

ПРЕСС  
**Коктейль**

ежемесячное издание  
для женщин

июль

2011

**Что в почерке  
тебе моем?**

**Лето в стиле  
pin-up!**

*Девочка идет,  
мальчик не идет*

**Необычные  
«закрывашки»**

**Светлана Холченкова:**  
**«НЕ БУДУ СНИМАТЬСЯ В СЕРИАЛАХ»**



# «Пресс-Коктейль» для женщин



Подписка осуществляется  
с любого месяца



Стоимость на полугодие  
(без учета почтовых услуг)

**51** рубль



Получайте удовольствие  
вместе с нами!



Наш индекс  
каталог «Почта России» – 60073.

Ваш выход	4	Лето в стиле pin-up
Модная шпарталка	6	Стильный вопрос
Девичник	7	Эликсир красоты
Фитнес-клуб	8	Вопрос-ответ
	9	В порядке зарядки
Здоровье	10	Чтобы солнце было в радость
	11	Недуг аристократов
Маленькая страна	12	Просто о непростом
Душевный доктор	14	Истории в конверте
Прошу слова!	15	Хорошо красавицам
Анатомия чувств	16	«Лучшее – враг хорошего»
Мужчина в фокусе	18	Эскейпер: «Замыслил я побег»
В постельных тонах	20	«А мужики-то не знают»
	21	«Девочка ждет, мальчик не идет»
КАРЬЕРА	22	«Жизнь за царя»
Наука побеждать	24	Финансовая щепетильность
Его точка зрения	26	Вальс «цветов»
Без грима	28	Светлана Ходченкова
Проза жизни	30	Великая нехочуха
Вокруг света	32	Зеленое сердце Европы
Вечная любовь	34	«Лара моего романа»
История в лицах	36	Петр Столыпин
Незабываемые имена	38	Любовь Полищук
Мифы и реальность	40	Говорящий змей
Между прочим	42	Что в почерке тебе моем...
Женщины-легенды	44	Юлия Лермонтова
За кадром	46	Сокровище Леонида Гайдая
Предания старины	48	«Утоли моя печали»
Домашний адвокат	49	Законный вопрос
Экспертиза	50	Счастливое лакомство
Мировая кухня	51	Buon appetito!
Кухать подано!	52	Обед на даче
Делюсь рецептом!	53	Закрывашки
Живая красота	54	«Зеленые хищники»
Зверье мое!	55	Предсказатели наши меньшие
Вещь в себе	56	Древнейшее украшение
Ручная работа	57	Как на картинке
Люди и звезды	58	Гороскоп на июль
Есть контакт!	59	Знакомства
Не соскучишься!	60	Досуг
	62	Призовой сканворд

Стр. 4



Стр. 28



Стр. 50



Стр. 56



# Лето в стиле

**Pin-up** – один из самых культовых стилей не только в искусстве, но и в одежде. Ведь он пикантен и соблазнителен. Недаром Мэрилин Монро, носившая эту одежду, до сих пор входит в списки самых желанных женщин!

## Микрошорты

Очень короткие и провокационные – они обязательно должны обладать завышенным поясом, удачно скрывающим все лишнее на талии. Атласные или лайкровые шорты темного оттенка подойдут к любой ситуации и не будут выглядеть вульгарно. А вот кричащие расцветки более уместны на вечеринке. Подберите к таким шортикам рубашку в клетку, небрежно завяжите ее на узел – и образ легендарной Бетти Пейдж готов! А для более скромных натур подойдет облегающий топ с кружевными рюшами. Как и в 60-х, такой образ можно дополнить белыми прозрачными гольфами, надетыми с туфлями на высоком каблучке.

## Солнцеклеш

Незаменимый атрибут pin-up – юбка солнцеклеш. Легкая ткань и мягкие складки игриво развеваются на ветру. Такие юбки эффектно смотрятся, делают почти любую фигуру более утонченной, а талию тонкой. Обязательно выбирайте сочные цвета и комбинируйте с любым топом, боди или корсетом. Самые смелые девушки могут использовать чулочки в мелкий горошек. Из аксессуаров подойдут крупные бусы в тон юбке и туфли на высоком пластиковом каблучке или платформе. Косынка на голову в горох или с фруктовым принтом как нельзя лучше завершит ретрообраз!

# pin-up!

## Ретроклассика

В моду вернулся и интерес к одному из самых трогательных и милых нарядов – красному платью в горошек. Такое платье уникально тем, что одновременно вносит оттенки простоты и сексапильности. При этом вы можете надеть его куда угодно – от вечерней прогулки до деловой встречи в зависимости от подобранных аксессуаров: легкие босоножки и льняная сумочка или черные лаковые туфли на шпильке с круглым носом и клатч. Не стоит добавлять много деталей, эта вещь сама по себе яркая. Достаточно круглых черных очков, белых гипюровых перчаток и красной помады!



## Кокетливая элегантность

Узкая юбка с высокой талией превосходно впишется в гардероб pin-up. Ее следует носить с обувью на высоком каблуке – таким сочетанием даже женщину с маленьким ростом можно превратить в модель благодаря визуальному удлинению ног. Сочетайте юбку с полупрозрачной блузой в горошек или яркую полоску, и все мужские взгляды будут прикованы только к вам! Дополнением послужат широкий лакированный пояс. А о кокетливой эпохе 40-х напомним яркий макияж с акцентом на пухлые губы и цветы в волосах.



## Будуарные штучки

Белье в стиле pin-up – это неординарное сочетание утонченной женственности и смелой дерзости. Одной из особенностей такого белья является завышенная талия у трусиков-шорт. Они позволят любой женщине незаметно «утянуть» лишние округлости. Обратите внимание на бюстгальтеры с заостренной формой чашечек и широкой лентой под грудью. Белье может быть как гладким, так и отделанное кружевом. Расцветка: невинный телесный, строгий черный и приглушенный красный. Дополнительные атрибуты к комплекту – чулки в сетку и пояс для них. Этот шикарный комплект позволит почувствовать себя голливудской кинодивой эпохи 50-х!



Подготовила  
Дарья МОРОЗОВА

# Стильный вопрос



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

**С чем можно носить джинсовые шорты в офис, чтобы не выглядеть по-пляжному?**

Джинсовые шорты прекрасно сочетаются с майками-боксерсами. Строгости вам добавит деловой пиджак. Дизайнеры предлагают носить шорты с босоножками на платформах или сандалиями. Обязательный аксессуар — тоненький кожаный или тканевый пояс. Дополнит образ сумка на длинном ремешке через плечо. А легкий шифоновый шарфик на шее внесет в спортивный стиль нотку женственности.

**Хочу купить корсет. С чем его лучше комбинировать?**

Корсет — вещь универсальная, но довольно провокационная. Поэтому как начинающей моднице советуем вам приобрести черный или темных оттенков корсет с минимальным количеством отделки. Чтобы не выглядеть вульгарно в офисе, наденьте под него строгую белую блузу (шифон, атлас) или белую рубашку в мужском стиле. Подберите к такому верху юбку-карандаш или классические брюки. Для вечеринки удачным вариантом комплекта будет пышная юбка до коленей или джинсы.

Также можете надевать корсет поверх свободного платья. И чем ярче расцветка платья, тем спокойнее должен быть корсет.

**Какие платки будут модными этим летом и как их лучше носить?**

В моде яркие модели: в горох, с геометрическими и звериными принтами. Создайте кокетливый образ вместе с модным платком в горох в стиле ретро, надев его под пышную юбку и повязав так, как косынки деревенских девушек. Цветастые платки можно носить, свернув как повязку и оставив сзади длинные концы. Можете повязать косынку на ручку сумки или на запястье руки. Повязанный на середине плеча или ближе к локтю платок станет превосходным дополнением к топу без рукавов.

## Модные факты

■ Оказывается, отвороты на брюках — новшество не только последнего сезона. Еще в первой половине XIX века большого модника принца Уэльского застал на улице дождь. Чтобы не забрызгать брюки, он подвернул их и тем самым ввел моду на отвороты.

■ Название «скинни» произошло от английского слова «skin» — кожа. История этой модной вещицы началась в 17-м веке. Тогда облегчающие штаны были частью мужского военного гардероба. Они назывались лосинами (их делали из кожи лоша) и были настолько узкими, что натягивались только на мокрое тело. Снимать их было трудно, одно неловкое движение — и вместе с лосинами снимался верхний слой кожи!

У меня короткие ноги и тонкие икры. Очень хочу носить юбки, но не могу подобрать себе подходящий фасон. Посоветуйте, какую юбку мне лучше выбрать?

Вам нужно носить юбки и брюки с завышенной линией талии. Сейчас такие модели на пике моды. Длина вашей юбки — на пару ладоней выше колена. Разрез сбоку поможет визуально удлинить ноги. Для вечернего образа можно надеть длинную полуприлегающую юбку-карандаш. Старайтесь сочетать такие фасоны с обувью на каблучке. Лучше если это будет изящная шпилька. Советую девушкам невысокого роста летом выбирать обувь бежевых оттенков, ноги тогда будут казаться длиннее. Осенью или зимой к юбке-карандаш следует подобрать длинные сапоги, но учтите, просвета между юбкой и обувью быть не должно.

**Часто замечаю, что многие звезды надевают платье поверх джинсов или брюк? Подскажите, как это сделать со вкусом?**

Платье и брюки — два предмета женского гардероба, казалось бы, не сочетающиеся друг с другом. Но сейчас дизайнеры успешно демонстрируют такую комбинацию. Главное, чтобы длина платья была выше коленей.

Вашим повседневным нарядом может стать платье-рубашка, надетое поверх узких брюк. Если дополнить комплект лабутенами и длинной нитью бус, он подойдет для вечера. В моде стиль хиппи, так что смело можете надеть платье-туннику с этническим рисунком поверх светлых рваных джинсов. Кстати, рваные джинсы подходят даже «на выход», если их надеть с кружевным платьем, высокими лабутенами и блузкой из благородной ткани (шелк, атлас, шифон). В качестве аксессуаров советуем блестящий клатч и металлическую бижутерию. Еще одна деталь уличного стиля, которая выглядит весьма интересно, — надевать ультракороткую юбку поверх узких брюк.





## Для похудения

Начнем с одной из любимых женских тем – похудения и узнаем, как яблочный уксус помогает в борьбе с лишними килограммами. Оказывается, все дело в пектине, которого много в яблочном уксусе, – он выводит из организма вредные вещества, регулирует обмен веществ, улучшает работу кишечника и притупляет чувство голода. Пить его следует за 30 минут до еды, разбавляя водой в пропорции на 1 стакан воды 1 ст. ложка уксуса. Также рекомендуется заправлять яблочным уксусом салаты, заменяя им поваренную соль. Но людям с болезнями желудка и повышенной кислотностью не рекомендуется таким способом избавляться от лишнего веса.

## Для красоты волос

Яблочный уксус широко применяется и в домашней косметологии – например, для восстановления волос. Очень эффективна маска с яблочным уксусом: 1 ч. ложка уксуса, 1 ст. ложка меда и 0,5 стакана воды. Эту смесь нужно втирать в волосы за 30 минут до мытья головы. Возьмите за правило ополаскивать волосы смесью из 2 ст. ложек яблочного уксуса и 2 стаканов теплой воды. Регулярно проводя такие процедуры, вы вернете волосам блеск, они станут более послушными и мягкими, и, кроме того, забудете о перхоти.

## Против целлюлита

В борьбе с целлюлитом яблочный уксус используют в сочетании с обертываниями. С этой целью смешайте уксус и воду в равных частях и вотрите в проблемные зоны. Сверху наложите пленку и обернитесь чем-нибудь теплым (можно укутаться одеялом). Через час снимите пленку, промойте проблемные участки водой и нанесите увлажняющий крем.

Также при помощи яблочного уксуса можно делать антицеллюлитный массаж. Для этого смешайте 3 части яблочного уксуса с 1 частью оливкового масла или любого масла для массажа. Смазав проблемные зоны этой смесью, проведите сеанс массажа при помощи мочалки или специальной рукавицы. Такой массаж должен включать 10 сеансов. Рекомендуется проводить его дважды в день: утром и вечером.

## Для кожи

Из яблочного уксуса можно приготовить тонизирующую и питательную маску для лица, которая идеально подходит для уставшей кожи: 1 яйцо смешайте с чайной ложкой меда и четвертью чайной ложки уксуса,

У англичан есть поговорка: одно яблоко в день – и вам не придется ходить к доктору. О пользе этого фрукта всем давным-давно известно, но немногие знают, что яблочный уксус поистине можно считать эликсиром женской красоты!

# Эликсир красоты

наложите смесь на кожу лица и шеи, оставьте на 20 минут, после смойте теплой водой.

Для проблемной кожи лица можно сделать очищающий лосьон. Для этого в 100 г очищенной воды добавьте чайную ложку яблочного уксуса. Отлично освежает лицо, делает кожу мягкой, подсушивает воспаления. Еще вариант – немного яблочного уксуса добавить в формочки для льда и протирать лицо каждое утро, тонизирующий эффект будет еще более заметным.

Яблочный уксус считают лучшим смягчающим средством для загрубевшей кожи ног и рук. Налейте немного теплой воды в тазик, добавьте приблизительно 1 чашку яблочного уксуса и держите в этом растворе ступни ног или ладони в течение 5 минут.

## Природный антиперспирант

Яблочный уксус – натуральный антиперспирант, который не имеет постороннего запаха. Особенно полезно применять его в жару. После душа или ванны протрите тело полотенцем, смоченным яблочным уксусом. В результате уничтожите бактерии, из-за которых появляется запах, яблочный уксус прекрасно тонизирует кожу и способствует восстановлению кислотного баланса.

Подготовила

Алиса СРЕЛЬНИКОВА.



## Домашний рецепт

Яблочный уксус можно сделать и в домашних условиях, тогда вы точно будете знать, что этот продукт чистый и полезный.

Яблоки натереть на крупной терке и залить теплой кипяченой водой из расчета: 0,5 л воды на 0,4 кг яблочной кашицы. На каждый литр воды добавить по 100 г сахара или меда, по 10 г хлебопечной дрожжей и 20 г сухого черного хлеба. Стеклянную банку со смесью держать открытой в темном месте при температуре 20-30°C в течение 10 дней, перемешивая 2-3 раза в день деревянной ложкой. Затем яблочную кашу переложить в марлевый мешочек и отжать. Получившийся сок снова процедить через марлю и перелить в сосуд с широким горлом. После этого банку накрыть марлей, завязать и хранить в тепле для продолжения процесса брожения. После окончания брожения (через 40-60 дней) получившийся яблочный уксус перелить в бутылки, профильтровать его при помощи марли. Бутылки плотно закупорить пробками и хранить в прохладном месте.

# Вопрос - ответ



**Роман АНАНЬЕВ** –  
консультант по фитнесу

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

**С приходом менопаузы стала резко поправляться. Постоянно сижу на диетах, занимаюсь, но все бесполезно. Скажите, есть выход?**  
**Анна МИТРОФАНОВА, г. Омск.**

Перед климактерическим периодом меняются гормональный фон, а вместе с ним замедляется обмен веществ. Диета может только усугубить ситуацию, так как организм итак теряет жизненно важные вещества и испытывает стресс от перестройки. Вам следует просто пересмотреть свой рацион и придерживаться некоторых правил в питании. Ешьте больше белковых продуктов (говядина, курица, нежирные молочные продукты). Но при этом не исключайте из рациона растительное масло, небольшое количество заправляя салаты. В качестве гарнира ешьте различные крупы и макароны. От картофеля и салатов откажитесь совсем. Отруби в ежедневном меню – ваша палочка-выручалочка как против вредного холестерина, так и для хорошей работы кишечника. Между приемами пищи ешьте орехи и фрукты.

Соблюдая рацион, не забывайте о тренировках. Длительные тренировки могут утомлять, предпочтите им ежедневные 20-минутные занятия. Физические упражнения в купе со здоровым питанием помогут не только поддерживать обмен веществ на нужном уровне, но и помогут свести до минимума или даже совсем исключить приливы, они также будут способствовать более крепкому сну, помогут расслабиться, сделают вас менее взъероленной и напряженной.

**Подруга приобрела для занятий фитнесом мини-батут. Провода ли он полезен и есть ли противопоказания?**

**Екатерина РЕЗЦОВА, г. Тверь.**

Упражнения на батуте не только поднимают настроение, но и дают нагрузку на все группы мышц, так как во время прыжка группируется все тело. В отличие от прыжков со скакалкой батут смягчает нагрузку на суставы и позвоночник. Занятия на батуте способствуют укреплению сердечных мышц, сосудов, легких, восточного аппарата, выработке координации движений. Достаточно заниматься на батуте по 5-10 минут в день. Перед прыжками сделайте небольшую разминку. Вот одно из самых простых занятий на батуте: встаньте на батут, руки вытянуты вдоль тела, ноги вместе, начинайте прыгать на небольшой высоте. Сетки касайтесь полной стопой. После того как почувствуете уверенность, поднимите руки вверх и прыгайте с вытянутыми руками.

Я советую перед началом занятий взять несколько уроков у инструктора, пусть он расскажет вам об элементарной технике безопасности, ведь неправильное обращение с таким тренажером чревато травмами суставов. А заодно подскажет вам, как разнообразить занятия с батутом.

**Видела в аптеке специальные коктейли для похудения. Правда ли, что они полезны для борьбы с лишним весом?**

**Полюка ВЕТРОВА, г. Тула.**

Скорее всего, речь идет о, так называемом, функциональном питании. Как утверждают его производители, содержание в составе этих продуктов активных веществ, витаминов и микроэлементов укрепляет здоровье, повышает жизненный тонус и снижает вес.

Но зачем, спрашивается, снова «изобретать велосипед», когда практически все натуральные продукты, созданные природой, являются функциональными. Причем в отличие от «пищевого нововдела» к этим продуктам наш организм отлично адаптирован за многие тысячи лет. Одни эффективно снижают кровяное давление, другие усиливают защитные функции организма, третьи способствуют снижению веса. А все эти новомодные коктейли – просто зарабатывание денег на вечной женской проблеме похудения.

**У меня сменный график работы (дневная и ночная смены). По ночам часто испытываю сильные приступы голода. Как взять аппетит под контроль?**

**Светлана АННЕНКОВА, г. Москва.**

Отказываться от еды во время ночных смен ни в коем случае нельзя, ведь организм бодрствует, а вы лишаете его подпитки. Но вот на то, что вы едите, стоит обратить внимание. Перед ночной сменой ешьте продукты, богатые белком, например, обезжиренный творог, омлет или куриное мясо. Белок дольше переваривается, а, следовательно, вы дольше будете сыты. Во время ночного приступа голода съешьте овсяную или гречневую кашу, сложные углеводы надолго зарядят энергией. Утром после смены подойдут кисломолочные продукты, которые поддержат иммунитет.

**В моем фитнес-арсенале имеются эспандер, ролик для пресса, диск здоровья и фитбол. Как грамотно выстроить тренировку с этим инвентарем?**

**Ирина ФУРСОВА, г. Ростов.**

Начните с общей разминки (ходьба, пробежка или растяжка), а уже потом переходите к основной части тренировки. Сначала сделайте с фитболом упражнения на мышцы ног и ягодиц; далее поработайте с эспандером для проработки мышц рук и плечевого пояса; затем вращения на диске здоровья (для косых мышц пресса) и работа с роликом (прямые мышцы живота). С каждым тренажером работайте в 3 подхода по 10-15 раз. Со временем упражнения с этим инвентарем можно разнообразить, добавив по 2-3 новых упражнения с каждым из тренажеров, но порядок лучше не менять.



# В порядке зарядки

Что нам мешает утром обеспечить себе хорошее настроение и прекрасный тонус на весь день? Скорее всего, лень. А нужно посвятить лишь несколько минут утренней зарядке. Возьмите за основу, например, плавные упражнения из Пилатеса, которые постепенно наполняют каждую клеточку вашего тела кислородом и помогают таким образом медленно пробуждаться.

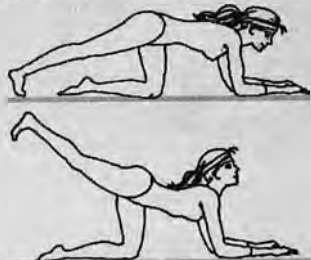
## Упражнение 1

Поставьте ноги на ширине плеч, колени слегка согнуты, корпус наклоните вперед, как будто собираетесь сесть, руки на коленях. Вытяните правую ногу в сторону, тяните носок, не отрывая ступни от пола, правая рука тянется над головой, почувствуйте, как тянутся боковые мышцы. Выдержите позу на 5 вдохов-выдохов, переведите дыхание. Сделайте это упражнение три раза в левую сторону и три раза в правую.



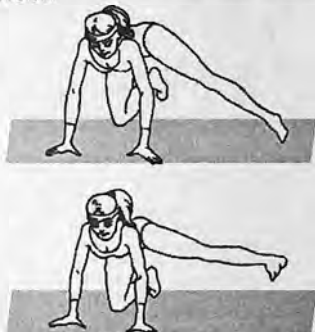
## Упражнение 2

Опуститесь на пол, опираясь на локти и колени. Вытяните правую ногу параллельно полу, пальцы ног направлены вниз. Поднимите правую ногу вверх, оставайтесь в таком положении на 5 глубоких вдохов-выдохов, после последнего выдоха задержите дыхание, опустите голову, втяните в себя живот и примите исходную позицию. Сделайте по 3 упражнения каждой ногой.



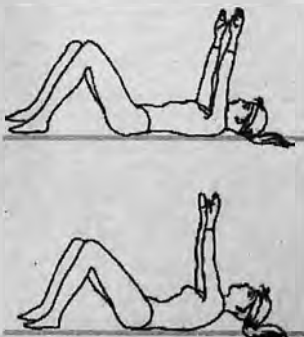
## Упражнение 3

Опираясь на руки и колени, вытяните левую ногу в сторону под прямым углом к телу, ступня на полу. Оторвите прямую ногу от пола и тяните ее вперед по направлению к голове. Задержитесь на 5 вдохов-выдохов. Переведите дыхание и опустите ногу, приняв исходную позицию. Выполните по 3 упражнения каждой ногой.



## Упражнение 4

Лягте на спину, колени согнуты. Потянитесь руками вверх, приподнимая плечи, и оторвитесь от пола как можно выше. В этом положении задержите дыхание на 5 вдохов-выдохов. Расслабьтесь и вернитесь в исходное положение. Повторите упражнение 3 раза.





# Чтобы солнце было в радость

Лето в разгаре, и вопреки предостережениям медиков кажется, что «солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья». В свободную минуту душа и тело просят воздушных ванн на берегу водоема и красивого загара. Игнорировать желание способны лишь леди недовушной воли, поэтому еще раз напомним, как превратиться в «шоколадку» без последствий для здоровья

**В**сем «белянчочкам», то есть обладательницам светлых или рыжих волос, белокожим и светлоглазым, а также тем, у кого много пигментных пятен, родинок (особенно крупных, выше 1,5 см), следует пересмотреть свои симпатии в пользу автозагара. Для остальных напомним азы безопасного загара.

**Подготовьтесь.** За месяц до планируемого отпуска начните посещать солярий, достаточно двух 5-минутных сеансов в неделю. Это придаст золотистый загар и «запустит» естественную защиту от агрессивного воздействия ультрафиолетовых лучей.

**В укрытии!** Солнцезащитные очки и панамы должны стать вашими постоянными спутниками. Они уберегут кожу глаз от появления морщинок, а волосы от сухости и ломкости.

**Строго по часам.** Наиболее безопасно для кожи загорать до 11.00, пока солнце не вошло в зенит, и после 16.00. Первый выход на пляж не должен быть больше 10 минут — для южных широт, в средней полосе — 20 минут. Время пребывания увеличиваете постепенно на 10-20 минут.

**Новый поворот.** Лежа на пляже, меняйте положение каждые 5-10 минут, поочередно подставляя солнцу спину и живот. После 40-60 минут загара переберитесь под зонт или в укрытие.

**Ситуация под контролем.** Откажитесь от газет и журналов, увлекшись чтением легкого «передержать» время модно. Спать и дремать не стоит по той же причине.

**Питьевой режим.** Регулярно пейте питьевую или минеральную воду, каждые 15 минут 100-150 граммов жидкости. Соки, сладкая газировка, пиво и алкогольные коктейли крайне не рекомендуются. Откажитесь от перекруток. Кстати, нельзя загорать на

голодный желудок и сразу после еды.

**Дополнительный арсенал.** На манкируйте солнцезащитными средствами, подробнее поговорим ниже.

**Постфактум.** По возвращении с пляжа примите прохладный душ и нанесите на тело и лицо увлажняющий лосьон.

## Спроси у кожи

Давно известно, что смуглянки загорают легче и с меньшими проблемами, нежели «бледнолицые». За восприимчивость отвечает световой тип кожи. Узнайте, к какому фототипу вы относитесь, дабы правильно загорать и подбирать средства защиты.

**I тип.** К нему относятся обладательницы белой кожи, чаще с рыссыло виснушек, светловолосые или рыжие, с голубыми, серыми или зелеными глазами. Загар ложится крайне сложно, зато обгорают они быстро, кожа очень чувствительная. Начинать походы на пляж нужно в компании средства SPF 30/25 — для умеренного климата, после обретения легкого оттенка SPF20. Для южных широт — SPF50 в первые дни, потом SPF30.

**II тип.** Светлая или бледная кожа, на которой иногда появляются веснушки. Глаза серые, голубые или зеленые, цвет волос — светлый. Кожа слабо загорает (после принятия солнечных ванн сначала приобретает красный оттенок), обгорает быстро. Первые дни в умеренном климате — SPF25/20, последующие SPF10. В южном — SPF30/25, затем SPF15.

**III тип.** Глаза карие, волосы темных оттенков. Загар ложится легко, поэтому получение солнечных ожогов — явление редкое. Начать процедур в умеренном климате — SPF15/10, затем SPF6, в южном — SPF20/15 в первые дни, затем SPF10.

## Техника защиты

Пометка «SPF» (sun protection factor) показывает, насколько эффективно средство защищает от солнца. Например, крем со знаком 50 нейтрализует вредоносный эффект лучей на 98%, это максимальный уровень. Чтобы ни один процент не пропал даром, придерживайтесь правил:

- Есть две группы опасных ультрафиолетовых лучей — А и В: перенасыток UVB чреват ожогом, UVA — старением кожи, морщинами и пигментными пятнами. Выбирайте крем или лосьон с пометкой, что средство справляется с излучением обеих групп

- Наносить средство нужно за 20-30 минут до выхода на солнце, чтобы оно успело впитаться и начало действовать. Обновляйте слой после часового пребывания под лучами, использование полотенца или купания. Средняя доза для взрослого человека — 6 чайных ложек или 30 граммов крема

- В зоне особого риска — шея, плечи, кожа вокруг глаз, колени, область декольте, уши. Для них разумно приобрести средство с более высокой степенью защиты или наносить чаще то, которое используете для тела

- Важно! Продолжайте использовать солнцезащитные средства даже когда уже загорели: загар не защищает от вредоносного действия UV-лучей

- Облака способны пропускать до 90% ультрафиолетового излучения, в тени показатель снижается до 50%. Это значит, что и в облачный день, и загорая под зонтиком, нужно пользоваться кремами с солнцезащитными фильтрами.

Подготовила

Анна МЕНЬШИКОВА

## Как она выглядит?

Мигрень — это гораздо больше, чем обычная головная боль. Переживший однажды этот приступ не забудет его, поэтому не стоит каждый приступ головной боли называть мигренью. Первый приступ мигрени может возникнуть в молодом возрасте (18-33 года). Основным периодом этого заболевания приходится на 30-40 лет.

Для мигрени характерна некая поэтапность. На первом этапе появляются предвестники приступа мигрени: «мурашки» в конечностях, нарушения зрения, потемнение в глазах. Это всего лишь предвестники надвигающейся бури. Мигрень начинается некоторое время спустя. Чаще всего в одном глазу или у виска появляется точечная боль, которая постепенно разливается и охватывает половину головы, нарастая в течение 2-4 часов.

Пульсирующая боль вынуждает уединяться в затемненной комнате, поскольку свет и звук усиливают боль. Незначительное физическое напряжение в виде кашля, наклона головы приносит нестерпимое усиление боли. На высоте приступа появляются головокружение, тошнота и рвота, которая не приносит облегчения, как это бывает при некоторых других заболеваниях. Приступ мигрени может длиться от 4 часов до нескольких суток. После приступа человек чувствует себя утомленным и ослабленным. Если приступ мигрени длится больше обычного и затягивается более чем на трое суток, то конец может быть трагическим: мигренозный инсульт (поражаются сосуды головного мозга).

## Боль в наследство

Врачи отмечают, что мигрень передается по наследству, причем на-

Хотя мигрень и называют недугом аристократов, но носить подобный «титул» мучительно больно. По наблюдениям врачей, женщины в 2-3 раза чаще, чем мужчины, испытывают атаки мигрени



# Недуг аристократов

## Избегать провокаций

Излечиться от мигрени невозможно, однако можно уберечь себя от очередных приступов, которые провоцируются некоторыми продуктами, содержащими в своем составе вещество тирамин:

- алкоголь (особенно красное вино)
- бобовые, печень
- сельдь, соевый соус, другие соленые, маринованные или копченые продукты
- шоколад, хлебобулочные изделия, дрожжи (они не содержат тирамин, но в них есть белок

глутен, который также может спровоцировать приступ)

- старые сыры и сыры с плесенью.

Постарайтесь ограничить потребление этих продуктов, а почувствовав предвестники головной боли — откажитесь от них совсем.

Спровоцировать мигрень может и шейный остеохондроз. В этом случае следует в первую очередь обратиться к ортопеду, который назначит лечение.

Относитесь бережно к своему организму. Неистязайте его перегрузками — как умственными, так и физическими, старайтесь избегать стрессовых ситуаций, высыпаться. А также не пренебрегайте режимом дня и диетой.

При необходимости обращайтесь к врачу, который назначит диету и медикаментозное лечение.

При такой головной боли нет никакого смысла принимать анальгетики. Используйте специальные лекарства для мигрени. Эти препараты — триптаны — выпускаются лишь по две, максимум три таблетки в упаковке. Лучше принять таблетку, когда боль только издалека дает о себе знать.

Подготовила

Алиса СТРЕЛЬНИКОВА.

следует не сама болезнь, а предрасположенность к определенному типу реагирования сосудистой системы на различные раздражители. Такими раздражителями для молодых девушек и женщин могут стать менструальный цикл, прием контрацептивов, отсутствие регулярной половой жизни. В более зрелом возрасте — климакс, погодные факторы. В любом возрасте приступы мигрени могут вызвать стресс, нервные и физическое перенапряжение. Если вы предрасположены к мигренозным болям, то нужно научиться избегать и предупреждать их.

## Лечение травами

• При мигренях хорошо помогают народные средства лечения, основанные на травах душицы, мялисы и ягоды калины. Каждый день заваривайте одну из трав. Можно добавлять в отвар мед. Калину храните в морозилке, чтобы она дольше сохраняла свои целебные свойства.

• При купании добавляйте в воду травы тысячелистника, мяты, тимьяна.

• Помогает при мигрени лист вахты трехлистной. 1 ст. ложку растения заварите стаканом кипятка и дайте настояться в течение двух часов. Процедив отвар, пейте лекарство по половине стакана за 30 минут до еды в два приема. Это лечение нужно проводить одну неделю каждый месяц в течение года.

# Просто о непростом



*Забота о крохе – ответственная работа, и, конечно, вам хочется, чтобы она всегда была в радость и не доставляла огорчений. Но воспитание ребенка не обходится без трудностей, и мы постараемся подсказать вам, как действовать в той или иной «внештатной» ситуации...*

## Он много ест!

«Я не знаю, как заставить своего пятилетнего сынишку есть поменьше. За обедом и ужином он сметает все и требует добавки, а между основными приемами пищи не отказывается от обильных перекусов... Я понимаю, что для его желудка это большая нагрузка, но и отказать сыну тоже не могу. Подскажите, как мне справиться с этой проблемой».

Елена, Ставропольский край.

Прежде всего разберитесь в причинах, побуждающих вашего кроху буквально не отрываться от еды. Это может быть стремление разнообразить свою жизнь, привнесение в нее новые впечатления, если не эмоциональные, то хотя бы вкусовые, или попытка избавиться от стресса, вызванного непониманием сверстников или ссорами в семье.

Нередко желание перекусить возникает у детишек, растущих в семьях, где царит культ еды, когда в ребенка всеми правдами и неправдами стремятся запихнуть еще одну ложечку, искренне считая, что это полезно для здоровья. И, наконец, если папы и мамы зациклены на своих рабо-

чих проблемах, малышня старается доставить им удовольствие своим хорошим аппетитом...

Своим поведением малыш сигнализирует вам, что из-за недостатка вашего внимания он чувствует неуверенность и незащищенность, так что постарайтесь каждую свободную минутку проводить с крохой. Между прочим интересная игра заставит маленького обжору забыть о еде и полностью погрузиться в мир сказочных приключений. Чтобы ребенок «не вспоминал» о необходимости взять лирожное или шоколадку, уберите сладости из его поля зрения.

Разнообразьте его меню вкусной и здоровой пищей, предоставляя ребенку возможность выбирать, какие блюда будут красоваться на обеденном столе. При этом не стоит ставить на стол все блюда сразу; это избавит кроху от искушения взять еще одну порцию.

Позвольте малышу украсить подаваемые на стол блюда или принять участие в приготовлении пищи, наверняка крохе захочется полюбозоваться этим «произведением искусства», аппетит в таком случае притупляется. Не забывайте приучать малыша к правилам поведения за столом: есть надо не спеша, тщательно пережевывая пищу.

## «Что он пристаает?!»

«На моего сына одна за другой несутся жалобы воспитателей: начал девочкам юбки задирает. Крик, писк, а он с приятелями только радуется! Нас с мужем просят повлиять на ребенка, мы обещаем провести воспитательную беседу. Говорим ему, что так делать нехорошо, но как объяснить, почему не надо так поступать?»

Ирина, г. Москва.

Начните с того, что каждый человек должен чувствовать себя в безопасности от неприятных прикосновений. Неужели самому зачинщику понравится, если его ущипнут или ударят, а потом еще и засмеют? Конечно, нет. Вот и для девочек ситуация с задранным подолом унижительна и неприятна.

Попытайтесь понять причину «неадекватного» поведения: например, если ваш кроха не пользуется авторитетом у сверстников, то вот таким образом он может претендовать на лидерство. В этом случае постарайтесь выяснить, какие качества ценятся в окружении малыша, и подумайте, как вам преодолеть недостатки, мешающие добиться авторитета.

Возможно, в крохе подсознательно проснулся интерес к вопросу о разнице между полами, поэтому самое время начать «уроки» полового воспитания: пусть мама выскажет женскую точку зрения, а папа мужскую.

Не стесняйтесь с мужем говорить ласковые слова и обнимать друг друга, ведь для ребенка важно уяснить, в чем же заключается суть интимной жизни человека. Если кроха начнет задавать вопросы, ответьте на них соответственно его возрасту.

Если причина столь повышенного внимания всего лишь стремление выказать свою симпатию понравившейся девочке, объясните, что это не самый лучший способ выразить свои чувства. Намного благороднее уступить свою игрушку, дать порисовать карандашами, а полученная в подарок поделка, рисунок на день рождения, в Марта без повода на веревочке о многом скажут обывку обожания.

Подготовила  
Ольга НАКОНЕЧНАЯ.

**Н**ередко любимые чада нарушают установленные нами запреты и правила, и тогда их приходится наказывать. Но мало дать понять ребенку, что он совершил проступок: он должен получить урок на будущее, чтобы впредь не попадать в похожие ситуации. Ну а понять, умеете ли вы выбрать подходящее возыскание, не унижающее, а воспитывающее малыша, вы сможете при помощи нашего теста

# Какой вы воспитатель?



1. Малыш проснулся посреди ночи и захныкал...  
 А) Вы немного подождите: может, он сам успокоится и заснет?  
 Б) Сразу кидаться к нему не будете. Привыкнет — не огучит.  
 В) Сразу подойду, покачаю и на уйду, пока не усую, что он спокойно спит.

2. Кроха проснулся, поел, в кроватке или в манеже сидеть не желает, а вас ждет домашняя работа.

А) Посажу в коляску и буду возить за собой.  
 Б) Положу в кроватку новую игрушку, он и не заметит моего отсутствия.  
 В) Обед (стирка, уборка) может подождать: ребенку требуется мое внимание.

3. За обедом малыш съел половину порции, а потом стал отворачиваться от еды. Вы подносите ложку к роту ребенка, но он случайно выбывает ее из ваших рук. Ваши действия:

А) Убираете тарелку с кашей, на этом трапеза заканчивается.  
 Б) Умываете кроху и снова сажаете за стол.  
 В) Добавляете еще несколько ложек каши: ребенок не должен быть голодным.

4. Юный техник в очередной раз «покорил» магнитофон детскими из конструктора. Вы...

А) Переставляете магнитофон повыше.  
 Б) Убираете подальше конструктор.  
 В) Получаете лишнее доказательство, что с него глаз спускаться нельзя.

5. Сын устроил гараж прямо возле батареи: место не очень подходящее, но на перезд кроха категорически не согласен. Тогда вы...

А) Берете одну из машинок и перезажаете в более подходящее, на ваш взгляд, для гаража место.  
 Б) Переносите ребенка вместе с машинками, несмотря на слезы, крики и сопротивление.  
 В) Накрываете батарею одеялами, чтобы здорово сынишки ничто не угрожал.

6. Ваша прогулка затянулась, по дороге вы зашли в магазин, купили продуктов, идете домой с двумя сумками в руках, а уставший малыш просится на ручки. Вы:

А) Просите ребенка помочь вам: ведь вы так устали и без его помощи не справитесь.  
 Б) Пытаетесь объяснить, что у вас заняты руки, что вы устали, а он уже большой мальчик.  
 В) Просите немножко потерпеть и обещаете, что по приходу домой кроха получит что-нибудь вкусненькое.

7. Мальчик бегал по дому, но вдруг зацепился за стул, упал и заплакал. Сердобольная бабушка подхватила его на руки, сказав: «Сейчас мы накажем этот вредный стул!». Права ли бабушка?

А) Нет.  
 Б) Да.  
 В) Конечно, права.

8. Малыш нецензурно выразился при вас. Вы:

А) Сделаете вид, что ничего не случилось, а через некоторое время спокойно объясните, будто приличные люди так не говорят.  
 Б) Выясните, от кого он нахватался таких словечек.  
 В) От души посмеетесь: такой маленький и уже ругается.

9. Кроха бросил песком в сидящую рядом кошку. Вы...

А) Строго говорите: «Я накажу, если еще раз так сделаешь».  
 Б) Предупреждаете: «Если она тебя оцарапает, я тебя жалеть не буду».  
 В) Объясняете, что в кошку нельзя бросать песком, потому что у нее заболит глазки.

10. Любимое чадо вернулось домой (из детского сада) с чужой игрушкой. Ваша реакция:

А) Задумываетесь, почему ребенок взял чужую вещь.  
 Б) Наказываете и ставите в угол, чтобы подумал над своим поведением.  
 В) Отбираете, чтобы не сломал, и пытаетесь узнать, у кого он взял эту игрушку.

## Результаты теста

**Преобладает ответ «А»:** вы не требуете безусловного подчинения от своего ребенка, но при этом находите причины, вызвавшие этот поступок, и потому прежде чем читать нотации, анализируете свое поведение и методы воспитания. Вы умеете направить в мирное русло едва зародившийся каприз и потому редко прибегаете к наказаниям, а дисциплинарные меры помогают ребенку понять ошибку.

**Преобладает ответ «Б»:** вы убеждены, что ребенок должен безоговорочно подчиняться установленным вами правилам, а маленький человечек, повсюду наткнувшись на ваши запреты, действует вопреки ограничениям. Тогда наказание может стать едва ли не основным средством воздействия на «неуправляемого» чадо. Так что время от времени пересматривайте свои правила воспитания, вносите в них изменения, наказывайте его вслед за проступком и завершайте его сразу, как только закончилось не устраивающее вас поведение.

**Преобладает ответ «В»:** вы стремитесь обходиться без наказаний, однако попустительством до добра не доводит: ребенок научит манипулировать вами. Поэтому ряд разумных ограничений поможет вашему непоседе правильно развиваться, а также даст ему возможность понять, что такое «хорошо» и что такое «плохо».



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

## «Как не бояться старости?»

Мне 28 лет, есть муж и ребенок (хотим второго), интересная работа, мужчины оглаждаются... В общем, на судьбу не жалуюсь. Но с недавних пор появился страх: а стала бояться старости. Это стало навязчивой мыслью. Боюсь морщин, седых волос, располневшей фигуры, боюсь, что когда-нибудь по этой причине меня бросит муж и уйдет к молодой. Смотрю на женщин в возрасте и не понимаю, как их не тревожат подобные мысли и они находят в себе силы жить дальше!

Ольга, г. Москва.

Подобные мысли приходят ко всем, и вы не исключение, но кто-то находит поддержку в советах близких и мудрых людей, а кто-то мучается и «грызет» себя изнутри, как вы. Но я понимаю, боитесь вы вовсе не старости как таковой, а якобы неизбежных последствий, которые старость за собой приведет, а именно – распад семьи. Оцените нынешнее состояние ваших отношений с мужем. Почему вас стали посещать подобные мысли? Может, муж резко критикует вашу внешность, у вашей пары возникли проблемы в сексуальной жизни, исчезло взаимопонимание? Судя по тому, что вы счастливы вместе и даже планируете второго ребенка, значит, ваш муж не мыслит будущего без вас и вашей семьи. Если муж вас не любит и хочет от вас уйти, он сможет это сделать, не дожидаясь, пока вы состаритесь, а может уйти и к женщине старше вас. Самое опасное – вы можете заикнуться на этом и своими упреками и недоверием со временем подтолкнуть мужа к мысли: действительно ли верно он сделал свой выбор? Причины ваших страхов кроются только в вас. Возможно, вы не полностью реализовались, не ощущаете себя самостоятельной и слишком требовательно к себе относитесь. А ответственность за свое личное счастье ставите в зависимость от личных отношений. Подумайте, что конкретно вам в себе не нравится? Мой совет: не оставляйтесь на достигнутом уровне, совершенствуйтесь духовно, увлекайтесь новыми идеями, растите в своих глазах, будьте позитивно настроены и отзывчивы, тогда это обязательно заметят и оценят окружающие, а для мужа вы всегда будете оставаться непрочитанной книгой. Если возраст остановить невозможно, то стать интересным собеседником, мудрой и разносторонней личностью возможно только с годами.

## Ребенок-игроман

Моему сыну 14 лет, мальчик способный, нелегкий, но с недавнего времени его невозможно оторвать от компьютерных игр. Стал прогуливать школу, плохо учиться. А был отличником. Стараюсь контролировать его время пребывания за компьютером, отвлекать другими занятиями, но все воспринимается в штыки. Если лишаешь компьютера, ставит условие, что не будет ходить в школу. Как правильнее поступить в данной ситуации? Где взять нужные слова для убеждения? Можете советом.

Ирина, г. Ростов.

Проблема игромании довольно распространенная в наше компьютеризированное время. Это род зависимости, а зависимость – как правило, следствие психологических проблем. В корне зависимости лежит избегание неприятных переживаний, приносящих человеку страдания. Причины могут быть разными: развод родителей, смерть близкого человека, плохие отношения в семье, разногласия в школе с одноклассниками или учителем и т. п. Возможно, вы предъявляете ему слишком высокие требования, и не в силах с ними справиться мальчик чувствует себя ущемленным. Все это может способствовать тому, что ребенок уходит от действительности посредством компьютерных игр, ведь именно здесь он может своими силами что-то изменить. Чтобы он смог вернуться в реальный мир, необходимо понять, в чем причина его ухода в виртуальный, чего он таким образом пытается избежать.

Безусловно, он ведет себя неправильно и не осознает, как плохо делает для своего будущего, забрасывая учебу. Но убеждения и наказания тут малоэффективны. Ему нужна помощь другого рода. Постарайтесь найти для него более рациональное занятие, например, на период каникул пусть попробует заработать деньги. С наступлением учебного года можете назначить ему денежную компенсацию за хорошие оценки. Но посетите психолога все же необходимо, ведь ситуация требует внимательного рассмотрения (особенно если в семье действительно были серьезные перемены). Специалист сможет получить у вас недостающую информацию и подсказать, в каком направлении правильнее действовать.

Дорогие читатели! В редакцию приходит немало писем, в которых вы рассказываете о себе, о том, что не дает 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!» Ждем ваших рассказов, вольных комментариев, мнений!

## Хорошо красавицам, они всем нравятся...

Часто разговоры в женских компаниях сводятся к тому, что современные модели в глянцевых журналах и передачи о моде на телевидении навязывают нам жесткие каноны сотов, и к своим отнюдь не звездным пассиям предъявляют завышенные требования. И ищут себе суперроскошных женщин. Идеальная для них женщина должна быть красивой, сексапильной, доброй, мягкой, душевной, уметь поддержать разговор и обязательно ум-прекрасно: и лицо, и тело, и душа, и мысли. Но достойны ли сами мужчины быть спутником жизни своего идеала, мало кто задумывается. И женщины начинают себя загонять в жесткие рамки «красотостандарта».

Забывая, что красивая женщина — это женщина, которую любят. И первый человек, которому обязан это сделать, — она сама. Ведь ни мужские запросы, ни отфотошопленные модели глянцевого журнала — никто не загоняет женщин в жесткие рамки «красотостандарта» лучше, чем это делаем мы сами. Сами для себя выдумываем канон и с тяжкими «стандартизациями».

Как же часто женщины, разглядывая фото в глянцевых журналах, с маниакальной настойчивостью высматривают целлюлит на звездных полах, а обнаружив, бегут показывать его своим благоверным — вот, пожалуйте, не такая уж она и идеальная, эта твоя Дженифер Лопес.

Но если честно, если бы не мы сами, что бы там мужчины понимали в этих апельсиновых корках. Ну а после того как целлюлит обнаруживается у Лопес, мужчина начинает придирчиво осматривать и свою мадам: а вдруг и моя любимая неидеальна? Вот, согласитесь, если бы не мы сами с этим дурацким журналом и с этой Лопес, что бы суженый понимал в этих женских «заморочках».

Так топтать женщин, как это умеют делать сами женщины, не сможет ни один мужчина. И когда они пересекаются, начинаются настоящие баталии.

«— Ну что, все «охотишься», «бездомная красотка»? Надевешься своим стилем «порно-шик» кого-то зацепить?»

- Да на себя посмотри, мымра вечно ненакрашенная.
- Ты выглядишь жалко на своих шпильках!
- Ты вообще выглядишь, как обезьяна!
- Умой морду, дура разукрашенная!
- Накрась морду, сама дура!

И каждая из них, уже сама для себя придумав и задрав на определенную высоту планку требований к себе, считает себя правой. И считает, что вправе строго оценивать и окружающих, забывая, что идеальных людей просто не существует.

Ни в коем случае не надо кого-то осуждать и обсуждать недостатки других. Тем более со своим мужчиной — где гарантия, что он не начнет высматривать их у вас. И будьте уверены, найдёт — ведь идеальных людей не бывает.

Конечно, лучше быть здоровой и красивой, чем иметь лишний вес, прыщи и редкие волосы. Но при этом соблюдать грань разумного подхода и несколько проще относиться к этому. И оптимистичнее смотреть на данные, которыми наградила нас природа, не забывая, что красота — это в первую очередь то, как мы сами себя воспринимаем и «несем». Иначе так никогда и не выберемся из воронки комплексов, которые будут затягивать все глубже и глубже.

А чтобы не играть на недостатках других женщин (и при этом проиграть), нужно любить себя — избитая истина. Балуйте себя любимую: банька, массаж, крем защитный утром, питательный на ночь, полезное покрытие для ногтей, кроссовочки с правильной стелькой, удобные туфельки или уютные сапожки для бедных уставших ног...

Елена, по e-mail.

# «Лучшее – враг хорошего»



– хихикнула приятельница после оглушительного взрыва. Мы надували воздушные шары для корпоративной вечеринки, и она явно перестаралась...

«Я только хотела дунуть еще раз, чтобы шарик был побольше», – судя по манере тараторить и шальной улыбке, барышня пребывала в легком шоке. Я тоже пока не восстановила дыхание и сердечный ритм, сбившиеся от испуга, но уже обрела способность мыслить. Первое, о чем подумалось: впервые слышу фразу про «лучшее – враг хорошего» применительно к взрыву развесалого цветного баллона. Обычно она звучит по другим поводам...

## Пустые хлопоты

У подружки Инны закончилась пудра. Это была уже четвертая коробочка одной и той же марки, что указывало на несомненный успех. Инна с удовольствием окутывала щеки тончайшей вуалью, распахивала футляр перед нашими носами: «Правда же, пахнет карамелью и розочкой?» Мы кивали и радовались: в этом нестабильном мире есть вечные ценности. В том, что союз всерьез и надолго, мы не сомневались, напоминаю, четвертая коробочка.

И вдруг Инна надула губы и сморщила лоб: «Я хочу другую

пудру». «Как же так?» – мы едва не утратили веру в человечество. Может, разонравилась прежняя марка? Нет. Может, студентка Инна получила наследство и отныне может покупать самые дорогие средства, а то и заказывать индивидуально у производителей? Нет. Тогда в чем дело? – «Понимаете, – сказала неутомимая, – я хочу убедиться, что примерно за ту же цену есть неплохая косметика. А то что я, в самом деле, как привязанная».

Первый купленный вариант был забракован из-за манеры ложиться «плитами». Мы намекнули, что Инна обрела некоторое сходство с беленой украинской хатой, и пудра перекочевала к ее младшей сестре. От второго отговорили подружки. Про ужасную репутацию третьего и четвертого Инна прочитала на девичьих Интернет-форумах. Спустя месяц она напоминала одержимую, которая приставала к окружающим: «Везет тебе. Напудрилась, и горя не знаешь. А я вынуждена ходить с блестящим носом, не могу пудру подобрать. Ничего не посоветуешь? Но чтоб не очень дорого».

Неизвестно, какой финал был бы у

истории, если бы не подоспел день рождения Инны. Среди подарков лежала упаковочка старой доброй пудры. «Спасибо, – сказала Инна и прослезилась. – Я просто изумилась без нее».

Мы великодушно промолчали, но каждая подумала: «Ха. По чьей милости, спрашивается?»

**Мораль сей басни:** в народе неразумное поведение называется обидной фразой «вожжа под хвост попала». Это когда вменяемый прежде человек начинает блажить и придумывать на свою бедовую голову лишние проблемы. В принципе для окружающих ничем особенным не чревато, страдает только инициатор «лишних движений». Наверное, через это проходит каждая девушка: потратить кучу сил, нервов и времени, чтобы в итоге вернуться на исходники. А как иначе? Лучшее – враг хорошего.

## Довести до совершенства

Во времена моей вузовской учебы все студенты писали курсовые работы, эта традиция жива и поныне. Большинство студенток сдавали «фолианты» в последний день, и хорошо если в божеском виде, с соблюдением требований к сноскам, ссылкам и прочему занудству. Конечно, мы всем сердцем жаждали сдавать работы раньше и безупречно оформленными. Но юность – это не только написание курсовых... Среди нас была девушка Люба, которая садилась за написание «опуса» едва ли не в тот же день, когда получала от преподавателя тему. Приходила домой и с порога садилась писать. Рвение было бы похвально, если бы... Люба успевала к сроку. Вся соль в том, что Люба сдавала работу позже всех и в недоделанном состоянии. Преподаватели недоумевали: девушку добросовестная, а тут, как говорится, конь не валялся. Однажды выяснилось, что Люба, написав курсовик, немедленно принималась за его усовершенствование, видимо, в ней погребал фанатичный редактор. И корректура длилась до абсурда, порой до переписывания курсовой... Увидев однажды лаконичную ра-

боту, седой профессор напомнил о романе Камю «Чума», когда странноватый писатель Жозеф Гран годами бился в литературных исканиях. Его гениальные детище не продвинулось дальше строчки: «Прекрасным утром мая элегантная амазонка на великолепном гнедом коне скакала по цветущим аллеям Бупонского леса...»

**Мораль сей басни:** всех личностей, страдающих тягой к усовершенствованию, следовало бы периодически бить по рукам и притормаживать. Перфекционисты и прочие «отличники» руководствуются благими намерениями, но в результате толпятся на месте или выполняют ненужную работу. Фраза «нет предела совершенству» не всегда верна. Предел определяется здравым смыслом. И ничего удивительного, ведь лучшее – враг хорошего.

### Быстрее, выше, сильнее

Соседка Олечка была очаровательна: волосы цвета спелой пшеницы, россыпь веснушек на щеках, бездонная синь в глазах. Хотушка с лышными формами была точь-в-точь прелестница-пастушка, которых изображают на фарфоровых сервизах. Она нравилась всем, даже сварилившей бабулям у подъезда. Как водится, «и жених ссыскался ей». Не королевич, но отличный парень Игорь, простой и надежный. В том, что он любил до синих мух в глазах, сомнений не было. Наверное, Оля тоже потеряла голову. Потому что иначе как помутненным рассудком на почве любви произошедшее не объяснишь... Оля села на жесткую диету, из соблазнительной пышки превратилась в модно анорексичную барышню с впалыми щеками. Золотистые локоны сменились «отуженным» платиновым блондом. Нарощенные коровьи ресницы, ногти-когти и наряды «в обличочку» – преобразование Оли лишило окружающих сна, покоя и дара речи.

Игорь держался стойко, но по его обескураженной физиономии было понятно, что к Олиным изменениям он не имеет никакого отношения, «все сама, все своими руками». Наверное, она просто хотела доказать любимому свою ценность, но методы избрала совершенно дурацкие... На какое-то время Игорь пропал: перестал появляться в нашем дворе. А потом мы снова увидели сладкую парочку:

ку: прилично одетую, к радости околпозвездных бабуль, Олю с прежними ямочками и формами. И Игоря. К счастью, того же самого – простого и надежного.

**Мораль сей басни:** иногда наши представления о хорошем и красивом не совпадают с мнением тех, кто нас любит. Но мы делаем все на свой нос: кажется, похудевших, вызывающе одетых, преобразенных нас будут любить больше. И невдомек, что проблема в виде обширной телесности или несносных веснушек существует только в нашей голове. А избранник в свое время именно от них и сошел с ума... Изводим себя и любимых, преодолеваем трудности, пытаемся стать лучше. Забывая, что лучшее – враг хорошего.

### «Ведь бы этого достойны»

Мама цитировала сказку о золотой рыбки и деликатно намекала, что останусь я у разбитого корыта, но дочь была глуха к родительским убеждениям. Мама вздыхала и просила быть помягче с поклонником Андреем. Потому что он «добрый славный мальчик из хорошей семьи, из него выйдет толк, а еще он очень тебя любит». У меня же был собственный резон: Андрей, конечно, чудесный, но... У меня вся жизнь впереди – раз; такая красота (как я) раз в сто лет рождается – два; достойной парой может стать только принц – три. Я благосклонно принимала ухаживания Андрея, вдыхала цветочные ароматы и ела шоколадные десерты за троих, не забывая однако поглядывать по сторонам – принц ведь где-то на подходе. Наверное, однажды я бы смирилась с несправедливостью судьбы, вышла за Андрея замуж и даже была бы счастлива. Но тут подошел Он. Андрей был безапелляционно выдворен, а я рухнула в роман... Так получилось, что прекрасный принц не остался в моем королевстве на ПМЖ, прогарцевал на белом коне дальше. Да и не принц он вовсе оказался... Первые три месяца я плакала без всяких мыслей, еще три – просто от обиды, потом и до сих пор – корю себя, что не осталась с Ан-

дреем. Потому что тогда бы я не извлекла унылые мысли «в назидающие потомкам», а воспитывала шаловливых наследников, варила борщи. И изумлялась, за какие такие заслуги мне достался золотой муж. Нет, это не сожаления капризной девицы, оставшейся на бобах. Просто я честно признаю, что приверединчала не от большого ума.

**Мораль сей басни:** в погоне за лучшим мы рискуем потерять то, что имели. Добров, любящее, теплое, верное. Все, точка. Больше ни слова.

...Разумеется, фраза про лучшее и хорошее возникла в моей голове не из-за взрыва шарика. Уже несколько дней хожу как зачарованная... Андрей предложил встретиться и после разговора ни о чем рубанул с плеча: «Давай попробуем снова быть вместе». А я умолила, потом всхлинула, потом посыпала скороговоркой. Что поступила плохо и гадко, что не имею права даже думать о прощении, что не заслуживаю его симпатии и доброго отношения. И что он достоин лучшего. А он улыбнулся: «Лучшее – враг хорошего». И теперь мою голову не покидает мысль: что он имел в виду?..

Приятельница берет очередной шарик и озорно подмигивает. «Будь осторожна», – предупреждаю с улыбкой. «Ну теперь я знаю, что мне нужно и когда следует остановиться», – звучит ответ на все мои вопросы.

Наталья КРОЛЕВЕЦ.





## Эскейпер: «Замыслил я побег...»

В слове «эскейпер» русскому уху слышится нечто аристократическо-английский титул — это почтенно и престижно, то спутник-эскейпер — испытание для сильных духом

Наверняка вам доводилось слышать слово «эскапизм». В переводе с речи бритов оно означает уход от реальности, бегство в иллюзии. Как будто человек однажды нажал кнопку «всесаре», чтобы миновать кризис, только сделал это не на клавиатуре родного компьютера, а в собственной жизни. Закрыв глаза на существование жадных работников ЖКХ, требовательного начальника и высокомерных красавиц. Перестал считать себя

гражданином и полезным членом общества. А чтобы не сидеть одиноком угрюмым упрям, создал овер мой мир. Населенный злобными орками, дружелюбными эльфами, всевыми хоббитами и прочим вымышленным народом. Так привольно стало жить: страшно громилу великана можно удалить нажатием кнопки, тем же способом собрать бесстрашное войско и одержать победу над злом. Только, пожалуйста, не надо путать беглеца от

реальности с психически нездоровыми товарищами. Эскейперы прекрасно отдают себе отчет, что все их могущество, разговоры и освобождение Тилимилитрандии — всего лишь мечты. Хотя единомышленники и собраты по играшкам у них вполне реальные.

### Кольцо всевластия

Самыми яркими проповедниками эскапизма считают толкинистов. Это личности, прочитавшие трилогию Толкиена про путешествие хоббита Фродо Бэггинса в мрачный Мордор, да так и оставшиеся среди тамошних реалий. История Средиземья настолько захватила, что они стали переносить ее в жизнь. Обзавелись самодельными кольчугами и мечами, смастерили шлемы из фольги и, главное, нашли таких же увлеченных. Что-бы сподручнее было делиться на эльфов, гномов и орков, вести дискуссии, как ловчее изловить мерзавца Горлума и швырнуть в жерло Ородруина. Но только — тсс! — чтобы не попасть в поле зрения всевидящего ока... А когда соберутся силы со всего королевства, да присоединится Теоден, король Рохана, можно ринуться в бой. То есть побегать в соседнем лесу в кольчугах, с картинными мечами, распуская грибников и случайных прохожих... Эскейперам такое времяпрепровождение кажется благодатью, прагматикам и циникам — придурью и блажью. Вданное ли дело, чтобы здоровые лбы шли в атаку на заросли чертополоха?

Но если толкинисты народ безобидный и доставляет неудобства разве что разудалым гикам, то их «духовные родственники» хлипы в свое время давали жару. «Дети цветов» с тесемочками на лбу и лазурью во взгляде в 70-е протестовали против общества потребления и войны во Вьетнаме. В общем-то, начинали за

здравие. А кончилось все плохо: иных, увлеченных дурман-травой и прочим зельем, «не дозавелось сколько ни зови», другие очнулись и вернулись в реальную жизнь. В двух словах: благие намерения обернулись распадом личности, стали идеологией распушенных бездельников. Канули в Лету — и слава богу.

Нынешние эскейперы хорошо всем знакомы. Преимущественно со спины, поскольку поворачиваются ею ко всему миру, а белым личиком — к монитору компьютера. А уж там баталии — загляденье! Конечно, если на экране завалявшийся умами «Варкрафт». Также неплохо быть героем-приключенцем, исполнять квесты (миссии) и набираться эскиперинса (опыта), чтобы повысить левел (уровень). Те, кто в теме, знают, что помешанный на виртуальных схватках человек — невыносимое существо. И невыносимое в белый свет, к живым людям. Общаться он может только с единомышленниками, плевать на мировые катаклизмы, стоимости барреля нефти и новую прическу подружки. Он мир спасает, который сам же и создал.

Теми же эскейперами считают адептов любой религии, причем вполне резонно: рвальный мир существует постольку поскольку, все основные события вершатся на арене, которую он самостоятельно выбрал, а главный автотитет — гуру или духовный отец.

Все вышеперечисленное — психологический эскапизм, добровольный и осознанный уход в свою глубокую теплую норку. Бывает и похуже — физиологический. Это когда человек бежит от проблем и внешнего мира с помощью «огненной воды» и препаратов, расширяющих сознание. А возвращается в реальность только за новой порцией допинга.

Что предпочтительнее, понять не надо.



## «Знаете, как он парнем был?..»

Эскейперы не становятся, ими рождаются. Алгоритм простой: мужчины с рождения либо победители, либо побежденные. Либо эскейперы. Победители прут напролом, агрессивны и нахралисты, либо плетут козни и интриги – это лжепобедители, их все равно разоблачат, за уши да на солнышко. Побежденные не рыпаются, они заранее обрекли себя на бездействие и последнее место с краю. А эскейперы ни то ни другое. Им не достав упорства и воли к победе, чтобы осуществить задуманное, но они и не готовы к унижительной роли лузера. В детстве будущий беглец от реальности наверняка был живым ребенком с богатой фантазией и развитым чувством собственного достоинства. Но то ли родители осадили, то ли действительность раз за разом тюкала по макушке, и он отказался от вожделенных побед, от тех целей, которые желанны почти всем. Ему просто не хватило духу сунуться в самое пекло, примкнуть к общей сваре. Однако триумфаторская жилка есть, она то и не дает покоя: нужен хоть какой-нибудь успех! И тогда эскейпер ищет запасной аэродром. Не рискуя в повседневности бороться за справедливость, он крушит толпы орков и восстанавливает гармонию в своем мире. Проглотив очередное оскорбление начальника, зачитывается фантазией, где все равно «наши победят». Пасюка перелет спесивыми красавицами, общается с «идеальной девушкой», партнершей по онлайн-игре. Не решась завести семью, включает игру «Sims», где нажатием кнопки создает гармоничную пару с детьми-аундеркиндами и конфетными отношениями. Эскейперы в отличие от побежденных не совсем пропащие и кое-чего все-таки добиваются в жизни. Но это мизер по сравнению с тем, каких высот они могли достичь,

напрягшись по полной, не побоявшись дать бой. Однако об упущенных шансах беглецы предпочитают не задумываться, им проще заниматься самообманом. Что компьютер, банка пива, друг Коля и новый «Варкрафт» и есть высшее жизненное благо. Ну и жадательно победить в игре Колю, разумеется. Если мантру удается «вбить в мозг», вы получаете счастливейшего из живущих. Стати, среди женщин эс-

шинства не представляет ни малейшей ценности. Но, увы, жизнь устроена так, что всем нужны победители, успех любой ценой. Тут вам и основной инстинкт, заставляющий искать лучшего отца для потомства, и современная заповедь выживания: неудачников «за борт».

## Выше пагузи

А вот и другая истина: без чудаков-эскейперов

гнусной бухгалтерией. И все вокруг было бы черно-белым.

## Повально и массово

Все мы в чем-то эскейперы, дружно сбегав от угрюмой повседневности в яркие миры. Один читает анекдоты лишь бы забыть тяжелый разговор с шефом. Второй листает журналы «Дом и очаг» и выбирает «правильный» камин, прекрасно осознавая, что покупка жилья с этой штуковинкой реальна, лишь если продать себя и всю родню в рабство арабскому шейху. Третий мечтает, какой бы парой они были с Брэдом Питом, – комментарии излишни. Четвертая умиляется на фото котиков – это помогает смириться с существованием в мире ворчливой свекрови. Мы все «выстреливаем» на другую орбиту. Разве что не забываем возвращаться.

## Escape для эскейпера

Никто не спорит. Странно наблюдать 30-летнего ребенка, рубящегося с компьютерными орками. Преследует мысль: «Ба! Да какие могут быть общие дети, он сам дети». Ну не все безнадежно. Если запал в душу большой ребенок, не спускайте его с брачных счетов. А все, что от вас требуется, это быть ответственной за двоих. Ну не мелочитесь, воть резон!

Во-первых, побег в иллюзии – не худший из возможных мужских недостатков. Во-вторых, жить с бегляком точно будет нескучно. В-третьих, однажды он все-таки вернется победителем со своей войны. Потому что повзрослеет, полюбит вас и поймет, что готов к бою на другом уровне.

Наталья КРОЛЕВЕЦ.



кейперш крайне мало. Так как у нас свои представления о победах и жизненных ценностях.

## К плечу не прислониться

По сути вреда от эскейпизма никакого. Сидит себе человек, жмет кнопки, листает странички и радуется. Но одно дело, если индивидуум до лампочки, и совсем иное, если это родная кровинушка, вторая половинка или сердечный интерес. Беда в том, что у эскейпера сложности с социальной адаптацией, если выражаться терминками. А проще – он словно окружен от окружающих забором. Ему сложно настоять на своем, доказать собственную правоту, побороться за место под солнцем, вступить в конкуренцию, добиться повышения, завоевать любимую. Ему проще отойти в тень и взять равнаш в области, которую для боль-

шинство давно загнuloсь бы с тоски. Вокруг бродили бы скучные прагматики, все было бы точно, как в аптеке, совершенно, как немецкая бытовая техника, и бездушно, словно логарифмическая линейка. Не было бы творчества, ведь все художники – настоящие эскейперы. И не пришлось бы гадать, чему улыбается Джоконда, что хотел сказать Малевич своим черным квадратом, про картины Дали вообще промолчим. Мы не восхищались бы поэзией, потому что Пушкин, не будь бегляком в мир грез, плюнул бы на стихи и занялся... да хоть ростовщицеством. Толкиен, может статься, протирал бы штаны в конторе, Бетховен тоже занимался какой-нибудь





# «А мужики-то не знают!»

Мы не знаем, для чего собрали перечень популярных мужских заблуждений, нашли им объяснения и развенчали. Возможно, чтобы понять, откуда растут ноги у любимой присказки бывшего бойфренда: «Всем вам одно надо!» И чтобы на обидную мальчиковую глупость всегда был наготове тактичный ответ: «Вы заблуждаетесь, сударь...»

**Заблуждение: «Из веселых барышень получаются отличные жены».**

**Выглядит в теории:** имеются в виду не хохотушки-кавказишцы, а женщины, так сказать, облегченного поведения. Мужчины свято веруют, что, пройдя путь унижений и половых издевательств, бывшие жирицы любви вцепятся в мужа и семью мертвой хваткой. Супруга станут почитать как благодетеля, дом и детей как дар небес.

**Опровержение:** вероятно, миф придуман тружениками умного фронта, так как психологи не разделяют оптимизма. На это путь попадают в поисках легкой наживы и денег, что уже не подразумевает порядочности и целомудрия, — раз. Не исключено, что барышня — нимфоманка, о верности здесь даже не заикайтесь — два. Третье: для гетер мужчины не что иное, как объект производства. Контакт с ними слишком тесен и, увы, носит неприятный характер, ведь наружу лезут самые неприглядные мужские качества. Все это рождает тяжелый комплекс по отношению к «рыцарям», цинизм и неверие. С таким багажом сохранять иллюзии, рваться под венец и считать «одного из этих» благодетелем — нечто из области фантастики.

**Заблуждение: «После бурной юности девушка оступится и станет серьезной».**

**Выглядит в теории:** в народе это называется «нагуляется и уймется». То есть барышня однажды поймет, что переела этих страстных встреч, и всей душой захочет жарить котлеты одному-единственному.

**Опровержение:** есть более правдивые и точные сценарии: «Горбатого могила исправит» и «С лысинкой померещ». Это значит, что если кипучую натуру тянет к приключениям и разнообразию интимной жизни, то нигде не данешься. На первых порах, будучи влюбленной, девица притихнет — кому не хочется показать себя с лучшей стороны? Но потом накал чувств ослабнет, темперамент возьмет свое, и повторится «фатальная неудача». Как уже бывало с сотней предшественников.

**Заблуждение: «За хороший секс они все прощают».**

**Выглядит в теории:** «Если женщина каждую ночь видит небо в алмазах, за своего мужа будет держаться двумя руками. Даже если он изверг, душегуб и лентяй» — это прямо мантра какая-то среди мужского населения. Они верят, что если женщина уходит от избранника, то исключительно из-за постельных неурядиц. А остальным положено крепко держаться за то, что доставляет пикантные радости.

**Опровержение:** не спорим, секс важен. Но это не значит, что без оргазмов удачу не выдать. Женщины вполне могут быть счастливы, не испытывая в постели двенадцати штормов. Нам хватает «отраженного» счастья, радости, что доставили удовольствие любимому. Секс нами воспринимается «через голову», важны слова, поступки, чувства. Стареющему заботливому партнеру прощится гораздо больше, нежели любовнику талантливого, но с отталкивающим характером. А техника — да ну ее.

Все мы пребываем в заблуждениях. Прекрасный пол верит в вечную любовь и что даже «фильмы для взрослых» должны заканчиваться свадьбой. Сильный пол насмехается, дескать, надо же быть такими наивными!.. А сами-то?

**Заблуждение: «Если одевается ярко и ведет себя вульгарно — она сексуальна».**

**Выглядит в теории:** из той же оперы «леопардовые» расцветки, высокие сапоги на шпильке, любовь к красным ногтям и помаде. Стоит увидеть ту, которая «надела все лучшее сразу», мужчины стобнеуют: да это же воплощение порока и похоти! Наверняка горячая штука...

**Опровержение:** совсем нет, даже наоборот. Истинные ценители и гурманы угадывают женскую сексуальность по взглядам, едва уловимым жестам и даже тембру голоса. И вот та на, обладательницами яркого темперамента бывают, как правило, «серые мышки». А вот девушки, которые словно только что со сцены «Мулен Руж», скорее всего, отягощены комплексами и дурным вкусом, но сексуальности в них не больше, чем в валенке.

**Заблуждение: «Не бывает фригидных женщин...»**

**Выглядит в теории:** «...звучит продолжение. Что якобы старение, умурная одаренность, на худой конец выдающаяся анатомия партнера способны сделать из любой ледишки странную тигрицу. Похвальная самоуверенность!»

**Опровержение:** рассусоливать долго не станем — бывают. Бывают бедняжки, которым абсолютно до лампочки все эти таинства секса, внимательность, чуткость партнера и всякие возбуждители. Причин хоть отбавляй: от воспалительных заболеваний репродуктивной системы до строгого отчима в детстве, то есть тут вам и физиология, и психологические трудности.

Лариса АФОНЧЕНКО.

В жизни почти каждой женщины случается связь, оборачивающаяся слезами, изгрызенной подушкой и вопросами во Вселенную. Схема такая: мужчина горел и пылал, вы стали любовниками, он все так же пылает, но... от случая к случаю. Раз в зное время он звонит: «Зайка, я соскучился!» Вы дрожжите от предвкушения, потом в его объятиях — от страсти, потом от слез непонимания. Ибо после акта любви змей-искуситель, который еще недавно наезд «так дышал», вдруг охладел. Вы к нему с ласками, а он глаза пучит: «Кто ты, женщина? Где мои вещи?»

А вы в прострации: кто до интима был нежен, вел беседы про женитбу, детей и гераньку на окошке? Эти-то разговоры и сбивают с толку: по всем признакам пассажир транзитный, но отчего-то про любовь толкует... Потом товарищ упархивает по неотложным делам, не тревожит звонками и предположением помощи. Чтобы вскоре опять запеть про «соскучился» и гераньку.

А вы все так же посылаете вопросы во Вселенную, на которые мы из девичьей солидарности ответим.

### «Может быть, он и впрямь все время занят на работе?»

Версия верна только в одном случае: если любовник работает оператором шлагбаума. Причем поднимает и опускает ручную с периодичностью 300 движений в минуту. Тогда да, у бедняги нет времени ни на звонок, ни на SMS.

### А вдруг он специально держится на расстоянии?

Вы еще скажите про «быстро прикипеть сердцем и не готов к серьезным отношениям». Ради самой же себя перестаньте тешиться сказками. Никакой стратегии вроде «чем меньше женщину мы любим» ваш блудный друг не придерживается. Он просто не любит.

### Но как же его слова?

А вот так. Кто-то заветное «я тебя люблю» говорит ответственно, а кто-то может эти же фразой отблагodarить за доставленное удовольствие, смешной анекдот и радостную весть.

### А вдруг у него такая любовь?

Это вы про «любит как умеет»? Бросьте. Любовь — это духовное родство, желание быть рядом, заботиться. А данный «экземпляр» звет о вас только то, что вы сами рассказывали, сам не было любопытствованием.

### Он просто меня хочет?

Да. Даже конкретнее: он просто хочет секса. А с вами система отлажена: звонок, несколько заверений в любви и страсти, и вот оно — счастье!

### Но ведь он так откровенен в ласках...

Хотите сказать, что столь интимные вещи делают только для избранных

# «Девочка ждет, мальчик не идет»

«Любовь — история в жизни женщины и эпизод в жизни мужчины».

Писатель Жан Поль Рихтер



женщин? На факт. Есть секс-альтруисты, считающие, что пикантные нежности достойны все дамы.

### Может быть, у меня зависимость?

Возможно и даже скорее всего. Для мужчин секс физиологичен, для женщин — сплошная психология. Если нравится секс, скучаете и думаете о партнере, влюбленность накрыла.

### Мне разорвать эти отношения?

Боже избавь, зачем? Если они приносят телесную радость, пусть будут. Хуже, если вам «уж замуж нестерпимо». А если нет, найдите в своем альковном секрете преимущества.

### Какие тут могут быть плюсы?

О, плюсов как раз немало. Небрежительно-теплая связь...

### • помогает раскрыть свою сексуальность

Вы наконец узнали, от каких именно ласк взмываете на седьмое небо, оценили мощь собственного организма, почувствовали себя настоящей женщиной, испытали могучую власть над мужчиной, когда тот «загоризонтален». Так что скажем спасибо любовнику

### • дает бесценный опыт

Захлопнув дверь за змеим-искусителем, можно плакать, царапать в блокнотике «Гоша тоже оказался козлом» и звонить подруге. Между слезами и проклятиями пугать ве: «Я запрусь в ванной, накрашу глаза и вскрою вены». И пополнить список женщин, про которых говорят: «Вот

дура-то!» А можно под чашку чая поблаженствовать, позволить себе нескромные мысли, что надо бы с партнером попробовать новые «горизонты», сравнить его с предыдущими, выявить слабые и сильные стороны. Гоните прочь мысли, что вас якобы использовали. Вы тоже отдали душу, все кавы и взаимно удовлетворены. Самое главное — преумножается ваш опыт общения с мужчинами, растут ваши амурные активы, самооценка и уверенность

### • Viva la vital

Да-да, ни больше ни меньше: да здравствует жизнь! Благодаря этой связи вы почувствовали себя живой. Принять свой порыв, пережить влечение — вот что нужно, чтобы мы ощущали себя людьми из плоти и крови. Готовясь к встречам, мы выбирали нескромное белье, ходили в спортзал, решились на бразильскую эпиляцию, вели откровенные разговоры с подружками, смеялись, заливались стыдливым румянцем. А не будь «этой влюбленности», возможно, важный и приятный отрезок из женской биографии не случился бы. Так что спасибо ему.

### Может, назло ему закрутить роман с другим?

А вот это попробуйте. Только не назло ему, а себе на радость. Кстати, вполне возможно, вы получите от блудного партнера официального предложения. Так уж мужчины устроены: лаче любви и страсти, в заги их подталкивает ситуация «хватай, уходи!»

Анна МЕНЬШИКОВА.



## «Жизнь за царя»

Карьерный подхалимаж многолик. Это и вполне себе «европейский» Самохвалов из «Служебного романа», и служка с анекдотичной фразой: «Все-то вы, Иван Иванович, знаете, везде-то вы были». И даже солидные господа-чиновники, «по совпадению» увлекшиеся вслед за боссом теннисом, горными лыжами и дзюдо...

Насколько неблаговзвучно слово «подхалим», настолько неприглядно и явление, которое оно имеет. Толковые словари описывают так: лстец, лакействующий, угодничающий перед кем-нибудь ради своих корыстных целей, выгоды. Как бы хотелось верить, что в наше время, «когда космические корабли бороздят просторы Вселенной», а у людей к айфону прилагается чувство собственного достоинства, подобное явление исключено! Увы и ах, колните — и в любом коллективе, от заштатной парикмахерской до крутого офиса, найдется индивид, тяготящийся к поцелуям начальства в не предназначенные для этого места.

*«О ладан их узнаете их».*  
Нигирная проповедь, Матф. 7:20

Главное оружие подхалима — лезть, медово текущая в начальс-

твенные уши. Однако тупо расточать похвалы боссу — это низкий уровень, свойственный только начинающим подхалимам. Более искусные товарищи действуют тоньше. Во-первых, они стараются втереться в доверие, для чего постоянно крутятся возле босса. Часто заходят на прием, заводят беседы, в ходе которых и вливают дозу «искренней симпатии» и «солидарности во взглядах». Подхалим одобряет все действия начальства: от двухчасовых, оловянно скучных планерок до манеры шефа носить шейные платки полугайских расцветок. На корпоративах и во время чествования начальства, будь то день рождения или китайский новый год, именно подхалим произносит самые цветистые «оды во славу» и предлагает поднять сто первый тост за здоровье дорогого Иван

Иваныча. Подчеркивает, что без руководителя коллектив неминуемо пошел бы ко дну, и только Иван Иванович, благодетель и отец родной, выведет их из мрака на путь процветания и света.

Симпатизирующий неустанно твердит, как он болеет душой за дело, как днем и ночью думает только о работе. Шеф, по его плану, должен слушать, светлеть лицом и утирать слезы умиления. Возвеличивая свою персону, подхалим попутно «опускает» других коллег. Делается это приватно, с глазу на глаз. Не нужно даже наводящих вопросов шефа, мол, «что вы думаете о менеджере Петрове», доносчик сам создаст невыгодную репутацию, которая изначально может выглядеть даже как забота: «Сегодня Петров не вышел, я сам выполняю за него ваше поручение. А он заболел, да. Видимо, иммунитет слабый. Нет-нет, да и слезает с простудой, особенно после праздников и выходных. Да ничего, я привык, мне несложно подменить». В итоге у босса создается мнение, что бедняга-менеджер проводит досуг слишком бурно, а то обстоятельство, что у него маленький ребенок и ни одной бабушки в подмогу, намеренно замалчивается говорящим. Зато нимб над головой подхалима-труженика сияет всеми цветами спектра.

Наш герой готов взвалить на себя и работу начальства. Важные переговоры ему никто не доверит, да и не надо. Достаточно освободить дражайшего босса от монотонной рутины. А если силенок маловато, всегда можно раскидать по коллегам. В отчете, конечно, будет звучать имя только одного исполнителя. Чье — известно.

Когда профессиональные темы исчерпаны, подхалим заводит «брачные танцы» с иными фигурами. Он просит совета у шефа. Если босс — дама, можно испросить ее мнения относительно рецепта засолки огурцов, контактов «чудесного парикмахера-маникюрщицы-портнихи», не возбраняется обсудить, как назвать ожидаемого в перспективе анучатого племянника. У босса-мужчины следует интересоваться мощностью нового авто, где куплен умопомрачительный галстук и как ему отдыхалось на Азовском море.

Как понятно из опыта и вытекает из рассуждений, подхалимы редко обладают высоким профессионализмом. Серьезные специалисты никогда не будут этим заниматься, не до реверансов — некогда и без толку, есть другие критерии

оценки. Подхалим же использует доступные ему активы, бьет на душевность и пиар-компании: сделал немного, раздувает масштаб рвения до абсурда. Что же, каждый делает карьеру приемлемым способом.

Подхалимы не любят коллег, их презирают, над ними насмеваются. Однако войти в открытый конфликт себе дороже. Поскольку раз уж в коллективе это гнусное явление завелось, значит, шеф поощряет лстецов и подлинал. А это повод хвастаться за голову.

*«Насорога обманчивая  
деревом, слана - посредством  
лжи, зеркалом - мед-  
ведя, канканом - льва, а  
человека истинно...»*

Вильям Шекспир

Видя, как сотрудник из всех сил стремится занять место под солнцем, понаблюдайте за реакцией руководителя. Всем мечтается, что тот с первых же нот осадит подхалима да еще поднимет на смех. На комплимент с придыханием ответит: «Спасибо, но впредь рекомендую держать мнение при себе. Могу неверно принять за желание выслужаться». Ах, если бы так ответил, да его б на руках носили!

Но, увы. «Человек слаб», «людям свойственно ошибаться» и прочие афоризмы объясняют, почему мечта так и остается мечтой. Подавляющее большинство благоволит к подхалимам. И этому есть объяснение: не все самодостаточны, многие нуждаются в поддержке, а вокруг подчиненные с бесстрастными лицами. Вроде бы все делают как надо, но не улыбаются, не спрашивают совета и вообще на людей не похожи. Кто знает, может, за спиной босса и вовсе смеются над ним... А тут приходит душа-человек, рассказывает, кто чем дышит, проявляет участие и хвалит босса. Ну как не пригреть симпатягу? Можно много рассуждать об умственных способностях такого руководителя, но это будет единственным утешением. Подхалима все равно допустят к телу, приложат к груди и примутся пестовать.

*«Лстец затем, чтобы  
наслаждаться над видом  
накаренности».*

Николай Чернышевский

Если бы подхалимаж не был эффективен, он давно бы канул

в Лету. Но лстецы проворно продвигаются по карьерной лестнице, получают премии и бонусы, на худой конец снисхождение руководства к своим промахам, тупости, опозданиям и т. д.

И если бы вред от них ограничивался личным дискомфортом, когда нет сил смотреть на эти ужимки и прыжки, дела обстояли бы сносно. Подхалим опасен — вот корень зла. Он — чистой воды манипулятор, серый кардинал, эти личности способны влиять на настроение и судьбы коллектива. Попытка приструнить его запросто обернется против вас: подхалим затанцует злобу, проникнет в начальственные пенаты и напоет там с три короба. Про

ния. Их наделяют властными полномочиями, и тогда горе недавнему критикану. Обольщаться, что угодник не опустится до сведения счетов, не стоит: самые жестокие тираны вырастают из бывших рабов.

*«Лстец — самый опасный  
из ручных живот-  
ных».*

Аноген

Если вас угораздило оказаться в коллективе, где процветает чрезмерная лояльность к руководству, есть несколько путей. Первый — принять общие настроения, когда подхалимаж буквально поставлен на поток, все сотрудники изображают шефопоклонение. Сумеете выжить в подобии коммуны, которую возглавляет падкий на лстец «кумир», молодца, что тут скажешь. Вто-



Возвеличивая свою персону, подхалим попутно «опускает» других коллег. Не нужно даже наводящих вопросов шефа, доносчик сам создаст невыгодную репутацию.

ваше «облико морали», неуважения к начальству и игре в «косячку» в рабочее время. Кроме того, пока лстец поет песни о любви начальнику, никакая конструктивная критика невозможна в принципе. Специалисты бютятся, пытаются донести до шефа, что его стратегия ошибочна, но подхалим прочно удерживает оборону: «Не слушайте их, Иван Иванович, они дураки завистливые, вы во всем правы и вообще король-солнце». Ярчайший тому пример — сказка про голого короля. Когда все подданные верили, что король и впрямь облачен в наряд, видный только глазу умного, но не глупца. В итоге августейшая особа сверкала первозданным естеством. Разумеется, боссам не грозит прогнущиваться в костюмах эдемских прародителей, однако последствия могут быть плачевными.

В-третьих, удручающе часто подхалимы достигают повыше-

тельный срок» удобен не только работодателю. Работнику он позволяет дать деру, после того как тот осматрелся на месте и впал в кручину. Дабы не вносить лишние записи в трудовую летопись и не отпугивать следующих работодателей короткими трудовыми сроками, можно оформить отработанный период срочным трудовым контрактом. Тогда не страдают ваш общий трудовой стаж и приличный вид трудовой книжки. Но увольнение — единственный выход, если вы пришли работать, набраться опыта, настроены на карьерный рост (благодаря профессионализму и компетентности), но видите, что карьера здесь строится особым способом. Не имеющим никакого отношения к деловым качествам и не сопоставимым с вашими представлениями о чести, порядочности и чувстве собственного достоинства.

Наталья ГРЕБНЕВА.



# Финансовая шепетильность обязательна!...



«...Ляжет грудью на стол и посмотрит вам прямо в душу загадочными глазами:

- Слушайте меня, смотрите на меня... Я хочу, чтобы вы дали мне сейчас же 25 рублей...

Чтобы именно вы, именно мне, именно 25 рублей. Я хочу! Я твварь!... Теперь идите, не оборачиваясь, уходите скорей... Ха-ха-ха!

Истерический смех должен потрясать все ее существо, даже оба существа — ее и его... И он «потрясется» своим существом и даже не сообразит, что она просто перехватила четвертную без отдачи».

Н. Тэффи «Демоническая женщина»

Мало кто не знает язвительную журналистку, живописующую досуг российских олигархов. Барышня обитает то на родных просторах, то в туманном Альбионе, то на Лазурном побережье, недавно поскандалила с известной писательницей из-за гречневой крупы. Акулу пера мало кто любит, однако среди неоднозначных черт ее натуры есть бесспорное достоинство — крайняя шепетильность в делах денежных. Не делает долгов, оказанные услуги отбавывает сторцией, живет по средствам, но и от других требует уважения к товарно-денежным отношениям. И справедливо считает, что по упорядоченности бюджета можно судить о порядочности его владельца... А теперь песня о тех, кому постоянно или время от времени приходится раскошелиться за себя и за того парня.

Сразу оговоримся: мы не посягаем на святое, на сбор денег для благотворительных целей, для людей, попавших в трудную жизненную ситуацию. Хотелось бы за ушко да на солнышко вывести тех, кто не считает зазорным немножко поживиться за чужой счет и делает это регулярно. И как бороться с этими ушлыми личностями.

\*\*\*

*«Я уверен, что нужно тратить столько, сколько считаешь нужным. Но я также уверен в том, что нельзя тратить больше, чем можно».*

Миллиардер Дональд Трамп

Злостными неплательщиками или безнадежным заемщиками этих мелких пакостников назвать нельзя, оставим терминологию банкам и специалистам. Есть хорошее выражение — финансовая безалаберность. Это когда люди настолько

не уважают ни свои, ни чужие деньги, что нет слов. Но мы все же слова ищем, дабы детально описать «подвиги» в назидание потомкам. Итак, скорее всего, вы имеете дело с «рыбой-прилипалой», если наблюдаете следующие:

- человек не считает зазорным делать кучу маленьких одолжений. Тут «стрельнул» заварки, там сахару, у Сидорова разжился сигареткой, у Петрова печеньицем угостился. Мог бы, конечно, и три локтя туалетной бумаги у кого-нибудь попросить, но почему-то остановился. Причем это не разовая акция «подайте кто сколько может, нас обокрали», это устоявшаяся жизненная философия. Причем «стрелок» понимает, что его «пощипывания» не вызывают человеколюбия, но обезоруживает «челобуряческим голосом», детским надуванием губ: «Ты на меня будешь ругаться, но я у тебя еще попрошу». И вы вспоминаете о хороших манерах: «Да брось ты, бери, конечно».

- индивид постоянно перехватывает в долг. Не потому что бедствует, а потому, что не умеет планировать бюджет. Допустим, барышня получила наличность, зашла в ближайший торговый центр и тут же спустила на «сил нет какую прелесть». Не спорим, по молодости лет (да и не по молодости) с каждым бывает. Однако когда это становится закономерностью, а к вам постоянно обращаются за «вспомоществованием», порядком раздражает.

- взяв взаимно, человек не торопится возвращать. Причем пообещал: «Верну при первой возможности». И почему-то эта возможность никак не наступает, хотя вы в курсе, что у заемщика были серьезные денежные поступления. В разговоре предпочитает этой темы не касаться.

- должник «кормит завтраками». То есть обнадёживающе

хлопает по плечу, мол, «старичок, я все помню, но понимаешь какое дело...» Диапазон дел разнообразен: кто-то из родни заболел, нужны деньги на ремонт машины, непредвиденные расходы. Вроде бы причина уважительная, и вы корите себя за то, что плохо подумали о человеке

● ситуация аналогичная вышеизложенной, только должник даже не утруждается оправданиями. Он просто говорит: «Сейчас не могу отдать. У тебя же не «горит»? И вы опять чувствуете себя идиотом: вроде бы не «горит», человек признает факт долга. Но почему-то обидно, в голову настойчиво лезет про «отдаешь руками, забираешь ногами»

● классика жанра: на дни рождения и прочие события, куда неприлично заявляться с пустыми руками, этот индивид приходит пустой, но с присказкой: «Подарок за мной». Уж сколько отпраздновали дат, а подарка так никто и не дождался

● финансовая неряха легко вычисляется по фразе «Я тебе потом отдам». Предшествовать ей может многое: в кафе подруга просит купить ей блюдо, расплатиться в магазине и т. д. Святая заповедь «нет денег – сиди дома» ей не приходит в голову. А вы вечно тратите больше, чем зарабатываете

● еще одна фраза из их репертуара: «Я хочу, но у меня нет денег». Произносится в расчете на продолжение из ваших уст: «Да не заморачивайся, мы заплатим». Вроде бы все понятно, мы же друзья, какие могут быть счеты? Могут – это раз. Настоящие друзья не поставят вас в такое положение либо найдут средства, либо безапелляционно откажутся – два

● насторожитесь, если новый знакомый нарезает вокруг вас круги, лезет с задумчивыми разговорами, которые – вот совпадение! – крутятся вокруг его финансовых проблем. То денег детишкам на молочнишко не хватает, то срочно нужны на... мало ли на что. Если вы из числа тугодумов и не расплачиваете кошелек, он прямо просит в долг. То, что вы знакомы всего неделю, его не смущает

● а вот это уже настоящее свинство, знакомое многим. Подруга просит вас оформить кредит на себя, деньги отдать ей, а отдавать якобы будет она. Почему не может оформить на себя? У нее официальная зарплата крошечная, с документами какая-то засада, и вообще ей не дадут, у нее уже пара висит. Но деньги позарез нужны, вы же подруги... Куда потом девается эта дружба, вопрос непростой. Вот только обманутые в лучших чувствах дураки, расплачивающихся по чужим обязательствам, хоть пруд пруди.



\*\*\*  
«Если друг отказался дать вам взаймы 50 долларов, безотказно, он знает вас особенно близко».  
Литератор Лорен Питер

Если вы, столкнувшись с чьей-то денежной безалаберностью, машете рукой, мол, такой человек уродился, не переделаете, можете дальше не читать. А мы попытаемся объяснить, почему чужая финансовая неряшливость вызывает бурю протеста. Заметьте, обоснованного.

Во-первых, раздражает легкость вечного должника. Вы почему-то впрягаетесь по полной, считаете обязательным откладывать на черный день, а кто-то порхает пташкой божией. И почему именно вам, ответственным и

звешенным в траты, приходится тянуть их на финансовом буксире?

Во-вторых, раздражает дерзость должника, граничащая с откровенной наглостью. Когда человек говорит: «Я сегодня все потратил, в зарплату отдам тебе долг», хочется... много чего сделать. Потому что должник не подумал о ваших нуждах; что вы рассчитывали возвращенный долг потратить на свои проблемы, а теперь придется менять сценарий, перехватывать у знакомых или, не дай бог, отказывать себе в чем-то. Ну не дивно ли: из-за своих же денег отказывать себе в желаниях? Забавнее только другая ситуация: когда вы настаиваете на возврате долга, а должник спрашивает: «Тебе срочно нужно? А на что ты хотела потратить?» Описывать вашу реакцию не имеет смысла, все равно вырежет цензура.

В-третьих, тех, кого постоянно можно «донять», называют Аким-простота и обидным словом «лох». По какому, собственно, праву?..

В-четвертых, зачастую о займе нужно напоминать. А для 99% населения это мука смертная. То есть за свои же деньги получаем душевный дискомфорт.

Кроме того, к «стрелкам» и одалживателям во всем мире негативное отношение. Ну не могут же люди массово заблуждаться на протяжении столетий лет?!

Наконец, финансовые вопросы портят отношения. Доказано. Проверено.

\*\*\*

«О том, кто отказал одолжить деньги, думать плохо, но о том, кто взятку не возвращает, думать плохо каждый день».

Автор просоктов Гарун Агацарский

Чтобы не попадать в число жертв денежных просителей, нужна «сухая малость» – не давать в долг. Но порой это непосильная задача. «Не могу отказать, мы же подруги», «Просит так настойчиво!», «Мне неудобно, человек знает, что у меня есть», «Я как под гипнозом» – каких только объяснений собственной беспомощности не услышишь! Ну-с, предлагаем варианты ответов:

- «Ох, черт! А я как раз у тебя собиралась перекачаться!»
- «Без обид, но не могу. Каждая копейка на счету. Попробуй обратиться к кому-нибудь из коллег»
- «В долг не беру и не даю. Принцип»
- «Послушай, я помочь не смогу. Может, экспресс-кредит оформишь?»
- «Ой, у нас министр по финансам муж. Мне выдается только на проезд и на обед. Я ведь транжира! Так что извини».

Да, придется соврать. Не исключено, что на вас обидятся. Может быть даже, отношения станут прохладнее. Но все это меркнет по сравнению с одним преимуществом: вы останетесь при своих деньгах и спокойствии.

Сложнее бороться с «мелкими мадоннами», неудобно гвоздить к плазменному столбу за сухарик с изюмом (вообще-то человек уже вторую пачку доедает). Есть проверенный способ – «взять один и в темноте». Убедите из зоны видимости и досягаемости все, что может привлечь внимание «стрелка». Для перекуса берите небольшую порцию, делайте лицо «тыпкой», если рискнет попросить – «у меня больше нет». В системе отказов главное их регулярность. И обуздывать приступы совестиливости: вы не жадничаете, вы воспитываете в человеке хорошие манеры. Для его же блага. Причем безвозмездно.

Анна МЕНЬШИКОВА.



# Вальс «Цветов»

## Relax, Baby

Во-первых, с утра заставить женщин работать можно только прямой угрозой: шеф заскочил с разъяренным лицом; премии лишат, если застанут в курилке; от перепоя чая или избытка сигарет испортится цвет лица. На работу в основном они приходят общаться. В принципе неудивительно, женщины — социальные существа, это мужики индивидуалисты. Утром надо сначала обсудить просмотренные программы, начать вкалывать без сбора мнений — плохой Фен-Шуй. Частно? Мне хотелось застрелиться, услышав, что кто-то еще всецело относится к телепрограммам. Если передачу по каким-то причинам не смотрели, полагаются общаться «по интересам», о наблюдавшем, по душам». Короче, трепать языками. Уважаю. Грешно: полупроснувшись

«мордой в пашню» утыкаться. Негуманно. И я уже говорил про «плохой Фен-Шуй»?

## «Это происки оппозиции»

Напившись чаю в объёмах, создающих угрозу истощения запасов пресной воды, дамы гуском идут на рабочие места. И работают. По крайней мере сосредоточенно сопяют. Но чу! Прилетела тревожная весть. И барышни вновь решают, как спасти мир, или что Смирнова — юбиляр! в непозволительном платье/старая дура. Тревожный переключ случается раз десять на день. Неудивительно, что при таком мозговом штурме результаты работы весьма скромные. И тут начинаются уже поиски виноватых. Ну или хотя бы оправдание неважных показателей. Как вариант — «А что, вкалывать здесь

до седьмого пота? За эти деньги? Ха!» На такое могут решиться либо безумные, либо скандалистки, либо те, у кого за спинами богатые мужья. Тогда вариант второй: «Ну мы же женщины!» Мой бедный босс (мужик, отвечаю!) натер лысину до блеска, пытаясь найти ответ, что же это значит. Объяснение дала бухгалтер Растратова: «Состояние я все равно здесь не сделаю, так? Вкалывают до изнеможения только бизнесмены. Но что у них за жизнь, боже мой! У них нет мужа, детей и — горе какое! — даже кошки или хомьяка Розенфельда. Это не женщины, это... холодные машины!» Иногда вместо машин почему-то приводятся литературные, но обидное слово из четырех букв.

То, что заодно у этих «машин» раза в три (миллиона) больше возможностей, при этом меньше поводов для головной

боли, бухгалтеру Растратовой почему-то не приходило в голову. За что была несколько понижена в должности до «бывшего бухгалтера».

Вообще уважаю такую точку зрения Растратовой. Никто не любит сильных и успешных. А за что их любить? Даже хомьяка Розенфельда не сподобились завести, бездушные.

## «Надо узнать, что за человек»

Как только в коллектив попадает новый человек, все вдруг становится богомолами и микрируют под веточку. Сосредоточенно смотрят в ведомости, мониторы, особо одаренные даже очки надевают. Создается мизансцена: «У нас тут работают, а не ерундой занимаются». Новенькая цепенеет и даже в туалет выходит на цыпочках, лето сожалея, что не умеет телепортироваться или хотя бы временно распадаться на атомы. Старожилы идут на такие жертвы, что даже сокращают потребление количества чая. Едва контакт налажен, прихожанку обучают искусству виртуозно бить баклуши. Я за такой подход. Курс молодого бойца еще никто не отменял.

## «О, мужчикка!»

Новый пришелец сильного пола воспринимается абсолютно всеми с интересом, но тщательно скрываемым. Стоит ему обратиться к кому-нибудь из барышень-коллег о любом вопросе, она замирает с мыслью: «Он на меня запал!» Обделенные вниманием мысленно шлют ему карающие лучи: «Вот гад! С первого дня клинью бьет. Блудить пришел, а не работать». Если же поочередно обращаться ко всем, коллектив расслабляется и выдыхает.

Женат или нет — узнается в первый же день всеми способами вплоть

до подкупа отдела кадров. Если же новый пришелец как две капли похож на Усаму Бен Ладена, никто и не почесывает. Ну, подумаешь, смуглый и волосатость повышена. Все равно симпатяга.

### Копать. Не копать

У единственного мужчины в «цветнике» строго определенных функций и их примерные последствия:

- быть предметом повышенного интереса. Даже если он стар, лыс и носит костюм, который и моль отказывается есть ввиду ветхости

- приносить огромные бутылки для кулера (боже, сколько раз я занимался этим сизифовым трудом). Кулеры выпиваются с быстротой «изможденная рота солдат в пустыне»

- открывать шампанское на корпоративах

- притворяться мертвым или невидимым, когда родная вotchина принимается обсуждать колготки/тапак-о-мужчин

- делать комплименты коллегам. Если делает, то признается латентным бабником. Наделается ярлыком «И это при живой-то жене!»

- он может не делать комплименты. Признается козлом/импотентом/букой.

- 23 февраля обязательно услышит, как его любят и ценят, что его вклад в общее дело не оценен. Даже если коллеги всерьез обсуждали покупку цинциды для ликвидации этого идиота

- 8 Марта он обязан сказать, что всех любит, что мечтал о таком коллективе, ему завидуют все, даже те, что альтернативной ориентации или умер еще до Второй мировой. Говорить полагается максимально искренне, со слезой во взоре и мхатовскими паузами. Потом чуть не

умереть на ковчеге по открыванию шампанского. И радоваться, поздравлять и опять клясться в любви и верности до гроба. Даже если перед этим две ночи подряд рыл ямы, «чтобы эти пьяные дуры на обратном пути в них попадали»

- когда все-таки спросят его мнения о жизненной ситуации, «почему этот... (чей-то муж) так повел себя», не надо говорить. Подчиняй-

вом удобном несчастном случае

- мужчина может быть не очень сильным специалистом. Награждается ярлыком «И как его сюда вообще взяли? Не иначе, родственник чей-то»

- когда в коллективе, где до сих пор обитал один мужчина, появляется второй, барышни потирают руки. И задаются вопросом: «Кто кого». В циничных дамских коалициях не исключены

половинкой. Знаяшь, там был зеленанький, но я взяла травяной оттенок». Если бы он только такое сказал! Я бы дал ему в глаз и долго оплакивал потерю друга.

Все это не распространяется на священных людей профессии сисадмин. По определению признается, что от этого «бородатого» ничего не добьешься. Умекют же люди себя поставит!

### «А дома жена сидит у окна»

Я был уверен, что моя Светка — из другого теста. Придет на работу — и работать, работать! Спросил: «Солнышко, а что ты делаешь первым делом, когда приходишь на работу?» Ненаглядная повела плечиком: «Естественно, чай пью и с девочками некоторое время болтаем». Аут, предательство в родных рядах. По другим пунктам даже не устраивал экзаменовку.

А Светкины подружки исподволь интересовались, не угрожает ли мое соиздание «в кругу дев собой прекрасных» нашему семейному счастью. Ненаглядная растерялась: «Да вроде там одни гримзы». Я пришел на помощь: «Когда ранее желанное становится доступным, даже не просто доступным, а практически навязанным и открывается изнутри — желание обрубает». К тому же работа как процесс исключает любую изысканность, возвышенность, сидение на облачке и болтание ножками.

Но завтра к родному коллективу побегу припрыжку: у бухгалтера день рождения, и там точно будут фирменные пирожки Тамары Федотовны. М-м-м, даже думать щекотно... В общем, это единственное, что отвлекает мои мысли от семьи.

Макс ПОЖАРСКИЙ



Не надо пытаться угадывать, зачем девушки демонстрируют друг другу покупки вплоть до обычных колготок или рядовой футболки. У них традиция: одна показывает, вторая хвалит.

тесь силе, солидарность исключена. Осуждайте его, сурово сдвиньте брови и скажите веско: «Да что ему, морду набить?» Долго играйте желваками, трясите головой и крутите костяшками пальцев. Все, вас зауважали

- если кто-то из коллег получил от шефа взыбку и плачет, полагается угостить шоколадкой и ласково, как Ленин с детьми, сказать: «Ну разве можно забивать такую красивую головку глупостями». Ругать шефа строго запрещено! Шеф сдадут как сообщника. Они такие

- мужчина может быть классным специалистом, начальником и строгим. Становится либо предметом восхищения, либо кандидатом на забивание камнями при пер-

даже денежные пари

- нужно делать вид, будто не ищете вариант работы среди «однополчан». Самое страшное: милые феечки уверены, что вы не из крайних обстоятельств пришли работать к ним. Вас влекли исключительно перспективы карьерного роста и обилие красивых женщин

- не надо пытаться угадывать, зачем девушки демонстрируют друг другу покупки вплоть до обычных колготок или рядовой футболки. У них традиция: одна показывает, вторая хвалит. При этом следует подробный пересказ, где куплено, почему и какой ценой. Если бы друг Серега заявил: «Зацени галстучек! В «Галстуках» брал, там сейчас акция, три галстука по цене двух с

# Перспективная красавица



**Светлану Ходченкову называют Элиной Быстрицкой XXI века. Она молода, красива и современна. Не стесняется ругать сериалы, в которых снялась, и возмущается несправедливостью сегодняшнего кинобизнеса. Не питает никаких иллюзий на свой счет — относится к себе, как к человеку, который просто выполняет свою работу...**

Юная Света Ходченкова вовсе не мечтала о карьере актрисы. Все ее детство прошло в подмосковном поселке Железнодорожный. Девочка собиралась стать врачом, а когда немного подросла, даже решила, каким именно — хирургом. Но ближе к выпускным экзаменам Светлана осознала, что эта профессия ей не подходит. В школе она не любила ни биологию, ни химию. К тому же Света панически боялась крови. Какой уж тут хирург?

Окончив школу, Светлана поступила в институт мировой экономики. Почему именно туда, она до сих пор не понимает. Просто заодно с друзьями сдала экзамены и неожиданно для себя поступила. Но проучилась там недолго — недотянула и до первой сессии. Экономика оказалась ей довольно скучной, и девушка институт бросила. Бросила, чтобы поступить в другой экономический вуз. Довольно странный поступок актриса объясняет просто: она пошла на другой факультет — связанный с рекламой. Ей казалось, здесь-то все будет гораздо интереснее, больше связано с творчеством. Но оказалось, что и здесь ее ждали только цифры... Красивая статная девушка еще с 15 лет сотрудничала с модель-

ным агентством, ездила за границу. Она вспоминает: «Помню, на первые заработанные деньги купила домашний телефонный номер, ну и аппарат, конечно (смеется). Мы были бесконечно счастливы, чуть ли не целовали шнуры и кнопки от радости. Тогда как раз появились, так называемые, коммерческие номера. А до этого момента мы даже представить не могли, что когда-нибудь у нас будет собственный телефон». Но у каждой медали есть две стороны, и модельный бизнес не исключение. «Все нечестно, грязно, подло и бесчеловечно», — вспоминает она. — Там могут выжить только сильные девочки или у кого есть сильный покровитель. А большинство сдаются банкирам и прочим богатым мужчинам и как бедненькие овечки на все соглашаются». К тому же Светлана не считает работу моделью серьезным занятием. Год-другой, а дальше что? Все-таки в жизни нужна серьезная профессия...

## Правильный выбор

Решение стать актрисой пришло к Светлане неожиданно. За год до этого, работая в модельном агентстве, Светлана как-то написала в анкете в

графе «место учебы» — «первый курс Щукинского театрального училища». Теперь же, выбирая театральный вуз, она действительно остановила свой выбор на Щукинском училище.

Первоначально она записалась на двухмесячные курсы при Щукинском училище. Маме говорить ничего не стала, ей казалось, что в театральный поступить без блата практически невозможно. А в результате из всей группы в «Щуку» приняли ее одну!

Удача улыбнулась Светлане Ходченковой уже на первом курсе. На нее обратил внимание сам Станислав Говорухин. Знаменитый режиссер пригласил ее на пробы к фильму «Благословите женщину». Светлане предстояло сыграть главную героиню картины — Веру. Пробы прошли успешно. Говорухин, едва увидев девушку в образе роскошной русской красавицы, сразу же понял: это она! Лыняные косы ниже пояса, настоящая русская стать. Выбор был сделан.

Роль оказалась непростой, ведь актрисе необходимо было сыграть свою героиню в возрасте от 18 и до 45 лет. Естественно, свою руку к созданию образа приложили гримеры, — на грим уходило не меньше часа. Но главное — передать внутреннее мироощущение человека. В работе над образом Светлане немало помогла ее мама, подсаживая, как в той или иной ситуации поступила бы она сама.

Нельзя обойти вниманием и один небольшой, весьма запомнившийся зрителям эпизод — купание обнаженной в реке. Первоначально планировалось, что Светлана будет плавать в купальнике, но затем Говорухин изменил свое решение. О том, что с режиссером можно спорить, Светлана Ходченкова в ту пору и не думала. Сегодня же актриса категорически отказывается от подобных предложений.

Фильм «Благословите женщину» стал для начинающей актрисы замечательным трамплином. О ней заговорили зрители и специалисты, ее стали приглашать другие режиссеры. На съемках одного из фильмов решилась и личная жизнь Светланы.

## Любовь на съемочной площадке

Со своим будущим мужем Владимиром Ягличем Светлана познакомилась в Щукинском училище, где они вместе учились, — Владимир на курс старше. Светлана сразу обратила внимание на обаятельного студента. Но до романа было еще далеко.



В 2003 году Светлану Ходченкову утвердили на роль в сериале «Тихий московский дворик». Каково же было ее удивление, когда она узнала, что на роль ее мужья утвержден не кто иной, как Владимир Яглыч, к которому девушка была, мягко говоря, неравнодушна.



Светлана с бывшим мужем Владимиром Яглычем.

Ответные чувства бушевали и в душе Владимира.

Оказалось, играть любовь двум влюбленным друг в друга молодым людям не так-то просто. Вот что рассказывает Светлана: «Что творилось на самих съемках, до сих пор не могу забыть! В одной сцене нам надо было сыграть безумную страсть. Будете смеяться, но этот эпизод мы снимали бесчисленное количество раз — настолько сильно нас переполняли настоящие эмоции. Причем я чувствовала, что с Володей творится то же самое. Но внешне мы продолжали делать вид, будто равнодушны друг к другу».

После съемок молодые люди не стали форсировать развитие отношений и продолжали присматриваться друг к другу. Вскоре судьба вновь свела их вместе на съемках фильма «Карусель».

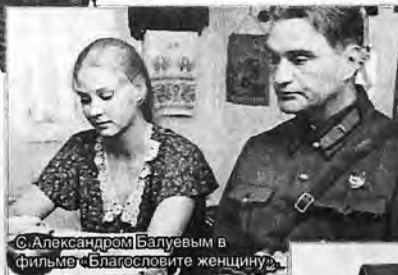
Светлана и Владимир неторопливо, шаг за шагом и ближе подошли к созданию семьи. Цветы, кафе, красивое ухаживание со стороны Владимира. Официально зарегистрировать свои отношения молодые решили в декабре 2005 года.

## Признание и успех

В том же 2005 году Светлана окончила Щукинское училище. К этому времени она уже активно снималась в кино, и за что, собственно говоря, даже не успела вовремя сдать

выпускные экзамены. Только в 2005 году она снялась сразу в нескольких картинах: в «Охотниках за иконами» она сыграла девушку-старовверку, которая живет с родителями в глухой тайге, а в 12-серийном фильме «Риелтор» режиссера Александра Хвана Светлана появилась в образе современной Ассолы, которая ждет своего принца. Кроме того, Ходченкова сыграла главные роли в фильме Станислава Говорухина «Не хлебом единым» и в сериале «Талисман любви».

В отношении «Талисмана любви» мнения друзей Светланы разделились. Кто-то считал, что актрисе не стоит разбрасываться на «мыло», что это все несерьезно. Другие же говорили: «Правильно, работай, это профессия, карьера, да и финансовая независимость, безусловно». Как бы то ни было, но сериал, где Светлана сыграла роль медиума Кассан-



С Александром Балуевым в фильме «Благословите женщину».

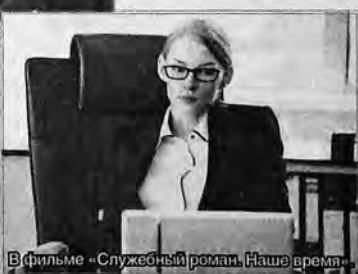
дры, безусловно добавил ей популярности. Что же касается несерьезности, то это как раз можно поставить под сомнение. Во всяком случае к созданию образа Ходченкова подошла со всей серьезностью: накупила различной литературы о загробном мире, потусторонних связях, самозачатие. «Как стать медиумом». Но в целом о своей работе в этом фильме актриса отзывается холодно: «Недаром «Амедия» находится на заводе. Это фабрика, это штамповка для всех. Роль Кассандры оцениваю со знаком минус. И больше не хочу играть в таких сериалах. Я и отказалась от второй части «Талисмана любви». Ни за какие деньги! Помню творческой стороны, там можно урвать здоровье, а для хорошего артиста, я считаю, такие съемки вообще бессмыслица».

Среди последних работ актрисы: Алина в остроумной мелодраме «Нулевой километр», Настя в романтических комедиях «Любовь в большом городе» и «Любовь в большом городе-2», а также легендарная Людмила Прокофьевна Калугина в фильме «Служебный роман. Наше время». В одном из интервью Светлана так отзывалась о своей роли в ремейке комедии Эльдыра Рязанова: «У меня нет такой цели — обязательно показать фильм Фрейндлих и услышать ее мнение. Понравится — буду рада. Не понравится — ну что ж. Понятно, что нас будут сравнивать, но надо не забывать, что мы играли в разных фильмах».

## Неожиданные перемены

Еще в прошлом году 28-летняя актриса и подумать не могла о новых отношениях. Светлана упорно доказывала всем, что в их с Владимиром Яглычем семье царит полная гармония, а о разводе не может быть и речи. Но, прожив вместе чуть больше четырех лет, супруги расстались.

Совсем недавно Светлана появилась на публике с новым возлюбленным. О нем известно немного. Зовут Георгий, и он младше Светланы на три года. Впрочем, это не помешало парню добиться благосклонности Ходченковой. В свои 25 Георгий занимает пост управляющего партнера



В фильме «Служебный роман. Наше время».

компании, производящей наружную рекламу.

О новом романе Ходченкова пока не распространяется. «Я пока не хочу говорить на эту тему», — сказала она журналистам. — Я была на премьере «Служебного романа» со своим молодым человеком, вы сами все видели. То, что за кадром, — это моя личная жизнь».

Подготовила  
Алена ВОЛКОВА



– Бабушка, ну давай я тебе хоть за хлебом схожу!  
– Не надо мне ваших подачек, сама справлюсь...

## Великая нехочуха

Вот так всегда. Бабуля ведет себя будто мы ей не родня, а седьмая вода на киселе и вороги лютые. Придешь к ней в гости с тортом и букетом и слышишь «слова благодарности»: «Ну зачем потратилась? Поди, сама еще не зарабатываешь. С матери, небось, тянешь!..»

Ах, ну почему бабушка игнорирует то, что мне давно 23 года, за плечами институт, а впереди, надеюсь, светлое будущее, которое обеспечат и любимый мужчина, и приличная работа. И давно я не девочка, которая кланится на морозе к маме...

Привычно не обращаю внимания на бабкины колкости, захожу на старенькую кухнюшку, не помнящую ремонта с момента строительства. Сколотые椅子 с характерным налетом. Эта мутная пленка – свидетельство бесприютности, безразличной женской руки. Грохочу жестяной чайник на конфорку, мою посуду и нарезаю лакомство. Ничего, нас голыми руками не возьмешь. Еще поглядим, кто кого переупрямит.

Сухонькая мышка-старушка нарочно опаздывает к столу, когда я зову. Но все же, пусть и недоверчиво, берет чашку, кусок и ест. Самое главное – ей не выдать своего удовольствия, а мне – радости из-за своей победы.

– Зачем пришла, писа?

– Ба, я пришла, потому что родные люди иногда ходят друг к другу в гости, говорят добрые слова, заботятся. Мама тебе передавала привет, папа велел кланяться. Спрашивают, как ты себя чувствуешь. Может, нужно чего. Давай, что ли, ремонт сделаем, вон гардина в спальне того и гляди рухнет на голову. Давай я хотя бы окна помою...

– Я сама! Не хочу быть обузой! Вот ведь дура старая, ей-богу. Оторопь берет от картины, когда 70-летний божий одуванчик карабкается на подоконник. Кому нужна эта самостоятельность? А люди что о нас скажут, мол, вообще старуху в черном теле держат. И как нам жить, если, не дай бог, что случится.

Психую, нервно кусая торт и обжигаясь чаем. Окончательная победа осталась за бабкой.

А мы с матерью вот что придумали. Выманить строителя из квартиры и тайком помыть окна. А то стыдно перед соседями.

Бабка упрямо не соглашалась покидать свою юдоль скорби и печали, мать давила на жалость и просила, чтобы ее сопроводили в больницу. Что отец на даче, Юлька (это я) якобы уехала в командировку... А я схватила дубликат

ключей и была такова, едва наша «гранд»-дама в шляпке вышла из дома. Судя по сурово поджатым губам, маму ждало удовольствие ниже среднего.

...Всегда в ее квартире я ощущаю запах времени. Конечно, пахнет застарелой пылью, подшивками газет и прочим барахлом, с которым пожилые люди так неохотно расстаются. Домовое окно (боже, вот ведь казнь египетская мыть высоченное и напрочь тухлявое окно), я решила так. «Преступление» все равно очевидно, а коль так, можно и пыль в серванте протереть. Если буду застигнута врасплох, семь бед – один ответ.

Читать чужие письма, конечно, плохо. Но кто устоит от соблазна, держа в руках связку ветхих до хрупкости конвертов? Не знала, что бабуля вела с кем-то переписку.

«Моя сильная женщина! Ты должна понять, что я не свободен. На развешенные препятствия для нашей любви? Мы не можем быть вместе, но...»

Ах вот что досталось мне в руки!.. Та история, о которой бабушка строго-настроено запретила спрашивать. Кто мой дедушка. «Родила для себя мамку твою, и весь сказ, а ты не любопытничай» – этим ответом бабушка очень обижала. Да бог с тобой, не хочешь – и не надо. У меня папка есть. И мама. После чего дежурно показывался дерзкий язык. Причем обеими сторонами диалога.

Да, надо было положить все на место и забыть. Но ведь это моя история?

«Я не могу баловать тебя бытанием. Ты узнала и понимаешь, что интрижка может стоить мне карьеры. А у меня семья, сын, статус и большие перспективы...»

Хм. Такие вещи способен написать желанной женщине или самозаблуденный светский лев, или самый что ни на есть болван. Но бабушка не могла полюбить болвана, не того полета птица. Значит, обычная для тех времен ситуация – служебный роман. Она молодая и доверчивая, а он... свое мужское дело знал.

*«На мере возможности я буду помогать нашей девочке. Будь былайсына, малышка должна быть здоровенькой, умничкой. А знать, кто я, ей пока не надо».*

Чем больше я читала жестокие строки, где одна все время должна, а другой не берет на себя никаких обязательств, тем понятнее, отчего наша бабуля такая бука. Она любила и верила, а он внушал, что она должна быть сильной и никому ничем не обязанной, никогда ничего не просить.

**В** картонной коробке нашлась вторая пачка писем. Боюсь, я догадывалась, кто отправитель и адресат.

*«Я ни в чем тебя не обвиняю. Ты волея поступать как заблагорассудится. На опэты произнесу эти слова. Любля, люблю и буду любить. Ты говори, что от любви не умирают. Да, умирают от нелюбви. Наверное, для тебя меня не стало».*

Я задумчиво гладила наивный вензель в конце листа. Всего один вопрос: она попросила вернуть письма или он сам возвратил «следы бывлой страсти»? Ведь при одном раскладе мой дед мог бы сохранить лицо, подававшись порыву обиженной женщины. А вот если он сам избавился от более ненужных и неважных вещей, коланкор выходит совсем иной....

**Я** спрятала письма в сервант. Главное, чтобы бабушка не заметила недавних слез. Почему она больше не вышла замуж? А как тут выдеше, если всю тебя от макушки до пяточек наполняет обида? Ты любишь, идешь на рождение незаконного ребенка, которого все детство дразнили безотцовщиной. Ты ждешь только звонка своего ненаглядного, его любой весточки, торопливного холодного поцелуя. А в ответ получаешь фразу: «Можешь рассчитывать только на себя».

В старой вазочке лежат простенькие серебряные сережки и колечко. Ее единственные украшения. Но бабуля не любила наряжаться, была равнодушна к украшениям. Живая женщина может так к себе относиться?

**В** замке поворот ключа, но я не боюсь. Добро пожаловать, возможно, самая несчастная из женщин. Я знаю твою тайну, но не предаю.

- Вот, лиса, так и знала, что ободурит! Чего пришла? - обрушиваясь она с ходу.

- Я пришла помочь, пришла сказать, что скучаю и хочу дружить с тобой. Пить чай и вести беседы, ходить за хлебом, звонить по вечерам. Ты нужна мне, а я нужна тебе...

И впервые ответом было молчание.

**О** казывается, у бабули есть и крахмальные скатерти, и фарфоровые чашки.

Но чай с травками потом, сначала купание. Бабка конфузливо попросила помочь ей принять ванну, ее артритные руки не могут держать мочалку и мыло. Я намыливаю тонкое, почти птичье тельце, закусываю губу, чтобы не завывать, когда нежно протираю тонкие ключицы и прозрачные запястья. Набираю в ладошку шампунь, аккуратно массирую ее волосы. Жидкая косица повисает мышиным хвостиком, а бабуля лежит в теплой воде и едва не мурлычет от блаженства. Господи, разве был смысл лишать себя такой простой, но приятной малости?...

Ей приятно быть маленькой. В кои-то веки, впервые в жизни. Накручиваю ей турбан из полотенца, плотнее запахиваю старенький маховый халатик. Ну теперь на кухню, чай распивать да разговоры вести....

- А я на машинке все тюк да тюк, словно и не вижу, что он навис надо мной, - смеется моя кокетка. - Я то сначала себя строго с ним держала, не подпускала. Да только разве удержишь оборону, когда сама по уши втрескалась? А он под Новый год коробку шоколада австрийского положил мне на стол, в глаза посмотрел и сказал: «Вы сами все понимаете. Если вам безразличны мои чувства, вы дадите знать...»

Она задумывается, зависает на пару минут с чашкой, потом сурово признается:

- Чего там. Сама и пришла. Через час. Коробку к груди прижимаю, а сама в три ручья реву... Люблю, говорю, давно и сильно... Вот так, девонька, они нас. Без боя, без цветов и дузлей. Сказал несколько слов, я и сама в плен сдаюсь. Ты

уж себя блюди, с бабки своей непутевой пример не бери. Хотя, лисонька моя, полюбишь, так и не держи себя. Ради чего жить-то еще?

Я вскакиваю к плите, чтобы не заплакать на глазах у мовой суровой нежной бабушки. А в спину звучит просьба:

- Лисонька, ты почтешь мне его письмо? Только одно, самое хорошее. А то я сослепу уж и букв не разбираю.

**Т** оржественная и сияющая, словно невеста, бабуля лежит в постели, откинувшись на подушку. На ней новая сорочка (не иначе, специально для такого случая), волосы пахнут ландышем и мягко уложены....

*«Моя золотая девочка! Все, что есть у меня, - это ты. Я не знаю, как дальше сложится, а ничего не могу и не хочу обещать, чтобы не обманывать. Но со мной творится что-то необъяснимое, чувствую себя малышкой! Иду на работу, а мне нету хочется - ты там! Сегодня еще один день, в котором есть ты! Родная моя, ты говорила, что потерпела любовь. Пожалуйста, не ищи ее и не ставь на место. Позволь насладиться этой негальной радостью, моя сильная гордая девочка. Ты меня никогда ни а чем не простишь, а я боюсь, даже можно - побудь со мной еще...»*

Наталья ГРЕБНЕВА.



*Столь поэтическое название Люксембурга получило не случайно: согласитесь, никого не оставят равнодушным зеленые массивы лесов и живописные долины, исчерченные руслами рек, на берегах которых расположились деревушки, словно сошедшие со страниц волшебных сказок...*

### Предания старины

Было бы naïвно предполагать, что из года в год толпы туристов стекаются в Люксембург только полюбоваться природой. Вовсе нет. Эта страна, название которой не помещается практически ни на одной карте мира, по праву считается одним из древнейших европейских государств.

Основанный в 963 году одним из приближенных франкских королей графом Зигфридом и расположенный на перекрестке важных торговых путей в междуречье Мозеля и Мааса Люксембург считался важнейшей стратегической и экономической областью. Да и его умеренный климат, в котором нет места жестоким зимним морозам или палящему летнему солнцу, также привлекал к себе немало желающих поселиться в этом благодатном краю.

Поэтому неудивительно, что Люксембург, размещившийся между Францией, Германией и Бельгией, часто становился яблоком раздора между своими могущественными соседями, в результате «праний» которых свыше 20 раз был разрушен до основания.

Кто только не хозяйничал на плодородных люксембургских землях! Более пяти веков здесь квартировали древние римляне, на смену им пришли испанцы, под властью которых Люксембург находился почти два века, потом французы...

Долгое время страна переходила из рук в руки, пока на Ванском конгрессе 1814-1815 годов Люксембург не провозгласили независимым Великим герцогством, входящим в Германский союз. Окончательно его границы установили в 1839 году бельгийско-нидерландским договором, когда от герцогства к Бельгии отошла большая часть территории и Люксембург объявили «вечным нейтральным государством».

Сегодня Люксембург один из почетных членов Евросоюза. Да и как может быть иначе, ведь именно на его территории сосредоточены важнейшие международные организации и банковские центры. Ну а о том, что когда-то его земля служила

полем брани, напоминают многочисленные военные укрепления и романтические замки, крепости и монастыри, поглядывая на которые не упускает возможности ни один иностранец.

### Столичные штучки

Столица Люксембурга носит одно с ним название и располагается на юго-западе страны. Основанный на месте древней во-



Карнавал Fuesend

виной крепости город словно разделяется на два яруса. В нижнем сосредоточилась деловая жизнь столицы, а верхний, расположенный на обрывистом высоком плато, напоминает музей с экспонатами в натуральную величину. Древние здания правительственных учреждений, храмы и дворцы знатных особ, высеченные в скалах форты, казематы и подземные галереи лучше всего передают величавость и суровость времени, в которое создавались упомянутые строения... Узкие улочки, бегущие вдоль домов с черепичными крышами, кованые балконные решетки, горшки с цветами за окнами не только придают каждому дому своеобразный вид, но и делают уютными улицы города.

Не без гордости гиды показывают экскурсантам долину реки Петрюс, через которую перекинуто более 67 мостов и виадуков (это в несколько раз больше, чем в любой другой



# Зеленое сердце



Экстернах

европейской столице). Основания старинных мостов из тесаного камня утопают в яркой зелени листьев, а прозрачный воздух создает впечатление необыкновенной легкости конструкций. И, несомненно, экскурсоводы обратят ваше внимание на металлический мост, нависающий над 84-метровой бездной. Эту огромную конструкцию, по праву считающуюся самой длинной в Европе, романтики окрестили «прыжком оленя».

Люксембург — город небольшой, и вам не составит труда обойти его пешком или воспользоваться миниатюрной железной дорогой, чтобы насладиться красотами столицы, открывающимися из окна «петрюсского вагончика». Прогулка на покажется вам утомительной, ведь на центральной площади города хватает ресторанчиков, предлагающих меню на русском языке, а для отдыха во время прогулки в городе есть немало живописных местечек и тихих парков.

### Туристический рай

Каждый приехавший в Люксембург обязательно найдет время, чтобы посетить города, расположенные на севере этой удивительной страны: ведь в каждом из них вы можете выбрать подходящий вид отдыха.

Если вы любите пеших прогулок, добро пожаловать в курортный городок Мондорф.





## Гуляй, народ!

Но это не единственный праздник гостеприимной страны, и если вам повезет оказаться в Люксембурге в октябре, вы сможете поучаствовать в традиционном винном фестивале. В день, когда собрана последняя кисть винограда, по всей стране проходят карнавалы, шествия, конкурсы, выступления музыкантов и, конечно, дегустации: как же не отблагодарить природу, столь щедро да-

разработанная система пешеходных маршрутов позволит вам обойти весь город, минуя шумные автомагистрали.

Ну а если вы не представляете отдых без велосипеда, вы всегда сможете взять его напрокат. Эти двухколесные средства передвижения закреплены на специальных фиксаторах на любой улице города. Бросьте в щель монетку в один евро, возьмите отщелкнувшийся велосипед — и



вперед любоваться видами Мондорфа!

Искатели романтических приключений могут отправиться в Клерво или Эхтернах, или, так называемый, район малой Швейцарии, расположенный к западу от Эхтернаха, величественные замки с причудливыми садами и арками, окруженные лесными массивами и живописными ущельями, никого не оставят равнодушными. Между прочим восемь веков назад здесь жил единственный покровитель Люксембурга — святой Виллброрд, основавший в нем церковь и аббатство, у стен которых и вырос городок с населением в четыре тысячи человек.

Каждый год в седьмое воскресенье после Пасхи в Эхтернахе проходит карнавальное шествие в честь святого Виллброрда, мощи которого хранятся в мраморном саркофаге городской базилики.



рующую такое приятное вино! В одном из районов Schwebbsange власти включают фонтан, из которого вместо воды льется молодое вино, и любой желающий может наполнить им кружку и закусь свежеспеченным хлебом.

За неделю до великого поста люксембуржцы от души веселятся на карнавале Fueseld, которого с нетерпением ждут и дети, и взрослые. Да и неудивительно: когда еще можно перевоплотиться в сказочных персонажей, переодевшись в маскарадные костюмы. Чтобы стать участником праздника, достаточно нардыться, выйти на улицу... и присоединиться к бурному веселью горожан. Всевозможные конкурсы, дискотеки и развлекательные шоу поднимут настроение, а салют из конфет и поп-корна оставит приятное впечатление.

Такое же бурное веселье сопровождает католический праздник Октава, который проходит восемь дней с конца апреля по начало мая. Две августовские недели посвящаются празднику Шуберфюэр, что в переводе означает парад овец, когда по городским и деревенским улицам проводят разукрашенных яркими лентами животных. Ну а если ваш приезд придется на 13-е число первого месяца весны, вы станете участником другого не менее значимого для люксембуржцев праздника: фестиваля Bürgscondag, или фестиваль огня.

В этот день молодежь поднимается на самые высокие холмы и зажигает четыре костра, знаменующих победу юной весны над суровой зимой (чем вам не русская Масленица?).

Гуляния вокруг пылающих костров продолжаются до глубокой ночи, повсюду раздаются песни, шутки и веселый смех: наконец-то на смену холодам приходит долгожданное тепло! И, разумеется, этот праздник, как и любое действо, сопровождается игрой на музыкальных инструментах. Недаром горожане, подшучивая над собой, говорят: «Где один люксембуржец — там розовый сад, где два — там спор в кафе, а где три — там духовой оркестр».

## Замкнутые? Нет, сдержанные!

Вы удивитесь, но в Люксембурге проживают люди старшего и среднего возраста, а молодежь в большинстве своем уезжает из родного дома во Францию или Германию, где поступают в вузы и остаются навсегда. И это при всем при том, что в стране достаточно высокий уровень жизни и проблем с трудоустройством практически нет, а минимальная заработная плата составляет 1300 евро.

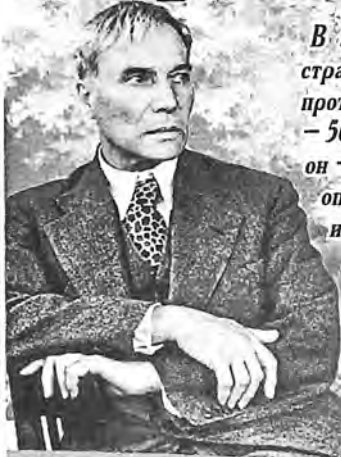
В трудовые будни люксембуржцы производят впечатление замкнутых людей, хотя на самом деле они общительны, вежливы и всегда готовы помочь попавшему в затруднительное положение туристу. Но чтобы понять их, незадачливому путешественнику нужно понимать немецкий или французский язык. Оба языка равноправны, обязательно изучаются в школах, и люксембуржцы владеют ими в совершенстве, однако сами предпочитают говорить на своем языке летцембургш, в основе которого лежит немецкий диалект со значительной примесью французских слов и выражений. Если захочется отведать блюда национальной кухни, вам подскажут, где можно насладиться вкусом знаменитой арденской ветчины или копченой свиной сосиски, отведать жареного жаркого по-люксембургски или клецки из телячьей печени и сырной кашпюль. В жаркие летние дни, когда так хочется легкой пищи, вас потянут раками и речной рыбой, к которой непременно добавят знаменитое белое мозельское вино, ставшее визитной карточкой Люксембурга.

Как путешественник, вы можете гулять где угодно, однако не забывайте: прогулки на чужой-либо территории, не говоря о фото и видеосъемке или оставлении на ночь, возможны лишь при согласии владельца или арендатора. При соблюдении этого не такого уж сложного условия каждый день вашего пребывания в Люксембурге наполнится приятными впечатлениями, которые оставят немало приятных воспоминаний о пребывании в этой удивительной стране.

Подготовила  
Ольга НАКОНЕЧНАЯ



# «Лара моего романа»



*В последние годы жизни Бориса Пастернака его страстной любовью была Ольга Ивинская, ставшая прототипом Лары в «Докторе Живаго». Ей было 34, ему — 56. Она — младший редактор журнала «Новый мир», он — известный поэт, чья писательская судьба давно определилась. Их встреча изменила жизнь обоих — и к великому счастью, и к великой печали...*



## Сказка наяву

Однажды Борис Пастернак пришел по своим делам в редакцию журнала «Новый мир», где Ольга Ивинская работала в отделе поэзии. Увидев его, она не сразу поверила своим глазам. Тот, кто был для нее божеством, вдруг спустился на землю. Он говорил ей о своих творческих планах, обещал подарить свои книги. Но главным для Ольги было то, как поэт смотрел на нее: «Это был требовательный, такой мужской взгляд, что ошибиться было невозможно: пришел человек, действительно необходимый мне...»

Начались почти ежедневные свидания. Они гуляли по Москве, он провожал ее до Потаповского переулка, где она жила, оба чувствовали себя безмерно счастливыми.

До знакомства с Пастернаком Ольга Ивинская, к слову сказать, отнюдь не была лишена внимания мужчин и романтических увлечений. Она дважды выходила замуж. От первого брака у нее родилась дочь Ирина, от второго — сын Дмитрий. Так что Ольгу никак нельзя было считать пуританкой. А Пастернаку и не нравились целомудренные женщины. Ему требовалось жалеть и опекать объект своей страсти; он хотел иметь дело непременно с оскорбленной, измученной женственностью. Открытая людям и судьбе, доверчивая — такой увидел Ольгу Пастернак, и к ней в ней полюбил.

Но важнее всего то, что она обожала стихи Пастернака, знала их наизусть и еще девочкой посещала вечера поэзии с участием своего кумира. Пастернак, тем не менее, привлекал ее и как мужчину. И хотя

Ольге казалось, что нос у него коротковат для столь длинного лица, ей нравились и его крепкая шея, и его медные губы, и волосы цвета вороньего крыла, тогда еще не поседевшие.

Однажды вечером он позвонил ей и сказал: «Я хочу, чтобы вы мне говорили «ты», потому что «вы» — уже ложь, это первое. А второе — я люблю тебя, и сейчас в этом вся моя жизнь».

## Борьба сердца с разумом

Между тем Пастернак не был свободным человеком. Уже 10 лет он был женат во второй раз на Зинаиде Николаевне, которую со скандалом увел от своего друга. И за эти годы никто из супругов не пожалел о своем выборе. Зинаида Николаевна с самого начала знала цену своему мужу и сделала все для того, чтобы он ни в чем не испытывал затруднений — ни в отношении творчества, ни в быту. Словом, она была не только любящей и заботливой женой, но и воплощением ответственности и самоотверженности. Пастернак всегда ценил эти качества в своей жене. Но именно в этот период страсть взяла верх, ибо перед женственностью Ольги поэту трудно было устоять. Впрочем, Борис Леонидович вскоре ясно осознал, во что влюблен Ольгу, будучи связанным семьей. Он даже предпринял попытку разорвать с ней отношения. Позднее она напишет: «Расставание было печальным: Б. П. говорил, что не имеет права на любовь, все хорошее теперь не для него, он человек долга, и я

не должна отвлекать его от проторенной колеи жизни и работы, но заботиться обо мне он будет всю жизнь».

Однако уже на следующий день после «расставания» в шесть часов утра в квартире Ивинской раздался звонок. За дверью стоял Борис Пастернак. Они молча обнялись. Именно тогда на своем стихотворном сборнике Борис написал: «Жизнь моя. Ангел мой, я крепко люблю тебя. 4 апр. 1947 г.»

Теперь их свидания стали постоянными. Однако Зинаида Николаевна не собиралась сдаваться. Когда заболел их сын Леонид, она у постели больного ребенка взяла с мужа клятву, что тот никогда больше не будет встречаться с Ивинской. В тот день Пастернак должен был увидеться с Ольгой, но... На встречу поехала его жена. Она холодно попросила Ивинскую прекратить преследовать ее мужа, заявив, что будет бороться за свою семью и свое счастье. Ольга в ответ говорила о том, что Пастернака давно тяготит супружество, а они любят друг друга. Но Зинаида Николаевна была непреклонна.

После случившегося их отношения все равно продолжались, хотя обоим было нелегко, особенно Ольге. Жизнь в двухкомнатной квартирке в Потаповском переулке с отцом, матерью, двумя детьми стала для нее настоящим испытанием. Мать сурово осуждала невозможный, немисланный, с ее точки зрения, роман дочери с женатым человеком, который к тому же был гораздо старше ее. Позднее в разговоре с одной знакомой Борис Пастернак скажет, что

«весь он, его любовь, его творчество, его душа принадлежат Ольшечке, а Зине остается «один декорум». И пусть он ей и остается, потому что должно что-то и у нее остаться».

До конца жизни Борис Леонидович так и не смог разрешить внутреннего, раздиравшего его на части конфликта: сделать выбор между женой и сыном — и Ольгой. По-своему он был предан жене, уважая и любя ее, но страсть к симпатичной, искрящейся какой-то особой силой и энергией Ольге умиротворенная так и не смогла.

## Первые испытания

В октябре 1949-го грянула беда — Ольгу арестовали. Причиной была ее связь с Пастернаком, которого абсурдно подозревали в контактах с английской разведкой. Положение усугубилось еще и тем, что Ивинская была на шестом месяце беременности, и, к несчастью, в камере предварительного заключения у нее случился выкидыш.

Ольгу отправили в Польшу, где она провела три с половиной года, изредка получая письма от Пастернака. По ее признанию, только ожидание этих писем помогло ей выжить там.

Страдал и Пастернак, и в первую очередь потому, что ничем не мог помочь любимой женщине. Он кормил себя: «Ее посадили из-за меня, как самого близкого мне человека, чтобы на мучительных допросах под угрозами добиться от нее достаточных оснований для моего судебного преследования. Его героизму и выдержке я обязан своею жизнью и тому, что меня в те годы не трогали».

Всё, что он мог сделать, — это не оставить в беде семью Ольги, когда после ареста над ее детьми, оставшимися с дедом и бабушкой, нависла угроза детского дома. Стариком все же удалось охоромить опеку над внуками, но настоящим опекуном для них был Пастернак. Именно он стал для семьи источником существования, первые годы — главным, а после смерти отца Ольги — единственным. Ирина Емельянова, дочь Ольги Ивинской, позднее писала, что именно благодаря Пастернаку в те годы у них были «и елки, и подарки, и новые книги, и театр». После возвращения Ольги Пастернак решил, что ее он никогда не оставит, но был уверен, что прежние отношения уже невозможны. Объяснял он это тем, что прошло много времени и оба многое пережили. А потому Ольга должна быть свободна от него и ни на что не рассчитывать, кроме преданности и верной дружбы. Но однажды он все-таки не выдержал, пришел к Ивинской и увидел, что она осталась почти такой, какой он увидел ее в первый раз. И роман возобновился с прежней силой. В 63 году Пастернак испытал новый всплеск страсти. Он даже объявил жене, что теперь будет жить там, где захочет. Хочет — у Ольги, хочет — дома. Зинаида Николаевна возражать не стала. Тогда у Пастернака и Ольги началась

тихая и умиротворенная жизнь, которая продолжалась пять лет. Пастернак заканчивал роман, Ивинская перебралась ближе к его дому, и каждый день принимала Бориса Леонидовича у себя в гостях.

## И вновь сгустились тучи

В октябре 1958 года Пастернаку была присуждена Нобелевская премия. Официально — «за выдающиеся достижения в современной лирической поэзии и на традиционном поприще великой русской поэзии». Поводом же послужила публикация в зарубежной прессе его романа «Доктор Живаго». Пастернак узнал о решении Нобелевского комитета 23 октября, когда получил телеграмму от секретаря фонда А. Эстерлинга. В тот же день Президиум ЦК КПСС принял постановление «О клеветни-



Ольга Ивинская и Пастернак.

ческим романе Б. Пастернака», в котором присуждение премии признавалось «враждебным по отношению к нашей стране актом и орудием международной реакции, направленным на разжигание холодной войны». Вскоре в газете «Правда» появилась статья, которая содержала двусмысленный абзац о том, что присуждение Нобелевской премии по физике было объективным, а по литературе — вызвано политическими соображениями... Всю антипастернаковскую пропаганду Ивинская в мемуарах позже определила одной хлесткой фразой, взятой из газет того времени: «Я Пастернака не читал, но...» И перечислит, как «чистые трактористы» и «начальники цехов» яростно клеймили Пастернака, по сути признавая в собственной безграмотности. После таких вполне официальных выпадов из репертуара театров были изысканы пьесы, переводы которых принадлежали перу Пастернака. Вскоре Борис Леонидович был исключен из Союза писателей, а затем его лишили советского гражданства. Борис Леонидович был готов к такому повороту, но для него были ударом слова Зинаиды Николаевны,

заявившей, что она не может покинуть родину, а также сына Леонида, не захотевшего разлучаться с матерью. А вот Ольга, не задумываясь, согласилась разделить с ним участь. Пастернак решил просить разрешение на выезд Ольги Ивинской с детьми...

## Последний рубеж

Но высылка Пастернака так и не состоялась. Весной 60-го года от резкой боли в левой руке он чуть не потерял сознание, слег и больше не вставал. Он уже понимал, что дни его сочтены, и просил не пускать Ивинскую к нему, не жала ссор между нею и Зинаидой Николаевной, и только писал записки своей Ольге: «Родная Олюшка моя, я тебе уже написал сегодня и опять пишу, я целый день с тобой...» За месяц до смерти — вновь признание в любви: «Золотая моя прелесть, твоё письмо как подарок, как драгоценность. Одно оно способно излечить, окрылить, вздуть в меня жизнь». Зинаида Николаевна, как всегда, делала для мужа все возможное. Она приглашала самых лучших докторов и даже сумела добиться, чтобы в Переладново доставили огромный рентгеновский аппарат из Кремлевской больницы. Всего за несколько дней до смерти Пастернаку был сделан рентген и поставлен диагноз: рак легких, распространенный на желудок, печень и сердце. И бесконечно любящая жена



Борис с женой Зинаидой Николаевной и сыном Леонидом.

уже ничего не могла сделать... Скончался Борис Пастернак 30 мая 1960 года.

Ольга Ивинская пережила своего любимого на 35 лет, успев написать в 1992 году книгу воспоминаний «В плену времени. Годы с Борисом Пастернаком». В ней она рассказывала о своих непростых отношениях с Борисом Леонидовичем, о его поэзии, о неустойчивой работе, бескорыстии, издательских заботах и, главное,

о трагических событиях, связанных с созданием, публикацией и судьбой «Доктора Живаго» — основного дела его жизни. Многие газеты и телеканалы сообщали о ее кончине, словно не стало звезды кинематографа или звезды. А не стало просто последней любви Пастернака. Они оба сыграли свои роли до конца — великий поэт, охваченный в завершающие жизни годы чуть ли не юношеской любовью, и женщина, проявившая мужество и неистребимую верность своему кумиру.

Подготовила  
Вероника КАРАУЛОВА.



## Столыпин: охота на реформатора

1 сентября 1911 года в киевском оперном театре давали оперу Николая Римского-Корсакова «Сказка о царе Салтане». В зале присутствовали высшие чиновники Российской империи, прибывшие в Киев на торжественное открытие памятника Александру II. В главной ложе находился император Николай II

Во втором антракте премьер-министр Петр Столыпин, подойдя к барьеру, отделявшему оркестровую яму от зрительного зала, беседовал с другими министрами. Внезапно к нему подошел молодой человек и, выхватив из кармана револьвер, дважды выстрелил в упор. Одна пуля ранила Столыпина наивысшей в руку, вторая раздробила Владимирский крест на его груди и, изменив прямое направление в сердце, попала в живот. Столыпин, сохранив самообладание, с горькой улыбкой повернулся к царской ложе, перекрестил ее и тяжело опустился в кресло. В следующее мгновение к нему подошли, стали помогать снять сортук, и один из помогавших, указывая на убийцу, закричал: «Держите его!» Всеобщее оцепенение прошло, публика схватила стрелявшего, сбита с ног с криками: «Убить его! Убить!», принялась избивать террориста. Полиции пришлось с трудом отбить его от толпы. Раненого же премьер-министра перевезли в клинику.

### «Столыпинский галстук»

За четыре года до этих событий, 17 ноября 1907 года, шло заседание Думы,

третьей по счету и единственной из всех четырех, избежавшей разгона и отработавшей полный пятилетний срок. После доклада председателя совета министров Столыпина, в котором он обещал и далее бороться с революционным движением в России решительным образом, выступил Пуришкевич. Депутат-черносотенец спросил, намекая на графа Муравьева, прозванного «вешателем» за жестокое усмирение польского восстания 1863 года: «А где убийцы, все ли они вздернуты и получили муравьевский галстук?» В ответ Пуришкевичу кадет Родичев сказал: «В то время, когда русская власть находилась в борьбе с эксцессами революции, тогда одно средство видели, один палладий в том, что господин Пуришкевич называет «муравьевским воротником» и что его потомки назовут, быть может, «стоыпинским галстуком».

В зале поднялась буря, а в министерской ложе Петр Аркадьевич Столыпин поблел, встал и вышел из зала. В наказание за «непарламентское выражение» Родичев был исключен Думой на 15 заседаний, а Столыпин, сказав, что не хочет остаться в памяти своих детей с кличкой «вешатель», вызвал его на дуэль. Но она не

состоялась — депутат извинился перед премьером. Однако современники еще долго называли смертную казнь не иначе как «стоыпинский галстук», или «стоыпинский воротник». Мечтал ли о такой «славе» своей фамилии Петр Аркадьевич?

### Взлет

Его дед Дмитрий Алексеевич Столыпин и бабушка поэтесса Михаила Юрьевича Лермонтова Елизавета Алексеевна были родными братом и сестрой. Его отец Аркадий Дмитриевич, с 16 лет служив в армии, на полях брани достиг самого высокого воинского звания — генерал-адъютант. Еще в Крымскую войну он сдружился с молодым офицером артиллерии Львом Толстым и сохранил с ним дружбу, когда тот стал великим писателем. Мать Петра — урожденная княжна Горчакова, дочь генерал-фельдмаршала, Андреевского кавалера, наместника Польши Михаила Дмитриевича, и племянница знаменитого дипломата и канцлера Александра Михайловича Горчакова. Петр Аркадьевич гордился своими именными родственниками и мечтал, так же как и они, посвятить жизнь служению России. Он с детства был склонен к точным наукам, поэтому после гимназии поступил на физико-математический факультет Петербургского университета. Один из экзаменов принимал у него Дмитрий Иванович Менделеев. Ученый так увлекся, слушая блестящие ответы, что стал задавать ему вопросы все дальше и дальше, экзамен перешел в нечто более похожее на ученый диспут, когда профессор вдруг остановился, схватился за голову и сказал: «Боже, что же я? Ну довольно, пять, пять, великолепно!»

С будущей супругой Ольгой Борисовной Нейгардт Петр Аркадьевич познакомился при трагических обстоятельствах — она была невестой погибшего на дуэли брата. Существует предание о том, что на смертном одре брат положил руку Петра на руку своей невесты. Семейная жизнь была их счастьем. «Для меня ты и дети — все, и без вас я как-то не чувствую почвы под ногами», — писал он Ольге Борисовне. Пять дочерей и сын стали их общей заботой и радостью. В 1899 году Столыпин назначен губернским предводителем дворянства в Ковно, нынешний Каунас. А тремя годами позже 39-летний Столыпин стал самым молодым губернатором в России: сначала в Гродно, а затем в Саратове, где при нем закладывается здание женской гимназии, асфальтируются улицы, открываются приюты и ночлежные дома. Он добивается для города громадного займа в 965 тысяч рублей на устройство водопровода и мостовых. И он же во время революции 1905 года прославился на этом посту как самый жесткий губернатор, когда в Саратове и других городах губернии начались забастовки и крестьянские бунты. Для прекращения беспорядков он не раз использовал войска, которые применяли самые жестокие меры: расстрелы и массовые порки непокорных крестьян. Он лично в сопровождении казаков разъезжал по мятежным деревням, подавляя бунты. За жестокость, проявленную при подавлении крестьянского движения, революционеры приговорили к смерти и его самого. Но первой жертвой стал генерал-адъютант Сахаров, именно



Анархист Дмитрий Богров.

он привел в город правительственные войска, призванные подавлять 1905 года. Застрелил его в бурную осень 1905 года прямо в губернаторском доме барышня «из образованных». Затем покушение на губернатора: на театральной площадке при возбужденной толпе к его ногам упала бомба, но что-то не сработало, и губернатор остался невредим. В другой раз пытались застрелить, но Столыпин вовремя заметил направленный на него из толпы ствол револьвера, распахнул пальто и подставил грудь: «Стреляй!» Террорист, совсем еще мальчишка, испугался и убежал. Пожалуй, личное мужество и вынесло его на вершину власти — его действия заметили и 26 апреля 1906 года вызвали в Петербург, где Николай II назначил на пост министра внутренних дел. Петр Аркадьевич отказывался, но царь сказал: «Я приказываю

вам принять этот пост». По словам Столыпина, он занял это место «в стране окровавленной, потрясенной».

## Военно-полевые суды

Четыре месяца спустя, 12 августа 1906 года, Петр Столыпин вел прием посетителей на даче, находящейся на Аптекарском острове, когда к дому подъехала карета, из которой вышли три человека, неся в руках большие портфели. Оттолкнув швейцара, они ворвались в подъезд и бросили свою ношу на пол. Последовал сильнейший взрыв, в результате которого погибли 22 человека, в их числе и террористы, 30 было ранено, некоторые вскоре скончались от ран. От взрыва пострадали и дети Столыпина: у 14-летней дочери были раздроблены кости ног, и несколько лет после трагедии она не могла ходить, а трехлетний сын получил легкое ранение в голову. Сам Петр Аркадьевич остался невредим. После покушения он вместе с семьей по приглашению Николая II переехал в Зимний дворец. Царь предложил Столыпину значительную денежную помощь на лечение детей, на что получил ответ: «Я не продаю кровь своих детей».

Спустя неделю после взрыва в чрезвычайном порядке, минуя Государственную Думу, был принят закон о военно-полевых судах, когда дела рассматривались в течение 48 часов, а смертные приговоры приводились в исполнение через сутки после их вынесения. По тем временам масштаб казней был беспрецедентным: за первые восемь месяцев — 1102 смертных приговора. Известен случай, когда командующий одесским округом барон Каульбарс однажды утвердил смертный приговор двум молодым людям, даже не присутствовавшим на месте события. Одна знатная просительница стала выяснять этот вопрос, но он ответил ей: «Успокойтесь, я уже нашел действительно виновных, и они уже расстреляны».

Многие известные люди того времени выступили против военно-полевых судов. Лев Толстой в письме «Не могу молчать» возмущался политической прайвательства: «Это делается в той России, а которой не было смертной казни, отсутствием которой как гордился я когда-то перед европейцами. И тут непереставая казни,

казни, казни... Нынче это что-то ужасное, для меня по крайней мере такое, что я не могу не то что молчать, не могу жить, как я жил, в общении с теми ужасными существами, которые делают эти дела». Но как бы то ни было, революция была подавлена. Настала пора приступить к реформам.

«Дайте государству 20 лет покоя внутреннего и внешнего, и вы не узнаете нынешней России».

Внутренний покой подразумевал подавление революции, внешний — отсутствие войн. Стержнем его внутренней политики, делом его жизни стала земельная реформа, которая должна была создать в России



Жена и дети Петра Столыпина.

класс мелких собственников — прочную опору порядка и государства. Тогда России были бы «не страшны все революции». Но ему так и не удалось довести до конца свою реформу. После подавления революции он стал терять поддержку царя. «Мой авторитет подорван, — с горечью говорил он в частной беседе, — меня поддержат, сколько будет надобно, для того, чтобы использовать мои силы, а затем выбросят за борт». Стрелявшим оказался 24-летний Дмитрий Богров, анархист и по совместительству секретный сотрудник охраны, которое и выдавало ему входной билет. Его повесят на рассвете 12 сентября 1911 года. Все: и успешность, и закрытость следствия говорили о том, что «нужно было скрыть какую-то правду, очень нежелательную каким-нибудь весьма влиятельным лицам».

Вечером 5 сентября Петр Аркадьевич Столыпин скончался. Узнав об этом, императрица сказала: «Он умер, потому что провидение судило, что в этот день его не станет. Не говорите о нем больше никогда». На погребальной церемонии царская чета не присутствовала.

Подготовила  
Настя АЛЕКСЕЕВА.





Она была при-  
рожденной ак-  
трисой. С ее та-  
лантом и тру-  
долобием она  
могла бы свер-  
нуть горы! От  
судьбы она  
получила мно-  
го подарков,  
но и плата за  
них была весь-  
ма велика...

## Железная леди

### Амбициозная «артистка»

С детства Люба страстно мечтала стать балериной. В то время как ее сверстники бредили кино, собирали открытки с портретами своих кумиров, она собирала точно такие же открытки, но с балеринами. Когда родители уходили на работу, Люба становилась перед зеркалом и принимала балетные позы. Но ее мечта так и не суждено было сбыться. Когда она подросла и собралась поступать в балетную школу, кто-то из преподавателей заметил: «Девочка, с твоими суставами ты будешь выше всех мужчин в балете. Тебе никогда не быть балериной». И Люба смирилась с этим приговором. Но творческая энергия была в ней ключом, и в 4-м классе Люба увлеклась пением: стала солисткой школьного хора. Причем путь на сцену для нее был не самым легким. По словам самой Полищук: «В детстве я была уродливой девочкой: косолазая, с кривыми ногами, худая, вроде тех синих цыплят, которых у нас продают. И поэтому все мои надежды рушились. Спасибо родителям, которые, видя мою закомплексованность и неспособность, постоянно внушали мне, что я самая милая и необыкновенная...»

На одном из городских конкурсов Люба спела «Песню про арифметику», после этого к ней надолго прилипло прозвище — Арифметика. Было и другое прозвище — Артистка. Так окрестили

девочку за то, что она любила показывать парочки на всех своих знакомых.

### На пути к успеху

В старших классах Люба Полищук переквалифицировалась в одну из самых красивых девочек в школе, и многочисленные поклонники не давали ей покоя. Но она влюбилась в парня, который был на несколько лет старше ее. Актриса вспоминала: «Леша уже заканчивал институт, а я еще училась в 10-м классе. Он пришел на выпускной вечер, и там мы впервые поцеловались. Наша с Лешей любовь вспыхнула, а потом стала куда-то исчезать, появились натянутость, недовольство. И больше уже мы никогда не целовались... И даже своего первого сына назвала Алексеем — может, в честь той самой первой любви и того самого первого поцелуя». Когда Любе исполнилось 16 лет, она отправилась в столицу поступать в театральный институт. Москва встретила ее неласково. На экзамены Любю опоздала, да еще возникли проблемы с жильем. Трое суток пришлось ночевать на вокзале. Но потом судьба все же улыбнулась ей. Девушку приняли во Всероссийскую творческую мастерскую эстрадного искусства. Потом Люба вспоминала: «Господи, что я тогда не вытворяла, чтобы меня взяли. Танцевала шейк, пела под Зыкину, под Робертино Лоретти. От смеха все лежали. И, несмотря на то, что коллектив формировался из профессиональных артистов, меня взяли...»

Имен за плечами богатый опыт: школьно-хорового пения, Полищук выбрала во-

кальное отделение мастерской. Мечтала стать эстрадной певицей. Однако в дело вмешались непредвиденные обстоятельства. Вскоре врачи, обследовавшие актрису, вынесли заключение, что ее голос еще не закончил мутировать, поэтому петь ей противопоказано. Пришлось актрисе менять классификацию — она стала артисткой разговорного жанра.

В эстрадной мастерской Любю Полищук познакомилась со студентом Валерием Макаровым, за которого вскоре вышла замуж. В 1967 году они, окончив обучение, вместе отправились в Омск, где были приняты в местную филармонию.

В 1972 году у супругов родился сын Алексей. Но в дальнейшем их семейная жизнь не сложилась. Любю Григорьевну так объясняла разрыв: «Я стремилась в жизни достичь чего-то большего, а Валера считал, что он уже всего добился. Поэтому наши пути разошлись». Вскоре Любю Полищук пригласили в Москву в мюзик-холл.

### Из театра на телеэкран

В Москву Любю Полищук была приглашена для исполнения главной роли в спектакле «Красная стрела». Это история о девушке, которая осуществила свою мечту стать актрисой. Спустя несколько лет Любю Полищук сыграет звезду сцены в фильме «Только в мюзик-холле». Обе эти роли перекликаются с судьбой самой актрисы. В столицу Любю Полищук перебралась вместе с сыном. Пришлось непросто. 11 месяцев в году театр проводил на гастролях, и Любю постоянно брала с собой маленькую Лешу. «В гостиничном номере — бесконечные кашки-малашки, тертые овощи, пеленки... А потом нужно было легко и красиво выпорхнуть на сцену. Ну откуда здесь взяться беззаботности, когда ты своему ребенку и отцу, и маме?!» — рассказывала она. Благодаря своим певческим и танцевальным способностям в 1977 году Любю Полищук дебютировала в кино. Марк Захаров пригласил молодую актрису в знаменитый эпизод фильма «12 стульев». Вместе с Остапом Бендером, которого играл Андрей Миронов, Полищук танцевала «Танго страсти».

В этот период она снялась также в фантастическом мюзикле «31 июня», в замечательной картине «Приключения принца Флоризеля», в комедии «Дуэнья» и в школьном фильме «В моей смерти прошу винить Клаву К».

### Новый виток в карьере и в жизни

В 1979-м году Любю перешла в труппу Московского театра миниатюр. Здесь по-настоящему раскрылся ее драматический актерский талант. Спектакль М. Левитина «Хармс! Хармс! Шардам!», в котором Полищук сыграла сразу несколько ролей, стал событием для театральной Москвы.

На сцене этого театра актриса выступала семь лет, сыграв роли в самых популярных спектаклях: «Чехонте в Эрмитаже»,



«Здравствуйте, Гиде Мопассан», «Хроника широко объявленной смерти», «Принцип Питера». Параллельно с напряженной работой в театре Полищук заочно в 1985 году окончила актерский факультет ГИТИСа.

Тогда же произошли изменения и в личной жизни актрисы. Художник Сергей Цигаль увидел Любовь Полищук в каком-то фильме, а чуть позже попал на спектакль с ее участием. Чтобы познакомиться с понравившейся ему актрисой, он подкупил своих друзей и знакомых. «Когда нас наконец представили друг другу, я уже была о нем самого лучшего мнения. Понравилось, что он веселый, с чувством юмора и не пошлый. А как он красиво ухаживал!» — вспоминала Любовь Григорьевна.

Сын Алексей появлению отчима обрадовался. Супруги забрали мальчика из школы-интерната, где он обучался, и жили полноценной счастливой семьей. А спустя год родилась дочка Маша. Актриса вспоминала: «Особенно трудно было, когда родила дочь. Мне сделали две операции (кесарево и удаление аппендикса), молоко пропало. В магазинах пусто. Ребенок болеет. Кошмар. Вот тогда я подумала: надо уезжать куда-нибудь. Ради дочки. Я понимала, что в 35 лет за границей никому не нужна, и готова была работать даже уборщицей или посудомойкой. Потом депрессия прошла. Я вышла на сцену и поняла, что нигуда не уеду».

Любовь продолжала активно сниматься в кино, хотя больших работ в этот период у нее немного. Говорят, причиной стал конфликт с руководством киностудии «Мосфильм», вследствие которого актрисе стали отказывать в главных ролях. Тем не менее она сыграла в знаменитой мелодраме Вадима Дербенева «Земелов», сыграла Аделю Фортескую в детективе «Тайна «Черных дроздов». На киностудии им. Довженко Полищук доверили главную роль в трагикомедии «Если можешь, прости...», а на «Лентелефильме» — в психологической драме «Эзоп». А в 1989 году на экраны вышло сразу несколько фильмов с участием актрисы. Она сыграла небольшую роль в знаменитой «Интердевочке», блистала в главной роли в драме «Любовь с привлекательным». Но настоящий валет был еще впереди...

## Признание и успех

Полищук работала в театре «Школа современной пьесы» под руководством И. Райхельгауза, параллельно активно участвовала в проектах частных московских театров и антреприз. Но театральные роли не приносили актрисе должной популярности. А новое десятилетие приготовило для Полищук новые кинороли. С начала 90-х актриса сыграла в целой веренице фильмов: «Моя морячка», «Бабник», «Новый Океан», «Импотент», «Ширли-мырши... Пусть на все были высокого уровня, но многим зрителям в то время они нравились. А режиссеры использовали в основном комедийный талант Полищук. Во многих картинах Любовь исполняла роли роковых

женщин с легким налетом иронии. Именно в этих ролях проявлялась ее уникальная особенность — прекрасные внешние данные «женщины-вамп» в сочетании с талантом настоящей клоуны.

К сожалению, кинематограф не использовал в полной мере талант замечательной актрисы. Большинство из сыгранных ею ролей — комедийные. А ведь Любовь Полищук с одинаковым успехом могла исполнить и глубоко драматические роли. Такой, например, какой она предстала в фильме Юрия Кары «Любовь к тебе, как бедствие», рассказывающем об актрисе Валентине Серовой. В картине она сыграла мать главной героини — актрису Клавдию Плавикову.



С мужем Сергеем.

## Трагедия клоуны

В одном из своих интервью Полищук рассказывала: «Меня всегда удивляло, как актер, который сломал ногу и еле передвигается в жизни, на сцене вдруг начинает таццевать... Это такая профессия. На время спектакля ты всегда здоров».

Марк Захаров потом рассказывал: «Многие СМИ сейчас склонны связывать последствия тяжелой болезни Любы с ее падением на съемках «12 стульев». Якобы ассистенты забыли подложить матрас, и Андрей Миронов картинно выпустил Любу из рук... прямо на бетонный пол. Ну это такая типичная театральная байка. Я стоял рядом, в двух метрах, кто бы это допустил? Конечно, подложили основательный матрас. Может, она и ушиблась немного, все-таки было падение, но тогда и вуду не поддала...» Так или иначе сын актрисы Алексей Макаров утверждает, что его мать постоянно страдала от мучительных болей в спине. После «12 стульев» актриса впервые почувствовала себя по-настоящему плохо. Тем не менее удивительно мужественная Полищук сумела найти в себе силы, попра-

вилась и снова вышла на сцену. Но первое же выступление обернулось катастрофой: выполняя акробатический трюк, актриса упала и выбила три межпозвоночных диска. С тех пор ее жизнь целиком и полностью зависела от врачей, которые в течение многих лет пытались излечить любимицу публики от невыносимых болей. Длительный курс лечения в Боткинской больнице, затем в Институте Вишневского, а потом в НИИ нейрохирургии имени Бурденко, где Полищук сделали сложную операцию на позвоночнике, — все эти усилия медиков немного облегчили состояние актрисы, но ненадолго. Она попробовала обратиться в частную израильскую клинику, но пребывание там и курс восстановительной терапии только лишь вызвали ухудшение состояния. Вернувшись на родину, Полищук вынуждена была вновь лечь на больничную койку, а медики только разводили руками. Чтобы хоть немного облегчить страдания несчастной женщины, врачи выписали ей обезболивающие препараты, но их прием спровоцировал у Полищук сильнейший гипертонический криз. Накануне премьерного показа очередного спектакля актриса попала в ДТТ, после чего у нее сместились шейные позвонки, и травматологи заковали ее в специальный ортопедический корсет. Но и в таком виде она все равно вышла на сцену. Проведя слишком много времени в больницах, актриса уже не хотела снова туда возвращаться: стены палат действовали на нее угнетающе. Родственники



Любовь Полищук с дочкой Машей.

решили забрать ее из клиники. Прошло полгода прежде чем актриса смогла более-менее восстановиться. Последняя роль в кино — мама няни Вики в сериале «Моя прекрасная няня» для Полищук стала своего рода профессиональным подвигом. От усталости на съемочной площадке она падала в обморок. Но играла, как всегда, блестяще. Ее не стало утром 28 ноября 2006 года. После долгой борьбы с тяжелой болезнью она все-таки сдавалась. Ей было всего 57 лет. «На сцене ты всегда здоров», — говорила Любовь Полищук. И в нашей памяти она так и останется молодой, красивой и всегда здоровой...

Подготовила  
Вероника КАРАУЛОВА.



## Говорящий змей, затаившийся дракон

С давних времен змеи считались символом мудрости, не случайно восточные народы почитали их, воздвигали в их честь храмы и приносили им жертвы. Давно канули в Лету языческие времена, однако по сей день ходят легенды об удивительных существах, некогда населявших нашу планету...

### Сказочная боль

Едва ли не в каждой русской народной сказке есть образ свирепого чуда-юда или трехголового Змея Горыныча, «идолища поганого», разоряющих города, опустошающих села и похищающих царевен...

Но если бы дело ограничивалось только героями отечественного фольклора, не ломали бы так голову ученые мужи. Шутка ли! Практически в каждом сказании, предании или легенде народов мира воины сражались со свирепыми драконами, освобождая родную землю от огнедышащих гостей.

Более того, некоторые восточные цивилизации считали, что их основатели — мудрые драконы, прилетевшие к землянам с других планет, и поклонялись Луне — символу этих загадочных существ, в то

время как все остальное население Земли обожествляло дневное небесное светило.

Да еще палеонтологи подкидывают загадки: то обнаружат человеческие следы, обладатели которых проживали в период мезозоя, когда на планете развились динозавры, то туннели, в которых согласно легендам обитают люди-змеи, обладавшие невиданным могуществом задолго до зры гигантских ящеров...

За давностью времен не осталось письменных источников, подтверждающих существование народов, исчезнувших задолго до появления известных нам эпох. Но остались фрески с изображением змеелюдей или нагов на стенах восточных храмов и дворцов, легенды о говорящих змеях и драконах, летописные воспоминания мореходов о встречах с

морскими чудовищами.

Даже на знаменитом изображении, где Георгий Победоносц побеждает змея, ученые усмотрели сходство гадины с плотоядной разновидностью динозавра. И, наконец, появляется все больше фактов, подтверждающих существование этих удивительных цивилизаций...

### Змеелюди из пещер

О змеелюдях известно мало, более того, пока не найдено прямых доказательств их существования: ни археологам, ни палеонтологам не удалось обнаружить ни малейших следов пребывания этих существ на Земле.

Разумеется, все вместе взятые легенды не могли убедить исследователей в том, что прежде бытовала столь

необычная цивилизация, если бы не ряд обстоятельств. Так, в южно-американских джунглях находятся огромные по протяженности пещеры, связанные между собой запутанными переходами.

Местные жители называют их чинканасы и обходят стороной, а десятки авантюристов, отправившихся в них, чтобы добыть легендарное золото инков, пропадали без вести. Те, кому «посчастливилось» вернуться, описывали свои дни в сумасшедшем доме, рассказывая о жителях подземного мира, похожих на человека и змею одновременно.

Бред сумасшедших всерьез не воспринимал никто, пока группа французских и американских археологов-энтузиастов не решила спуститься в эти пещеры. Они планировали пробыть там дней пять, но результат их бурной деятельности потряс даже видавших виды: через 15 дней из семи участников экспедиции на землю вернулся лишь один французский ученый Филипп Ламонтьер.

Врачи обнаружили у исследователя симптомы бубонной чумы, а вскоре после этих событий он скончался. Незадолго до смерти Ламонтьер успел поведать, что его спутники сорвались в пропасть, а он сам долго блуждал по лабиринтам в поисках выхода, периодически натываясь на существа с торсом человека и хвостом змеи. В качестве вещественного доказательства исследователь передал коллегам невест как добытый початок кукурузы, сделанный из чистого золота.

Находясь произвела фурор, тут же нашлись смельчаки, готовые отправиться в чинканасы... Но власти, опасаясь эпидемии чумы, приказали наглухо закрыть входы в пещеры чугунными решетками и бетонными плитками.

Пожиме туннели исследователи обнаружили в Северной Америке и Индии, в Тибете и Гималаях, а при общении с местными жителями они узнали, что лишь посвященные монахи имеют право спускаться в подземные галереи, которые ведут к самому центру Земли, где гуру общаются с представителями древних подземных цивилизаций.

Согласно поверьям, многие

из них радужны и добры, но есть среди них напасты или люди-змеи, не способные испытывать человеческие чувства, вытгивающие телесное и душевное тепло из живых существ. Поэтому и не должны простые смертные проникать в подземный мир, ведь общаться с его жителями могут лишь специально подготовленные люди.

Однако есть версия, что наши благополучно пережили все земные катаклизмы: глубоко под землей, а потом снова вышли на поверхность... и породнились с людьми. Говорят, потомки таких браков живут и сегодня, причем многие любимы и уважаемы за мудрость и терпение, а некоторые из них даже занимают важные государственные посты.

Свидетельства пребывания змееподобных существ на нашей земле: это, например, расположенное на берегу Камы, на месте Булгарского царства, так называемое, «Черговое городище», в котором находится древний языческий храм. Согласно преданию в нем обитал огромный змей-оракул: не один князь обращался к нему, испрашивая мудрого совета и желая узнать будущее. За предсказания платили они кровавую дань, отдавая на съедение змею военнопленных. Но однажды чудовищный оркул исчез. Напрасно звалили язычники к своим богам, умоляя их вернуть своего пророка, а через несколько лет царство пало под ударом могущественного неприятеля...

## Дяденька, достань воровышка!

Относительно недавно, вслед за шокирующей теорией о существовании змееподобных существ, гипотеза, что люди вполне могли жить вместе с динозаврами. В легендах американских индейцев, австралийских и африканских народов эта раса называлась «асуры», по древнеиндийской мифологии — «асуры», по древнегреческой — «титаны».

Были они не чета нам! Все

как на подбор высокого роста, доходившего до 50 метров, продолжительность их жизни насчитывала едва ли не столетия, и каждый мог в одиночку одолеть даже самую сильную рептилию.

Критики называют эти предположения детскими сказками, а сторонники теории настаивают, что доказательства существования гигантов пруд пруди.

Так, вместе со следами вымерших ящеров палеонтологи находят отпечатки человеческих ступней, по размерам не уступающих лапе динозавра. Один из тибетских монахов рассказывал, что глубоко под землей посвященные хранят набальзамированные тела мужчин и женщин огромного роста.

Согласитесь, люди столь огромного роста не могли ютиться в крохотных домишках или

порядка 5-10 миллионов лет, а затем исчезла, уступив место привычным народам и расам и оставив после себя немало загадок и неразгаданных тайн.

## А что же динозавры?!

Говоря о современных динозаврах, грех не сказать пару слов о них самих, тем более что загадок, связанных с этими удивительными тварями, с каждым годом лишь прибавляется. Например, в апреле 1977 года японское рыболовное судно



Древняя фреска с изображением змеечеловека.



Раскопки археологов, доказывающие существование асуров.

но с 300-метровой глубины вытащило едва начинавшего разлагаться плезиозавра, длина которого достигала 10 метров, а вес около двух тонн.

Ученые считают, что вряд ли это единственный представитель древней фауны и наверняка где-то в океанской пучине живет целая популяция этих считающихся вымершими существ. Если так подумать, и знаменитое Лох-Несское чудовище не плод чьего-то разглагольствования. Дотошные исследователи обнаружили упоминания о динозаврах даже в одной святейшей книге как... Библии: «Он ест траву, как вол; вот его сила в чреслах его и крепость его в мускулах чрева его. Поворачивает хвостом своим, как кедром; жилища на бедрах его переплетены. Ноги у него — как медные трубы, кости у него — как железные прутья... Вот он пьет из реки и не торопится; остается спокоен, хотя бы Иордан устремился ко рту его».

Долгое время считалось, что в главной книге христиан речь идет о бегемоте, но сегодня многие специалисты склонны утверждать, что это, скорее, описание одной из гигантских травоядных рептилий. Доводы палеонтологов прозвучали настолько убедительно, что сотрудники Британского музея внесли исправления в модель скелета диплодока, переделав хвост древнего животного, и теперь он раскачивается в воздухе, а не волочится по земле. Крупнейшего из легендарного морских чудовищ — Левиафана — ученые склонны отождествлять с древним ископаемым животным кривошею. По мнению палеонтологов, сказания и легенды об огневдышащих драконах тоже появились неспроста: в головных мешках этих тварей, соединенных специальными каналами с носоглоткой, могла находиться химически активная жидкость — непереваренный углеводород. В случае опасности происходило резкое сокращение мешка-резервуара, что приводило к выбросу углеводорода, который воспламенялся, и в результате динозавр

«стрелял» в противника струей дыма и огня.

Гипотеза обоснована еще и тем, что огневдышащие существа живут и сегодня: так, жучок-бомбардир, не превышающий в длину двух сантиметров, хранит в специальных мускульных мешочках смесь гидрокарбоната с 25%-ным раствором перекиси водорода, которые в случае опасности мгновенно вступают в реакцию и парализуют нападавшего струей раскаленного газа.

Змееподобные и считающиеся вымершими рептилии, притаившиеся в океанской бездне и во тьме пещер... Исследователи по сей день ищут подтверждения их существования. Кому-то это покажется напрасным занятием, но ведь мы так мало знаем, что происходит в те незапамятные времена, поэтому отнесемся с уважением к труду тех, кто пытается расширить наше представление о мире.

Подготовила  
Ольга КАКОНЕЧНАЯ.



# Что в почерке тебе моем...

*Любителям классики детективного жанра наверняка знакомы сцены, когда сыщики, рассматривая письмо, по почерку определяют, при каких обстоятельствах его написала жертва чьей-то отъявленной жестокости...*

## Тонкость графологии

В наш век высоких технологий эпистолярный жанр постепенно уступает место электронным сообщениям, но это не значит, что графология, изучающая сходство почерка и характера, уходит в небытие. Напротив, она остается одним из способов получить о написавшем максимум полезной информации. Так, директора крупнейших фирм прибегают к услугам графологов, чтобы полнее представлять себе характер не только принимаемых на работу специалистов, но и беспокоящих конкурентов.

Вам, как человеку неискушенному, вовсе не обязательно постигать все тонкости графологии, но, согласитесь, намного интереснее читать письмо, по почерку понимая, насколько эмоционален, щедер и оптимистичен автор послания, тем более если он — ваш любимый человек.

Разумеется, многое зависит

от настроения автора и обстоятельств, в которых было написано письмо, но это не мешает вам получить общее представление об адресанте, а если у вас несколько писем от него, есть возможность сравнить их и сделать соответствующие выводы о его характере. Так что возьмите письма интересующего вас лица, вооружитесь лупой, как заправский сыщик, и приготовьтесь к нежданному для себя открытиям.

## Взлеты и падения

Взяв в руки листочек с адресованным вам посланием, в первую очередь посмотрите, как написаны строки на листе бумаги: идеально ровные строки говорят о спокойствии и уравновешенности характера. Если строка убегает вверх, ваш избранник — жизнерадостный и веселый человек, не теряющий присутствия духа в безысходных ситуациях. Но если строки убегает

от верха почти вертикально, перед вами неисправимый идеалист, живущий в своем собственном мире и не отвлекающийся на бытовые мелочи. С ним может быть весело и интересно, но задумайтесь, как долго вы сможете слушать его мечты о переустройстве мира, выполняя за него все хозяйственные заботы.

Немного отступающая вниз строка говорит об осмотрительности, такой человек трезво оценивает ситуацию, никогда не станет пускаться на авантюры и всегда обдумывает предстоящие расходы. На себя он тратится редко, но и вас тоже лишней раз баловать не станет.

Если строка буквально падает вниз, ваш адресат — пессимист, для которого состояние безнадёжности в порядке вещей. И вы потратите немало сил и нервов, вытаскивая «несчастного» из очередной депрессии.

Ну а если строки периодически меняют высоту, ваш избранный отличается переменчивым настроением, причем любой пустяк может повлиять как на его подъем, так и на спад. Поэтому вам придется призвать на помощь свое терпение, чтобы не расстраиваться из-за очередного каприза избранника.

## Без углов и под наклоном

Обратите внимание на начертание букв: как правило, округлые буквы говорят о чуткости писавшего, его умении идти на компромисс и прислушиваться к чужому мнению, в то время как угловатый почерк свидетельствует о независимости, неуступчивости и властности, а также о способности упорно и энергично работать, добиваясь своей цели.

Как правило, у общительных, открытых и дружелюбных людей буквы сильно отклоняются вправо, у ревнивых и импульсивных такое отклонение незначительно. А если буквы никуда не наклоняются, вы имеете дело с уравновешенным человеком, спокойно воспринимающим победы и неудачи. При этом последний, влюбившись, никогда не признается вам в своих чувствах, но вы догадаетесь о них по его стремлению проводить с вами как можно больше времени. Им свойственна пылкость, но в любви они большие собственники, и вам придется с этим примириться, особенно если любите пофлиртовать. Но если вы научитесь принимать

его таким, какой он есть, этот счастливый момент не заставит себя ждать.

Если буквы извивающиеся, мстят как бы разорванные и дрожащие, иногда недописанные, вы имеете дело с чувствительной личностью. Его легко обидеть неосторожным словом, но и к вам он будет относиться бережно. А вот роковые, как бы «обдуманные» буквы – вовсе не говорят о чуткости и обдуманности в любви. Это почерк, скорее, хладнокровного человека, который в первую очередь во всем ищет выгоду.

## Поля и расстояния

При прочтении письма в глаза может броситься слишком большое

самоощущение автора.

Мелкий почерк свидетельствует об аналитическом складе ума, педантичности и повышенном внимании к деталям, а средний почерк встречается у спокойных и уверенных в себе людей. Однако если буквы к концу строки уменьшаются, автор послания обладает скрытным характером, а если по мере написания буквы, наоборот, увеличиваются, он свободен от стереотипов и независим от суждения посторонних.

Немало интересного о характере друга милого вам расскажет соблюдение или несоблюдение полей. Так, человек,

соблюдающий пропорциональные поля, обладает хорошим вкусом, широкие поля слева и справа указывают на щедрость и широту души. Поля узкие слева и широкие справа выдают человека, который живет не по средствам и потому не вылезает из долгов, а если наоборот – указывают, что ваш адресат живет в режиме разумной экономии и обращается за посторонней помощью лишь в случае крайней необходимости.

## Оцените нажим!

Прочитав письмо до точки, проведя пальцами по обратной стороне листа, чтобы почувствовать, с каким нажимом оно было написано, и понять, как это



Почерк Льва Толстого понимала только его жена Софья Андреевна, не раз переписывавшая его произведения. Когда его рукописи увидел психиатр Чезаре Lombroso, он решил, что почерк принадлежит женщине легкого поведения с психопатическими наклонностями.

характеризует его отправителя. Так, с сильным нажимом пишут волевые, целеустремленные, активные и энергичные личности. Также эти люди способны испытывать яркие сильные чувства, но они быстро остывают и стараются найти другой объект обожания и поклонения.

Письмо, написанное с легким нажимом, говорит о преданности, верности и внимательном отношении к окружающим, а слабый нажим в большинстве случаев характерен для людей, легко поддающихся чужому влиянию, безвольных и слабохарактерных.

Если предназначавшийся вам эпистолярный написан разборчиво и аккуратно, вас можно поздравить: рядом с вами сильный уравновешенный человек.

Если же письмо написано в стиле «как курица лапой», не спешите укорять избранника в неуважении



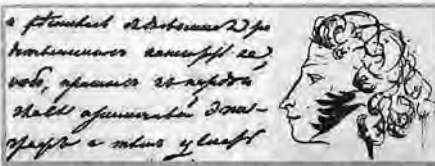
Лермонтов старался писать ровно и красиво, но строчки оставались неровными, а буквы вечно «выскакивали» то вниз, то вверх. Позже в одной из книг по графологии его почерк рассматривался в качестве «классического» образца почерка невротической личности.

или, наоборот, чересчур маленькое расстояние между словами. Первый случай говорит о щедрости человека, а в сочетании с крупным почерком означает, что мужчина готов на любые безумства ради вас и не пожалеет средств, чтобы исполнить любой ваш каприз.

Второй вкупе с мелко прописанными буквами предупреждает о скупости избранника: на каждую вещь он будет тратить лишь в случае крайней необходимости, и каждый раз придется доказывать, почему вам необходимы новая шубка, туфли и прочие предметы гардероба.

Если буквы мелковаты, а расстояние между словами большие, он скорее экономит на себе, чем на вас; если «пробелы» между словами небольшие, а буквы крупные или средние, человек склонен к бережливости, но не откажется от возможности побаловать себя и других незапланированной покупкой.

По размеру почерка вы можете судить, насколько искрен симпатичен вам человек: так, обладатель крупного почерка сердечен и уверен в себе, но слишком большие буквы говорят об эгоизме и завышенной



Почерк Пушкина или скоропись, вызывавшая всеобщее восхищение сегодня, не вызвала восторгов современников, поскольку такой почерк считался просто неприличным.

к вам: издавна считалось, что неразборчивым почерком обладают уже одаренные люди.

Да и в наши дни чаще приходится набирать на клавиатуре, нежели писать ручкой на листе бумаги кому-то письмо, так что вместо упреков поблагодарите любимого за проявленное внимание.

Подготовила  
Ольга НАКОНЕЧНАЯ.





# Юлия Лермонтова: ХИМИЯ ЛЮБВИ

**Матанализ  
профессора  
Софьи  
Ковалевской**

«В мире науки трудно найти родственную душу, это мир мужчин, где каждый замкнут в рамках своих исследований, стремится реализовать лишь собственное Эго. Мне же судьба подарила настоящего друга, способного оценить мои успехи. Юленька родилась в известной в России семье, ее отец был троюродным братом самого Михаила Лермонтова, трагически погибшего на дуэли поэта, да и сам он слыл не последний в Москве человеком – генерал, директор Кадетского корпуса. И хотя предназначалось элитное учебное заведение исключительно для мальчиков, именно благодаря ему подруга моя получила блестящее образование, что, увы, редкость в нашей державе. Лучшие преподаватели Кадетского корпуса считали за честь обучать любимую дочку своего начальника. Разумеется, в частном порядке, на дому: барышни не место в

Монм школьным учителем химии была женщина, и никому в голову не приходило ставить под сомнение ее познания в химической науке, даже если бы она не становилась неоднократно Учителем года. А ведь совсем недавно само словосочетание «женщина-химик» вызывало в обществе бурю протеста!

казармах! Отец гордился успехами дочери и даже ставил ее в пример иным неслухам-кадетам: небесное хрупкое создание, а в химии – наука новой, сложной и в будущих военных кампаниях очень нужной – любому из будущих офицеров фору даст! Однако вскоре паленка уже не радовалась обнаружившемуся в ребенке таланту химика. Девочка незаметно выросла, но не хотела ни нарядов, ни балов, а лишь новых знаний, а в России ей учиться дальше было просто нигде и нечему.

Когда она подала прошение о приеме в Петровскую земледельческую академию, тамошние профессора не нашли ничего умнее, как в ужасе воскликнуть, что не могут представить себе студента в

шали или академика в чепце! Я утешала ее: когда Пифагор открыл свою знаменитую теорему, он принес в жертву богам сто быков. С тех пор все скоты боялись нового! Нужно вырваться из этого болота!

Генералу же отпустить свое дитяtko одну за границу было страшнее и тяжелее, чем в атаку с голыми руками пойти. Юлия с настойчивостью будущего ученого светила читала паленке лекции на тему: «Ученье – свет, а неученье – тьма», но, скажу откровенно, как и абсолютное большинство «синих чулков», она, увы, не имела подхода к натуре человеческой, тем более мужской. Стоило мне дать отцу Юлии честное благородное слово, что я лично буду блюсти ее мораль и

давать ему отчет о каждом ее шаге, поскольку жить его дочь будет под моей крышей и попечительством, как дело было решено. Осенью 1889 года Лермонтова покинула отчий дом и Россию и приехала ко мне в Гейдельберг, чтобы вместе со мной посещать лекции местного университета. Вначале и консервативные немцы определили нас лишь в волюнтаристельничку, но вскоре наши прилежание и, смею сказать, способности были замечены, и мы занялись серьезным делом. Я – своей любимой математикой, а Юлия приняла на работу в химическую лабораторию самого Бунзена, известного в Германии химика. В Россию Лермонтова вернулась ученым с именем, 28-летним

доктор химии, невиданной диканкой для наших краев! Она стала первой женщиной-химиком в России, я ею очень гордилась. Сам Менделеев дал в честь ее возвращения на родину торжественный ужин».

## Диспозиция генерала Лермонтова

«Дочь с раннего детства поразала меня и супругу необыкновенной для девочки тягой к химии. Нас не могло это не удивлять, но и претяствовать не могли — слишком любви и стремления угодать во всем! В этом была наша ошибка, моя ошибка, моя вина. Я поддался на уговоры Ковалевской, подруги дочери. Она показала мне серьезным здоровым человеком, способным отвечать за свои поступки. К тому же у нее уже было имя в научных кругах, словом, у меня не было причин ей не доверять... Следовало же прислушаться к родительскому сердцу, не желаяшему отпускать дочь в неведомые дали... Вышла бы замуж за порядочного человека, офицера, подарила бы нам внуков...»

Что благое может произойти, если юная девушка выбирает неженскую судьбу? Ни семьи, ни детей, ни уважения в обществе! Кому здесь нужна была ее докторская степень? Менделееву, хвалившему ее труды по химии? Его дочь по крайней мере обвенчалась, хотя и с беспутным поэтом Блоком...

А всему виной Софочка Ковалевская, это она внушала Юльке с юных лет, что мол, важнее науки ничего нет на белом свете! Сама меж тем и замуж вышла, и дочь родила, пелур савил, как положено любой женщине! А в няньках у нее кто ходил? Юлия, генеральская дочь, доктор химической науки! И сразу позабыла лабораторию с пробирками, профессора с лекциями... По наивности своей Юльке считала Ковалевскую самым близким себе человеком, а та с холодным математическим расчетом поработила эту добрейшую душу. Всю свою жизнь без остатка попила она на алтарь Ковалевской, которая считала себя гением, не признанным в своем Отечестве и жаждала поклонения и восхищения... Ни родителей дочь моя не

послушала, ни своей головой не жила, хоть и ученой была, все по указке Софочки делала. А как тифом захворала, так, кроме нее, никого к себе не подпускала, словно чужие мы ей. Доктора говорили, что даже если выживет, мозг пострадал непоправимо. Нет куда без добра, вздохнули мы семейством, авось, оставит науку проклятую, забросит не дамское занятие разлагать нефть на углеводороды, мы выхлудим ее, на ноги поставим, и жизнь, даст Бог, продолжится. Но Ковалевская и тут подоспела — увезла ее из Москвы к себе, в Петербург!... Так мы с дочерью по душам и не поговорили уже больше никогда...»

## Эпикриз доктора Ковалевской

«Сколько я помню саму себя, столько я помню маму Юлию. Она ухаживала за мной с самого рождения, она стала моей крестной матерью, она учила меня, когда я подросла, она заменила мне семью целиком и полностью, когда моя родная мамочка ушла в мирный. Это случилось внезапно, словно гром среди ясного неба, мама, как ученый и преподаватель, находилась на пике славы. И так нелепо — простудилась по дороге из Италии в Швецию, ехала читать очередные лекции. Легкий кашель стремительно перешел в тяжелейшее воспаление легких, а поскольку в те годы антибиотиков еще не существовало, даже самые просвещенные европейские доктора не смогли ей помочь. Именно тогда я твердо решила стать врачом, шёл мне тринадцатый год. Мой отец скончался семью годами ранее, и мы остались с мамой Юлей совсем одни, две сироты, крепко державшие друг

за дружку. Я искренне звала ее мамой, она меня ласково — Фудой. Меня крестили, как мамочку — Софией, но это имя для нас навсегда осталось за ней...

Мы перебрались из шумного и весьма недешевого Петербурга в фамильное имение Лермонтовых Семеново, которое мама Юлия получила в наследство после смерти своего отца, генерала, и там жили счастливо и сыто, насколько это было для нас возможно. Мама увлеклась огородничеством и снимала такие урожаи, что местные жители только ахали в восхищении! Живя в российской глубинке, они и слыхом не слышавшие об удобрении-



София Ковалевская



Юлия Ковалевская

ях или о том, что возможно самим выводить новые сорта овощей... А еще она сама научилась варить вкуснейший сыр, подобного которому я никогда в жизни не пробовала!

Лишь годы спустя я узнала, что это хрупкая, домашняя и уютная женщина была светилом химической науки, что именно ей принадлежал первенство в изучении нефти и без ее исследований не было бы сейчас нефтегазовых заводов в Советской России! Лермонтова лично сконструировала один из первых аппаратов для непрерывного процесса перегонки нефти. Некогда ее имя не сходило со страниц научных журналов, без нее не проходило ни одно заседание Русского химического общества, ее труды по химии изучались

в учебных заведениях, но когда я сама стала студенткой, имя химика Лермонтовой нигде не упоминалось. Лишь однажды в учебнике я наткнулась на химическую реакцию Бутлерова—Эльтекова—Лермонтовой, и, распристав старых преподавателей, узнала, что на самом деле была моя мама Юлия... Я была потрясена: в юности она отказалась от радостей жизни обычной женщины из дворянской семьи ради науки, а на пике творческой жизни добровольно ушла из науки ради дочери подруги, своей любимой Фуды, ради меня...

А вот что меня ничуть не удивило, так это то, что аппарат, изобретенный мамой для перегонки нефти, был признан лучшим в дуэции инженерами того времени, как наиболее щадящий для окружающей среды. Она всегда все делала лучше остальных... Правда, российских нефтепереработчиков вполне устраивали старые аппараты, и без усовершенствований приносили бы барыши...

Я похоронила маму Юлию в декабре 1919 года, она скончалась спустя три месяца борьбы за жизнь после кровоизлияния в мозг. Во время Первой мировой я как военный врач повидала немало героических поступков, примеров мужества и стойкости. Но истинной героиней для меня осталась моя вторая мама, вся жизнь этой маленькой женщины — большой подвиг, перед которым я склоняю колени. Спасибо тебе, мама Юлия».

Р. С. Архивы первой в России женщины-химика Юлии Вольфодовны Лермонтовой до сих пор еще полностью не изучены. Опубликована лишь малая часть ее исследований в области нефтепереработки, да и они активнее используются за рубежом, нежели на родине этого выдающегося ученого...

Подготовила  
Наталья АНДРИЯЧЕНКО.

# Сокровище Леонида Гайдая



Все мы помним и любим веселую историю о том, как скромный служащий «Гиппорыбы» Семен Семенович Горбунков отправился в заграничную поездку, после чего за ним потянулась вереница невероятных происшествий. Сегодня, спустя не один десяток лет после выхода «Бриллиантовой руки», особенно интересно вспомнить, как проходили съемки киношедевра

## По реальным событиям

В основу фильма «Бриллиантовая рука» лег реальный случай. Сценарист Яков Костюкович прочитал в журнале «За рубежом» о похожей истории про контрабандистов. Правда, на самом деле все произошло не в Стамбуле, а где-то в Аляске. Когда сценарий был утвержден, у Гайдая не было отбоя от помощников. Все лучшие декораторы, операторы и осветители хотели работать только у него. Киношный народ был уверен, что все время съемок они будут находиться на заграничном капиталистическом курорте. Каково же было разочарование съемочной группы, когда Гайдай во всеуслышание объявил, что снимать он будет в СССР. Так Баку превратился в Стамбул, город контрастов, внутренности приморского ресторана «Плакучая лая» снимали на «Мосфильме», а ради морских видов группа уезжала в Адлер. Весь сценарий «Бриллиантовой руки» Костюкович и Слободской писали специально под Юрия Никулина: «... На этот раз мы совместно с режиссером Гайдаем решились временно отказаться как от нашего героя Шурика,

так и от популярной тройцы... Юрий Никулин будет играть уже не Балбеса, а центральную комедийную роль. Это будет скромный служащий отнюдь не героического вида и нрава, волею обстоятельств попадающий в самую гущу опасных приключений...»

## Происки цензуры

К съемочной группе «Бриллиантовой руки» на все время был приставлен капитан КГБ, но еще до съемок сценарий прошел цензуру. Требования художества были многочисленны. В частности, сделать менее пассивной роль милиции, сократить эпизод в ресторане с чествованием шефа контрабандистов, убрать сцены с пионерами, которые его поздравляют, убрать реплики «как говорит шеф, главное в нашем деле — социалистический реализм» и «партию и правительство оставили на второй год», а в монологе управдома Глоуха («И вы знаете, я не удивлюсь, если завтра выяснится, что ваш муж тайно посещает синагогу») последнее слово заменить на «любовнику».

Цензура не понравилась также сцены пьянства главного героя, безалаберность

таможенников и др. Чтобы сохранить фильм в первоначальном виде, режиссер Леонид Гайдай пошел на трюк: добавил в конце фильма ядерный взрыв на море и заявил комиссии Госкино, что согласен удалять любые сцены, кроме этой. На вопрос о необходимости взрыва он ответил: «Неужели вы забыли о сложнейшей международной обстановке? Имperialизм размахивает ядерной дубиной!» Комиссия согласилась сохранить фильм без иных купюр, но только если будет убран взрыв, на что режиссер и рассчитывал.

## Методом проб...

Мнения худсовета по поводу исполнителя роли Козодрева разделились между Вициным и Мироновым. Гуревич, начальник актерского отдела, писал: «Вицин или Миронов? Выбор зависит от того, по какому пути мы пойдём. Если следовать старой традиции — Вицин. У Вицина получилось повторение ранее сыгранного, новой — Миронов». Сценарист Слободской писал: «Миронову в кино не везет... Убежден, что только Гайдай сделает из него комедийного героя». И ведь сделал! После «Бриллиантовой руки» Миронов стал всенародно любимым актером, как писали потом, судьба протянула ему свою «бриллиантовую руку». Актриса Клара Лучко вспоминала по-то-м о предложенной ей роли Анны Сергеевны: «В «Бриллиантовой руке» у меня была только фотопроба. Я шла по студии, навстречу шел Гайдай. Он окликнул: «Клара, хочешь попробовать сыграть мою картину?» Я говорю: «Знаешь, в купальнике мне сниматься не очень».

— «Ну давай попробуем!»... Мне дали какой-то купальник, рассказали сцену. Я попробовалась для фото, и все. Роли мне показались несерьезной. Я уехала сниматься в другой картину. А когда вернулась, Светличная уже была утверждена». Виктория Островская сыграла уличную пугану: «Я работала в театре в Днепродзержинске и приехала в Москву к маме, — рассказывает Виктория Григорьевна. — Актрисой здесь было не устроиться, а нужны были деньги, и я пошла работать диспетчером на автобазу. Я тогда была яркая, рыжая. Однажды ко мне на улице подошла женщина и спросила: «Вы не актриса?» Она записала мой телефон, меня вызвали на «Мосфильм» и утвердили по фотопробе. Мы поехали в Баку и быстро сняли мой эпизод. Текст, который я произношу, — тараварщина, в которую нужно было вложить смысл. Кстати, сначала сцену вырезали по цензурным соображениям и включили в фильм лишь спустя время».



## истории со съемочной площадки

Юрий Никулин вспоминал: «... Наш десятилетний сын Максим... снялся в роли мальчишка на острове... Когда Миронов только замаскировался ногой для удара, Максим уже начинал падать в воду. Чувствовалось, что Максим ждал удара. После того как испортили семь дублей, Гайдай громко сказал: «Вот! В следующем дубле Миронов не будет бить Максима, а просто пройдет мимо. А Миронову шелку: «Бей, как раньше. И посылней». Успокоившись Максим, не ожидая удара, нагнулся с удочкой и внезапно под себя получил припавший пиннок. Он упал в воду и почти плача закричал: «Что же вы, дядя Андрей?» Эпизод был снят». Сцена на рыбалке, когда Палапов выныривает из воды, долго не получалась. После очередного неудачного дубля замерзший Палапов, высушившись из воды, рывком в сердцах за ассистента: «Идиот!» Это было случайно заснято, а потом Гайдай вставил эпизод в картину. У Никулина никак не получалось поскользнуться на банановой кожуре. Тогда купили арбузы. Палал Никулин на надувной пляжный матрас, но на арбузную корку попасть никак не мог. Леонид Каневский предложил режиссеру заменить Никулина. На него надели ботики и туфли Никулина, а его мастерски поскользнулись. Так что нога в кадре его, а в Никулина.

«На съемках в Туапсе был еще один забавный эпизод, — рассказал оператор Игорь Черных. — В нем с Палапова рыболовным крючком стаскивают труссы. Снималась эта сцена в километре от пляжа, где затеряло много народа. Но ни сторонние люди, ни дамы из съемочной группы не смущали Анатолия Палапова, на котором из одежды осталось только ак-валанг». «В день прилета в Баку Леонид Гайдай увидел на трассе регулировщика, — вспоминал Игорь Черных. — И у него родилась идея, чтобы перед милиционером про шел верблюд. Но в Баку верблюдов

нет. Да и в свете картины он отсутствовал. Тогда ассистент режиссера Саша Бродский пообещал: «Будет вам верблюд!» На ночь он исчез, а к утру вернулся с верблюдом. Но ни тогда, ни потом не раскрыл тайну, где он его достал». «Всех актеров и членов съемочной группы разместили в гостинице «Горизонт» в Адлере, а подвале которой отвели место под костюмерную и реквизиторскую, — рассказывал Никулин. — В реквизиторской хранили моего «двойника» — сделанную из палье-маше фигуру моего героя Семена Семеновича Горбункова. Ее предполагалось сбрасывать с высоты 500 метров при съемке эпизода, где Семен Семенович выпадает из багажника, подвешенного к вертолету «Москвич».

Чтобы фигура не пылилась, ее прикрыли простыней. Так она и лежала на ящиках. Однажды любопытная уборщица, подметая, подвала, приподняла простыню и обнаружила мертвого артиста Никулина. Она, вероятно, подумала, что он погиб на съемках, и поэтому его спрятали в подвал. С диким воплем уборщица бросилась прочь. Через час о моей «смерти» знали не только в Адлере, но и в других городах нашей страны, потому что уборщица по совместительству работала в аэропорту. Узнав о моей «смерти», я немедленно позвонил в Москву маме. Получилась почти по Марку Твену: «Слухи о моей смерти сильно преувеличены». И хорошо, что позволил. Через день маму уже спрашивали о подробностях моей гибели». В «Бриллиантовую руку», кстати, затесался один незапланированный дубль. Это финальные кадры, где на голову Семен Семеновичу падает крик. Это была чистая случайность, окончившаяся для Никулина

осадиной и небольшим сотрясением мозга, но послушавшая эффектной концовкой комедии. Из-за травмы Никулина пришлось отказаться от съемок сценарной концовки фильма, в которой Надя радуется Семену Семеновичу извещением о грядущем пополнении в семействе.

## Безоговорочный успех

Отзывы худсоветов, который принимал картину, были в целом прохладными. Нелучшим образом критики отозвались и об актерской игре Нанны Мордюковой и Юрия Никулина. В рецензии появились следующие строки: «Миронову не везет в кино, он еще криклется», «Мордюкова слишком жирно играет, это безумная чересчур соблазнительная», «Никулин мог бы играть острее». Но, несмотря на язвительные замечания критиков, зрителям картина с первого просмотра понравилась однозначно. Фильм стал лидером советского кинопроката в 1969 году и сегодня входит в пятерку лучших картин за всю историю советского кинематографа. Почти каждая произнесенная персонажами фраза стала крылатой и вошла в фольклор. А песня «Про зайцев» стала популярной застольной.

Подготовила  
Алена ВОЛКОВА.



## Интересные факты и киноляпы

- В сцене, когда Семен Семенович наступит на арбузную корку и падает, вместо Юрия Никулина снимался Леонид Каневский. Это было связано с тем, что Юрий Никулин никак не мог попасть ногой в арбузную корку, выходило неестественно, а Каневский торопился, опаздывая на самолет. Актер сумел выполнить все, что нужно, с первого дубля, но дальше стояла проблема «совмещения», поскольку сцена была снята крупным планом. Подмыв так и осталась видна: когда ложится арбузную корку, видны корни не в туфли, а Никулин был собит в туфли черного цвета.
- В знаменитой сцене в летнем кафе Козодоев дарит жене Горбункова две красивые розы. А в процессе диалога оказывается, что в руках героини Гребенщиковой две красивые розы и одна белая!
- В эпизоде, где Миронов исполняет песню «Остров невезения», его герой в разных кадрах то причесан, то взлохмачен.
- Когда героиня Мордюковой произносит знаменитую фразу: «... Упрядом — друг человека!», по ее губам вместо слова «упрядом» ясно можно прочитать слово «человек».



# «УТОЛИ МОЯ ПЕЧАЛИ»

Название иконы Божией Матери «Утоли мои печали» далеко от первоначального. На самых старых списках надпись такая — «Утолимыя Пресвятая Богородица». Именно так называли икону в 18-м веке. А на одной гравюре того времени ее название поясняется так: «Образ Пресвятыя Богородицы Утолимыя утоляет жестокия раны и правит сердца человеческия». «Утолима» означает «утоляющая», укрощающая. И, стало быть, Богородицу просили утолить не только печали и болезни, но и людское жестокосердие.

На этой иконе Божия Матерь изображена держащей правой рукой Младенца Христа, у которого в руках развернут свиток со словами: «Суд праведный судите, милость и щедроты творите кийждо искреннему своему; вдовицу и сирю не насильствуйте и злобу брату своему в сердце не творите». Левую руку Богородица приложила к Своей голове, несколько склоненной набок, будто она прислушивается к молитвам всех обращающихся к Ней в печалих и скорбях.

Икона впервые была принесена в Москву казаками в 1640 году и помещена в храме Святителя Николая на Пушчах в Замоскворечье. Вследствие неоднократных перестроек храма икона оказалась на колокольне. Почитание иконы, как чудотворной, началось после исцеления от нее расслабленной женщины. Больная, жившая далеко от Москвы, долгие годы страдала тяжким недугом: у нее болели все части тела, особенно ноги, так, что она не могла ходить. Доведенная болезнью до полного изнеможения, она уже не надеялась поправиться. Различные медицинские средства не приносили ей желанного исцеления. Однажды, когда больная была в забытии, она увидела икону Божией Матери и услышала ее голос: «Вели везти себя в Москву. Там в Пушчах в церкви святителя Николая есть образ «Утоли



Радуйся, Твоими Матерними молитвами сына и Бога на милость к нам приклоняющая; Радуйся, Твоими молитвами праведный на нас гнев Божий утоляющая. Радуйся, Твоими ходатайствами грехи наших прощаящая; Радуйся, Ты во всяких бедах и нуждах нам помогающая...

моя печали»; молись перед ним и получишь исцеление».

В Москве больная осмотрела все иконы в храме во имя святителя Николая Чудотворца, но не нашла той, которая явилась ей в видении. Тогда священник попросил принести с колокольни находившиеся там

ветхие иконы. Когда внесли икону «Утоли моя печали», больная вдруг вскрикнула: «Она! Она!» — и перекрестилась. После молебна она приложилась к иконе и встала с одра здоровой.

Это чудо свершилось 25 января (7 февраля) 1760 года. С того дня совершается празднество в честь иконы. С иконы сделали список, который поставили в приделе Никольского храма в Пушчах. В этом храме хранились письменные свидетельства о многочисленных чудотворениях, по молитвам Божией Матери от Ее чудотворного образа. Особенно много чудес произошло во время чумы 1771 года. Позднее эти свидетельства были уничтожены огнем во время пожара.

В Москве прославились чудотворными списки иконы в четырех разных храмах: во имя святого Иоанна Крестителя на Покровке, во имя святых апостолов Петра и Павла на Новобасманной, во имя святителя Тихона Амафунского у Арбатских ворот, во имя преподобного Сергия на Рогожской. Сейчас чудотворная икона «Утоли моя печали» находится в храме во имя святителя Николая, «что в Кузнецках» (Никола-Кузнецкий).

С 1765 года чудотворный список с иконы был перенесен из Москвы в Петербург купцом Роговиковым. Он находится в храме Вознесения Господня.

## Молитва

Надеждо всех концов земли, Пречистая Дево, Госпоже Богородице, утешение мое! Не гнушайся нас грешных, на Твою бо милость уповаем, в нас пламень и покаянием ороси иззохоща сердца наша, очисти ум наш от греховных помыслов, прими молебны, от души и сердца со воздыханием Тебе приносимые. Буди о нас ходатаица к Сыну Твоему и Богу, и отврати гнев Его матерними Твоими молитвами, душевныя и телесныя язвы исцели, Госпоже Владычице, утоли болезни души и тела, утиши бую злых нападений вражеских, отыми бремя грехов наших, и не остави нас до конца погибнути, и печалию сокрушенная сердца наша утеша, да спасем Тя до последнего издыхания нашего. Аминь.





Уважаемые читатели!

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



Бывший муж выплачивает алименты нашему ребенку. Недавно у него родился ребенок от новой жены. Она сразу подала на алименты, хотя живут они вместе, соответственно, размер алиментов от моего ребенка уменьшится. Можно ли это как-то опротестовать в суде?

Чаще всего бывшим супругам не удается достигнуть соглашения об уплате алиментов, и взыскание алиментов необходимо производить в судебном порядке. Размер алиментов, взыскиваемых в судебном порядке, определяется с учетом правил, установленных статьей 81 Семейного кодекса РФ. Алименты на детей взыскиваются с отца путем установления ежемесячных платежей в долевом отношении к заработку (доходу) плательщика: 1/4 на одного ребенка, 1/3 на двух, 1/2 на трех и более. Размер этих долей может быть как увеличен судом, так и уменьшен с учетом материального положения сторон и иных заслуживающих внимания обстоятельств.

Помимо определения алиментов в виде доли к сумме заработка, суд по ходатайству стороны может рассчитать алименты в твердой сумме, если имеется хотя бы одно из следующих обстоятельств: родитель, обязанный уплачивать алименты, имеет нерегулярный меняющийся доход; родитель получает заработок полностью или частично в натуральной форме; родитель получает заработок полностью или частично в иностранной валюте; заработок или иной доход вообще отсутствует; а так же в иных случаях, когда взыскание алиментов в долевом отношении к доходу затруднительно или существенно нарушает интересы одной из сторон.

Размер алиментов в твердой денежной сумме устанавливается судом исходя из максимально возможного сохранения ребенку прежнего уровня его обеспечения (пункт 2 статьи 82 Семейного кодекса РФ). Изменение установленного судом размера алиментов возможно только по судебному решению (пункт 1 статьи 119 Семейного кодекса РФ).

Следует учитывать, что требование в суд об изменении размера алиментов может быть заявлено по месту нахождения взыскателя алиментов как плательщиком алиментов, так и их получателем. Основанием для уменьшения (увеличения) размера алиментов, установленного мировым судом, является изменение материального или семейного положения одной из сторон (пункт 1 статьи 119 Семейного кодекса РФ), причем как в сторону улучшения, так и ухудшения. К таким обстоятельствам могут быть отнесены увольнение с работы, рождение ребенка, вступление в брак и т.д. Данные обстоятельства должны быть подтверждены доказательствами, поэтому к исковому заявлению об увеличении (уменьшении) алиментов следует приложить соответствующие документы. Алименты могут быть уменьшены или увеличены при наличии и иных заслуживающих внимания обстоятельств (инвалидность, ограничение в дееспособности, поступление ребенка на работу и т.п.).

Суд обязан рассмотреть ваше прошение и учесть все обстоятельства дела. Однако окончательный размер выплаты суд установит в пределах заявленной суммы, с учетом материального положения сторон, нуждаемости ребенка и других заслуживающих внимания обстоятельств.



Муж попал в ДТП, машине три месяца, застрахована КАСКО и ОСАГО. Знакомые говорят, можно взыскать ущерб с виновника аварии в размере 10% от стоимости машины, если ей нет полугода. Действительно ли это так?

В большинстве случаев пострадавшие в ДТП возмещают полученные убытки путем обращения в страховую компанию. Вместе с тем законодательством установлены обстоятельства, при наличии которых причиненный ущерб необходимо взыскивать непосредственно с лица, признанного виновным в совершении ДТП. Прежде всего это касается случаев, когда размер причиненного ущерба превышает предельную сумму страхового возмещения. При этом виновник ДТП, застраховавший свою ответственность в порядке добровольного или обязательного страхования, возмещает потерпевшему разницу между страховым возмещением и фактическим размером ущерба.

В настоящее время на территории Российской Федерации действуют две системы страхования автомобиля – ОСАГО и КАСКО.

При страховании по ОСАГО предельные размеры страхового возмещения составляют в части возмещения вреда, причиненного жизни или здоровью каждого потерпевшего, не более 160 тысяч рублей. В части возмещения вреда, причиненного имуществу нескольких потерпевших, страховая компания выплачивает не более 160 тысяч рублей, а в части возмещения вреда, причиненного имуществу одного потерпевшего, – не более 120 тысяч рублей.

Страхование по КАСКО покрывает такие страховые случаи, как угон или ущерб. Стоимость страхового полиса КАСКО также зависит от марки автомобиля, стажа вождения водителя и количества полученных выплат владельцем автомобиля. При наступлении предусмотренного в договоре страхового случая страховая компания обязуется возместить лицу, в пользу которого заключен договор, причиненные вследствие этого события убытки в застрахованном транспортном средстве либо убытки в связи с иными имущественными интересами страхователя в пределах определенной договором страховой суммы. Вы можете взыскать с виновника ДТП только ту сумму, которая превышает страховое возмещение по страховым полисам.



# Счастлиное лакомство

Мороженое – прекрасный способ охладиться в жару и возможность пополнить организм витаминами, ведь в нем содержится много полезных микроэлементов. А еще мороженое, активизируя зоны головного мозга, отвечающие за ощущение радости, является настоящим эликсиром хорошего настроения. Правда, только в том случае, если оно качественное

## Достойный вариант

Среди других продуктов мороженое занимает одно из первых мест по богатству ассортимента. Можно выбрать на любой вкус: и покрытое шоколадной или фруктовой глазурью эскимо, и сливочное мороженое в вафельных стаканчиках... Но в магазинах есть много и таких десертов, в которых вместо даров буенки кокосовое, пальмовое или другое растительное масло. «Внешность» у настоящего молочного и растительного мороженого одинаковая, поэтому единственный выход узнать, что вам придется съесть на самом деле, – прочитать информацию на этикетке. Мы зачастую хватаем первый попавшийся стаканчик мороженого в лотке и мчимся к кассе, пренебрежительно относясь к проверке содержимого этикетки и внешнему виду продукта.

## Встречаем по одежке

Определить качественный или некачественный товар можно еще в магазине по упаковке, которая должна быть не повреждена и правильной герметичной формы. Если мороженое в стаканчике, значит, заполнение должно быть полным. Если упаковка прозрачная, смотрим, чтобы мороженое не было подтаявшим – в этом случае оно имеет деформированный вид. Ста-

ти, мороженое, изготовленное из растительных жиров, тает быстрее, из сливочных сохраняет форму в течение 15-20 минут.

Вес мороженого должен быть указан в граммах, но иногда производители пишут вес в миллилитрах, но это неправильно, ведь стаканчик объемом, к примеру, 80 миллилитров может весить меньше стандартных 80 граммов, а стоит будет столько же.

Далее смотрим дату выработки и срок годности. Если цифры смазаны и плохо печатаны, скорее всего, качество мороженого оставляет желать лучшего. По ГОСТу мороженое может храниться шесть месяцев. Но для некоторых производителей и этого мало, поэтому они при помощи искусственных добавок увеличивают этот срок до полутора лет. Главное, чтобы температура в морозильной камере была не ниже -18°C. Если в холодильнике теплее хотя бы на два градуса – мороженое из него брать не стоит. Герметичная целлофановая упаковка – надежная преграда на пути вредных бактерий, но через нее можно рассмотреть продукт. Выход один: покупайте мороженое, оно должно быть твердым. В пластиковой таре продукт достаточно безопасен, поскольку он лучше переносит транспортировку и сохраняет свои качества при хранении. И главное помнить, что по правилам структура и консистенция должны быть

однородными, плотными, без видимых кристаллов льда и комков жира. И ни в коем случае не должно быть консервантов, ведь холод это и есть гарант свежести.

## Выбирай на вкус!

По ГОСТу на упаковку мороженого должны быть слова «пломбир», «молочное» или «сливочное». Молочное – самое легкое натуральное лакомство, которое может быть нежирным, классическим и жирным. В сливочном содержится жира от 8 до 10%, и оно бывает только классическим. Самое жирное мороженое, в составе которого молочные жиры (в соответствии с ГОСТом их может быть от 12 до 20%), – пломбир. А если вы видите на упаковке вариации на тему «сливочное

с растительными жирами», «растительно-сливочное», «пломбир растительно-молочный» – это обозначает, что часть молочных жиров подменена растительными. Читать внимательно надо не только лицевую сторону этикетки – зачастую производители пишут крупными буквами слово «пломбир», а мелкими с тыльной стороны указывают в составе растительные жиры. Без добавок Е сегодня не обходится производство ни одного мороженого, но не всегда Е – это что-то вредное. Например, Е-401 продукт переработки морских водорослей, придает продукту густоту. Е-410 камедь рожкового дерева – природный продукт, получаемый из растительного сырья, используется для замедления процессов образования кристаллов льда.

Ароматизаторы и усилители вкуса – вторые по частоте употребления добавки. Видите надпись «ароматизатор клубничный» и «ароматизатор клубнично-ванильный» – это химия. Хорошо если на этикетке написано: «Из натуральных ягод и фруктов» и указаны те, которые растут в наших регионах, – клубника, смородина, клюква, вишня, яблоки. Импорт – на в счет, но если в отечественном лакомстве есть вкус киви, манго, банана и прочих экзотических фруктов, понятно, что без ароматизаторов здесь не обошлось. Но если вы не доверяете всяким «вшкам» и хотите полакомиться натуральным продуктом, не ленитесь и приготовьте мороженое сами.

Подготовила  
Анна МИХАЙЛОВА.

## Карамельное мороженое

1 литр 30%-ных сливок + 200 мл. В желтки, 150 г ванильного сахара, для карамели: 120 г ванильного сахара, 50 г воды (по желанию орехи).

Сливки ставим на огонь, доводим до кипения, но не кипятим. Желтки взбиваем с ванильным сахаром, затем вводим оставшиеся 200 мл сливок, продолжая энергично взбивать 10-15 минут. Далее теплые сливки пропускаем через сито, чтобы удалить пенку, быстро вливаем в яйца и начинаем мешать. Выливаем в чистую кастрюлю, ставим на медленный огонь и, постоянно помешивая, доводим до кипения, следя, чтобы масса загустела, а желтки не свернулись. В момент закипания массу снимаем с огня, 120 г сахара и 50 г воды смешиваем на сковороде и держим на огне, пока сахар не станет коричневым, затем быстро вводим в нашу массу, перемешиваем, выливаем в контейнер с плотно закрывающейся крышкой, охлаждаем и ставим в морозильную камеру на ночь.

## Капоната

1 кг баклажанов, 2 луковицы, банка маслин без косточек, 4 помидора, 60 г кедровых орешков по желанию, 600 г стеблей сельдерея, 1–3 ст. ложки каперсов или зеленых оливок, зелень базилика или петрушки, оливковое или растительное масло, крупная соль по вкусу, 50 г сахара, уксус по вкусу.

Баклажаны моем, нарезаем кубиками, пересыпаем солью и оставляем на час. Стебли сельдерея нарезаем небольшими кусочками и отвариваем 2–3 минуты в кипящей подсоленной воде, далее слегка обжариваем в масле. Отдельно обжариваем измельченный лук, добавляем каперсы, кедровые орешки, маслины и обжариваем все вместе еще 10 минут. Кладем помидоры, нарезанные небольшими кусочками, и готовим еще 20 минут. Баклажаны обжариваем отдельно до мягкости, затем соединяем все овощи, убавляем огонь, добавляем сахар, уксус и тушим до того момента, когда перестанет чувствоваться запах уксуса. Подаем охлажденной, посыпав зеленью.

## Суп куриный по-итальянски

Курица, морковь, стебли сельдерея, кинза, 2 луковицы, 5 картофелин, сок лимона.

Складываем в кастрюлю курицу, морковь, неочищенный лук, половину картофеля, чистим, но не режем, сельдерея, кинзу, заливаем водой и варим час. Выкладываем курицу и картофель в разные емкости. Бульон процеживаем, отливая стакан, который выливаем в емкость с картофелем. Даем пюре и вливаем в остальной бульон. Оставшийся сырой картофель нарезаем, добавляем в бульон и варим до готовности. Мясо режем, кладем в суп, заправляем лимонным соком и подаем к столу.

## Суп из цуккини

0,5 ст. риса, 2 ст. молока, оливковое масло, 2 цуккини, литр овощного или мясного бульона, 2 луковицы, 0,5 ст. сливок, по пучку петрушки и зеленого лука, соль по вкусу.

Цуккини чистим, режем и тушим до мягкости в молоке. Лук нарезаем, обжариваем в масле, добавляем цуккини, рис, заливаем бульоном и тушим 20 минут. Далее вливаем сливки, посыпав зеленью и подаем к столу.

## Клецки с сырным соусом

1 кг картофеля, 300 г муки, яйцо, соль по вкусу, 400 г жирной сметаны или сливок, 250 г мягкого сыра, веточка петрушки.

Картофель отвариваем в мундире, чистим и разминаем вилкой. Замешиваем из получившегося пюре, муки и яйца крутое тесто и оставляем на полчаса. После чего раскатываем в валики и нарезаем клецки. Для приготовления соуса нагреваем

# Buon appetito!

Ароматный и рассыпчатый рис с пармезаном и ветчиной на мясном бульоне, супчик на курином бульоне с добавлением овощей, паста с овощами – итальянские блюда готовятся быстро, выглядят красиво и очень вкусные



сметану или сливки, добавляем соль, понемногу сыр и держим на огне, пока сыр полностью не расплавится. Приготовленные клецки бросаем в кипящую воду. Когда всплывут, отжимаем воду, выкладываем в блюдо и поливаем приготовленным соусом. Украшаем петрушкой и подаем горячими.

## Ризотто по-венециански

40 г масла, зубчик чеснока, 150 г риса, 2 ст. мясного бульона или воды, луковица, 100 г замороженного горошка, 50 г ветчины, 100 г пармизана, сыр, перец и соль по вкусу.

Разогреваем масло, обжариваем ветчину, чеснок и лук, добавляем горошек, сырой рис, солим, перчим и тушим, подливая бульон, можно на сковороду или в духовке. Готовый ризотто посыпая сыром.

## Паста с овощами

По 2 болгарских перца и помидора, луковица, 1 ст. ложка сметаны, 100 г любых макарон, 2 ст. ложки оливкового или подсолнечного масла, 4 гвоздики, соль по вкусу, зелень петрушки.

Помидоры с одной стороны слегка надрезаем накрест, бросаем в кипяток секунд на 40, вынимаем, опускаем в холодную воду, снимаем кожицу и нарезаем ломтиками. Режем перец и лук. Макароны отвариваем. В хорошо разогретой сковороде в растительном масле обжариваем лук с гвоздикой. Как только лук станет прозрачным, добавляем болгарский перец и обжариваем до мягкости, затем помидоры. Через 3–4 минуты добавляем сметану, соль, все перемешиваем, вливаем 3 ст. ложки воды, в которой варились макароны, и готовые макароны перекладываем в

сковороду. Все перемешиваем, готовое блюдо украшаем резаной петрушкой.

## Фриттата

Ветчина, 9 яиц, луковица, 2 ст. ложки оливкового масла, 0,5 ст. замороженного горошка, 150 г вареных макарон, 100 г тертого сыра, перец и соль по вкусу.

Яйца взбиваем с солью, ветчину нарезаем, лук обжариваем. Добавляем ветчину, макароны, горошек, сыр, оставив столовую ложку, заливаем яйцами и готовим около 8 минут. Сверху посыпая сыром и запекаем.

## Соленый торт по-неаполитански

525 г муки, 275 г сливочного масла, 2 яйца + 2 желтка, 1 ст. ложка сахара, 1/2 ст. воды, 500 г творога, 50 г колбасы или ветчины, 250 г мягкого сыра или брынзы, 1,5 ст. ложки твердого тертого сыра, 1 стакан молока, мускатный орех, соль по вкусу.

500 г муки высыпаем горкой, в середину кладем 2 желтка, 250 г размягченного масла, соль, сахар и, понемногу добавляя воду, замешиваем тесто. Ставим его на полчаса в холодильник. В это время готовим начинку: пропускаем через сито творог, добавляем нарезанные кубиками мягкий сыр (брынзу), ветчину, 2 яйца, 0,5 ст. ложки тертого сыра и все перемешиваем. Достаем тесто из холодильника и раскатываем два диска. Первый диск кладем на противень, сверху равномерно распределяем начинку, накрываем другим диском теста, смазываем взбитым яичным желтком и выпекаем при температуре 180°C в течение 30–40 минут. Подаем остывшим с соусом: нагреваем молоко, 25 г слив. масла, мускатный орех, добавляем 25 г муки для загустения, 1 ст. ложку тертого сыра и держим на огне, пока сыр не растворится.



# Обед на даче

**Летний обед на даче, после кропотливых работ на грядках — сплошное удовольствие и наслаждение уютом, тишиной, щебетом птиц и вкусной едой! Главное, чтобы рецепты были простые, недорогие, а блюда готовились быстро!**

## Салат из печеных овощей

5 баклажанов, 10 помидоров, 10 болгарских перцев, подсолнечное масло, уксус, зелень, соль — по вкусу.

Подготавливаем угли, как на обычный шашлык. Нанизываем на шампуры баклажаны, болгарский перец, помидоры, каждый овощ отдельно. (Обжаривать начинаем с баклажанов, желательнее, чтобы угли еще горели). Обжариваем до тех пор, пока овощи не станут мягкими. Еще теплые очищаем от обгоревшей кожуры, у перца удаляем «внутренности». Все мелко нарезаем, перемешиваем, добавляем подсолнечное масло, уксус, соль и рубленую зелень.

## Быстросуп

1-2 банки рыбных консервов, 2 ложки плавленого сыра, 2-3 соленых огурчика, оливки по вкусу, картофель, морковь, лук.

Пока закипает вода, чистим картофель и на отдельной сковороде обжариваем лук, добавляем в него морковь и тоже прожариваем. В закипевшую воду кладем порезанный картофель, консервы, третий сыр. Когда сварится картофель, добавляем соленые огурчики и оливки — по желанию. Специи по вкусу. Чуть покипит и выключаем. Подаем со сметаной, посыпав зеленью.

## Салат «Дача»

250 г консервированной в масле горбуши, 3 отварные картофелины, 2 бол-

гарских перца, пучок редиса, 2 помидора, зелень, соль по вкусу, растительное масло для заправки.

Картофель чистим и нарезаем кубиками, болгарский перец — соломкой, редис — тонкими пластинками, помидоры — небольшими дольками, зелень петрушки измельчаем. Консервированную горбушу, не сливая масло, разминаем вилкой и кладем в салатник, добавляем картофель, редис, болгарский перец и зелень, солим, перемешиваем и заправляем растительным маслом.

## Хлеб с зеленью и чесноком

Длинный тонкий батон, размягченное сливочное масло, зелень, чеснок, соль по вкусу. Батон разрезаем поперек на до конца на толстые ломтики. Между ломтиками выкладываем по чайной ложке смеси: размягченное сливочное масло, много мелко нарезанной зелени, чеснок, соль. Заворачиваем батон в фольгу и выкладываем на решетку для гриля. Запекаем по минуте с двух сторон.

## Овощное рагу с тушенкой

Банка тушенки, средний баклажан, кабачок, луквица, 2 ст. ложки сметаны, 3 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка зеленого горошка, соль, перец и третий мушкетерский орех (по желанию).

Мелко рубленый лук смешиваем с мукой и обжариваем в масле до готовности. Добавляем к нему очищенный и мелко нарезанный кабачок и баклажан, обжариваем 1-2 минуты. К овощам добавляем сметану и тушим все вместе 7-8 минут. В овощное рагу кладем зеленый горошек без маринада, тушенку и готовим еще 3 минуты. При подаче на стол посыпав рубленой зеленью.

## Помидоры с сыром

Спелые мясистые помидоры, листочки свежего базилика, соль, смесь из разных молотых перцев, маслины и оливки. Сыр по вкусу — молодая брынза, сулугуни, моцарелла, сыр фета — любой мягкий сыр. Для украшения: листья зеленого салата.

Помидоры моем и сушим, делаем надрезы по кругу, прорезая не до конца (по типу «гармошки»). Можно каждый помидор разрезать пополам и положить срезом вниз. Нарезаем столько ломтиков сыра, сколько сделано разрезов, кладем в каждый по небольшому кусочку сыра и по листику базилика. Сверху посыпав солью, (если брынза несоленая), перцем. Кладем на лист салата и выкладываем на блюдо или на порционную тарелку. Рядом раскладываем оливки и маслины, которые также можно нафаршировать брынзой.

## Цуккини с сыром

2 цуккини, 150-200 г творога, соль, свежемолотый черный перец по вкусу, 1/3 стакана рубленой зелени петрушки, укропа, тархуна (любой — на ваш выбор). 2 измельченных зубчика чеснока, 3 ст. ложки растительного масла, листики молодого салата для украшения.

Нарезаем цуккини длинными полосками, посыпав солью, откладываем на 15 минут, затем обжариваем на сковороде до мягкости. Творог разминаем вилкой, добавляем измельченный чеснок, зелень, соль и перец, перемешиваем. На полосу цуккини выкладываем ложкой творог, скатываем в виде рулета и скрепляем зубочисткой. Украшаем листьями тархуна или молодого салата.

## Жареная рыба с овощами

500 г рыбы (судак, минтай, горбуша), 4 болгарских перца, 1-2 луковицы, 1-2 моркови, мука или панировочные сухари, растительное масло, соль, перец, зелень.

Рыбу нарезаем небольшими кусочками, солим, перчим. Накрываем крышкой, чтобы она не высохла, и оставляем на 3-5 минут помариноваться. Затем обваливаем рыбу в муке или сухарях. Жарим в масле примерно по 7-8 минут с каждой стороны, перевернув только один раз. Лук нарезаем полукольцами, морковь трем на терке, перец режем соломкой. Обжариваем лук в растительном масле до золотистого цвета, добавляем морковь, через 2-3 минуты болгарский перец, солим, перчим. Жарим 10-15 минут. На тарелку выкладываем рыбу и овощи, украшаем зеленью.



## Маринованная вишня

На 6–10 кг вишни – литр воды, 750 г сахара, 75 мл 9%-ного уксуса.

Ягоды моем, косточки удаляем. В подготовленные банки небольшого объема кладем палочки корицы и по 1–2 бутона гвоздики. Заполняем банки вишней доверху и заливаем кипящим маринадом: воду с сахаром доводим до кипения, снимаем с огня, заливаем уксусом и перемешиваем. Банки стерилизуем 10 минут и закатываем.

## Смородино-апельсиновый компот

На 3-литровую банку: 500 г смородины, 1–2 кружка апельсина, 2 л воды, 3 ст. сахара.

Смородину моем, веточки можно оставить. Высыпаем в банку подготовленные ягоды, кладем апельсин и заливаем кипятком сиропом (сахар предварительно растворим в кипящей воде). Если жидкости не хватает, можно долить кипятка до горлышка банки. Закатываем и укутываем до остывания.

## Каперсы по-домашнему

200 г молодых семян nasturii, маринад: на 1 л воды 1 ст. ложка 6%-ного уксуса, 50 г сахара, 2 ч. ложки соли, перец, лавровый лист.

Молодые семена настурции заливаем маринадом, доводим до кипения, варим 10 минут с момента закипания. Раскладываем по маленьким баночкам с закручивающимися крышками и храним в холодильнике. Такие каперсы можно использовать для заправки салатов, рассольников и супов.

## Огуречные «пальчики»

На 5–6 кг мелких и средних огурцов – 2 ст. ложки соли, по 1 ст. сахара и 9%-ного уксуса, 0,5 ст. растительного масла, 2 неполные ч. ложки молотого черного перца, пучок зелени петрушки, 3 головки чеснока.

Огурцы разрезаем в длину

на четыре части, смешиваем с солью, сахаром, маслом, перцем, уксусом, измельченными зеленью и чесноком и оставляем на 1–1,5 часа, периодически перемешивая. Укладываем вертикально в подготовленные литровые банки, заливаем выделившимся соком, стерилизуем 10 минут и закатываем.

## «Варенье» к мясу

500 г небольших зеленых помидор, 500 г сахарного песка, сок 1/2 лимона, 2–3 шт. красного перца чили (если любите поострее, можно больше), 200 г воды.

Зеленые помидоры заливаем кипятком на 1–2 минуты, перец чистим и мелко режем. Сливаем воду, помидоры режем дольками, добавляем сахар, воду, перец, сок лимона. Доводим до кипения, варим до прозрачности помидоров.

Горячее «варенье» разливаем по стерилизованным банкам и закатываем. Прекрасная закуска к мясу.

## «Сушеные» помидорчики

Помидоры, масло растительное, чеснок, базилик, розмарин, соль, острый перец.

Помидоры надрезаем крест-накрест, заливаем кипятком секунд на 30, далее перекладываем в холодную воду и очищаем кожуру. Затем разрезаем помидоры на 4 части и вынимаем серединку с семенами, чтобы получились «лодочки». Противень выкладываем бумагой, смазываем маслом, выкладываем помидоры, ставим в духовку температурой 100°C и сушим их минимум два часа, периодически постукивая, чтобы не пересохла. Помидоры должны быть слегка мягковатыми. Готовим заливку: в растительное масло добавляем измельченный чеснок, базилик, розмарин, немного соли, острый перец и приправы по вкусу.

Просушенные помидоры складываем в банку, заливаем маслом, закрываем крышкой и ставим в холодильник.

# Закрываашки



Наверняка каждая хозяйка, наряда с привычными рецептами закрывашек на зиму, хочет приготовить эдакое, чтобы и гостей удивить, и самой порадоваться

## Маринованный перчик чили

Перец чили, уксус 9%-ный, небольшие баночки с закручивающейся крышкой.

Перец чили моем, складываем в баночки и заливаем уксусом. Готово через три дня. Храним в холодильнике, а зимой на балконе. Срок хранения до трех лет.

## Огурцы по-корейски

4 кг огурцов, стакан сахара, стакан уксуса, стакан растительного масла, 3 ст. ложки давленого чеснока, 3 ч. ложки молотого черного перца, 3 ст. ложки соли, 1–2 ст. ложки сухой горчицы, 2 пучка зелени (укроп, петрушка).

Огурцы нарезаем кружочками, все компоненты смешиваем и оставляем на 3 часа, периодически помешивая. Перекладываем в стерильные литровые бан-

ки, стерилизуем 15 минут и закатываем.

## Помидоры в желе

На 1 л рассола: 3 ст. ложки желатина, 3 ст. ложки сахара, 1 ст. ложка соли и немного уксусной эссенции. Помидоры, репчатый лук, чеснок, укроп, гвоздика, черный перец горошком.

Желатин замачиваем в небольшом количестве воды (около двух часов). Варим рассол, охлаждаем, вливаем желатин в рассол и подогреем, чтобы растворился. Помидоры, порезанные на 2 или 4 части, раскладываем в банки, кладем лук колечками, перец 3–4 штуки, 1–2 гвоздики, корицу, укроп, чеснок. По желанию можно добавить порезанный болгарский перец. Банки заливаем рассолом с желатином и стерилизуем 0,5 л – 5 минут, 1 л – 10 минут. Из 1,5 литра рассола получается 10 банок по 0,6 л.



Росанка круглолистная.



Пузырчатка.



Венерина мухоловка.



Непентес.



## «Зеленые хищники»

*Хищные растения – настоящее чудо природы. Обитают они в бедных почвах, поэтому в процессе эволюции выработали уникальный механизм выживания – ловлю и поедание живой добычи. Сегодня в мире известно более 500 видов плотоядных цветков*

### Ужас из фильма

Помните, в фильмах ужасов часто появляется зубастое и кровавое растение, которое закрывает свою «пасть», как только герой в него попадает? Прототип этого монстра в реальной жизни – венерина мухоловка, растение Северной Америки. Но в отличие от киношного близнеца ее «пасть» в природе достигает не более 7 см и питается мелкими насекомыми. У мухоловки удивительные по строению листья: черешок широкий и плоский, а пластинка разделена на две округлые створки с длинными крепкими зубцами по краям. На створках есть чувствительные волоски, задача которых распознать осязавших на лист насекомых. Интересно, что чувствительные листы никак не реагируют на падающие травинки и прочие несъедобные частички – значит, они улавливают не только прикосновение, но и «мясной» запах жертвы. Осязав добычу, створки-ловушки моментально закрываются, это происходит за одну десятую долю секунды и является самым быстрым движением в растительном мире. Еще одно растение – непен-

тес – также приобрело голливудскую славу. Произрастает оно в тропических лесах Южной Азии. Растение состоит из лиан (длинной до 10 метров), на концах которых разноцветные цветоловушки, по форме напоминающие кувшины (в зависимости от вида непентесы от 3 до 40 см). В цветках скапливается дождевая вода, привлекающая жертву на водопой. Попадая в «кувшинчик», насекомое обречено, оно опускается в жидкость и тонет, выбраться ему не дает и острые реснички, расположенные на боковой поверхности цветка. В течение нескольких часов добыча переваривается. Ловушки непентесы приспособлены и к ловке крупной добычи: грызунов, жаб, даже птиц.

### Хищник по-нашему

Хищник, живущий в наших широтах (средняя полоса России), росичка круглолистная. Растет она на болотах или в болотистой влажной местности. Капельки на волосках ее листьев раньше принимали за росу (отсюда и произошло название), но оказалось, что это специфическая жидкость, при-

влекающая своим ароматом гниль насекомых. Севшая на капельку жертва прилипает к ней, и лист скручивается. Росичка переваривает добычу внутри листа-кулака, а после этого он вновь распрямляется. Непереваренные твердые остатки насекомого сдувает ветер, а волоски через некоторое время снова покрываются «росой» и готовы к охоте.

### Опасные «пузырьки»

Пузырчатка обитает в прибрежной зоне небольших водоемов со спокойной пресной водой и распространена почти всюду. У растения нет корней, поэтому насекомые – его единственная пища. Над водой видны только желтые с крапинками цветки «охотника», а стебель и листья с «пузырьками»-ловушками находятся в воде. «Пузырьки» (видоизмененные листья) имеют входное отверстие «с дверцей», открывающейся только внутрь. Рядом с «дверцей» есть длинные упругие волоски, которые «нащупывают» проплывающую мимо живность типа дафний или личинок ко-

мара. Почувств добычу, дверца мгновенно открывается, вода с силой втягивается в пузырек и улавливает за собой насекомых.

### Приручение строптивых

Плотоядные приобретают все большую популярность среди любителей экзотики, их можно выращивать в качестве комнатных или садовых растений, ведь для человека они опасности не представляют. Большинство «хищников» любит обильный полив (например, саррацения, венерина мухоловка, дарлингтония), поэтому лучше всего горшочек с цветком погружать в воду (дождевую или талую) до полного насыщения почвы влагой. Земляную смесь для растений из волокнистого торфа, мха и песка придется готовить самим, кстати, всем, кроме непентесы, нужна исключительно кислая почва. Есть и общие для всех домашних плотоядных рекомендации: высокая 80-90% влажность воздуха; температурный режим: летом – 22-26°C, зимой – не ниже 10°C. Для цветов не подходит глина, поскольку глина сохраняет в себе губительные для них соли. Если в помещении растению не хватает живого корма, на его листья нужно распылять специальные жидкие удобрения, заменяющие насекомых. Плотоядным необходимо много света. При недостаточности естественного освещения стоит обустроить искусственную подсветку.

Подготовила  
Екатерина МАШОШИНА.

# Предсказатели наши меньшие

Тысячи лет человек живет бок о бок с животными, и для него не осталась незамеченной удивительная способность братьев наших меньших предсказывать малейшие изменения погоды. Так, издавна известно, что мошара роняет к дождю, по той же причине неистово квакают лягушки, а муравьи закрывают все выходы из муравейника...

## Дикие «оракулы»

Буревестники, оправдывая свое название, жмутся ближе к берегу в ожидании шторма; чайки перед бурей с громким писком ходят по берегу и иногда даже зарываются в песок, стараясь скрыться от грозной морской стихии. Перед землетрясением обитатели дикого мира выбирают на открытое пространство, устремляясь подальше от эпицентра, ну а предчувствие цунами или извержения вулкана гонит животных не только из привычных мест обитания, но и из поселков, городов. И ученые не в первый раз с удивлением отмечают, что при крупных катаклизмах, часто влекущих за собой человеческие жертвы, практически нет погибших животных. Так, во время раскопок Помпей археологи обнаружили, что во время извержения Везувия, выражаясь языком телевизионных титров, ни одно животное не пострадало. Есть и более близкий нам пример: перед знаменитым цунами в Таиланде животные ушли от побережья и только бездомные «цари природы» бросились собирать ракушки, полюбив на отступающее море... Экстрасенсорными способностями обладают даже морские обитатели. Чего стоит один осьминог Пауль, ставший едва ли не главным действующим лицом чемпионата Европы 2008 и чемпионом мира 2010 годов! Сегодня ученые называют до 600 видов животных, которые могут выступать в

качестве предсказателей штормов и бурь. К тому же не было случая, когда они подавали бы ложную тревогу...

## Кошачья интуиция

С незапамятных времен люди, проживавшие на склонах действующих вулканов, обращали внимание на поведение своих устатых-полосатых, и если видели, что животные со всех лап бегут из дома, бажали следом. Кошачья способность предчувствовать опасность не подвела во время Второй мировой войны. Не случайно в Европе отлили специальную кошачью медаль со словами: «Мы тоже служим Родине!», которую вручали мурлыкам, спасшим наибольшее число человеческих жизней.

Так, одна из кошек по кличке Салли, едва почуяв надвигавшуюся угрозу бомбежек, бросалась к хозянке, а затем мчалась к бомбоубежищу и громко мяукала. Когда хозяйка заходила в укрытие, кошка перепрыгивала через изгородь, громко кричала, привлекая внимание соседей, и успокаивалась лишь, когда все жители близлежащих домов сидели в надежном убежище. Ко всеобщему удивлению, оказалось, что кошки могут предсказывать еще и человеческую смерть. Эту способность проявил кот Оскар, проживавший в доме престарелых американского штата Род-Айленд: животное приходило в палату к умирающим и находилось рядом с



Осьминог Пауль.



Коккер-спаниель Джерси.

ними до самого конца. Случалось так, что родственники запрещали пускать этого кота в палату, но старики уверяли, что присутствие пушистого мурлычащего зверя успокаивало всех находившихся в палате, а умирающие не испытывали страха смерти рядом с этой необычной сиделкой.

## Собачья преданность

Неожиданно выяснилось, что многие собаки предугадывают эпилептические приступы у детей. Впервые это обнаружил доктор Адам Киртон, в целях эксперимента привлечший 45 содержащих собак семей, с детьми которых случаются по меньшей мере один приступ в месяц. В результате оказалось, более чем в 20 семьях псы предупреждают ребенка и его родителей, как минимум, за две-три минуты до приступа.

Ну а о собачьих способностях к предвидению и говорить не приходится: недаром по народной примете собака воеет, когда чувствует несчастье или смерть.

Бывали случаи, когда миролюбивый пес внезапно вскакивал, хватал за шиворот малыша и выбегал с ним на улицу, а выбежавшие следом родители с ужасом ощущали сильные

подземные толчки. Случалось, что собаки спасали жизнь своим взрослым хозяевам: так, когда один американский фермер собрался в гости к приятелю — покататься на его частном самолете, кокер-спаниель Джерси мертвой хваткой вцепился в хозяйскую ногу, а когда тому удалось оторвать от себя внезапно взбесившегося пса, как следует его укусил. Гнев владельца не поддавался описанию! Но представьте себе его ужас, когда он узнал, что приятель разбился во время полета, врезавшись в скалу. Шокированный хозяин сменил гнев на милость, посчитав, что укушенная нога не идет ни в какое сравнение со смертью в авиакатастрофе.

Наблюдения ученых показывают, что практически все братья наши меньшие обладают экстрасенсорными способностями, возможно, присмотревшись к своему питомцу, вы их заметите. Даже если вы проживаете в сейсмоустойчивом районе, это не значит, что вы и ваши близкие ограждены от болезней и тревог, но наверняка внимательное отношение к поведению своего любимца поможет вам избежать многих неприятностей.

Подготовила

Ольга НАКОНЕЧНАЯ

# Древнейшее украшение человека



## Не безделушка, а признак эволюции

В древности клык волка, повешенный на шею, должен был отпугивать других хищников, оберегая своего хозяина от опасности. Клыки убитых животных или врагов, кости собирались вместе, назывались на жила и надевались на шею. Такие бусы выполняли сразу несколько ролей: это и устрашение, и демонстрация своих «подвигов», и оберег от злых сил. Первые бусы как украшение изготавливались из плодов водяного ореха, раковин моллюсков, персиковой косточки... Археологи находят бусы повсеместно и не только в местах великих древних цивилизаций (Майя, Ацтеков, Древнего Египта, Древней Греции), но и на стоянках древнего человека. Стремление наших далеких предков украсить себя – свидетельство их образного мышления, а значит, находка 85-тысячелетней давности доказывает, что цивилизации могли зародиться намного раньше, чем предполагают историки.

Стоило людям научиться варить стекло, как они тут же повскакивали изготавливать из него бусы. Бусинки делали односторонними, разных форм, украшали орнаментами, в них впалялись разнообразные «глазки». Самой сложной техникой было изготовление «мозаичных» бусин, они были самыми дорогими. Орнаментированные бусины служили оберегами от болезней и спла-

зов, но и указывали на социальный статус владельца.

Бусинами украшали волосы, головные уборы, расшивались ворот и рукава одежды, обувь. А бусы из натуральных камней, раковин, стекла использовались как деньги и служили для обмена.

Европейские путешественники и купцы за стеклянные бусы совершали торговые операции с аборигенами Африки, Америки. Жители многочисленных островов с удовольствием меняли их на золото и даже продавали за них людей в рабство. В странах Востока бусы меняли на пряности и шелка. На Русь бусы возились за пушниной.

## Модные тенденции

С веками бусы никогда не утрачивали свою актуальность и притягательность. Однако, как и у любой вещи, у бус была своя история моды.

С открытием золота начинался новый этап в истории ук-

рашений. На смену примитивным украшениям из камней и стекла приходил украшения из драгоценных металлов. Металлические бусы были как самостоятельной деталью, так и служили оправой для камня. Каждая такая бусинка была произведением ювелирного искусства.

В Западной Европе в период средневековья католическая церковь запрещала любые украшения. Зато у каждого был такой предмет веры, как четки. И модницы, недолго думая, стали надевать их на шею.

XVI век в Европе был назван «Золотым веком» жемчуга. А сам жемчуг стал украшением королей. Жемчуг не только носили на шее нитками в несколько рядов, но и расшивали им одежду, головные уборы. В XVII веке жемчуг был баснословно дорог, особенно ценились жемчужные серьги, поскольку подобрать пару одинаковых по размеру, форме и цвету натуральных жем-

чужин было очень сложно.

«Жемчуг всегда прав» – сказала Коко Шанель и сделала его наиболее демократичным украшением, которое идет любой женщине и подходит к любому костюму, и к вечернему платью. Она первая утвердила сочетание белого жемчуга с черным свитером, темным элегантным жакетом, маленьким черным платьем. Украшения с жемчугом – вечная классика, будь то маленькие жемчужные сержки или короткое кольцо «под шею».

Уже в XIX веке начали делать бусы из синтетических материалов. Но широкое распространение они получили только в 30-х годах XX века. Они имитировали дорогие и редкие материалы: стекло, драгоценные камни, металлы, жемчуг. Это было дешево, а значит, общедоступно. Сегодня на фоне «магазинного» разнообразия очень актуально и выигрышно смотрятся бусы, сделанные своими руками. История повторяется: в древнюю эпоху приходилось создавать бусы из подручного материала, потому что ничего другого не существовало. Сегодня, несмотря на невероятные возможности производства для бус «hand made», используется тот же подручный материал, но теперь уже более разнообразный. Вплоть до того, что их шьют из тканей и важут. И подчас сделанные украшения выглядят интереснее, нежели дорогостоящие.

Подготовила  
Вероника КАРАУЛОВА.

## Гадание на бусах

Гадание на бусах – древнейшая традиция стран Древнего Востока и Индии. Вот одно из гаданий, которым пользовались индийские девушки, чтобы узнать, за какого жениха предстоит выйти замуж. Гадать лучше всего втроим или вчетвером в полнолуние ночью. Подобраться три цвета бусин: белые, голубые и зеленые. Положить бусы в мешочек с небольшой дыркой, завязать и по очереди подбрасывать его над головой. Если из дырки выпадет белая бусина, «это означает, что девушка выйдет замуж за молодого; если голубая – за ровесника, а если зеленая – за старика. Может случиться, что из мешочка выпадет сразу несколько бусин. Если выпадут все три цвета, то девушке предстоит выбор жениха. Зеленые и голубые означают, что, оставшись вдовой, девушка выйдет замуж второй раз. А голубые и белые – мужа и любовника».

# Как на картунке



## Крестики-нолики

Играть в крестики-нолики можно не только на бумаге. Забавную игру можно изготовить из фетра. Чтобы игра получилась интересной, возьмите фетр разных цветов. Скройте вначале игровое поле размером 21х21 см. Для этого две одинаковые выкройки сшейте между собой, зигзагообразным швом «расчертите» поле на 9 квадратов (7х7 см). На картоне сделайте выкройку крестика и нолика в размер ячейки (7х7). Перенесите выкройки на фетр, обведите и вырежьте 10 крестиков и 10 ноликов. Так как фигурки будут набивными, то сшивайте по 2 детали между собой, наполняя пространство между ними ватой. В итоге получится 5 крестиков и 5 ноликов.

## Игольница на колесах

Оригинальную игольницу можно сделать из игрушечного грузовика. Помимо игрушки, вам понадобятся: плотная ткань (для верха), подкладочный материал, вата или синтепон, моментальный клей. Замеряем длину и ширину кузова и вырезаем из подкладочной ткани по этим размерам прямоугольник с закругленными концами. Из верхней ткани вырезаем большой круг, кладем на него выкройку из подкладочного материала, подгибаем края круга и наматываем, немного затягиваем нить. Наполняем синтепоном, затягиваем нить до конца и закрепляем. Промазываем клеем дно и бока кузова и помещаем внутрь подушечку.



## Бабушкины подушки

Диванные подушки можно обновить простым и доступным способом в стиле пэчворк (лоскутное шитье). Для этого вам потребуются лоскутки ткани контрастных цветов, лента для оборки и молния (длина зависит от размера подушки). Нарезаем лоскуты одинаковыми квадратиками, сшиваем их между собой (нужные длина и ширина полотна будут зависеть от размера подушки). По той же схеме кроим и шьем вторую сторону наволочки. Отутюживаем обе половинки. Берем оборку и вместе с двумя половинками наволочки пришиваем с изнанки по трем сторонам. Оставляем одну сторону нешитой, выворачиваем налицо, вшиваем молнию.



# Гороскоп на июль



## Рак (22.06 - 22.07)

Противоречия и конфликты с коллегами выбьют Раков из колеи. Вероятно, многие представители этого знака задумаются о смене места работы, однако воздержитесь от скоропалительных решений: во второй половине месяца ситуация переменится к лучшему. Проблем с финансами не предвидится, а основательно поднимет настроение общение с близкими людьми. Будьте внимательны: 13, 14, 15, 28, 29.

## Овен (21.03 - 20.04)

Овны успешно завершат начатые в прошлом месяце дела и составят планы для дальнейшего продвижения вперед за осуществление новых проектов звезды не советуют браться до первой декады августа. Теплые летние денечки заставят Овнов обновить гардероб, однако заранее спланируйте траты, иначе конфликтов с близкими не избежать. Здоровье неустойчиво, поэтому найдите время на полноценный отдых. Будьте внимательны: 7, 8, 20, 21, 22.

## Телец (21.04 - 20.05)

Производственные неурядицы останутся позади, а достойное вознаграждение не заставит себя ждать. Однако вас подстергают неприятности в сфере личных отношений: многие Тельцы разочаруются в своей второй половинке, что заставит всерьез задуматься о дальнейшем продолжении романа. Отправляясь в поездку, не забывайте об осторожности: вероятность травмированных ситуаций в этот период наиболее высока. Будьте внимательны: 9, 10, 23, 24.

## Близнецы (21.05 - 21.06)

Одни представители этого знака надумают что-то изменить в существующих отношениях, другие примут непростое решение расстаться и вновь отправятся на поиски счастья: в любом случае фортуна будет благосклонна, и перемены пойдут вам на пользу. Личная жизнь отнимет немало времени и сил, но это нисколько не помешает решению производственных задач, с которыми вы успешно справитесь. Будьте внимательны: 11, 12, 25, 26, 27.

## Лев (23.07 - 23.08)

Львы разрешат все служебные неурядицы и отправятся на заслуженный отдых: увлекательное путешествие принесет новые знакомства и оставит немало приятных впечатлений. Финансовое положение благополучно, приобретения для дома будут удачными, однако совершайте покупки без суеты и спешки, в противном случае вы можете приобрести массу ненужных вещей. Будьте внимательны: 1, 2, 3, 4, 16, 17, 30, 31.

## Дева (24.08 - 23.09)

Несмотря на разногласия с коллегами, вы добьетесь успеха и получите шанс продвигаться по служебной лестнице. На финансы вам жаловаться не придется, но вероятны крупные затраты, поэтому не торопитесь тратить деньги на пустяки. Проведенные в хлопотах дни принесут ощущение усталости, так что предоставьте себе возможность отдохнуть так, как вы этого хотите. Будьте внимательны: 5, 6, 18, 19.

## Весы (24.09 - 23.10)

Макушка лета подарит Весам новые знакомства, увлекательные поездки и яркие впечатления. Одиноким сердцам звезды откроют судьбоносную встречу, влюбленные задумаются о создании семьи, а устоявшиеся союзы насладятся гармонией в отношениях. На службе вас ждет привычная рутина, а финансовая ситуация благополучна, так что ничто не помешает вам полноценно отдохнуть. Будьте внимательны: 7, 8, 20, 21, 22.

## Скорпион (24.10 - 22.11)

Скорпионов ожидают новые интересные предложения, однако звезды советуют проявлять осмотрительность в командировках: некоторые поездки сложатся не так удачно, как бы вам хотелось. На протяжении месяца вы будете испытывать финансовые затруднения, но в третьей декаде июля ситуация изменится к лучшему. Общение с родственниками поднимет настроение, а близкие порадуют вас приятным сюрпризом. Будьте внимательны: 9, 10, 23, 24.

## Стрелец (23.11 - 21.12)

Финансовая ситуация складывается неровно: вам предстоит крупные расходы, вероятно, близким людям понадобится материальная помощь, но не волнуйтесь: любые приобретения в этот период будут удачными, а долги вам вернут в течение месяца. Не торопитесь браться за осуществление новых планов: необдуманные решения пользы не принесут. Будьте внимательны: 11, 12, 25, 26, 27.

## Козерог (22.12 - 20.01)

В первой половине месяца работы будут непростыми, но благодаря своей дипломатии вы справитесь с любыми трудностями. Финансовая ситуация стабильна: деньги будут поступать регулярно в течение всего месяца. Влюбленные порадуются гармонии в отношениях, а вот супружеским парам предстоит пережить конфликты и недоразумения: отношения спасет лишь ваше умение услышать супруга. Будьте внимательны: 13, 14, 15, 28, 29.

## Водолей (21.01 - 19.02)

При общении с коллегами Водолеям придется проявить осторожность, иначе в конечном итоге виноватым окажется вы. Больших доходов не предвидится, но и крупных расходов не ожидается, а все запланированные покупки будут удачными. Звезды общаются с неожиданными встречей, однако если вы нашли вторую половинку, добавьте немного романтики в уже сложившиеся отношения. Будьте внимательны: 1, 2, 3, 4, 16, 17, 30, 31.

## Рыбы (20.02 - 20.03)

Для Рыб наступают прекрасное время любви, не бойтесь браться с головой в омут чувств: головокружительный роман из пылкого фейерверка страстей перерастет в сильное глубокое чувство. Личная жизнь займет практически все время, но не запускать решение служебных задач. В этом месяце предстоит большие траты, так что заранее спланируйте расходы. Будьте внимательны: 5, 6, 18, 19.



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

**Михаил, Респ. Татарстан.**  
52 года, рост 175, вес 82. Бывший военный, скромный, среднего достатка, разведен. Трое взрослых детей живут отдельно. У меня свое жилье, есть машина, работаю, не курю, к алкоголю равнодушен, православный. Для семейного уюта, взаимопонимания, любви и согласия познакомлюсь с женщиной в возрасте 37-47 лет, полноватой, славянского происхождения для создания семьи.

Адрес: 422520, Респ. Татарстан, г. Зеленодольск, главпостамт, д/в, п/п 9209900770, Михаилу РАСОВСКОМУ.  
Телефон 8-906-321-49-14.

**Татьяна, Респ. Башкирия.**  
38 лет, рост 160, вес 75. Верная, добрая, заботливая, хозяйственная. Люблю природу, животных. Хобби - кулинария, вышивание, вязание. Люблю создавать домашний уют. Я и мой сын ждем доброго, парадочного, заботливого мужчину, который ценит семейное счастье.

Адрес: 452685, Респ. Башкортостан, г. Нефтекамск, ГОС - 5, а/я 65, 452685, Татьяне ЕРЕМИНОЙ.  
Телефон: 8-917-418-38-34, 8-927-344-08-89.

**Сергей, г. Смоленск.**  
32 года, рост 180, вес 78. Глаза синие-зеленые, волосы русые. Профессии художник-оформитель. Занимаюсь спортом: большой теннис, шахматы, легкая атлетика, участвовал в соревнованиях, имею награды. Много времени уделяю искусству, наверно, поэтому один. Люблю детей, мечтаю создать семью и посвятить себя без остатка близким. Отвечу на письмо с фото.

Адрес: 214027, г. Смоленск, ул. Котовского, д. 25, кв. 25, Сергей.

**Наталья, Кировская обл.**  
23 года, рост 168 см, вес 68. Добрая, привлекательная, без вредных привычек. Желаю познакомиться с мужчиной для серьезных отношений или дружеской переписки. В письмо вложите конверт с обратным адресом.

Адрес: 613209, Кировская обл., г. Векса Холунца, п/о Федосина, Л. Г. Сюткиной (для Натальи).

**Юрий, Липецкая обл.**  
42 года, рост 172, вес 64. Добрый, без вредных привычек, материально и жильем обеспечен. Имею массу увлечений: техника, музыка, игра на гитаре, неплохо пою. По гороскопу Дева. Я человек общительный. Женат не был, хотя была неразделанная любовь. Детей нет, но очень хотел бы их иметь от любимой и любящей жены. Хочу создать семью с симпатичной девушкой до 35 лет, не склонной к полноте, можно с ребенком, вдовой или разведенной, главное, чтобы была доброй и общительной, хозяйственной, с серьезными намерениями.

Адрес: 399059, Липецкая обл., г. Грязь-9, ул. Хлебозаводская, д. 28, Юрию Александровичу ВИНОВАТОВУ.

**Владимир, Московская обл.**  
32 года, рост 180, вес 80. Русые волосы, глаза карие. Простой деревенский парень, незлупый, добрый и открытый. Мечтаю о второй половинке, хочу отдавать сердце без остатка и получить тебе взамен. Всегда хотел, чтобы рядом был преданный и любящий человек. Я был женат, есть сын, которого люблю, живее, к сожалению, не со мной. Мне нужна добрая, милая, открытая девушка для создания счастливой семьи для которой главное любовь.

Телефон 8-926-782-22-70, после 20.00.



**Алла, Воронежская обл.**  
34 года. Инвалид II группы. Познакомлюсь с парнем 34-38 лет для создания семьи, желательно из Воронежской области. Соедасна на переезд. Жду письма с фото и укажите рост. Пьющие, из МЛС не беспокойте.

Адрес: 396790, Воронежская обл., г. Богучар, ул. Кирова, д. 68, кв. 11, Алле Яковлевне ЧЕСНОВОЙ.

**Леди, г. Киров.**  
Успешная, состоятельная бизнес-леди ищет любовь своей жизни и будет рада общению с образованным, незащищенным, порядочным мужчиной с чувством юмора. Отвечу всем. Конверт с обратным адресом обязателен.

Адрес: 610030, г. Киров, до востребования, Н. Г. Прозоровой (для Н.Н.).

**Мужчина, Краснодарский край.**  
44 года. Был уверенно стоящим на ногах фермером, но остался с разбитым хозяйством. Было много друзей, но в трудную минуту рядом никого не оказалось. Сейчас работаю, но этой зарплате не хватит, чтобы погасить долги. Надеюсь, есть где-то состоятельная женщина, которая может решить мои финансовые проблемы. Я же для этой женщины готов стать кем угодно - сыном, внуком, другом.

Адрес: 353885, Краснодарский край, Приморско-Алтарский р-н, ст. Ольгинская, ул. Западная, д. 108, С. Д. НЕЩАДИМ.



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

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



# Анекдоты



Отправил девушке sms: «Этот абонент просит вас выйти за него замуж». Получил ответ: «Уважаемый абонент, на вашем счете недостаточно средств для данной операции».



Копбасу, которая стоит меньше 200 рублей за килограмм, можно есть в пост.



У человека в течение жизни отмирают нервные клетки, а спокойные остаются.



Интернет — как пус-той холодильник: знаешь ведь, что ничего путного там нет, но все равно все время заглядываешь и смотришь.



В салон самолета заходит бортпроводница:

— Уважаемые пассажиры! У нас отказали оба двигателя и до аэропорта мы недотянем... Зато вы можете заказывать любые спиртные напитки бесплатно и без ограничений.



— Мама, у меня две новости: плохая и хорошая. С какой начать?



— С плохой.  
— Я получил двойку.  
— А хорошая?  
— Мой друг Костя исправил мне ее на четверку.



— Ирается работа?  
— Ага.  
— Какие планы после работы?  
— После работы на пенсию уйду.



— Дорогая, скажи мне те знаменитые три слова, которые навеки связывают людей!

— Дорогой, я беременна!



— Почему тебя вчера в школе не было?  
— А у меня старший брат заболел.



— А ты-то тут при чем?

— А я на его велике катаюсь.



— Что нужно делать, чтобы коро-ва меньше ела и больше давала молока?



— У меня жена на интересную диету села, не ест после шести часов!



— И как она выдерживает?

— Обычно часов до семи.



— Доктор, я съел пиццу вместе с упаковкой. Я умру?

— Ну все когда-нибудь умрут...



— Все умрут!

Ужас, что я на-делал!..



— На кого учишься в ин-ституте?

— «Экономика и управление на транспорте»!

— Так бы сразу и сказал — кондук-тором будешь.



Один холостяк

жалуется другому:

— Купил кулинарную книгу, а там ни один рецепт мне не подходит.



— Почему?

— Все рецепты начинаются с фра-зы: «Возьмите чистую кастрюлю...»



Блондинка звонит врачу:

— Алло, доктор, помогите. У моей сестры болит голова и темпера-тура.



— Высокая?

— Да, метр восемьдесят три.



Мальчик говорит отцу:

— Послушай, пап, дай мне 100 рублей!



— Сынок, мне кажется, ты уже до-статочно большой для того, чтобы просить у меня мелочь.



— Ты прав, пап. Дай тысячу!



— Как служба в полиции?

— Пока ничего. Но, говорят, что это только первая половина реформы.



— А что будет во второй?

— Полицию переименуют в жан-дермерию.



— Я предлагаю ввести в школу уроки полового воспитания.



— Зачем?

— Ну надо же как-то детей в школу заманивать!



## ГОВОРЯТ ДЕТИ:

Катя (3 года 7 месяцев).  
Просит маму:

— Мама, ну купи мне собаку!  
— А ты будешь за ней ухаживать?  
— А ты мне здоровую купи!

\*\*\*

Олег (4 года 4 месяцев).  
Мама спрашивает у сынишки:

— Олег, а кто тебе Ира?

— Подруга.

— А кто тебе Антон?

— Подруг.

\*\*\*

Денис (4 года 6 месяцев).  
Мама работает, папа работает,

и я тоже работаю.

— Кем же?

— Я работаю ребенком в садике.

\*\*\*

Лиза (4 года 8 месяцев).  
Обнимает маму и спрашивает:

— Мама, такой приятный запах, а чем у тебя волосы пахнут?

— Персиком.

Лиза удивленно смотрит и

говорит:

— Ты что, персиками голову моешь?

\*\*\*

Женя (5 лет 4 месяцев).  
Мама ругает сына:

— Ты почему в садике дрался?

— Я не дрался. Я только Оле-гу дал сдачи, а он потом стал драться.

\*\*\*

Афоризмы

Мечты — это когда дума-ешь, что будет лучше, чем бу-дет.

Ностальгия — это когда думаешь, что было лучше, чем было.

Реальность — это когда есть, что есть.

А счастье — это когда не думаешь, что есть, что было и что будет.

\*\*\*

Неважно, сколько дней в твоей жизни — важно, сколько жизни в твоих днях.

\*\*\*

Экономика — это способ тратить деньги без всякого удовольствия.

\*\*\*

Если ты не буднична — значит, ты не буднична.

\*\*\*

Если ты не буднична — значит, ты не буднична.

\*\*\*

Если ты не буднична — значит, ты не буднична.

\*\*\*

Если ты не буднична — значит, ты не буднична.

\*\*\*

Если ты не буднична — значит, ты не буднична.

\*\*\*

Если ты не буднична — значит, ты не буднична.

## ОТРЫВКИ ИЗ ШКОЛЬНЫХ СОЧИНЕНИЙ



Базаров любил разных насюкомых и делал им прививки.

Аммиак получают синтаксическим способом и применяют для выведения человека из бессознания.

Богдан Хмельницкий послал русскому царю телеграмму.

Шаловливые белокурые локонь выбивались из-под ее кружевного фартука.

В «Вечерах на хуторе близ Диканьки» Гоголь описывает ведьм, леших и прочих безобразных личностей того времени.

Ударной работой Чехова было изображение интеллигенции.

Борис Годунов был помещик, он старался поступить на место царя.

Вдруг Герман услышал скрип рессор. Это была старая книжка.

Будучи еще мальчиком, его мать упала с дерева.

Войский стал попытаться, кто его убил, но никто не знал.

Грушницкий тщательно целил в лоб, пуля оцарапала колено.

Душа Татьяны полна любви и ждет не дожидается, как бы обдать ею кого-нибудь.

Запорожская Сечь привлекала Тараса потому, что там было военных училище.

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

Кактус упал на кота и завыл от боли.

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

Однажды мудрый Диоген вернулся к своей бочке, а ее нет! После этого он стал еще мудрее.

## Невыдуманнные истории

У моей подруги сыну 10 лет. Он завел себе тетрадку-анкету, где есть вопросы, на которые его близкие и друзья должны отвечать (например, твое любимое время года, любимый фильм и так далее). Один из вопросов был - твой любимый день недели. Его мама ответила на этот вопрос так: «Мой любимый день недели - понедельник, потому что в этот день родился мой любимый сын». Ребенок сказал радостно:

- Мама, тебе так повезло, что ты меня родила в понедельник! Тебе ведь не надо было идти на работу в этот день!

Дело было на 4-м курсе. Последнее занятие перед экзаменом. В аудитории собрался весь поток. Преподавательница просит нас выучить хоть что-нибудь.

Чтобы получить «удовлетворительную» оценку. Один из студентов спрашивает: «А если на экзамене вообще все забудем?» Тут преподавательница успокаивает: «Ну тогда я вам дам наводочку». Естественно, для нас «на» прозвучало предлогом. Все в аудитории рассмеялись.



## Летний дождик

Голубее небо в блестях,  
Дождик, солнцам ослепленный,  
Щедро брызгает на землю  
Струи жидкого стекла.  
Словно частою расческой  
Поправляют кроны кленов,  
И любуются деревья,  
Глядя в лужи-зеркала.

Под лазурным небосводом,  
Под июльским теплым душем  
Оживают и сияют  
Овежей зелянью кусты,  
Утомленная природа  
Летний дождь встречает  
тушем.

И наряды примеряет,  
Как в салоне красоты.

Спрятка зонтик, он не  
нужен.  
Видишь, солнышком подсвечен,  
Поднимается над лесом  
Семцветный оком?  
Босиком по мокрым лужам  
Побежим ему навстречу

Так, как бегали мы в детстве,  
Взявшись за руки, вдвоем!  
Евгений МЕРКУЛОВ.

## Выходной

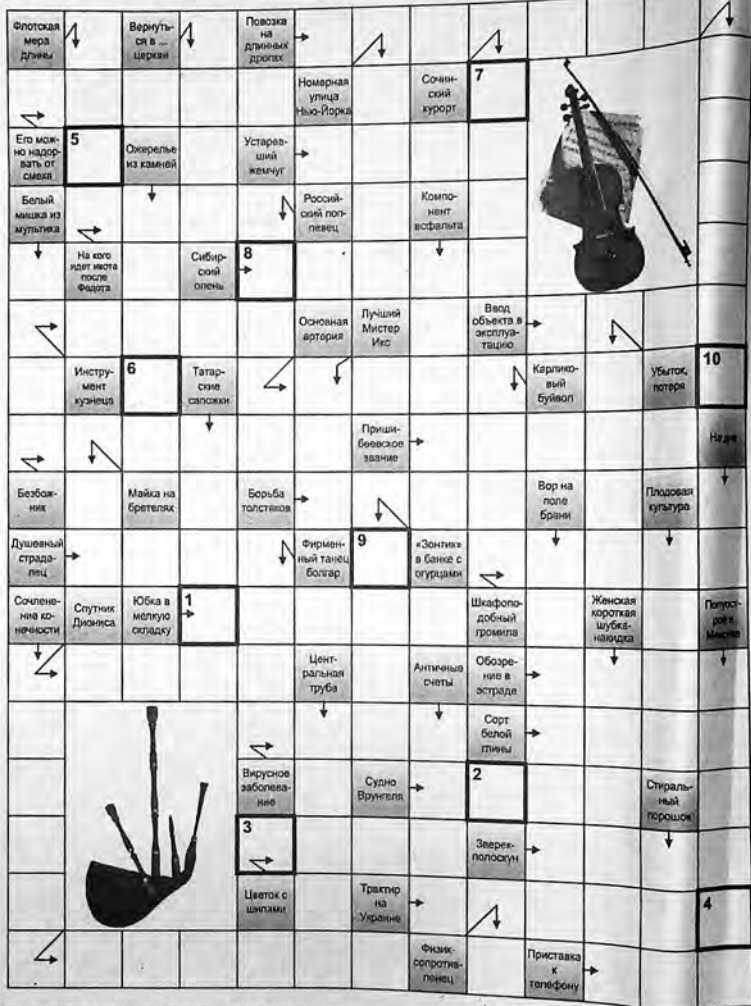
С улыбочкой проснуться в выходной,  
едва прольется в окна свет дневной,  
и лучик закружится надо мной  
и ласково потрогает ресницы,  
задержится немного на щеке,  
окажется, скользнув, на потолке,  
оставив штрих на книжном корешке,  
сплетется с традесканцией в косицы.

Лежать и слушать резкий говорок  
взволнованных задиристых сорок,  
смотреть, как раздувает ветерок  
прозрачно-невесомый парус тюля,  
и чувствовать волнение в груди,  
и знать, что день прекрасен

вперед,  
беспроблемно в это верить и  
вдохнуть с блаженством запахи июля.

Прервать, чуть-чуть понажившись,  
мечты,  
бегом на кухню - мама у плиты,  
почуствовав, как кушать хочешь ты,  
протягивает с блинчиками блюдо,  
и сметану обмакнуть один - и в рот,  
потом другой - в густой

янтариный мед,  
урча от наслаждения, словно кот...  
воскресное обиденное чудо!  
Ося БЕЛЕНЬКИЙ.



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.

[illegible]

**ВЫИГРАЙ  
ПРИЗ**

Первый - 700 руб.  
второй - 500  
третий - 300

А поскольку писем придет явно больше трех, победителей определит жребий.

**Желаем удачи!**

# В следующем номере:

## Людмила Гурченко: как птица-феникс



Талантливая актриса, законодательница мод и просто неподражаемая женщина... Жизнь порою баловала ее, а порою жестоко обижала, но она всегда умела смеяться в лицо невзгодам.

## Винная ягода

Думаете, из винограда с ваших участков можно готовить только домашнее вино? А вот и нет! Мы предлагаем вам много других кулинарных идей из винной ягоды.



## ВКУСНАЯ ТЕРАПИЯ

Сокотерапия повышает очистительную способность организма, заряжает энергией, обогащает витаминами и минералами. Во время нее внутренние органы работают интенсивнее, а организм быстрее избавляется от накопленных шлаков.



## Прогноз, еще прогноз...

Что ждет нашу планету в 2012 году? Будет ли конец света? Что говорили про этот год известные предсказатели разных времен, и какие прогнозы по этому поводу дает современная наука.



## Пресс-Коктейль

для женщин  
(ежемесячное издание)  
7 (88) Июль 2011 год  
Учредитель: ООО «Будуар»

Светлана АНДРЕЕВА - главный редактор  
Анастасия АНДРЕЕВА - выпускающий редактор  
Дмитрий ДУБИНИН - дизайн и верстка  
Юлия МАЛЬЦЕВА - редактор раздела социальных проблем  
Ольга НАКОНЕЧНАЯ - редактор раздела культуры  
Дарья МОРОЗОВА - редактор раздела моды и красоты

Адрес редакции:  
305044, г. Курск,  
ул. Ухтомского, 43.  
Телефон для справок  
(4712) 34-25-31;  
факс (4712) 34-25-31;  
E-mail: press-kokteyl@mail.ru

Газета зарегистрирована в Министерстве Российской Федерации по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. Свидетельство о регистрации ПИ №ФС 77-29572 от 21.09.07.

Редкция знакомится с письмами читателей, не вступая в переписку. Мнение редакции не всегда совпадает с мнением авторов.

Письма по почте рукописи не рецензируются и не возвращаются. Литературная обработка писем осуществляется редакционным коллективом.

Использование материалов без письменного разрешения редакции запрещено.

Ссылка на ежемесячник «Пресс-Коктейль» при цитировании обязательна.

При подготовке номера использовались материалы следующих изданий и Интернет-сайтов: Сестродолина, Elle, Glamour, Uval.ru, peoples.ru, www.anekdot@mail.ru, www.humor-advice.narod.ru, www.kidnet.org.ru, www.podkat.ru.

Номер подписан в печать 24.05.11. Заказ № 123.

Газета отпечатана в «Пресс-Лайн», г. Курск, ул. Ухтомского, 43.

По всем случаям полиграфического брака обращаться в типографию.

Телефон производственного отдела (4712) 34-25-31. Тираж 70 000 экз. Цена свободная.

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

## Не опоздай на раздачу слонов



Спасибо всем, кто прислал правильный ответ на призовой сканворд, опубликованный в № 5 (май).

Трех победителей определил жребий

**ПЕРВЫЙ ПРИЗ (700 рублей)**

получает **З. А. Кукуверова, г. Клинцы.**

**ВТОРОЙ ПРИЗ (500 рублей)**

получает **Н. И. Максимушкина, Респ. Карелия, г. Петрозаводск.**

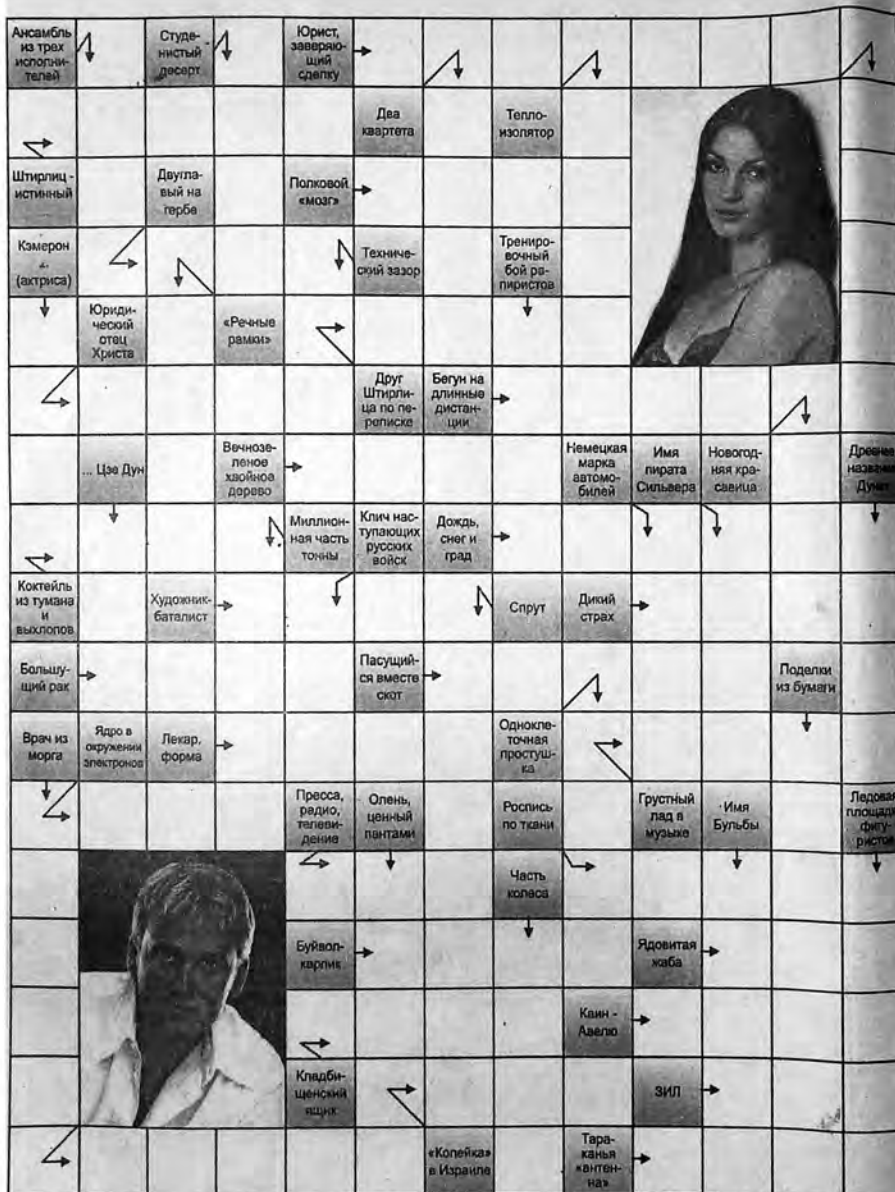
**ТРЕТИЙ ПРИЗ (300 рублей)**

получает **Л. Ф. Тимохина, г. Туапсе.**

**Поздравляем! Желаем удачи!**







По горизонтали: нотариус, впрямь, опер, Юсиф, Иосиф, Стайер, тисс, смор, осадок, Рыбо, жука, снар, стадо, маэр, минор, атом, СМН, батык, внод, ала, гроб, офер, агар, ани, Машат, унк.  
По вертикали: Дяас, аяном, трип, Мао, рудно, жале, грамм, люфт, ура, мапан, окрет, осьминор, аско, обод, асбест, амеба, вулк, Джон, Тарас, вика, опрамн, Семмрр, литр, калок.

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД