношений с женщиной из сельской местности 25-35 лет.
Адрес: 140060, Московская обл., Люберецкий р-н, п. Октябрьский, ул. Первомайская, д. 4, кв. 3, Михаил ОВЧИННИКОВ.
Телефон 8-926-343-87-05.

Евгений, Пензенская обл.
27 лет, рост 182, вес 85. Симпатичный, спортивного телосложения. Познакомлюсь для серьезных отношений с верной, доброй девушкой из сельской местности, без детей.
Телефон 8-925-116-47-62.

Вера, г. Владивосток.
36 лет, рост 171, средней комплекции. Высшее образование. Остроумная, романтическая, живу с сыном. Познакомлюсь для серьезных отношений с мужчиной до 45 лет без материальных и жилищных проблем.
Адрес: 690063, г. Владивосток, а/я 62.

Вера, г. Владивосток.
36 лет, рост 171, средней комплекции. Высшее образование. Остроумная, романтическая, живу с сыном. Познакомлюсь для серьезных отношений с мужчиной до 45 лет без материальных и жилищных проблем.
Адрес: 690063, г. Владивосток, а/я 62.

Альба, Красноярский край.
61 год, рост 172, вес 65, по гороскопу Весы. Стройная, амбициозная блондинка. Познакомлюсь с порядочным и надежным мужчиной.
Адрес: 662971, Красноярский край, г. Железнодорожный, а/я 215.

Ольга, г. Азов.
24 года, рост 165. По гороскопу Близнецы. Симпатичная, среднего телосложения, кареглазая блондинка, общительная и без вредных привычек. Воспитываю сына. Познакомлюсь для серьезных отношений с надежным и добрым мужчиной 28-38 лет, без жилищных и материальных проблем. Готова на переезд.
Адрес: 346780, Ростовская обл., г. Азов, ул. Октябрьская, д. 108.

Вера, Рязанская обл.
40 лет, рост 165, вес 68, брюнетка приятной внешности и с чувством юмора. Хобби — кулинария. Разведена, дети взрослые, самостоятельные. Познакомлюсь для серьезных отношений с добрым, порядочным, с чувством юмора мужчиной, желательно из Краснодарского края. Судимые, альфонсы, пьющие, не беспокойте.
Телефон 8-920-969-55-32.

Сергей, Ростовская обл.
34 года, рост 174, вес 68. Веселый, жизнерадостный, трудолюбивый, с чувством юмора. Работаю, живу в своем доме. Познакомлюсь с женщиной до 36 лет для создания семьи, можно с ребенком, желательно из сельской местности Ростовской области или Краснодарского края. Будущую жену одобряю любовью и лаской.
Адрес: 346483, Ростовская обл., Октябрьский р-н, п. Персиановский, ул. Привокзальная, д. 19, Сергею Николаевичу ИВАНОВУ.
Телефон 8-918-888-32-69.

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

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

Анекдоты



Ничто не вызывает такой паники, как слова «Только без паники!»



- Почему ты плачешь, малыш?

- Мама сказала папе, что он слон.

Папа ответил, что мама - курица.

- Ну и что?

- А кто же тогда я?



Начальник служащему:

- Вы уже 5-й день подряд опаздываете на работу. Какой вывод я, по-вашему, должен сделать?

- Сегодня пятница!



- Послушайте, вы уже полчаса держите трубку и молчите. Разрешите мне позвонить.

- Не мешайте, пожалуйста, я разговариваю с женой.



Если вы всегда хотите быть в хорошем настроении, научитесь радоваться мелочам, скажем, зарплате. Мелочь, а приятно.



Фокусник позвал на манеж мальчика из зрительного зала:

- Можешь ты, мальчик, подтвердить, что видишь меня впервые?

- Да, папа!

Звонок в дверь. Хозяин открывает, на пороге гости.

- Да вы хоть бы предупредили, - упрекает их хозяин.

- Да хотели вас дома застать...



Мужчина в поиске носков похож на грибника: где искать? как выглядят? какие можно брать?



- Вовочка, почему у тебя в диктанте сплошные пропуски?

- Это, Марьяновна, место для рекламы!



- Вовочка, а почему твой дневник стоит в углу?

- А я его за двойку наказал.



Молодая мать возвращается из роддома:

- Ну вот, сынок, как ты и заказывал, принесла тебе братика.

- Мама, ты всё перепутала! я же старшего брата заказывал!



Два друга разговаривают:

- Почему твой сын так быстро растёт? За уши тянется, что ли?

- Просто каждый месяц компьютерный монитор поднимаем на 3-5 сантиметров.



- Здесь больно?

- Больно, доктор.

- А здесь?

- Тоже больно!

- А здесь?

- А-а-а! Больше я вам ничего не скажу!



В магазине:

- Простите, вы мне не вернули сдачу!

- Прощаю!



Что с вами, дети? Почему вы не играете, а сидите такие нахмуренные?

- Мы играем во взрослых.



- Чтобы купить квартиру в центре Москвы, нужно работать, как минимум, 400-450 лет!

- Вот видите, правительство заботится о том, чтобы мы жили как можно дольше.



- Кто это прислал тебе такое длинное письмо? - удивляется муж.

- Подруга с курорта.

- И что она пишет?

- Что расскажет обо всём при встрече, когда вернется.



- Милый, у меня кролик в духове. Последи за ним, а я быстро сбегаю в магазин за овощами.

Возвращается через полчаса:

- Ну как дела, милый?

- Всё в порядке. Кролик из духовки не выходил!



Блондинка звонит врачу:

- Алло, доктор, помогите. У моей сестры болит голова и температура.

- Высокая?

- Да, метр восемьдесят три.



ГОВОРЯТ ДЕТИ:

Елена

(3 года 7 месяцев).

После обеда мама

идёт на кухню, а дочь кричит ей вслед:

- Нет, мама, я не хочу, чтобы ты в свой день рождения мыла посуду. Оставь её на завтра.

Дима (4 года 3 месяца).

Мальша угостили конфетой. Он быстро хватает её и жуёт. Мама делает ему замечание:

- Что надо сказать?

- Дай ещё!

Евгений (4 года 8 месяцев).

- Сын, когда ты вырастешь, я хочу, чтобы ты стал настоящим джентльменом.

- Я не желаю быть джентльменом, папа! Я хочу быть похожим на тебя.

Олег (4 года 10 месяцев).

- Папа, объясни, а что значит «каменный век»?

- Ну тогда всё делали из камня.

- Как, и телевизоры тоже?

Аня (4 года 10 месяцев).

- Давайте купим говорящего попугая, - просит Аня.

- А кто будет за ним ухаживать? - спрашивают родители.

- А это он сам скажет.

Афоризмы

Большое преимущество получает тот, кто достаточно рано совершил ошибку, на которых можно учиться.

Тот, кто никогда не искал ни друзей, ни любви, в тысячу раз беднее того, кто их обеих утратил.

Добрый человек не тот, кто умеет делать добро, а тот, кто не умеет делать зла.

Жизнь - улица с односторонним движением, нельзя вернуться обратно.

Мечты - краеугольные камни нашего характера.



ОТРЫВКИ ИЗ ШКОЛЬНЫХ СОЧИНЕНИЙ



У Ивана Николаевича была своя цель в жизни, но он в неё не попал.

Мальчик облился до ушей.

Его правая щека весело улыбалась.

Навстречу шёл отец. Девочка и собака радостно залаяли.

Длинными зимними холодными вечерами она вязала длинные зимние холодные свитера.

Богдан Хмельницкий послал русскому царю телеграмму.

Я бросился спать, и на меня напала мысль.

Медведь выкопал яму под пальмой, открыл пасть, засунул в неё лапу и упал в зимнюю спячку.

К автобусу бежала одевающаяся по моде женщина, а за ней аккуратно бреющийся мужчина.

В Индии начиная с детства женский род ходит с точками на лбу.

Квадратная скобка показывает, что минус бесконечность — самое левое число.

У нас в лесу зимой не осталось ни одной певчей птицы, кроме вороны.

Над головой васнецовой Алёнушки летают ласточки. Они не боятся Алёнушку, она не выстрелит в них из ружья.

Зайчик своим выражением лица звал на помощь.

В старину обезьяны ходили голыми, а когда наступил ледник, они покрылись волосами, и это помогло им стать людьми...

Мальчик вошёл в комнату, опустил голову и так стоял — вниз головой.

Невыдуманнные истории

Ехал на работу в автобуса, на остановке в салон вошла большая дворняжка без хозяина и, разумеется, без ошейника и намордника. Встала посреди прохода и стоит. Люди смотрят, улыбаются... Один мужчина с большой сумкой пробирается к выходу (выход в переднюю дверь), пытается обойти собаку, но не получается. Толкнуть боится (собака большая, кто её знает, укусит — мало не покажется). Говорит кондуктору:

— Выгоните собаку! Мне сейчас выходить.

Кондуктор, улыбаясь, отвечает пассажиру:

— Как я её выгону? Пусть едет, она сейчас на остановке «Динамо» выйдет. Автобус останавливается, собака выходит. Все восхищённо перелглядывают. Кондуктор поясняет:

— Собака часто тут ездит. Каждый раз садится на «Южную», выходит на «Динамо».

Эту историю рассказывал друг. Он заядлый рыбак и всегда рыбачил с деревянной лодки. Со временем выработал привычку вытаскивать складной нож в борт. Удобно, да и нож всегда под рукой. Вскоре приобрёл надувную резиновую лодку. Во время первой рыбалки понадобилось ему подрезать леску. Достал нож. Подрезал. И по привычке воткнул его в борт резиновой лодки...

Вот машину купил!..
Теперь буду копить деньги на бензин.



Леди Май

Словно юная богиня,
Хоть для конкурса снимая,
К нам в салатом бикини
Гордо вышла леди Май.

Под лазурную косынку
Солнцем волосы горят.
Тонкой вешней паутинкой
Сшит красавицы наряд.

Пусть пока она одета
Только в лёгкое бельё,
Но к приходу зная
Будет платье у неё.

Май листвою заизумрудит
Пышный, новый туалет,
Белым кружавом на груди
Пустит яблоневый цвет.

Не скупись, добавь в зелёный
Ярких красок коровод,
Ароматами сирени
Щедро в воздухе плещёт.

Дышит нежностью природа
Сердцу хочется любить.
Разве Май мужского рода?
Ерунда, не может быть!

Евгений МЕРКУЛОВ

Гармония

И был пустой и странно-гулкий зал,
И звуки в нём разрозненно витали —
Там мальчишка нумалю на рояле
Искал мотив и клавиши терзал.

Мелодия ломалась и рвалась,
Она сама себя не узнавала —
Всего полтона ей не доставало,
Чтобы вернуть утраченную связь.

И лист рабый кружился за стеклом —
И радости бы формой идеальной,
Когда б забыть про цвет его
Прощальный, про мату расставивши с теплом.

И некая душа, томимая тоской,
В своих потёмках сумрачно пугала —
Ей, кажется, полшага не хватало,
Чтоб обрести смиреннее покоя.

Лукавая гармоничность озвучивала
Близковет нам — а в руки не даётся,
И далеко до нас нам остаётся
Лишь полутон, полнота, полусчастье.

И мы же, ускользающей из рук
Бредём вперёд по своим спиралькам
И мальчишка с мучительным роном
Глядит в окно, насущивая звук...

Любовь СИРОВА



ПРИЗОВОЙ

Окна большого	↓	Садовая цветок	↓	Стих в честь любимой	→	↓	↓	↓	↓								
→					Выход клоуна			Улетел в юности									
Новый муж		Спасет от поро- жения		Запреща- ющий знак	→	1											
«Хватал- ка» была	→	6	↓	↓	Крести- та- Христа			Мороко- ва по имени								10	
↓	Берега (имя)			Бродячий торговец	→			↓									
→					Важная деталь, точность			Гос-во в Африке		Уличный общител	→	↓					
	Сопрово- ждение короты	8		Лейте- нант с «Очаго- ва»	↖	↓				Она есть - ума не найдё	↓			... и Omega			
→	↓			↓				Спортив- ная победа друзья	5						«... знающие всё лица»		
Индуст- ский бог			Он краснеет только в высоте		Валюта (Иран)	→	↓			Мазь для кожаной обуви	↓			«Щетина» ковра	↓		
Египет- ская столица	→				Совет- ский инжени- ер-искус	↓		На него бору- т, источа- ющая сила		↓	2						
Лаз под порочной стенкой		Высоко- горная развилка	→	Непре- клонная истина	→					Тропиче- ская травка	→	Муль на дне стакана		Трагедия Шекспира	↓		
3	↓							«Исход» бензина	↓	Яблочный напиток	→	Он уместен на базаре					
					→			↓		Возглас плещущей- го дельфина	→						
			Прокладоч- ный напиток					«Колоч- ка» портации	4					Стираль- ный порошок	↓		
			Шахмат- ная записка					Этим мнением доразит	→	↓	Кумир фэн-клуба высочайших	→					
									↓					7			
→	9									Ъ по старине	→	Мартов- ский книжки	→				

Из букв в пронумерованных клеточках сложите ключевую фразу. **ВЫРЕЖЬТЕ** и отошлите в редакцию по адресу: 305044, г. Курск, ул. Ухтомского, 43. (Пожалуйста, указывайте полностью свои имя и отчество).

Среди приславших правильный ответ будут разыграны призы.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10



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

Желаем удачи!

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

В следующем номере:

Борис Андреев: большая жизнь



Есть в нашем кино фигуры знаковые, над которыми не властны никакие новомодные веяния. Дуйте-задувайте, а любимцы народных стоят в зрительской памяти уверенно, как знаменитая скульптура с заставки «Мосфильма» — Таков «БФ»

В РОДНОМ КРАЮ

Дорогие читатели, приглашаем вас принять участие в новом проекте и рассказать о тех городах и селах, в которых вы живете: чем примечательна ваша малая родина, какой след оставила в истории страны, какие достопримечательности и памятники стоит посетить.



Пресс-Коктейль для женщин

(ежемесячное издание)
5 (98) Май 2012 год

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

Светлана ИВАНОВА —
главный редактор

Наталья АНДРИЯЧЕНКО —
выпускающий редактор

Дмитрий ДУБИНИН —
дизайн и верстка

Юлия МАЛЬЦЕВА —
редактор раздела
социальных проблем

Ирина КОЛЯДИНА —
редактор раздела
культуры

Наталья ГРЕБНЕВА —
редактор раздела
моды и красоты

Адрес редакции:
305044, г. Курск,
ул. Уточинского, 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 пись-
мами читателей, не вступа-
ет в переписку. Мнение редак-
ции не всегда совпадает с мнением
авторов.

Письма по почте рукописи
не регистрируются и не возвра-
щаются. Литературная обра-
ботка писем осуществляется
редакционной коллекцией.

Использование материалов
без письменного разрешения
редакции запрещено.

Ссылка на ежемесячник
«Пресс-Коктейль» при цитиро-
вании обязательна.

При подготовке номера
использовались материалы
следующих изданий и Интер-
нет-сайтов: Cosmopolitan, Elle,
Glamour, travel.ru, rospere-
is.ru, www.danekst@mail.ru, www.turist-advice.narod.ru, www.3dai.org.ru, www.podkaf.ru.

Номер подписан к печати 02.04.12.
Заказ № 153. Время сдачи по гра-
фику — 17.00, фактически — 17.00.
Газета отпечатана в типографии
«Пресс-План»: г. Курск, ул. Уточ-
инского, 43.

По всем случаям полиграфиче-
ского брака обратиться в типо-
графию.

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

Тираж 70 000 экз.

Цель: общественная.

Подписной индекс
в каталоге «Пресс-Россия» — 32254,
в каталоге «Почта России» — 60073.

РАСПРОСТРАНЕНИЕ:

Курск (4712) 34-25-31.

Алматы (727) 270-70-29.

E-mail: budak@press-kokteyl.ru



Не опоздай на раздачу слонов

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

Троих победителей определил жребий

ПЕРВЫЙ ПРИЗ (700 рублей)

получает Т. В. КАТРИЧ, г. Воронеж.

ВТОРОЙ ПРИЗ (500 рублей)

получает А. А. ДУХАНИНА, Ленинградская обл.

ТРЕТИЙ ПРИЗ (300 рублей)

получает А. М. КРИЦКАЯ, г. Краснодар.

Поздравляем! Желаем удачи!



ТАБЛИЦА УЧАСТНИКОВ КОНКУРСА

«А Я ГОТОВЛЮ ТАК!»

Рис с креветками от Елены Яковлевой

Башня от Ирины Мельниковой

Котлеты «Папарацц-цветка»
от Марины Глебовой

Блинные мешочки от Галины Быковой

