

# ОТКРОВЕНИЯ

## ЗВЕЗД



№4 март 2016



ФОТО В. ГОРЯЧЕВА

### НОВАЯ ЖИЗНЬ ИРИНЫ БЕЗРУКОВОЙ

# «Я ВЫБИРАЮ - БЫТЬ СЧАСТЛИВОЙ!»

Стр. 10



ФОТОДОМ.RU

Стр. 32

### ВДОВА ОБОДЗИНСКОГО: «ОН БРОСИЛ СЦЕНУ, ЧТОБЫ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ НАРКОТИКОВ»

Стр. 4

### ИВАН УРГАНТ: НЕУЖЕЛИ ВСЕ-ТАКИ РАЗВОД?



### КАК ПОХУДЕТЬ ЗА МЕСЯЦ

Стр. 24, 60

### СОВЕТЫ ЗВЕЗД + ДИЕТА ЕЛЕНЬ МАЛЫШЕВОЙ

ФОТО В. ГОРЯЧЕВА

# КРАСОТА. УСПЕХ. ЗДОРОВЬЕ



## ЭНДОРФИН

Антидепрессант последнего поколения, позволяет справиться с раздражением и чувством тревоги. Препарат снижает тягу к алкоголю и опиатам в профилактике и реабилитации зависимостей. Способствует выведению почками и печенью продуктов метаболизма, а также улучшению секреторной функции поджелудочной железы и печени.



## ДЕТОКСИН

Источник фикоцианинов. Комплекс из водорослей хлореллы и спирулины успешно используется в целях:

- реабилитации после лучевой и химиотерапии;
- нейтрализации последствий пищевых и алкогольных интоксикаций;
- снижения веса, улучшения работы желудочно-кишечного тракта.



## БИОСИЛ ПЛЮС

Высокоэффективный витаминно-минеральный комплекс для волос, ногтей, кожи. Кремний - восстанавливает структуру волос и ногтей, стимулирует синтез коллагена и эластина. Цинк - ускоряет рост волос, устраняет воспаления и угревую сыпь на коже. Пантотеновая кислота - предупреждает выпадение волос, образование седины. Биотин - препятствует образованию морщин и пигментных пятен.



## ЯГОДЫ ГОДЖИ + ЧЕРНИКА

Натуральный комплекс для профилактики возрастных изменений зрения на основе экстрактов Ягоды Годжи и Черники. Ягоды Годжи содержат большое количество бета-каротина, лютеина и зеаксантина. Содержащиеся в Ягодах Годжи флавоноиды и полисахариды помогают предотвращать изменения, связанные с диабетом, зеаксантин и лютеин накапливаются в сетчатке зрительных органов, защищают их от вредного воздействия окружающей среды и препятствуют развитию возрастных дистрофических изменений глаза.



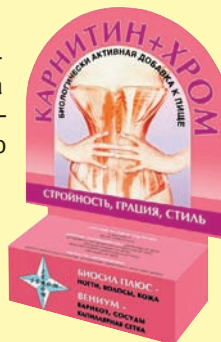
## КАРНИТИН + ХРОМ ФОРТЕ

Способствует пережиганию подкожных жировых отложений, снижает аппетит и тягу к сладкому. Повышает энергетические возможности и работает на омоложение организма. Питает сердечную мышцу, способствуя сохранению нормального баланса холестерина и сахара в крови.



## КАРНИТИН + ХРОМ

Препарат для коррекции массы тела с эффектом подтяжки. Потеря веса происходит только за счет разрушения подкожно-жировой клетчатки, одновременно укрепляется мышечная ткань. Препарат повышает выносливость, уменьшает нервную возбудимость, раздражительность, общую слабость.



**СПРАШИВАЙТЕ  
В АПТЕКАХ!**

Тел. 8-800-200-31-68.  
[www.wer.ru](http://www.wer.ru)  
000 «Аптека ВЕР.РУ».  
Тел.: 8-800-200-25-00,  
[www.vitaminas.ru](http://www.vitaminas.ru)

Тел. 8-800-333-33-46  
[www.microelements.ru](http://www.microelements.ru)  
Центр Биотической медицины,  
г. Москва, ул. Земляной Вал, д.46  
Тел. 8-800-100-10-69  
[www.apteka.ru](http://www.apteka.ru)

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

# 5

лучших фото  
знаменитостей  
из соцсетей

# ЗАСВЕТИЛИСЬ!



## *Александр Васильев* **ПОХВАСТАЛСЯ ЗВЕРСКИМ НАРЯДОМ**

Историк моды поделился радостью: в его коллекции – новый экспонат! «Муфта из горностая, украшенная мордочками зверьков, которая ранее принадлежала референту Льва Троцкого! 1900-е годы», – подписал Александр фотографию, которая разделила его подписчиков на два лагеря. Одни восхищались старинным аксессуаром, другие возмущались: как не жаль беззащитных зверьков? Но стоило одной девушке написать: «Вы такой красивый мужчина!» – как все согласилось – и правда красавчик!

## *Алсу* попрощалась с бабушкой

Недавно певица поделилась фотографией – ее любимой бабушке исполнилось 90. «Я столько лет живу рядом, а так и не смогла распознать секрет молодости, железного характера, удивительной силы веры и безграничной любви этой удивительной Женщины», – признавалась Алсу. А через два дня на ее странице снова появилась фотография бабушки. Уже в черной траурной рамке. Мина Лазаревна умерла сразу после своего юбилея. «Понять невозможно... Принять не могу...» – написала внучка.



## *Максим Аверин* зазвездился на Кубани

Пожалуй, каждый актер втайне мечтает сняться когда-нибудь в Голливуде. Яркие роли, миллионные гонорары, «Оскары» и личная звезда на Аллее славы. Наверняка и Максим от этого бы не отказался. Но пока не зовут. Зато в одном из торговых центров Краснодара актера уважили – подарили звездочку с его именем. Пусть скромно, но душу греет.

## *Катя Волкова* порылась в помойке

«В моем творческом амплуа появился новый опыт – леди бомж», – посетовала актриса на своей странице. Попала она в знакомую всем историю: выскочила из дома с пакетами мусора, швырнула их в бак. И тут поняла, что вместе с ними улетели ключи от квартиры, которые она держала в руке. Пыталась палкой достать – не получилось. Пришлось нырять в помойку, искать пропажу. «Пишу, чтобы вы знали – артисты не небожители. Если надо, и в мусорку полезем», – резюмировала звезда «Ворониных».



## *Стас Костюшкин* ОКОСЕЛ ОТ НЕДОСЫПА

У молодого отца Стаса Костюшкина уже глаза в кучу. Мало того, что двухмесячный сыночек Мирон ночами спать не дает, так и утром наверстать упущенное не получается. Будни ли, выходные – вставай пораньше и иди выгуливать собаку. Иначе не только сыну памперсы менять придется, но и с тряпкой по дому лужи подтирать. «Ну почему именно в восемь надо идти гулять?!» – пожаловался на жизнь Стас в Инстаграме.



Валерия КАРАТ

# НАСКОЛЬКО КРЕПКИ

Звездные пары проверила  
на прочность знаменитая  
рублевская гадалка  
Валерия Карат.



## Игорь Николаев и Юлия Проскурякова

В принципе у них все не плохо. Но есть, как я вижу, финансовые проблемы, которые отражаются на взаимоотношениях. Кроме того, мне кажется, что после рождения дочери стали возникать разногласия и ссоры. То есть долгожданное событие не укрепило отношения Юлии и Игоря, а наоборот, несколько отдалило их друг от друга. Карты мне говорят, что в течение двух лет у них есть риск даже расстаться. Причем инициатива в данном случае может исходить от Юлии.

## Борис Грачевский и Екатерина Белоцерковская

Екатерина для Бориса как солнце, как свет в окошке. Она же - пока замуж за него не выйдет, не успокоится. И он на ней женится. А вот после этого, скорее всего, они быстро разведутся, произойдет это в течение двух лет. Борис, конечно, сильно привязан к этой девушке, но для нее он - лишь ступенька к успеху.



## Иван Ургант и Наталия Кикнадзе

Карты показывают, что они разойдутся. И что, скорее всего, у Ивана уже есть другая женщина. Хотя Наталия - очень семейный человек. И у меня есть такое ощущение, что он ей чем-то по жизни обязан. Наталия - женщина умная, она подсказывает ему, как вести себя в трудных ситуациях, всегда и во всем поддерживает. Но судя по всему, на сегодняшний день Наталию не устраивает их брак. Ей уже не нравится его успех. И они могут расстаться в течение двух с половиной лет.



## Дмитрий Певцов и Ольга Дроздова

У них есть проблемы во взаимоотношениях, Дмитрий в чем-то винит Ольгу. Но, несмотря ни на что, они сильно привязаны друг к другу, и не думаю, что разойдутся. Между супругами нет уже больших чувств и пылкой страсти, а вот привязанность - огромная. Возможно, они даже обвенчаются. Дмитрий вообще очень сильно любит свою семью, и делает для нее все.

# ИХ ОТНОШЕНИЯ?

## Елизавета Боярская и Максим Матвеев

В этой паре есть гармония. Хотя в будущем существует риск развода. Дело в том, что у Елизаветы в течение двух лет может появиться соперница. И даже есть вероятность, что от этой женщины у Максима родится дочь. Но Лиза по-настоящему любит своего мужа, и она сможет его простить.



FOTODOM.RU



FOTODOM.RU

## Игорь Харламов и Кристина Асмус

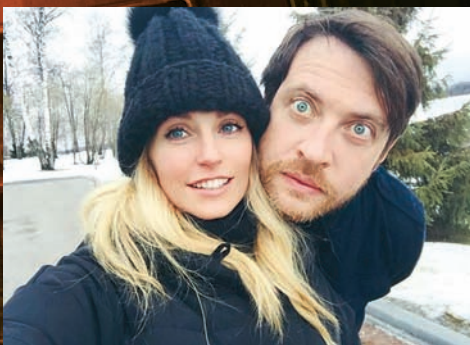
У них в отношениях все очень хорошо, как и должно быть в благополучных семьях. Игорь и Кристина станут родителями еще один раз, у них родится мальчик. Вообще, рядом с супругой Харламов чувствует себя прекрасно – настоящим хозяином, мужем. То есть она, как женщина, ведет себя очень правильно. Трудности будут, но не раньше, чем через три года.



FOTODOM.RU

## Федор и Светлана Бондарчук

Они не разойдутся. Хотя уже давным-давно между ними нет чувств. А крепкая семья – это целиком и полностью заслуга Светланы. Она невероятно мудрая женщина. Ради семьи готова на многое закрыть глаза, простить обиды. Федор для нее – король. Она в него верит, во всем помогает. И он никогда в жизни от нее не откажется. Ведь только на жену может положиться в любой ситуации.



## Надежда Михалкова и Резо Гигинеишвили

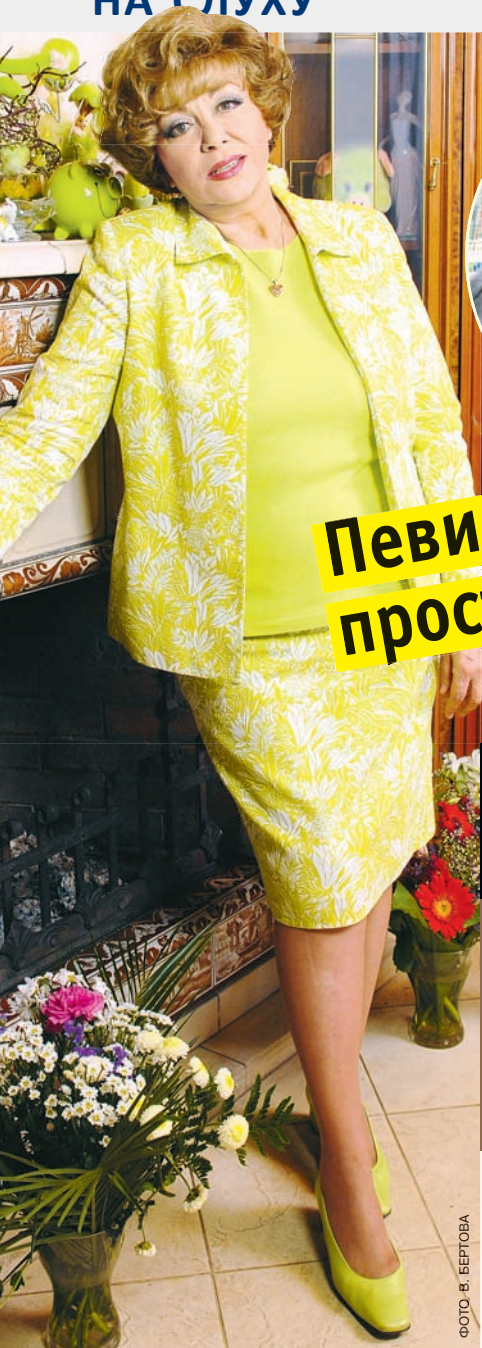
Резо очень правильно выбрал себе жену. И дело не только в отце Надежды, а еще и в ее личных качествах. Она всегда будет бесконечно предана семье и мужу. А он, зная, что жена простит все, этим пользуется. Но у Надежды есть еще одно ценное качество – она никогда не выносит сор из избы. Своими проблемами не делится ни с родителями, ни с подружками. Поэтому все думают, что у них идеальные отношения.



FOTODOM.RU

## Кирилл Сафонов и Саша Савельева

В скором времени, скорее всего, у них родится девочка. После этого он может загулять. Но если даже это случится, они все равно останутся вместе. Кирилл и Саша все-таки любят друг друга. Им вместе комфортно, хорошо. Самое главное – у них в отношениях вообще нет лжи, они обо всем договариваются. Поэтому, несмотря ни на что, сохранят семью. ■



Брат Пъехи Юзеф живет в Польше

Родной отец Эдиты умер в 37, старший брат Павел - в 17



**Певица не может простить своего брата**

**Эдита ПЪЕХА:**

# «Я ПЕРЕЖИЛА

Она не боится смерти: чему быть - того не миновать. Одно лишь расстраивает Эдиту Станиславовну до слез: последний приют хотела найти рядом с теми, кого всю жизнь любила, но не получится. И даже прийти поклониться дорогим могилам она не может...

могилы, посидеть рядышком, поплакать, помянуть, перебрать в памяти воспоминания из детства. Но ехать некуда. Могилу отца сравняли с землей, а к маме подхоронили человека, которого Пъеха ненавидит всей душой - когда-то он превратил ее жизнь в настоящий ад...

## «Меня лупили палкой»

Самая яркая картинка из детства Эдиты Станиславовны - большой и сильный папа, к которому можно было залезть на ручки. С ним ничего не было страшно. Он играючи справлялся со всеми ее детскими проблемками: от разбитой коленки до вредной подружки. Не давал никому в обиду. Его не стало, когда Эди-

те было всего четыре годика. Отец умер в 37 лет, загубив здоровье на угольной шахте.

- У него случилось окаменение легких, - объясняет Пъеха. - Это было страшное потрясение! Помню звук падающей на крышку гроба земли и растущее внутри отчаяние: больше меня некому защищать.

Через три года в доме снова были похороны: старший брат Эдиты встал в заботу вместо отца, чтобы кормить семью, и в 17 лет умер от туберкулеза. Вскоре в доме появился отчим - **Ян Голomb**. Жизнь маленькой Эдиты превратилась в кошмар.

- Затрещины, оплеухи, удары палкой по ногам сыпались по поводу и без, - вспоминает она. - Наверное, он ждал слез, просьб о прощении, но я мол-

«Мама», «папа»... Эти слова Эдита Станиславовна, которая сама давно уже прабабушка, до сих пор произносит с такой нежностью и горечью, что щемит сердце. Каждый день 78-летняя певица начинает и заканчивает одним и тем же - разговаривает вслух со своими родными.

- Я говорю: «Мамочка, папа, помогите мне, поддержите меня и простите за все!» - вздыхает артистка.

Больше всего на свете она хотела бы сейчас поехать на их

ФОТО: В. БЕРГОВА

Возвращение  
в родные места.  
Во Франции она  
жила до 9 лет



Маленькой  
Дите 2 года

Своего сына отчим  
считал принцем,  
а Эдиту гнобил, как мог



# ТАКОЕ ГОРЕ!»

чала, стиснув зубы, и смотрела в упор сухими глазами. Заплакала лишь однажды, когда отчим поднял руку на маму.

Все детство он измывался над приемной дочерью как хотел, запрещая жене жалеть дочку. Зато сына, который появился в новоиспеченной семье, любил и баловал, растил как барчука. Юзеф, по мнению Эдиты, вырос махровым эгоистом, который не способен думать ни о ком, кроме себя.

В итоге это и привело к трагедии...

## Ничего уже не вернешь

Отца и брата Пъехи похоронили в городке Нуаэль-су-Лан на севере Франции, где тогда жила семья. А мама, когда закончился ее земной срок, упокоилась на кладбище в Польше, куда переехала после нового замужества. Эдита Пъеха, которая после учебы осталась в Советском Союзе, выбираясь в Европу, всякий раз выкраивала время для того, чтобы приехать с букетом и поклониться моги-

лам своих родителей. Планировала произвести перезахоронение, чтобы мама, папа и брат оказались все вместе. И чтобы для нее метечко рядом осталось... Но две разные страны, куча документов, разрешений и согласований - осуществить эту задумку оказалось непросто.

А потом случилось страшное.

- Я, приехав в очередной раз на родину, обнаружила, что могил папы и брата нет! В этом месте похоронены другие люди! - рассказывает Пъеха. - Я не подозревала, что тетка, сестра матери, которая жила во Франции, не платит за места на кладбище. Там так принято, плату нужно вносить в костел, я об этом и не знала. И пережила такое горе! А вернуть уже ничего нельзя... После этого, находясь под впечатлением, поехала в Польшу и внесла плату за могилу матери на 20 лет вперед.

От исчезновения место захоронения любимой мамы она спасла. Но защитить от «подселения» - ей даже в голову не пришло!

- Мой брат Юзеф решил «сэкономить» на оплате земли для своего отца. Взял и перезахоронил моего отчима к маме. Мне ничего говорить, конечно, не стал...

Каким же было потрясение Эдиты Станиславовны, когда, приехав на кладбище, она увидела, что оплакивать на могиле ей теперь придется и садиста, который издевался над ней, когда она была маленькой и беззащитной...

## «Не спешите меня хоронить!»

Она собралась с силами и набрала номер брата. Хотела поговорить, объяснить, что она чувствует, услышать его объяснения, почему он так поступил. А в ответ услышала холодное: «Вы, женщина, больше не звоните!»

С тех пор, уже много лет, Эдита со своим братом не общается. Он тоже не горит желанием восстанавливать отношения со знаменитой родственницей. Юзеф говорит, что смертельно обиделся на нее, когда польская пресса перевела интервью певицы, в котором она назвала своего отчима деспотом и расказала, как он ее бил.

- Сестра должна опровергнуть все, что наговорила про моего отца за эти годы. Тогда я, возможно, смогу ее простить, - заявляет Юзеф.

Но вряд ли примирение возможно. Пъеха не пойдет против правды. Да и простить Юзефу и своей тетке того, что они лишили ее возможности найти последний приют рядом с мамой и папой, она тоже не сможет.

- В следующем году мне будет 80, возраст солидный, - грустно улыбается Эдита Станиславовна. - Последние распоряжения я уже сделала. Знаю, что буду похоронена в поселке Самарка, где сейчас живу, здесь есть кладбище, там похоронены 900 моряков, которые сидели в окопах, охраняя доступ к Ленинграду в блокаду. Но знайте, что это будет еще не скоро! Моя бабушка по отцу дожила до 95 лет. Вот и я на тот свет спешить не собираюсь! ■

Кажется, в последнее время удача отвернулась от него. Карьера летит к черту, со здоровьем проблемы, миллионные долги со всех сторон. Да еще и в личной жизни знаменитый футболист получил «красную карточку». Любовница, ради которой он бросил жену и троих детей, дала от ворот поворот...

Бабушка футболиста: «Может, Юля примет его обратно?»

С Юлей Барановской Аршавин прожил 9 лет

# АРШАВИН ОСТАЛ

Три с половиной миллиона не доплатил Аршавин двум маленьким сыновьям и дочке. Детям, которых не видел уже давным-давно...

**С глаз долой, из сердца вон!**

3-летний Арсений, в отличие от Артема и Яны, которым 10 и 7 лет, своего папу вообще не помнит. Аршавин бросил семью, когда его гражданская жена **Юля Барановская** как раз таки Арсения и вынашивала, на шестом месяце беременности была. Андрей долго объясняться не стал, по телефону коротко сообщил: встретил, дескать, новую любовь - все свободны, всем пока, живите, как хотите. И, оставив Юлю с детьми в Лондоне, поселился в Питере со своей пассией, моделью **Алисой Казьминой**.

Потрясенная Юля несколько месяцев не могла поверить в реальность происходящего. Ей казалось, что сейчас морок рассеется и муж вернется. Она даже новорожденного сына назвала так, как хотел Андрей, хотя имя ей самой и не нравилось.

- Почему Арсений? Мне казалось, что своим поступком я докажу, насколько мне важно его, Андрея, мнение, - признается Барановская. - И это то, за что мне до сих пор стыдно...

Мальчишка, как и его брат с сестрой, - точная копия Аршавина. Та же улыбка, тот же взгляд, ямочки на щечках. Фотографии чудесных детей футболиста часто мелькают в прессе. Но папу, видимо, они не способны растрогать. Последний раз он видел своих наследников в январе 2014 года, когда они с Юлей судились из-за алиментов. Добровольно

**У** 34-летнего Андрея Аршавина наступила черная полоса в жизни. Бывший капитан сборной России давно уже звезд с неба не хватает. Из питерского «Зенит» пришлось уйти, а теперь и краснодарская «Кубань» решила расстаться с некогда грозным игроком. За полгода Аршавин провел девять матчей и при этом не забил ни одного мяча. Остался без работы и без заработка. Да еще и зарплату за несколько месяцев никак не выплатят. А судебные приставы обложили со всех сторон: требуют закрыть долги по алиментам.

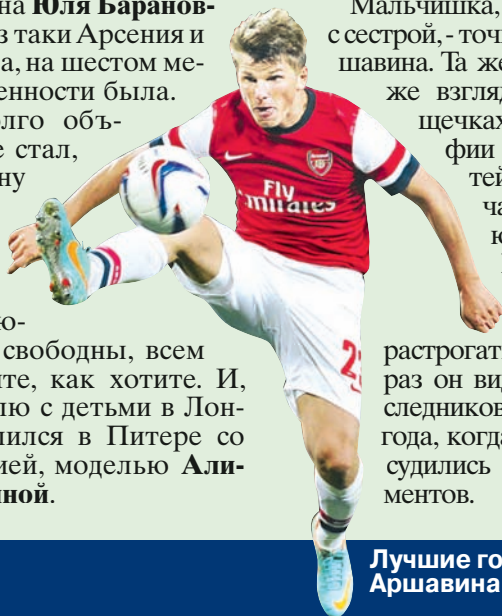


ФОТО АЛОМОХОВА

FOTODOM.RU





ФОТО А. ЛОМОХОВА

Барановская в одиночку воспитывает Артема, Арсения и Яну

тем более сделать первый шаг, но о какой гордости может идти речь, если у них трое детей?! Да и как бы меня, старушку, порадовали, если бы вновь сошлись!

### «Аршавин впал в детство»

После разрыва Юлия признавалась, что вся ее жизнь превратилась в «белые страницы». Но она смогла их заполнить цветом, светом, радостью. Это раньше она была домохозяйкой и женой Аршавина, теперь - самостоятельная личность, известная телеведущая. И счастливая мама троих замечательных детей. Они теперь все вместе живут на съемной квартире в Москве. И Юлия берет сыновей и дочку с собой всюду, куда только можно, лишь бы пореже с ними разлучаться. Но у детей и своих занятий полно. Яна танцует в «Тодесе» и учит китайский, Артем выступает в «Непоседах», дома старшие устраивают забавные спектакли, в которых даже маленькому Арсению достаются трогательные роли. Единственное, о чем грустит Юлия, так это о том, что папа детей «в пролете» - он ни разу не был ни на одном концерте, не приходил в школу, не звонил в дни рождения. Он пропускает самые важные моменты в их жизни.

- Отношения между бывшими супругами могут быть какие угодно, но после расставания они остаются мамами и папами. Навсегда. Ребенку важно знать, что у него есть родители, - уверена Барановская. - А для этого нужно: писать sms, звонить, просить фотографии, интересоваться жизнью, говорить о своих чувствах. К сожалению, Андрей к этой мысли пока не пришел. Такое поведение свойственно ребенку, но никак не взрослому человеку. Желая, чтобы он поскорее это осознал и не впал в детство. ■

ФОТО А. ЛОМОХОВА



# СЯ СОВСЕМ ОДИН

Аршавин платить не хотел, пришлось суду обязать его отдавать на содержание малышей половину заработка. С тех пор многодетный отец, такое впечатление, потерял всякий интерес к своим детям. Вылетел из семейного гнезда - и забыл напрочь о том, что осталось за спиной.

### «Ну и где сейчас эта Алиса?»

Все это время он открыто ходил на тусовки с новой возлюбленной. Они доделали ремонт в доме, который Аршавин начал строить еще с Юлей, переехали туда жить. Вместо голосов родных отпрысков футболиста в особняке звучал смех детей Алисы от ее первого брака. Именно их водил Андрей на прогулки и в кафе, с ними весело играл на улице у дома. Вот только и эта «семейная» идиллия рухнула, как только Андрей стал играть за «Кубань». Сначала начались проблемы с ногами, потребовались операции. Потом навалились новые неприятности: клуб стал задерживать зарплату...

- Ну и где сейчас эта Алиса? Лично я о ней уже давно ничего не слышу! - говорит бабушка Аршавина Зоя Ивановна. - Думаю, что закончилась их любовь-морковь! Конечно, хорошо крутить шуры-муры с успешным и знаменитым, а посмотрела бы она на Андрея, если бы у того за душой ни гроша не было?!

Зоя Ивановна уверена: эта самая Алиса ее любимому внуку дала отставку. Пролетел он с этой любовью! И, может, рад бы был вернуться к Юле и детям, да совестно: таких дров наломал, в век не разберешь.

- Вижу, он пеплом голову посыпает. Может, Юлия примет его? - робко надеется бабушка, которая на почве волнений за внука перенесла уже три инсульта. - Понимаю, сложно простить и уж

Адвокат Добровинский заставил Андрея раскошелиться



ФОТО В. ГРИВЧЕНКО

Похоронила единственного сына,  
 потеряла любимого мужа.  
 Прошлый год стал для Ирины  
 Безруковой самым страшным  
 временем в жизни. «Хотелось лечь  
 и не проснуться», - признается она.  
 Многие уже списали Ирину со счетов -  
 мол, после такого не поднимаются.  
 Но она нашла в себе силы не только  
 продолжать жить, но и заново  
 научиться быть счастливой.

## Ирина Безрукова:

# Я ВЫБИРАЮ -

**И**скрящаяся улыбка, потрясающая фигура, модные наряды - Ирина Безрукова выглядит сегодня великолепно. Какие там 50 лет - ей и 35 можно дать лишь с большой натяжкой: молодая, полная сил и энергии женщина, у которой все еще впереди.

Весь день у Ирины распланировано по минутам. Безрукова крутится в цейтноте, жизнь бьет ключом. Она сыграла роковую соблазнительницу в клипе у **Стаса Михайлова**, стала ведущей собственной программы на ТВ об актерах. Получила новую, редкую профессию тифлокомментатора - специалиста, который помогает слабовидящим людям «видеть» все, что происходит на сцене или экране. Вернулась на ту же сцену и снова играет в спектаклях после 15-летнего перерыва. Глянцевые журналы стоят в очередь, чтобы сделать с красавицей фотосессию. Еще она активно путешествует, учит английский язык и соби-

рается всех поразить в новом сезоне шоу «Танцы со звездами».

«За полгода я сделала больше, чем за последние 15 лет», - удивляется Безрукова сама себе.

А ведь еще летом ей казалось, что все кончено. Жить стало не для кого, незачем. Да и не было сил... Она могла позволить горю захлестнуть себя с головой. Но вынырнула назло всем недоброжелателям.

### «Самая безусловная любовь в моей жизни»

Скоро тот самый черный день. 14 марта Ирина приедет на кладбище и будет долго-долго сидеть у могилы и разговаривать со своим мальчиком. Ее единственного сына Андрея не стало год назад. Внезапной, непредсказуемой и оттого такой страшной была его смерть.

Андрея Ирина родила еще в браке с актером **Игорем Ливановым**. После развода

родителей мальчик остался с мамой и ее новым мужем - **Сергеем Безруковым**. Отношениям Ирины с сыном завидовали все знакомые - это была какая-то невероятно пронзительная близость и доверие.

- Андрей был для меня не просто сын, а духовно и душевно очень родной человек, - признается Ирина. - Самая безусловная любовь в моей жизни. Любовь к мужчине может быть огромной, всепоглощающей, но она никогда не носит такого характера...

В прошлом году 25-летний Андрей, который работал администратором в театре, предложил маме провести отпуск вместе. Они полетели во Вьетнам, счастливо и беззаботно отдохнули 10 дней. Вернувшись в Москву, оба почувствовали себя неважно. Но температуру списали на акклиматизацию. Ирина тут же улетела с мужем на гастроли в Сибирь. Андрей остался лечиться дома. А через несколько дней перестал

выходить на связь. Мать, отчаявшись дозвониться, запаниковала: а вдруг ему плохо? Вдруг без сознания? Набрала подругу-врача, попросила вызвать МЧС и вскрыть дверь в квартиру...

### «В моменты отчаяния не хотелось жить»

Через несколько часов Ирине перезвонили. Ее Андрей оказался дома. Мертвый...

- Температура, слабость, пошел в ванную комнату, поскользнулся и упал, ударился виском, - Ирина монотонно повторяет сухие строки полицейского протокола. - Констатировали: смерть мгновенная. По факту - несчастный случай.

Горе матери, внезапно потерявшей единственного ребенка, может понять только тот, кто сам прошел через это. Ирина не помнит даже, как прилетела в столицу. Одна, без мужа - Сергей остался на гастролях.

Похоронив Андрея, она сидела в квартире и без конца перебирала его вещи и фотографии, перечитывала эсэмэски и письма. И все время разговаривала с ним вслух...

- В какой-то момент я перестала есть. Просто забывала, на день или два, - вспоминает она. - У меня были моменты, когда я бы не возражала, чтобы моя жизнь кончилась сама собой. Но она не заканчивалась. Моя сестра была со мной неотлучно. Моя подружка стучала в ванную, если я дол-

го не выходила. Семья приятелей, которые находились во Франции, буквально вытащила к себе. Друзья бережно, осторожно, как бы невзначай возвращали меня к жизни в моменты отчаяния.

Но судьба решила не ограничиваться одним ударом. Решила добить. И через пару месяцев лишила Ирину еще одного близкого человека. Новость о ее разводе с Сергеем Безруковым потрясла всех.

### «Я думала, жена должна быть на полшага позади»

Никто не ожидал, что они расстанутся в такой тяжелый для Ирины момент. Слухи о том, что в семье Безруковых не все ладно, ходили очень

# БЫТЬ СЧАСТЛИВОЙ!



Андрею было всего 25. Безрукова мечтала стать свекровью и бабушкой. Но - не суждено...

ФОТО Б. КРЕМЕРА



ФОТО А. ЛЮМОНОВА



Смерть сына помирила Ирину с бывшим мужем Игорем Ливановым. Они не общались 15 лет



Душевный покой она обретает в древних монастырях



«Я нашла в себе силы простить многие вещи... И отпустить»



давно. Но, по крайней мере, со стороны Ирина казалась идеальной женой. Она была поддержкой мужу во всем - и в быту, и в творчестве. Создавала уют дома, моталась за Сергеем по гастролям, следила за его здоровьем и питанием, была первой слушательницей и зрительницей его ролей. Чтобы все успевать, фактически перестала сниматься и со всем забросила сцену.

- Я всегда думала, что в браке женщина должна быть на полшага позади мужчины, у него за плечом, - словно оправдывается Ирина. - У меня был период, когда я сетовала, что свою карьеру запустила. Но на тот момент я считала, что работаю на хорошее дело, на очень талантливого человека, который несет людям радость.

Вместе с мужем они блистали на красных дорожках: он как актер, она - в качестве его жены. Ирина превратилась в тень Сергея. Для любимого она была готова пожертвовать всем, в том числе и собой. Когда брак рухнул - а о причинах Ирина тактично умалчивает, - она осталась по-настоящему одна. Без сына и

без мужа, самых главных людей на земле, которые и были смыслом ее жизни.

## «Наслаждайся каждой минутой»

Развод - тяжелое испытание для женщины в любом возрасте. Ну а уж после 50 - вообще катастрофа, от которой большинство не может оправиться. Ирине же развод пошел, как это ни парадоксально звучит, на пользу. Это была та встряска, которая не убила ее, а оживила. А помог ей пережить разрыв с мужем... покойный сын.

- Однажды подруга повела меня в кафе - на людях мне становилось немного легче. Мы сидим с ней за столиком, а я все спрашиваю Андрюшу: «Как же мне дальше? Что мне делать?» Поднимаю глаза и вижу перед собой черную грифельную доску - знаете такие, на которых в кафешках мелом меню пишут? А там по-английски: «Наслаждайся каждой минутой!»

Она восприняла это как знак, ведь и при жизни ее сын постоянно говорил, что его

самая большая мечта - чтобы мама была счастливой. Ирина вдруг поняла, что ей очень важно воплотить это желание своего ребенка.

- Стремлюсь привнести в каждый день больше гармонии, радости и любви, как и хотел Андрей. Считаю, что быть счастливым - это осознанный выбор человека. Если вернуться к истории литературы, люди умудрялись быть счастливыми в самые страшные моменты. Многим, несмотря на трудности и потери, удавалось достойно перенести удары судьбы.

Теперь она не дает себе времени на уныние. Акцентируется на любой приятной мелочи - завела, например, собачку, назвала Оскаром. Наполняет позитивными фотографиями свою страницу в интернете. Проекты, съемки, мероприятия - Ирина вышла из добровольного затворничества. Она не одна. Вокруг нее сегодня много новых людей. В том числе и мужчин, которые готовы бросить весь мир к ее ногам.

Но она пока никуда не торопится... ■

# Как начать новую жизнь?



## Элен ГАМАЮН, семейный психолог:

- По статистике, в 60% случаев развод в зрелом возрасте, после многих лет брака, ломает судьбы - не каждая женщина способна подняться после такого удара. Но Ирине Безруковой, человеку с сильной волей, развод, каким бы болезненным он ни был, в конечном итоге пошел на пользу. Обычная история - когда женщина жертвует собой ради супруга, в результате теряет себя, становится неинтересной своему мужу, и в конечном счете - несчастной. После развода Ирина почувствовала себя свободной. У нее выросли крылья - она просто наконец-то позволила себе быть самой собой.

Надо отметить, что Ирина приняла мудрое решение. Она задалась вопросом: что я могу сделать для себя, чтобы пройти это испытание, и чем я, как человек публичный, могу помочь тем, кто тоже попал в такой переплет? Она живет сейчас ярко и позитивно, а это отличный пример для тысяч других женщин, переживающих развод. У них появляется уверенность: Безрукова смогла - и я выдержу!

### Пять шагов к новой жизни:

❶ Наши эмоции сильно связаны состоянием тела. Если человек лежит лицом к стенке, страдает, не ест - откуда возьмутся силы, чтобы справиться с горем? Сам он часто не может сделать первый шаг - значит, близкие должны заставить подняться, выйти на улицу, начать двигаться, заняться спортом.

❷ Когда деструктивная ситуация сильна и кажется, что рухнет вся жизнь - очень важно понять, мо-

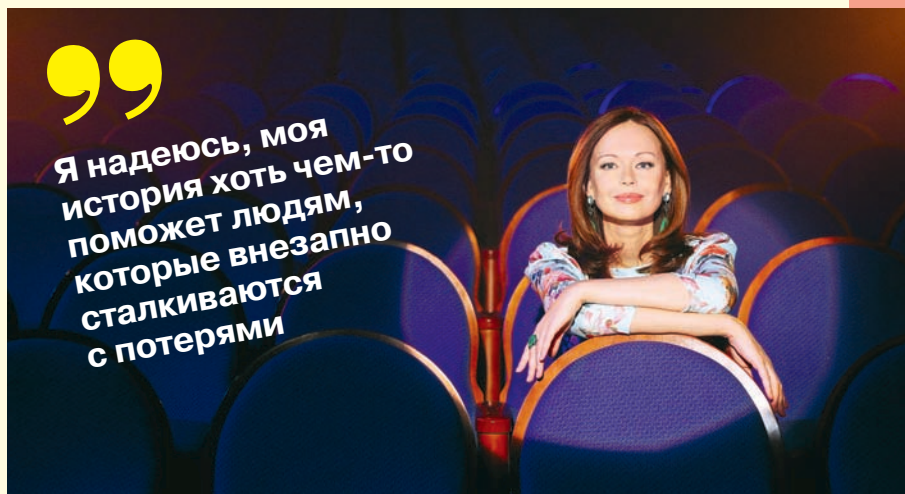
жешь ли ты справиться сам или нужна помощь специалиста. Нет ничего зазорного в том, чтобы обратиться к психологу, наставнику, коучу, который поможет пройти этот этап. Чтобы совершить рывок, захотеть вынырнуть из отчаяния, женщина должна быть достаточно сильной - как Ирина Безрукова, например. Если нет - привести ее к специалисту должны родственники или друзья. Иначе человек, находящийся в стрессе и депрессии, может дойти и до суицидных мыслей.

❸ В состоянии горя хочется замкнуться и никого не видеть, но обязательно нужно общаться с людьми, причем окружать себя теми, кто несет позитив. Избегайте подруг, которые из лучших побуждений

будут ворошить прошлое или жалеть вас, ругая вашего бывшего мужа. Вам нужна эмоциональная поддержка и вера в ваше счастливое будущее, а не причитания над вашей судьбой.

❹ Начинайте срочно себя любить! Наступил тот чудесный момент, когда вы можете позволить себе делать то, что хочется. Воплотить мечты, которые не могли себе позволить из-за нехватки времени или просто потому, что муж был против.

❺ Не позволяйте другим принимать решения за вас. «Я чувствую себя и делаю так, как считаю нужным». Не критикуйте себя и не слушайте, что говорят у вас за спиной. ■



“Я надеюсь, моя история хоть чем-то поможет людям, которые внезапно сталкиваются с потерями”

## ГАЛИНА ВИШНЕВСКАЯ ЗНАМЕНИТАЯ ПОТОМСТВЕННАЯ ЯСНОВИДЯЩАЯ

Лауреат Национальной премии «Золотой Водолей». Знаменитая не только в России, но и за рубежом.

- Обладает уникальным наследственным даром.
- Предскажет судьбу по линиям руки и книге судеб.
- Снимает порчу, сглаз, родовое проклятие, венец безбрачия.
- Поможет в решении жизненных проблем.
- Мощная помощь в бизнесе, карьере и материальном благополучии.



Реклама

Т. 8(495)772-18-81 [www.gvishneskaya.ru](http://www.gvishneskaya.ru)



Вокруг Сададьского всегда женщины. И какие! Татьяна Васильева, Жанна Эппле, Лариса Удовиченко...



# Почему Сададьский до сих пор не

Станислав Сададьский в очередной раз удивил публику. Он опубликовал в своем микроблоге фото с двумя младенцами на руках и пояснил, что это - внуки. Как внуки? Откуда внуки? Ведь актер не женат!

**И** хотя Сададьский объяснил, что девочки на самом деле - внуки его родного брата, - однако поток вопросов уже было не остановить. Поклонники стали обсуждать, а почему вообще Сададьский, мужчина пусть и со скандальной репутацией, однако обаятельный и привлекательный, до сих пор не создал семью?

## Влюблялся в старух и резал себе вены

«Король скандала» Станислав Сададьский - человек-уникум. Он практически ежедневно рассказывает о тайнах светской богемы. Однако о том, что творится в его личной жизни, мало кто знает.

На прямой вопрос, почему в свои уже вовсе не юные годы он так и не обзавелся семьей, актер отвечает, что его настоящая любовь осталась в далеком детстве.

- Я был влюблен в рыжую Алку из воронежского интерната, с которой мы в дочки-матери играли. Вот это да! А сейчас, к сожалению, не могу избавиться от ощущения, что всеми женщинами в отношении меня руководит только голый расчет.

На самом деле у Сададьского и позже было немало увлечений и громких романов. В актерских кругах рассказывают о романтических отношениях молодого Сададьского с **Верой Марецкой** и **Людмилой Целиковской**. С первой он познакомился, еще будучи токарем на заводе, и общался до самой смерти великой актрисы. Со второй - снимался вместе в фильме «Лес». А из-за актрисы **Лили Толмачевой** из театра «Современник» он и вовсе резал себе вены.

Также Сададьский еще в юности сделал предложение руки и сердца своей однокурснице **Ольге Богдановой**. Однако у той тогда были дру-

гие увлечения, поэтому она ответила отказом. Мама Оли, которая Сададьского обожаает, до сих пор напоминает дочери, что у нее мог быть такой замечательный муж. Будто вспоминая те юношеские годы, Богданова и Сададьский (которые остались друзьями) одно время любили устраивать настоящие представления прямо на улице. Они разыгрывали из себя ругающихся супругов: вроде как Стас сильно приревновал свою гулящую женушку и готов ее убить прямо среди бела дня. Заканчивался мини-спектакль, когда кто-то из прохожих не выдерживал и просил лжесупругов помириться.

## Финская дочка

Есть в биографии Сададьского и еще более интригующий пункт. Оказывается, много-много лет назад он пытался создать ячейку общества. В



С Леной Лениной они, казалось бы, нашли друг друга



А в актерских кругах рассказывают о его нежных отношениях с Верой Марецкой и Людмилой Целиковской



Актрисе Ольге Богдановой он как будто даже предложение делал



# САДАЛЬСКИЙ ЖЕНАТ?

1970-х годах у Станислава был бурный роман с подданной Финляндии.

Избранница была на 15 старше молодого актера. И по этой причине (а также учитывая ее гражданство) многие называли тот союз мезальянсом. Однако в 1975 году у пары родилась дочь с длинным финским именем Пирио Лииза Телерва Канисто, и со стороны они выглядели почти семьей (по некоторым данным, даже официально зарегистрировали свой брак, но в Финляндии, по российским документам Садальский - человек свободный). Однако вместе супруги жить так и не смогли: после очередного скандала финская жена отбыла обратно к себе на родину, а Садальский с тех пор больше так и не женился. С бывшей возлюбленной и дочерью он с тех пор не виделся, и все разговоры на эту тему стараются пресекать на корню.

- Видимо, это гены, - вздыхает он. - Как я был брошенным, так и дочь выросла без отца.

...Многие видят причину проблем актера в личной жизни именно в его детстве. Мама Станислава умерла, когда ему

было лишь 12. Отец не справлялся с детьми (Стасом и его братом Сергеем), а лучшим аргументом в спорах считал свои кулаки. А потом и вовсе отдал мальчишек в интернат.

Однако одиноким Садальский себя вовсе не считает. Ведь вокруг него - целый сонм женщин. **Эвелина Бледанс** и **Алла Довлатова**, **Жанна Эппле** и **Лариса Удовиченко** - партнерши по антрепризным спектаклям часто с ним ссорятся, иногда даже дерутся, однако не перестают любить его искренне и нежно.

## «Актеры - боги, а боги одиноки»

Но, конечно, главная его подруга - актриса **Татьяна Васильева**. Их, к слову, многие пытаются поженить, даже близкие друзья. Тем более что Садальский и Васильева практически не расстаются: они и на гастролях вместе, и в Москве постоянно устраивают совместные вечеринки. Однако Станислав на все вопросы о женитьбе отвечает словами Александра Вертинского: «Актеры - боги, а боги одиноки». Что не мешает ему

участвовать в семейных делах своего брата Сергея, в том числе и нянчиться с внуками. Поэтому именно он был первым, кого пригласили на крещение. Церемония прошла 28 января в старейшем петербургском храме на Моховой. Это место очень значимо для актера.

- Когда-то, в середине XIX века, в этом храме служил протоиереем мой прапрапрадед Николай Петрович Садальский. Нынешний настоятель храма святых и праведных Симеона Богоприимца и Анны Пророчицы на Моховой - Олег Скобля, в прошлом актер. Он даже успел сняться в нескольких фильмах, но потом оставил эту профессию, закончил Санкт-Петербургскую духовную семинарию, принял духовный сан. И вот уже четверть века отец Олег - протоиерей храма, в котором когда-то протоиереем служил мой прапрапрадед. Здесь крестили прапраправнучек Николая Петровича Садальского... И еще интересная деталь. Оказывается, в этом же храме когда-то крестили отца нашего президента. Отец Олег показал запись о его крещении... ■

# ХОЛОСТЯК



ФОТО В. РАССКАЗОВА

**Анатолий ВАССЕРМАН (63 года)**

**А почему они не женятся?**

С мужчинами и так в стране напряженка. А некоторые еще и становятся убежденными холостяками. Кто-то из них, уже единожды побывав в браке, разочаровался в его институте. А кто-то так ни разу и не пытался создать семью, предпочитая общество своих родителей. Причем холостяков немало и среди знаменитостей.

## «Могу жить только один»

Анатолий Вассерман не только холостяк, но еще и девственник. Причину отказа от общения с женским полом он называет довольно смешную: мол, в возрасте 17 лет проиграл спор, ставкой которого была именно пожизненная девственность. Вассерман не раз признавал, что тот спор был полнейшей глупостью, однако до сих пор продолжает быть одиноким.

### Прямая речь

- У Публия Овидия Назона в «Науке любви» есть чудесная строчка: «Целомудренна та, которую никто не пожелал». Насколько я могу судить, у противоположного пола я вызываю еще меньший интерес, чем он у меня. Ну, и, кроме того, накопилось множество бытовых привычек, допустимых только в отсутствие посторонних. Допустим, то, что я себе готовлю, вряд ли в состоянии есть кто-то кроме меня. Это, конечно, мелочи. А вот элементарное несоблюдение бытового распорядка - уже достаточно серьезная проблема, которая создает изрядные осложнения, если живешь не один.

## «Людей в массе - не люблю»

Самый известный натуралист Павел Любимцев, едва заслышав вопрос, почему он не женится, тут же пытается перевести разговор. «Это неинтересная тема», - обрывает он обычно беседу. И уверяет, что никакой трагедии в этом нет. «Ну не женился! Велика ли беда?» Долгое время в актерских и телевизионных кругах видели причину затянувшейся холостяцкой жизни



ФОТО В. ГОРЯЧЕВА

**Любимцев с мамой**

Любимцева в его сильной привязанности к маме. Это действительно так - свою маму, Берту Львовну Кременштейн, Любимцев просто боготворил. Но даже когда она ушла из жизни, актер так не решился найти себе спутницу жизни.

### Прямая речь

- Могу сказать, что животных люблю больше, чем людей. Некоторых людей, конкретных, я очень люблю. Людей в массе - нет. Потому что человечество в течении своей истории ведет себя отвратительно. Люди совершают ужасные ошибки, злодеяния бессмысленные. Так что человечество в целом любить очень трудно. Отдельных людей - пожалуйста. Опять-таки, вне зависимости от того: мои ли это друзья или Уильям Шекспир, например, - гениальный драматург.



ФОТО В. РАССКАЗОВА



# - ЗВУЧИТ ГОРДО!

## «У него первым делом - самолеты»

Самый высокий наш олигарх **Михаил Прохоров** вот уже больше десяти лет входит в тройку самых завидных женихов России. Однако заводить семью пока не собирается: «Я женюсь, когда пойму, что встретил свою настоящую единственную любовь, что хочу прожить с человеком всю жизнь и умереть в один день. И я верю, что такого человека еще встречу». В свое время ему приписывали отношения даже с Ксенией Собчак, однако пока сердце Прохорова не занято.

### Прямая речь

**Петр Листерман:**

- Почему Прохоров до сих пор не женат? Потому что он слишком занят политикой и деньгами. Первым делом - самолеты,

девушки потом. Несколько лет подряд я ездил на Каннский фестиваль и подбирал невест для Миши. Моя идея была - дать ему голливудскую звезду для большего статуса. В качестве кандидаток рассматривались русскоязычные актрисы - Мила Кунис (она родилась в Черногории) и Маргарита Левиева (актриса, которая снималась с Эштоном Кутчером в фильме «Бабник», родом из Ленинграда). Вот за этими двумя девушками я охотился, соединял их с Мишей. Пока он не определился с выбором. Но вообще я знаю Прохорова 20 лет, настолько уже изучил, что жену ему мог найти только я!

**Михаил ПРОХОРОВ (50 лет)**

ФОТО В. ПАСКАЗОВА

Листерман уже лет 20 ищет для него жену



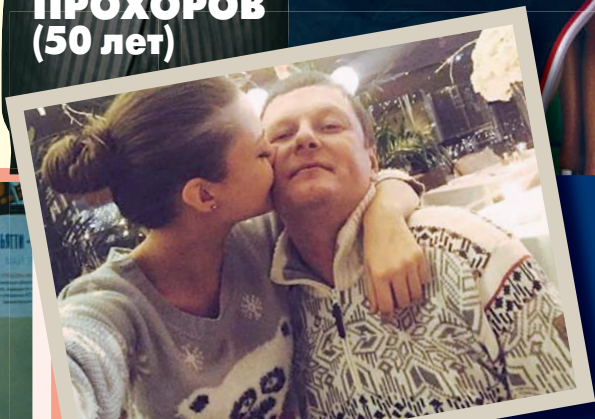
**Виктор СУХОРУКОВ (64 года)**

## «Я слишком увлечен собой»

У актера **Виктора Сухорукова**, по крайней мере по его словам, совсем другая история. Он не женится, потому что... ему мало одной женщины. «По моему убеждению, иметь несколько партнерш для сексуального удовлетворения - право любого мужчины. Не виноват мужик в том, что одна не может его удовлетворить. И нет в этом ничего порочного». К словам актера можно относиться с юмором, но факт есть факт - Сухоруков ни разу не был женат.

### Прямая речь

- У меня просто нет инстинкта продолжения рода. Несколько раз предлагал одной женщине стать моей женой - она не согласилась. Другая просила меня уйти из профессии. Третья не восприняла мое предложение всерьез. Четвертая загнала меня в комплексы, унижала. А сегодня я уже не хочу ни семьи, ни детей. Я слишком увлечен собой и своей работой. Так что существо по фамилии Сухоруков никаких ростков после себя не даст.



## «Ищу жену для папы!»

Спортсмен **Евгений Кафельников** сегодня известен как отец звезды Инстаграма **Алеси Кафельниковой**. Именно дочь не так давно объявила, что она собирается найти жену своему родителю. По ее мнению, папа чересчур засиделся в холостяках. В прошлом году девушка даже опубликовала у себя в микроблоге фото отца, который моет посуду, и подписала его так: «Вот до чего доводит холостяцкая жизнь! Срочно ищу жену для папы!» Конечно, после того поста многочисленные подписчицы Леси буквально закидали ее различными предложениями. Но акция не возымела действие: Кафельников по-прежнему не женат и, кажется, своим статусом вполне доволен.

**Юрий  
АНТОНОВ  
(71 год)**



С кошками спокойнее

Юрий Антонов, рассказывают, в юности был большим ловеласом. В конце 1970-х годов даже женился - на гражданке Югославии Миле Бобанович. Правда, поговаривают, что это был брак исключительно по расчету: благодаря штампу в паспорте Антонов мог свободно выезжать за границу, где приобретал дефицитные музыкальные товары, которые с легкостью и большой прибылью продавал в СССР.

Позже Антонов был женат еще один раз, но отношения не сложились, а его жена Анна переехала на ПМЖ в Париж. Сегодня музыкант живет одиноким затворником неподалеку от Москвы в доме с 8 спальнями. Компанию ему составляют лишь кошки и собаки,

которых артист подбирает на улице.

### Прямая речь

- Что значит «не сложилась личная жизнь»? Посмотришь на некоторых: состоят в браке, дети есть. А друг друга ненавидят: жена изменяет мужу, муж - жене. А так, со стороны, они вроде как и счастливы: «милый Вася», «милая Вера»... Чувшь! Я, например, люблю, чтобы мне никто не мешал. Люблю отдыхать один: мне нравится сидеть у камина, в руке бокал с виски... Никаких проблем в этом нет. Не выискивайте здесь какой-то драматизм, одиночество. Нет здесь такого. Да, я не люблю компаний, не люблю тусовок, не люблю все эти сходки, сходняки, где все выставляются друг перед другом. Ну не люблю я этого, понимаете? ■

### А как у них



**Кевин Спейси** в свои 56 лет никогда не был женат, и этот факт, конечно, не дает покоя многочисленным поклонницам актера. Периодически в прессе высказываются предположения о нетрадиционной сексуальной ориентации Спейси, однако сам он это категорически опровергает. Почему еще не нашлась та, ради которой Кевин готов пожертвовать своей свободой, он не рассказывает. Спейси вообще очень закрытый человек, и про его личную жизнь мало кто знает.



Любимец всех женщин **Аль Пачино** (75 лет) тоже умудрился ни разу не пойти к алтарю. И это несмотря на то, что у него есть наследники - дочь Джули Мэри от Джен Тарранти и близнецы Антон и Оливия от Беверли Д'Анджело. От возможности общаться с детьми он никогда не отказывался (даже отстаивал это право в суде), однако жениться на матерях не спешил.



**Киану Ривза** (51 год) журналисты пытаются «поженить», как только засекают где-то в компании девушки. За последнее время ему приписывали любовные отношения с коллегами по актерскому цеху (например, с Шарлиз Терон), и даже с россиянкой Анной Скидановой. Однако Киану по-прежнему остается в лагере убежденных холостяков, тщательно уходя от ответов на вопрос, когда же он наконец представит свету свою жену.

# ТО ЛИ МУЖЧИНА,

ORION®

# ТО ЛИ НЕТ?!

Мужчина, по природе своей, завоеватель и победитель, он не станет жаловаться на усталость или болезнь, скорее, будет все скрывать. Но есть болезни, скрыть которые невозможно. Частые позывы, боли и дискомфорт, проблемы в интимной сфере – верные признаки простатита.

[www.orion.su](http://www.orion.su)

И если на это не обращать внимания, то не просто о радостях встреч с женщинами можно забыть, но и на операционный стол угодить! Причиной болезни могут стать элементарное переохлаждение, сидячий образ жизни, инфекции, недостаток или наоборот переизбыток сексуальных контактов, злоупотребление алкоголем, запоры, стрессы.

Предстательная железа – важнейший орган половой системы мужчины, поэтому ее называют «вторым сердцем мужчины». Увеличиваясь в размерах, простата сдавливает устье мочеиспускательного канала, происходит нарушение оттока мочи. Так развивается доброкачественная гиперплазия предстательной железы. Вследствие этого учащается мочеиспускание (особенно ночью), нарушается половая функция. Все это приводит к физическим

страданиям, стрессу и главное, нарушает функцию почек и может спровоцировать сепсис и такие осложнения, как пиелонефрит, простатит, цистит, уретрит.

**Лазерная терапия – терапевтический метод лечения аденомы простаты, простатита, уретритов, цистита, баланопостита, а также пиелонефрита, недержания мочи, проктита и геморроя.**

Лечение лазером «ОРИОН СТЕП» в домашних условиях помогает снять воспаление, боль и дискомфорт, улучшает кровообращение и лимфоотток, повышает тонус стенок мочевого пузыря, стимулирует функцию почек и мочевыводящих путей, восстанавливает гормональное состояние организма, усиливает потенцию.

При сочетании лазеротерапии с лекарственной, действие лазера

будет усиливать терапевтический эффект лекарств и нивелировать их побочные действия.

Клиническая практика показывает, что лазерная терапия хорошо переносится в любом возрасте, не вызывает дискомфорта во время процедур, не оказывает повреждающего воздействия на органы и ткани.

«ОРИОН СТЕП» удобен и прост, не требует специальных навыков. Лечение лазером «ОРИОН СТЕП» поможет сэкономить время и деньги, и восстановить здоровье мужчины в привычных домашних условиях, без стеснений и душевного дискомфорта.

«ОРИОН СТЕП» продается более чем в 50 городах России. Спрашивайте в магазинах вашего города. Подробно на [www.orion.su](http://www.orion.su)

**ТОЛЬКО В ФЕВРАЛЕ ПРИ ПОКУПКЕ В МАГАЗИНЕ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ – ПОДАРОК!**

Магазин производителя «Товары для здоровья «ОРИОН» 8(495) 921-33-23  
г. Москва, ул. Староалексеевская, д. 8, под. 1, эт.3

**БЕСПЛАТНЫЕ КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТОВ: 8 (495) 921-33-23**

Разрешен Минздравом РФ с 1993 года! Гарантия на аппарат до 3-х лет.

**ТЕЛЕФОН БЕСПЛАТНОЙ ГОРЯЧЕЙ ЛИНИИ: 8 (800) 505-20-25**

РИА «НОВОСТИ»

Почти пять лет Яна не могла растить и воспитывать своих сыновей

## Виктор БАТУРИН - Яна РУДКОВСКАЯ:

Бизнесмена арестовали в 2013 году

# ХРОНИКА ОДНОЙ В

Недавнее освобождение из колонии Виктора Батурина надолго лишило сна его бывшую жену - Яну Рудковскую. Четыре года она воевала с миллионером за своих детей - за право растить, воспитывать, да и просто видеть мальчиков. И вот теперь, возможно, Яне снова придется пройти все круги ада, чтобы не дать возможности отнять у нее сыновей.

При этом в интервью бизнесмен убеждал, что вовсе не препятствует общению матери с мальчиками.

Яна, еще не до конца веря в реальность кошмара, написала мужу открытое письмо, которое подхватили многие СМИ: «Я хочу видеть и растить своих детей, которые нуждаются в материнской ласке и любви. Знайте, что я сумею защитить и вернуть своих детей». Война была объявлена!

Январь 2008 года

### «Умерла так умерла!»

В их семье было не принято выносить сор из избы - ругались супруги за закрытыми дверями, а на людях изображали счастливую пару. Но после новогодних праздников стало известно, что Виктор Батурина выставил жену за дверь и заявил о разводе. Мотивировал тем, что Яна ведет разгульный образ жизни, и он не хочет иметь с ней ничего общего. По версии же Рудковской, все случилось из-за ее желания приструнить мужа в пылу обычного конфликта:

- На развод, если честно, я решила подать только в «воспитательных целях», думала, что Виктору дорога наша семья, двое маленьких сыновей - испугается и одумается. Но когда он понял, что я на самом

деле не хочу разводиться, то выгнал меня из дома.

- Умерла так умерла! - прокомментировал тогда слова Яны оскорбленный Виктор Батурина. - Я не мальчик, чтобы сначала разводиться, а потом мириться.

Февраль 2008 года

### Детей не увидишь!

Приструнить жену Виктор Николаевич решил излюбленным мужским способом: изолировал от нее детей - 6-летнего Андрея и 5-летнего Колю. Сначала спрятал мальчишек в глухой деревне в Пензенской области. А вернув их в Подмосковье, велел охране не пускать Яну в дом. Лишь однажды ей удалось перелезть через забор и пробраться в особняк, чтобы мельком увидеть сыновей.

Весна-осень 2008 года

### Развод, и деньги пополам?

29 апреля суд развел Батурина и Рудковскую, но их военные действия друг против друга только набирали силу: бывшие супруги делили миллионы и детей. По брачному договору, который за полгода до того подписала Яна, ей полагалось 5 миллионов долларов.

«Мне смешно: шесть лет прожить с человеком и не знать, насколько он богат», - открыто издевался над ней Батурина, только активы которого оценивались на тот момент примерно в 500 млн долларов. Рудковская подала в суд на раз-



Первая жена Батурина Юлия Салтовец (в центре) долгие годы была танцовщицей в ночном клубе



Перемирие бывших супругов было основано на тайной сделке



ФОТО А. ЛОМОХОВА

# ОИНЫ

дел имущества, требуя половину. И заявила, что дети должны жить с ней. В ответ Батурин вывез их на лето за границу.

1 сентября мальчики пошли в школу - Андрей в первый класс, Коля в подготовительный. На линейку их повела любовница Батурина. Рудковскую к детям опять не пустили. Яна рыдала на камеру папарацци, которые оказались поблизости, а Батурин заявил, что все это очередной фарс.

Осенью Яна впервые выиграла иски против Батурина: отсудила больше 30 миллионов долларов, плюс здание в Сочи. Казалось, решился вопрос и с детьми: место их жительства определили - у матери. Но бывший муж тут же подал на апелляцию, и снова начались бесконечные тяжбы, продолжавшиеся несколько лет.

**Май 2010 года**

## «Это мой ребенок!»

Батурин сделал ход конем: объявил, что Яна не может претендовать на старшего сына Андрея. Она ему - не мать. Мальчика родила бывшая жена бизнесмена Юлия, а Рудковская ребенка не усы-

новляла, ее просто вписали в метрику. Через суд Батурин аннулировал свидетельство о рождении сына.

- Это мой ребенок! Я растила его с пеленок! - плакала Яна. - Получается, у Андрея теперь нет матери? И отца! У него нет никаких документов! Андрюше грозит приют! И это сделал родной отец! Это преступление! Он мстит мне, а страдает ребенок!

Батурин стал угрожать Яне, что раскроет некие тайны, которые могут привести ее на скамью подсудимых.

- Я действительно хочу ее проучить, - не скрывал Виктор. - Может быть, полным ее банкротством, а может, и каким-нибудь условным сроком. Пока что я для себя этого не решил. Но одно знаю точно: урок я ей преподам.

**Осень 2011 года**

## «Дети называют меня «мама Яна»

В конце лета бывшие супруги на условиях, которые оставили в тайне, все-таки пришли к компромиссу. Отец разрешил сыно-



В сентябре 2009 года Яна стала женой фигуриста Евгения Плющенко

вьям в выходные навещать мать. А осенью Батурина задержали по делу о мошенничестве в особо крупных размерах. После его ареста Яна наконец-то забрала к себе детей.

- Он запретил им называть меня мамой и говорил всякие гадости про меня, - грустила Рудковская. - Поэтому дети от меня отвыкли. Но иногда называют меня «мама Яна». И это уже счастье...



Я хочу ее проучить. Не решил пока, как...



«Мы с Женей делаем все, чтобы мальчики знали своего отца и гордились им»

## Лето 2012 года

### «Она отказалась от сына еще в роддоме»

На тропу войны вышел новый герой. **Юлия Салтовец**, бывшая жена Батурина и биологическая мать Андрея, пронеслась по телешоу, рассказывая, как страдает без любимого сына и мечтает его забрать к себе в Краснодар.

- Какая любовь? - поражалась Рудковская. - Она же как суррогатная мать - родила, отказалась от сына еще в роддоме и никогда о нем не вспоминала! И вдруг позвонила, сказала, что осталась без денег, а у Андрюши они есть, и не мешало бы мальчику поделиться с родной семьей. Сумму назвала заоблачную - 50 миллионов. Я перестала с ней общаться, но посыпались угрозы. Ненормальная!

Андрей, переживая, что его отдадут чужой тетеньке, записал видеообращение, в котором просил Юлю оставить его с мамой Яной и братом Колей.

- Я плохо представляю себе даже попытку съездить в гости к биологической матери, не говоря уже о постоянном ее общении с Андрюшей, - откровенничала Рудковская. - Он расположен к определенному образу жизни. Например, любит красивую одежду, рубашки от Гуччи. Сын следит, чем сти-

рают белье, никогда не станет есть из посуды, если ее вымыли не в посудомойке, а во время еды всегда оборачивает приборы салфеткой. Ребенок отдыхает на лучших курортах, общается со звездами спорта и шоу-бизнеса. То есть дети мои живут в абсолютно другом мире. И для них эта женщина - посторонняя!

## Лето 2013 года

### Нары для папы

Батурина все же посадили - дали 4,5 года колонии строгого режима. У Яны началась нормальная семейная жизнь с сыновьями и новым мужем **Евгением Плющенко**. Вскоре в семье появился третий сын, и старшие мальчики стали лучшими няньками для младшего братика Саши. Батурин же в колонии не раз поминал Яну добрым словом: «Я сижу за преступления, которые совершила Рудковская! Деньги украл не я, деньги украла она!» Но никаких конкретных фактов не приводил.

## Январь 2016 года

### Здравствуй, Яна, я вернулся!

Досрочное освобождение Виктор Батурин получил неожиданно для всех. После освобождения он заявил: «Все тайное когда-нибудь станет явным. И станет понятно, кто хороший,

кто плохой, кто в чем виноват. Я напишу сыновьям список людей, с которыми не успел разобраться». Его слова Яна воспринимает как прямую угрозу и боится, что будет первой, с кем он станет сводить счеты. Родительских прав Батурин не лишен, поэтому снова может начать судиться за право самому воспитывать детей. И если мнение их общего сына Коли о том, с кем он хочет жить, в суде учтут, то Андрею могут не предоставить этого выбора. Ведь Яна теперь - всего лишь его опекун. А отец ребенка может оспорить этот статус.

Поэтому Яна, «пока не началось», путается достучаться до бывшего мужа.

- Я искренне надеюсь, что Виктор Николаевич начнет жизнь с чистого листа, добьется успеха в бизнесе, ведь он талантливый и очень образованный человек, и сыновья смогут им гордиться, - говорит она. - Надеюсь, он понял, что наша война была ошибкой и время все расставило по своим местам. У меня не осталось на Виктора Николаевича никакой обиды, мы все желаем ему только позитива!

Ей очень хочется верить, что все слезы, суды и угрозы уже позади. Но, как говорится, хочешь мира - готовься к войне. Никто не знает, что будет завтра... ■

# ПРОСТО БЫТЬ БЛИЖЕ

Проще, чем научить бабушку пользоваться компьютером...



С прошлого года в Instagram на страничках звезд отечественной эстрады и шоу-бизнеса стали появляться положительные отзывы о российской IT-разработке, которая, преодолевая время и пространство, может помочь нам быть ближе с родственниками старшего возраста. Дмитрий Нагиев, Михаил Галустян, Ксения Бородина, Анфиса Чехова, Ирена Понарошку, Алена Водонаева и еще целый ряд знаменитостей обратили внимание на этот продукт. Так что же это за штука?

На фотографиях в социальных сетях всех этих звезд мы видим обычную, казалось бы, цифровую фоторамку, какие успели войти не в один ТОП бесполезных подарков. Чем же EasyFrame от них отличается, и за что ее прозвали онлайн-фоторамкой?

EasyFrame – это целый сервис, и фоторамка – это только верхушка айсберга. Отправка изображений на нее происходит удаленно с помощью мобильного приложения, которое

устанавливается на смартфон с операционной системой IOS или Android. Оно бесплатное. К тому же, для удобства тестирования в нем предусмотрена виртуальная рамка.

Отправляя снимки со смартфона, сегодня никого не удивит, а вот как они будут появляться на конечном устройстве – это другой вопрос. В фоторамку EasyFrame встроен 3G-модуль с сим-картой, которые и позволяют получать изображения из любой точки земного шара. Причем ее операционная система настроена таким образом, чтобы снимки автоматически отображались на экране. Вообще устройств крайне просто в обращении: все возможные настройки доступны отправителю, а получатель может просто включить вилку в розетку и нажать «ВКЛ».

Напрашивается вопрос, кому же нужна вся эта святая простота в век компьютерных технологий? А нужна она тем, кто хуже всего ладит с современной техникой – нашим бабушкам и дедушкам, привыкшим

к магнитофонам «Романтик», ручным мельницам для кофе и автомобилям, которые могут прослужить всю жизнь, если ты знаешь, что и где нужно подкрутить в случае поломки. Сложно такого человека взять и научить пользоваться компьютером. После множества отчаянных попыток, любая подобная техника оказывается в пыльном углу под кружевной салфеткой.

При этом они всегда были и будут замечательными людьми, которых мы любим, и которые очень сильно скучают по нам, просят почаще навещать, писать письма (!) и присылать фотографии. У нас на это нет времени, а когда они уходят... мы вспоминаем, как собирались к ним съездить... и по какой-то причине не смогли.

Найдите повод подарить пожилым родственникам онлайн-фоторамку EasyFrame и почаще присылайте на нее фотографии (свои, своих детей, любимых, друзей), сопровождая их комментариями! Быть ближе – просто!

Больше информации на [easyframe.ru](http://easyframe.ru)

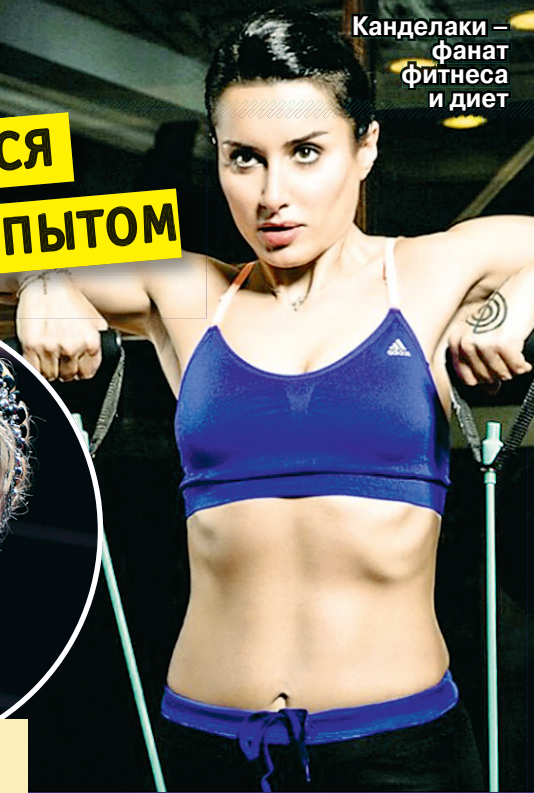
Лена Ленина  
ест папайю  
и худеет

Звезды делятся

СВОИМ ОПЫТОМ



Преображение  
Пелагеи удивило всех



# КАК ПОХУДЕТЬ ЗА МЕС

Весна идет, весне дорогу. А это значит – здравствуйте, мини-юбки и платья с декольте. Но обычно, провожая зиму, мы обнаруживаем несколько лишних кило, появившихся в самых интересных местах. Значит, пора приводить себя в форму! Опыт знаменитостей, которые привыкли избавляться от лишнего веса в кратчайшие сроки, лишним не будет.



Собчак бежит от лишнего веса – ноги, видно, не поспевают

## Собчак прячет ноги

Сегодня модно быть здоровым, стройным и молодым. Поэтому многие звезды отказываются от ночных тусовок с алкоголем и прочими шалостями. Зато в последнее время в светских кругах большую популярность приобрели так называемые бьюти-завтраки. Намедни, например, такое мероприятие устроили Сати Спивакова, Екатерина Одинцова и Татьяна Котова. Они пригласили в гости Алену Свиридову, Ирину Гриневу, Аврору и прочих див. Обсуждали здоровый образ жизни и главные бьюти-тренды. Оказывается, почти все из присутствующих как минимум раз в году посещают какую-либо специализированную клинику по похудению и детоксикации. Кто-то патристично обожает российское – как, к примеру, Алика Смехова, которая худеет в клинике Кивач. Казанский СПА-отель стал популярен после того, как там побывала Пелагея, несказанно постройневшая и похорошев-

шая. Там же, в Казани, сгоняли лишние кило Маша Цигаль и Татьяна Лютаева.

А кому-то больше по душе заграничные клиники. Например, Ксения Собчак побывала, кажется, на всех известных «похудательных» курортах мира. Адреса у этих клиник разные, но ценник везде заоблачный. Так, в последний раз вместе с мужем Максимом Виторганом Ксюша сгоняла вес в испанской клинике, где за неделю голодания отдала более полумиллиона рублей!

Впрочем, недоброжелатели намедни бурно и зло обсуждали, как светская львица пускает деньги на ветер, а пыль – в глаза. Поводом стала фотография Собчак, которую она опубликовала у себя в микроблоге. Снимок был сделан в январе на Парижской неделе моды. Точнее – за кулисами модных показов: ее запечатлел один из западных фотографов, специализирующийся на street fashion. Попасть в объектив этих профи считается большой честью,





Лютаева, Цигаль и  
Смехова худеют в  
казанском спа-отеле



ЯЦ



А Дубцова борется  
с лишним весом  
на Мальдивах

ФОТО Г. УСОЕВА

поэтому Ксения и поделилась фото у себя в хронике. Вездесущие знатоки моментально разыскали оригинал, где видно, что у «противницы толстых людей» – далекие от идеала ноги. Так что процесс похудения Собчак точно нужно продолжать.

### Королева антицеллюлита

Поездка на морской курорт – отличный способ приобрести загар и заодно сбросить несколько кило. Так, **Ирина Дубцова**, которая давно ведет борьбу с лишним весом, этой зимой отправилась на Мальдивы. Когда певица опубликовала в блоге фото себя, похудевшей, ее тут же забросали просьбами поделиться секретом стройности. Певица ответила шуточным стихотворением собственного сочинения:

*«Кто ест креветки и траву,  
Не тортики и не халву,  
Кто любит прыгать и скакать,  
А не на лежаке лежать».*

А светская львица **Лена Ленинина** отправилась этой зимой на Мальдивы, чтобы пройти курс любимой ею диеты. По словам Лениной, занятия спортом и ограничения в еде еще не гарантируют избавления от лишнего веса. Здесь главное – выбрать нужный для похудения продукт. Таковым она считает папайю.

– Это – королева антицеллюлита, – убеждает Елена. – В ней содержится папаин – энзим, который расщепляет и выводит жировые клетки из организма. Главное – нужно есть папайю отдельно от всех других продуктов.

### За месяц – минус 15 кило!

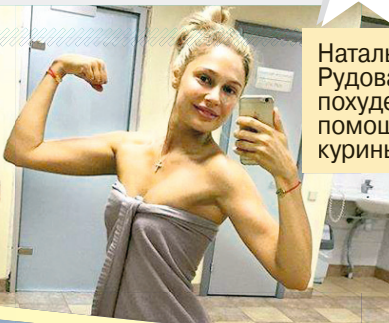
Именно из заграничных курортов российские знаменитости привозят новые чудо-рационы. Так, в последнее время среди звезд безумно популярна безглютеновая диета, смысл которой – в отказе от продуктов с содержанием

глютена (сложного белка, который входит в состав зерна многих злаковых культур, таких как пшеница, рожь, овес и ячмень. Его еще называют клейковиной). За границей этой системы питания придерживаются **Майли Сайрус, Меган Фокс, Гвинет Пэлтроу**. У нас поклонниками с недавних пор являются телеведущая **Татьяна Геворкян**, певица **Виктория Дайнеко** и актриса **Лянка Грыу**, которая «подсадила» на продукты без глютена всех домашних, включая своего маленького сына.

Натуропат Стэнли Берроуз приобрел последователей во всем мире после удивительного преображения **Бейонсе**: согласно его предпи-



Образец для подражания – красotka Бейонсе



Наталья Рудова похудела с помощью... куриных яиц



Гвинет Пелтроу и Майли Сайрус придерживаются безглютеновой диеты



Пенелопа Крус и Жизель Бюндхен – клиенты доктора Дюкана



саниям, нужно периодически отказываться от любой пищи и питаться исключительно напитком из сока свежесжатого лимона, кленового сиропа и кайенского перца. Сейчас «лимонадную диету» пытаются практиковать и наши светские львицы.

Яичная диета стала популярной благодаря актеру **Эдриану Бруди**: он похудел для своей звездной роли в фильме «Пианист» аж на 15 кило. У нас эту чудо-диету, в основе которой – куриные яйца, – с недавних пор расхваливает актриса **Наталья Рудова**, звезда «Универа». В пример она приводит свою подругу, которая избавилась от тех же 15 килограммов всего за один месяц. Самой Наталье столь кардинально не нужно менять свою внешность, однако она тоже сейчас придерживается подобной системы питания.

Но, конечно, самой популярной среди звезд пока остается система питания доктора Дюкана. Смысл ее – в полном отказе от углеводов, фруктозе и упоре на белки. За границей клиентами Дюкана являются **Дженнифер Лопес, Пенелопа Крус и Жизель Бюндхен**. У нас в любви к белковому питанию при-

зналась **Елена Проклова** и даже фитнес-фанат **Тина Канделаки**.

«В двух словах о Дюкане. Очень сложно отказаться полностью от сладкого. Мне всегда казалось, что одна ложка меда еще не бочонок, одна конфетка еще не десяток. В общем, при всем моем спортоманьячизме, я все равно держала вес, который на 5 кг больше того, что мне подходит. На Дюкане я похудела. Никого не призываю и не рекомендую, потому что все индивидуально, но прав был мой тренер: без диеты на спорте не похудеешь», – написала Тина у себя в Инстаграме.

## Ой, мамочки!

Отдельная звездная каста – это молодые мамочки, которые поражают воображение простых смертных чудесами похудения после родов. За последний год в нашем шоу-бизнесе случился настоящий бэби-бум, а потом – такой же бум на стремительное возвращение в родовую форму.

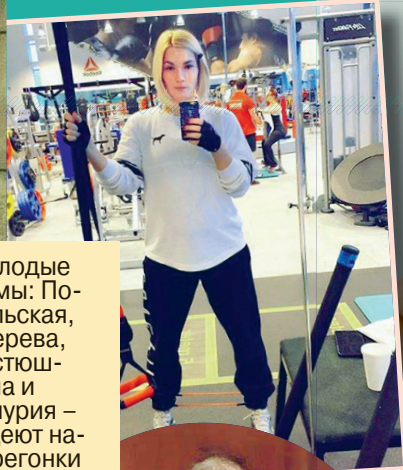
Певицы **Кети Топурия** и **Наталья Подольская**, ставшие мамами в прошлом году, худели «на пару»: даже когда им не удавалось встретиться, они постоянно обменивались фото,

устроивая таким образом соревнование – кому быстрее удастся сбросить лишние кило.

Победила Подольская, которая вернулась к родовым параметрам на целый месяц раньше Топурии. Наташа считает, что причина – в грудном вскармливании, которого она придерживается. Кети же кормила всего пару недель, потом из-за болезни пришлось перевести дочь Оливию на искусственное питание. Поэтому, как жалуется певица, ей нередко приходится носить вещи своего мужа, она все еще не может влезть в свой размер XS. Впрочем, поклонники считают, что Топурия несколько лукавит: выглядит она на самом деле просто отлично, а лишние три килограмма, о которых дива плачет, придают ее фигуре определенную женственность.

Многодетная мама **Саша Зверева** (третий ребенок родился у нее в июле прошлого года) этой зимой удивила всех подтянутой фигурой на одном из тайских пляжей. Конечно, почти все комментарии читателей сводились к одному: как удалось добиться таких результатов? Саша дала совет: «Вы постоянно просите: напиши свой секрет! Да он стар как мир. Физические

А Наталья Гулькина сбросила аж 20 кило!



Молодые мамы: Подольская, Зверева, Костюшкина и Топурия – худеют наперегонки



нагрузки и питание! Чтобы не скопиться между всем этим — витаминные комплексы».

**Анна Хилькевич**, которая стала мамой в конце прошлого года, уже через несколько дней после родов была гостьей Ивана Урганта в его вечернем шоу. Выглядела она отлично — по словам самой актрисы, благодаря соблюдению строгого режима питания во время беременности. Однако этот результат не устроил Анну, и она все зимние дни напролет проводит в фитнес-клубе. Ведь совсем скоро актриса выходит на съемочную площадку «Универа», поэтому игра стоит свеч: «Ох... пора начинать жесткую подготовку к съемкам! Я обязана привести себя в такую форму, чтобы Ярушин с Кузиной сказали: «Мать, да ты баба-огонь!»»

А молодая мама **Юлия Костюшкина**, супруга музыканта Стаса Костюшкина, как ведущая телепередачи «Я худею», к процессу сброса лишнего веса подошла научно. Профессиональные диетологи специально для нее разработали программу питания. Суть ее в том, что не нужно ни в коем случае голодать, а просто питаться по определенной схеме: углеводы разрешены только утром и в обед

(то есть, можно начинать день с овсянки, на ланч заказывать пасту или ризотто), а ужинать только белками (лучше всего — куриная грудка с овощами или рыба на пару). Параллельно Юлия занимается спортом под присмотром тренера, а с локальными жировыми отложениями борется с помощью аппаратной косметологии. Например, она высоко оценила криолиполиз — процедуру, основанную на использовании пониженных температур.

### Сам себе диетолог

Ну а пока Юлия Костюшкина приходит в форму, в передаче «Я худею» в нынешнем сезоне ее заменила **Наталья Гулькина**. Еще год назад певица выглядела, скажем прямо, не лучшим образом, из-за чего у нее начались проблемы с работой.

— Моя история набора веса банальна, так же как и тысячи других историй. Отдав всю себя, все свои силы на популяризацию коллектива, которому я посвятила большую часть своей жизни, после ухода из него я была настолько подавлена, что не заметила, как набрала лишний вес, заедая предательство и обиду. Не могу сказать, что я

ела с утра до вечера, однако позволяла себе расслабиться: ела салаты на майонезе, жареное мясо, картошку, тортики — все то, что очень сильно способствует набору веса. За два года незаметно для себя набрала 20 кг. Мои концертные костюмы сидели на мне, как на барабане, а некоторые даже перестали застегиваться. Я, конечно, очень расстраивалась, но отказаться себе в еде не могла. Однако увидев себя как-то на экране в шоу «Живой звук» в форме шара, я пришла в ужас! И тогда приняла решение: надо худеть!

Взявшись за дело, всего за год она похудела аж на 20 килограммов. И останавливаться на достигнутом не собирается. По словам Натальи, она с удовольствием избавилась бы еще от 7-8 кило. Гулькина считает, что в процессе похудения важны не столько диеты, сколько уверенность и силы идти к намеченной цели. Ведь так хочется побаловать себя порой кусочком торта или шоколадкой. В таких случаях нужно либо самому проявлять силу воли, либо иметь рядом сурового наставника. В роли такового и будет выступать для участниц передачи «Я худею» сама Гулькина. ■



Арунас и Ингеборга были однокурсниками



# «ОНА ПОЗВОНИЛА ИЗ

**Первый муж  
Ингеборги  
Дапкунайте:**



Арунас  
Сакалаускас

Первая любовь не проходит – уверен литовский актер Арунас Сакалаускас. Вот уже лет 20 он не общался со своей бывшей женой. За это время она еще дважды успела сходить замуж. А у него на личном фронте без перемен: супругой по-прежнему значится Дапкунайте...

Теперь до бывшей жены ему, как до неба

# Я ЛЮБЛ

**З**наменитая актриса Ингеборга Дапкунайте всегда тщательно оберегала свою личную жизнь. До последнего скрывала и нового избранника – бизнесмена **Дмитрия Ямпольского**, с которым обвенчалась в Великобритании три года назад. О нем и сейчас мало что известно, сущие крохи – он на 12 лет моложе своей жены. Однако разница в возрасте не слишком бросается в глаза. Об этом любопытствующие смогли судить, когда в конце прошлого года актриса, наконец, вывела третьего мужа в свет.

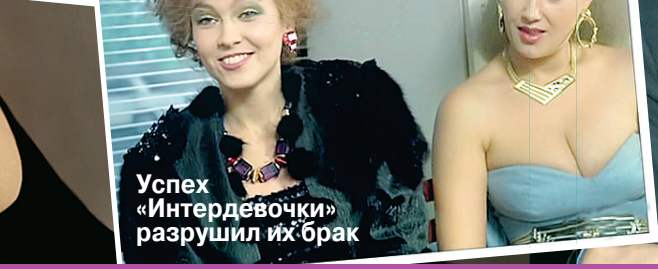
За новостями личной жизни Дапкунайте активно следит и ее первый супруг **Арунас Сакалаускас**. Он и сам в Литве не последний человек – играет в пяти театрах, снимается на ТВ. Но до Ингеборги, конечно, ему теперь как до неба. Говорит, что именно успехи жены в профессии в свое время разрушили их брак...

А вот стартовали актеры рука об руку, когда учились те-

ФОТО А. МАГОМЕДОВА



У красавицы Инги было много поклонников



Успех «Интердевочки» разрушил их брак



ФОТО Г. УСОЕВА

Второй муж актрисы – британский режиссер Саймон Стоукс

# АМЕРИКИ И СКАЗАЛА: Ю ДРУГОГО...»

атральному искусству в Литовской консерватории. Там их и накрыли первые в жизни и такие сильные чувства...

## «Я тебя тоже люблю, придурок!»

Привычка окружать себя ореолом таинственности, видимо, водилась за Ингеборгой с юных лет. Долго скрывала свои чувства она и от Арунаса, который явно влюбился в очаровательную студентку с первого взгляда.

– Инга была похожа на порхающего эльфа, – с улыбкой вспоминает он сейчас. – Я мучительно осознавал, что недостойн. Вместо лекций срисовывал цветочки с ее блузки, вел дневник тайных вздохований...

Парень знал, что поклонников у Дапкунайте хоть отбавляй. Один, по рассказам, порезал себе вены прямо на пороге ее дома. Какой-то художник постоянно встречал Ингу после института. Да что там говорить:

два лучших друга Арунаса постоянно терлись возле симпатичной однокурсницы, а мастер курса ко всем ее ревновал. «Разве у нас только одна девушка? Что вы обступили Дапкунайте?» – то и дело разгонял он ухажеров.

Так что признаться в любви Сакалаускас решился, только будучи изрядно навеселе и спустя два с половиной года тесной дружбы. В ответ услышал от Ингеборги: «Садись и держись крепче! Я тебя тоже люблю, придурок! Давно!»

Но даже на этом его мучения не закончились. Дапкунайте предложила хранить их отношения в тайне ото всех!

– О нас не догадывались даже самые лучшие друзья, – говорит Арунас. – В день моего рождения они устроили мне сюрприз – явились под окна с шампанским. А я не смог их пригласить, потому что Ингеборга была у меня. Полгода те ребята потом со мной не общались...

## Тайна за семью печатями

Они умудрялись скрывать свою любовь даже в съемной квартире, где жили еще с двумя однокурсниками.

– В коммуналке было четыре комнаты – наши с Ингой двери находились напротив. По ночам мы потихоньку бегали друг к другу, – продолжает Сакалаускас. – А в консерватории однажды закрылись в аудитории, начали целоваться... И вдруг – дверь с грохотом открывается, заглядывает однокурсник. «Целовались, – говорит. – Возможно, и не только. Думаете, не чувствуется?»

Между тем тот самый ревнивец – мастер курса, даже не догадывающийся о серьезных отношениях своих студентов, – решил взять неприступную крепость штурмом, заявился к Инге домой. И чуть не застучал там Арунаса.

– Мы практически одновременно открыли две двери: учитель вошел через входную, я выскользнул на задний двор. Стою на улице под дождем... – вспоминает Сакалаускас. – Вскоре Ингеборга вызвала такси – «Извините, – говорит

Звездные роли Ингеборги: «Утомленные солнцем» с Михалковым и «Война» с Бодровым



**Мы оба чувствовали, что из Америки она ко мне уже не вернется!**



мастеру, – мне надо срочно ехать к тетке». Тот сажает ее в машину, она объезжает вокруг дома и останавливается с другой стороны – прямо перед «моим» входом. Помню, смеялась тогда над незадачливым ухажером: «Какого черта он приперся?!»

Юные влюбленные даже придумали тайный язык жестов, чтобы незаметно переговариваться при посторонних. В тот момент Ингеборга уже стала ездить на съемки в Россию, Арунас на выходные прилетал к ней в Москву, а утром в понедельник, прямо из аэропорта, отправлялся на занятия. И не мог рассказать друзьям о том, что всего несколько часов назад прогуливался с подругой по Красной площади. «Будто мы с ней стали героями какого-то шпионского романа», – улыбается он.

Тайное стало явным, лишь когда Дапкунайте и Сакалаускас вместе начали работать в Каунасском драматическом театре. И, кажется, Ингеборге такая стандартная, обыденная любовь очень быстро наскучила...

## Рогатый жених

Кризис в отношениях совпал с призывом Арунаса в армию. Испытание разлукой Дапкунайте не выдержала: писала жениху редко, а когда тот вернулся – вообще предложила расстаться. Однако оба продолжили работать в одном театре. Что только накаляло обстановку.

– Инга лучше владела собой, видя ее жизнерадостную улыбку, я считал, что ей вообще на меня наплевать, – говорит Арунас. – От переживаний порой вел себя не слишком адекватно. Например, за кулисами заявил при ней: «Посмотрите, сколько у нас женщин – и ни одной красивой шеи!» Знал, куда бить. Ей это в память особенно врезалось, и потом Ингеборга мне частенько припоминала: «Ах, шеи красивой на него нет – иди, поищи в другом месте!»

Однако через два года такой непонятной и вроде ни к чему не обязывающей жизни Ингеборга вдруг предложила Арунасу пожениться. Видимо, решив, что столь радикальный шаг склеит их разбитую любовь. В то же время семья не больно-то радовалась ее выбору. Родители ис-

кренне не понимали свою дочь: парень из скромной рабочей семьи, родом из маленького литовского городка. А Дапкунайте же в Вильнюсе – громкая фамилия! Папа Ингеборги – дипломат, мама – метеоролог... Правда, они всегда были в разъездах, так что знакомилась с семьей жениха бабушка Дапкунайте, которая много лет работала администратором Оперного театра.

– Я чуть от стыда не сгорел, когда моя мама рассказала на этой встрече, как воровала мясо у себя на комбинате в тяжелые времена. Мол, получите воспитанного зятя! – смеется Арунас.

Бабушка Ингеборги хотела, чтобы молодые венчались в католическом костеле. И жених с невестой послушно отправились знакомиться с ксендзом.

– Заходим в священный чертог, – продолжает Арунас. – А по нему эхом гуляет площадная брань! Это ксендз отчитывает старушку, которая попросила его прийти к умирающему человеку. «А часто ли он ходил в костел? Значит, как помирать собрался – сразу вспомнил про Господа?!» Мы с Ингеборгой переглянулись и убежали от-

Третий  
муж  
актрисы  
на 12  
лет ее  
моложе



## Америка-разлучница

К тому времени Ингеборга Дапкунайте уже снялась в «Интердевочке», режиссеры буквально рвали ее на части. Муж в съемочный график явно не вписывался. Он, как якорь, тянул на дно, пытался привязать к одному месту. Актриса же, мотаясь по съемкам, иной раз уставала так, что не могла сообщить – она уже дома или еще в гостинице.

– Как-то среди ночи Инга проснулась и вскрикнула: «Кто здесь?» «Я», – отвечаю. «Кто – я?!» И как начала меня колотить – я аж из кровати выпал! – смеется Арунас. – Оказывается, ей приснилось, что на гастролях кто-то проник в номер.

Но стоило ему задержаться на работе, как дома разыгрывалась настоящая трагедия. На кухне, потупив взор, восседала Ингеборга, рядом с ней дымились пепельница, полная подпаленных и тут же потушенных сигарет. Мизансцена такая: жена курила в ожидании загулявшего супруга, не находя себе места...

А через полтора года в их жизни произошел крутой поворот. Ингеборгу в кино увидел знаменитый **Джон Малкович**, пригласил в свой спектакль «Ошибка речи». Ехать в Америку надо было на шесть месяцев, а Сакалаускас не мог бросить театр в Литве.

– Инга поступило мудро – отдала решение мне. «Я поступлю, как ты скажешь. Если ты против, останусь здесь, сяду дома, заведем ребенка...» И для меня это был самый тяжелый в жизни выбор, – признается Арунас. – Наверное, мы оба чувствовали, что оттуда она ко мне уже не вернется. Но разве мог я поступить иначе? Запереть ее дома... Конечно, сказал ей: «Это ведь Америка, такой шанс! Даже не сомневайся!»

## Роковая фамилия

Через полгода Арунас съездил в Чикаго на премьеру. Потом вернулся в Вильнюс, жена осталась гастролировать. А вскоре Ингеборга позвонила из Америки и сообщила: «Я люблю другого». «Кто это – Мал-

кович?» – Арунас закричал в трубку. «Нет». – «Кто же?!» – «Режиссер... **Саймон Стоукс**». Оказалось, тот увидел ее еще на репетициях спектакля...

На следующий день Арунас должен был выйти на сцену, но никак не мог прийти в себя от переживаний. В театральной гримерке один старый литовский актер его утешил: «Слышал, твоя оставила тебя? Очень хорошо!» – «Чего же хорошего?» – «Это тебе в копилку!»

– Сразу после развода мы с Ингеборгой пошли в ресторан, она сказала: «Да, хорошо мы пожили вместе». А я почему-то вспомнил анекдот, как сидит мужик на рельсах трамвая с отрезанной ногой и думает: «Ни хрена себе за хлебушком сходил!» – печально улыбается Арунас. – Еще вспоминается такой случай. Они со Стоуксом приехали в Литву, а я тогда только снял отдельную квартиру. Мебели там практически не было, ну я и позвонил Ингеборге, попросил у нее два стула. Говорит: «Забирай, конечно». Стоукса мое появление разве-селило. Ну, это действительно смешно: входит бывший муж и уносит два стула. Я же в тот момент оценил его краем глаза – мне он показался каким-то жалким, маленьким...

А через два года после развода Арунаса и Ингеборги на театральных афишах Вильнюса снова появились их фамилии: Сакалаускас и Дапкунайте. Зрители надеялись увидеть воссоединение знаменитой пары хотя бы на сцене, но... Главную роль играла совсем другая актриса – **Иоланта Дапкунайте**. Арунас увидел ее все в той же литовской консерватории, где когда-то учился с Ингеборгой, – и опять-таки влюбился с первого взгляда. Потом уже, узнав о чудесном совпадении, он понял: от судьбы все-таки не уйдешь.

– При этом Дапкунайте – вовсе не распрощанная в Литве фамилия, я ее больше никогда не встречал, – говорит Арунас. – С Иолантой мы вместе уже 20 лет. Правда, так и не расписаны. Наверное, потому что оба разочаровались в официальном браке... ■

туда. Нашли молодого ксэндза в Каунасе... Кстати, по церковным законам нас с Ингеборгой так и не развенчали...

Свадьба прошла по всем канонам, с чтением клятв и молитв. Гуляли в охотничьем ресторане. И гости не сразу заметили, что каждый раз, когда жених вставал, чтобы произнести тост, аккуратно у него над головой оказывались... оленьи рога. На стене они висели для украшения. Но в данном случае оказались неким символом...

Позже о тех рогах, разумеется, вспомнят. А пока... А пока была первая брачная ночь, которую молодые провели... в машине. Родители невесты, приехавшие на свадьбу прямиком из Женевы, вручили им шикарный подарок – новенький BMW. На нем Инга и Арунас сразу после торжества и отправились в Минск на съемки – нужно было срочно ехать, а поездом Дапкунайте никак не успевала.

– Вернулся обратно только под утро, – рассказывает Сакалаускас. – Захожу в квартиру: мои друзья спят на нашем брачном ложе. Вот такая нелепая вышла свадьба...

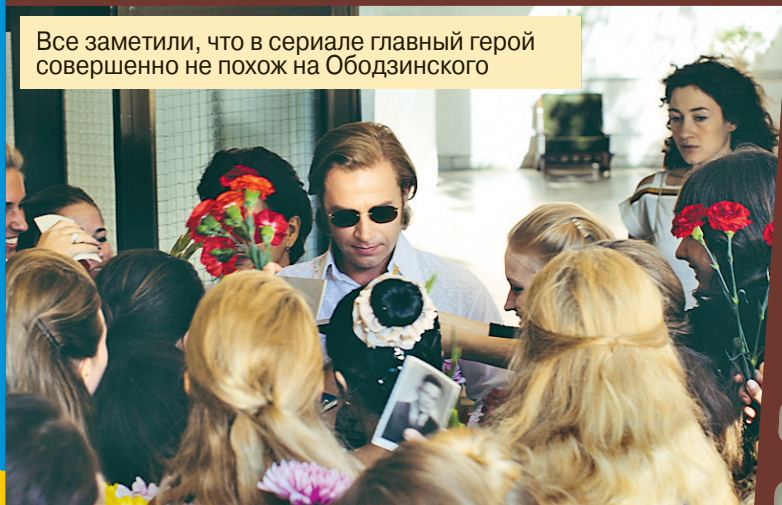


## Последняя жена Валерия Ободзинского:

# «ОН БРОСИЛ СЦЕНУ, ЧТОБЫ ИЗБАВИТЬСЯ

Телесериал «Эти глаза напротив», прошедший по Первому каналу, вызвал массу вопросов. Таким ли гордецом и великим комбинатором был Ободзинский в молодости? Таким ли несчастным и опустившимся пропойцей стал он в конце жизни? Друзья легендарного певца уверяют: правды в фильме – не более чем пять процентов. А как же все было на самом деле?

Все заметили, что в сериале главный герой совершенно не похож на Ободзинского



**Е**го песни «Эти глаза напротив», «Восточная», «Колдовство» пела вся страна. Голос певца завораживал, сводил с ума. Забитые стадионы, толпы поклонниц, миллионные тиражи пластинок, гонорары, слава, о которой большинству корифеев советской эстрады оставалось только мечтать...

В середине 1980-х Ободзинский вдруг пропал. Сразу поползли слухи: умер, залечили в психушке, сбежал на Запад... Почти 10 лет забвения. И только в 1994 году он «воскрес». Вышел на сцену киноконцертного зала «Россия» и спел. Да как! Естественно, все сразу кинулись с вопросами: где же он пропадал столько, почему? И как вернулся?

Последняя жена знаменитого певца **Анна Есенина** знает ответы на все эти вопросы.



Как это было  
на самом деле

PERSONA STARS



С дочерьми Анжелой и Валерией



Первая жена Нелли не раз ставила ему условие: будешь пить – разведемся

# ОТ НАРКОТИКОВ»

## «Знакомиться в планы не входило»

– Анна Альбертовна, в одной книжке написано, что карьера Ободзинского началась на одесском пляже. Будто бы юное дарование пело, а в это время его блатные кореша преспокойно «чистили» карманы отдыхающих. Буйная фантазия автора?

– Вообще нет. По рассказам Валеры, в Одессе у него вообще жизнь тяжелая была. Приходилось выживать, и для этого многие средства были хороши. Он сам называл себя «шпана одесская»... Валера начинал петь в Черноморском пароходстве. Они с ребятами создали небольшой эстрадный коллективчик, и их взяли на теплоход «Адмирал Нахимов» – развлекать пассажиров. Там его услышал какой-то дяденька, пригласил в Томскую филармонию. Валера

начал по Сибири гастролировать, да так успешно, что в 1966 году получил сразу два приглашения из Москвы – от Эдди Рознера и Олега Лундстрема. Выбрал оркестр Лундстрема. Позже создал свой аккомпанирующий коллектив, который назывался ВИА «Верные друзья». С ним он проработал до 1979 года. Кстати, примерно в это время мы с ним и познакомились.

– Расскажите, как это произошло.

– Я узнала о певце по фамилии Ободзинский в восьмом классе, когда случайно в книжном магазине услышала его «Восточную песню» и купила пластинку – она хранится у меня до сих пор. Несколько лет спустя подруга пригласила меня на концерт Валерия Ободзинского в Театр эстрады. С тех пор я ходила на все его концерты

в Москве до 1984 года, даже на «сборные», где он участвовал. После каждого выступления подходила к сцене, дарила ему розы и уходила восвояси. Клянусь: знакомиться в мои планы не входило. Я просто кайфовала от его пения.

– Хотите сказать, что таких, как Ободзинский, у нас тогда не было?

– Не было, нет и, может, не будет. Валера же пел «открытым звуком» – в консерватории этому не учат. Позже я узнала, что, оказывается, он даже нотной грамоты не знал, нигде музыке не учился – пел по наитию. В 1977-м Ободзинский выступал в Центральном дворце культуры железнодорожников. Чтобы попасть, люди занимали очередь за десять дней. А мне-то нужно было только в партер – я же с цветами. Дай, думаю, попрошу у Валериного администратора



«Какие очереди были на его концерты! В километр, и это не преувеличение»



В 1994 году он словно вернулся с того света

контрамарку. И тот привел меня прямо к Ободзинскому.

– **Администратор знал вас?**

– А как же! В лицо меня знали все сотрудники Театра эстрады, дирекции театральных касс, уж не говоря о Валериных музыкантах. Они были в недоумении: ходит на все концерты, подарит цветы – и ходу. Ненормальная какая-то! Вот так мы и познакомились с Валерой, обменялись телефонами. Когда ему было скучно одному, он звонил – я приезжала. И мы просто разговаривали. Потом брала какую-нибудь книжку и читала, а он в соседней комнате спать ложился. Такие у нас были отношения.

**«Когда нашла его, еле узнала»**

– **Пропал он в 1984-м?**

– Да. В 1983 году Валера дал свой последний сольный концерт в Москве, в 1984-м поучаствовал в «сборном» концерте – и исчез. А как раз в это время у меня забурлила личная жизнь, я по большой любви вышла замуж... Словом, в тот период мне

было абсолютно не до Ободзинского. А через несколько лет меня замучила ностальгия – я кинулась его искать. Узнала, что Валеру выгнали из дома, что якобы живет он у какой-то женщины на окраине Москвы... Но где? По радио не поет, концертов не дает, по городу гуляют слухи: «Ободзинский умер», «уехал на Запад». Его администратор – и тот не знал, где искать Валеру. Долго рассказывать, как я нашла его телефон, но позвонила и сказала, что хочу его видеть. «Приезжай!» Взяла бутылку водки, шампанское и поехала. Это был июнь 1991 года.

– **Он сильно изменился?**

– Да почти не узнать! В начале 1980-х он был совсем худенький, с шикарной белозубой улыбкой, от которой многие теряли голову. А тут – располневший, погрубевший, почти без зубов... Мы посидели, поговорили. Оказалось, что Валера сторожил склад стройматериалов на берегу Яузы и галстучную фабрику. Там у него была бытовка, в ней он и жил. Вечером соберутся «братаны», выпьют:

они разойдутся, он – спать. Так и гужевались каждый день – гульба, дым коромыслом... Периодически он мне звонил: «Деточка, выручай!» Я брала водку, закуску – и снова на склад! Так стала ездить к нему регулярно. Однажды он сказал: «Можно я пока у тебя поживу?» А я, если честно, вообще не горела желанием, чтобы он ко мне переехал. Во-первых, вижу: человек пьет, во-вторых, мы же не любовники, чтобы съезжаться. Короче, некоторое время сопротивлялась, а потом так стало его жалко – аж до слез. И он переехал ко мне.

– **Вернуть Ободзинского на сцену – была ваша инициатива?**

– Естественно, мне хотелось, чтобы Валера снова начал петь. Я, наивная душа, верила, что, когда появится Валерий Ободзинский, все обрадуются, что он жив-здоров, захотят ему помочь... Принялась звонить знакомым, во всякие московские концерты-росконцерты, благо связи у меня были прекрасные. Но не тут-то было. Единственный человек, который позвонил и протянул руку помощи, был Леонид Дербенев. Сказал: «Приезжай. Я дам тебе песни – лишь бы

только Валера пел». Это были времена, когда тексты песен уже стоили бешеных денег, а он говорит: «Бери, чего хочешь». И все абсолютно бескорыстно, бесплатно. А больше никто про Ободзинского не вспомнил.

## «Валеру подсадили на «колеса»

– Как же получилось, что ку-мир оказался на «обочине»?

– Что бы ни говорили, я думаю, причина только в одном: рядом с Валерой не оказалось близкого человека, который бы действительно искренне любил его. Причем не обязательно это должна быть женщина. Михаил Шемякин рассказывал, сколько он нянчился с Высоцким – тот тоже не подарок был. Такого человека рядом с Ободзинским не было. Поэтому, когда он почувствовал поддержку от меня, сразу стал другим. Вы что, думаете, с ним жизнь сахарная была?! Хо-хо! И запивал, и «концерты» такие закатывал... Он и петь-то не хотел. Желал только одного – чтобы все от него отстали. Но кушать хотел как «звезда», а я не всегда имела возможность кормить его по высшему разряду. Выкручивалась, как могла, никто мне не помогал. Бывало, что и жрать было нечего – давайте называть вещи своими именами!

А на вопрос, почему он бросил петь и добровольно ушел с эстрады, Валера ответил сам – есть запись. Сказал, что ему все надоело и он захотел пожить как обычный мужик. Это одна

причина. А вторая – опять же с его слов, и я уверена, что здесь он не лукавит: в конце 1970-х он крепко подсел на наркотики. По словам Валеры, еще когда он пел в оркестре Лундстрема, у них был некто Борис Алов, конферансье, который и «подсадил» его на таблетки с кодеином. Поначалу все было замечательно – ощущение, будто ты подшофе, а алкоголем от тебя не пахнет. Но потом наступила зависимость – полинаркомания. И пошло-поехало. А когда есть деньги, слава – кто откажет знаменитому певцу в рецепте, тем более что официально наркомании в Советском Союзе не было? Да и как Ободзинскому можно было отказать? Я знаю, что, например, в Омске у него была знакомая в местной психушке, готовая по первому звонку привезти таблетки в любую точку СССР. И привозила... Опять же, с его слов, если бы он в середине 1980-х не бросил сцену, было бы только хуже. Не видел другого выхода, вот и ушел. И только тогда полностью смог отказаться от «колес», причем сам. Когда мы встретились, он уже несколько лет не употреблял этой заразы...

– Тем не менее пить он продолжал?

– Когда избавился от наркозависимости, был так счастлив, что считал, что водка – это детский лепет на лужайке. Только не думайте, что он был таким беспробуд-

ным пьяницей. Да, иногда Валера забрасывал работу и уходил в загул. Объявлял мне, что навеки со мной расстанется, хлопал дверью и отправлялся гулять. А уж во дворе наливали ему все, кому не лень – «Это же сам Ободзинский!» А бывало, и по 10 месяцев не пил. Ходил, как туз... Но он при этом и пахал! Записал два диска с песнями, снимался на телевидении, участвовал в концертах. В 1995-1996 годах мы с гастролями объездили полстраны. И он ни разу ничего не сорвал!

## «Он не рвался на сцену»

– Существует еще одна версия, почему Ободзинский оказался «на дне». Якобы его невлюбил председатель Гостелерадио Сергей Лапин, поэтому и эфиры, и концерты запрещали, развернули травлю в прессе...

– Лапин воевал не только с Ободзинским, но и со



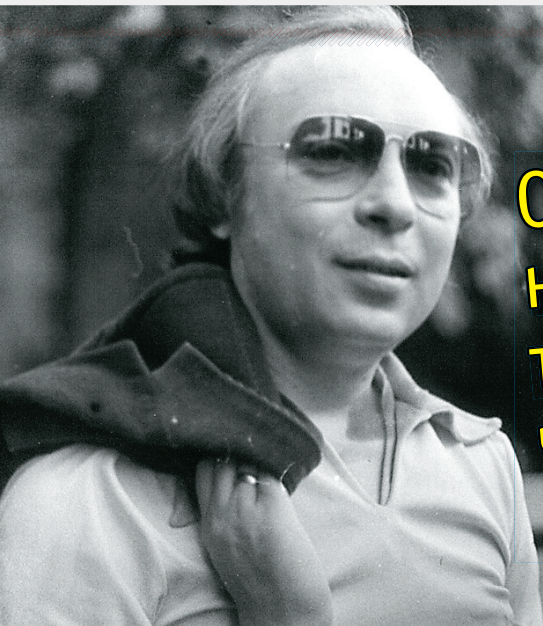
«Он захотел пожить, как обычный мужик»

Ангела пошла по стопам отца, стала певицей



Вторая жена Светлана Силаева





Он и петь-то не хотел, желал только одного – чтобы все от него отстали»



многими любимцами народа. И Майя Кристаллинская, и Вадим Мулерман «попали под раздачу»... Факт, что были запреты на его концерты на территории Российской Федерации. И его «Восточную песню» обвиняли черт знает в чем. Будто бы в строке «В каждой строчке только точки после буквы «Л» – тайно зашифрован то ли Ленин, то ли Леня Брежнев... Ну бред полный! Поэт Онегин-Гаджикасимов позвонил Валере и сказал, что по этой «идеологической» причине песню закрыли. Все это было. Но я думаю, что это только отчасти могло влиять на Ободзинского. Ведь его и кроме РСФСР «разрывали на сувениры» везде. Только приезжай!

– Правда, что в зените своей славы Ободзинский зарабатывал в 10 раз больше секретаря обкома партии?

– Валера был в те времена не бедный человек. Но у него было правило: когда он уходил от своих жен, он все оставлял им. Говорил: «Мне интересно зарабатывать по новой».

– Ну а все эти разговоры про невыносимый характер?

– Лучше иметь тяжелый характер, чем никакого. Да, натура у него была сложная. Но при этом он был настолько добрым, великодушным, хлебосольным... Валера никогда никого не обсуждал «за глаза». Это я могла возмущаться ле-

ценками и кобзонами, которые не видели в упор Ободзинского. А он никогда – ни полслова на эту тему.. Он был настоящим! Не фальшивил, не лукавил, ни в чем выгоды не искал. Говорил: «Так, как я, никто больше деньги не любит». При этом на компромиссы вообще не шел. Если чувствовал, что для него, как для артиста, уровень не соответствующий, – отказывался, не колеблясь. Например, ни за какие деньги не пел в ночных клубах, даже слышать не хотел ни о каких поездках в Америку, в круизы. И это были не капризы «звезды». Просто не считал возможным «позориться за деньги». Думаете, он рвался на сцену, всем доказать, что лучший? Вообще не рвался. Как истинному Артисту ему не интересно было жить за счет старого багажа, он хотел развиваться как творческая натура и постоянно себя искал в новом качестве. Когда он записал песни Вертинского, во всех интервью стал говорить, что мечтает поставить музыкальный спектакль по произведениям Вертинского. И поставил бы! А быть певцом с приставкой «ретро» не хотел.

**«Кто же знал, что в 55 он уйдет...»**

– Как думаете, какие качества в первую очередь привлекали в нем слабый пол?

– Красотой-то он никогда не блистал, но был очень обаятельный мужчина. И голову потерять там было от чего помимо таланта. Да и Валера женщин любил и, что называется, «барышням не отказывал». Признавался: «Я ни одной приличной бабы не пропускал!» А лично мне дорога была его чисто мужская черта – за его спиной очень спокойно и надежно было.

– Почему вы так и не расписались?

– Мы собирались. Но Валера сразу сказал, что роспись – это ерунда, надо венчаться. А я – некрещеная. Но кто же знал, что в 55 лет он уйдет из жизни? Об этом даже подумать никто не мог. Ободзинский же был совершенно здоровый мужик. Я в 1995 году настояла, чтобы он все анализы сдал, всех врачей прошел. И, кроме кисты на почке, у Валеры ничего не нашли. Печень – абсолютно нормальная. Помню, врач сказала: «Валерий Владимирович, будете себя хорошо вести, еще 50 лет проживете!» То есть такой быстрой кончины ничто не предвещало. Скажу вам больше: он еще хотел, чтобы я ему ребеночка родила. А умер неожиданно – от сердечной недостаточности 25 апреля 1997 года... ■

ГОСУДАРСТВЕННЫЙ КРЕМЛЕВСКИЙ ДВОРЕЦ

16

АПРЕЛЯ  
2016 г.

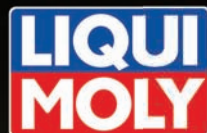
начало в 18.00



Caravelle

ОФИЦИАЛЬНЫЙ  
АВТОМОБИЛЬ  
ЦЕРЕМОНИИ

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ПАРТНЕР



МОТОРНЫЕ МАСЛА  
АВТОХИМИЯ  
АВТОКОСМЕТИКА



РУССКИЙ УГОЛЬ  
RUSSIAN COAL

XV ЮБИЛЕЙНАЯ ЦЕРЕМОНИЯ ВРУЧЕНИЯ ПРЕМИИ

# ШАНСОН 2016 ГОДА



Реклама

12+

Генеральный директор –художественный руководитель ГКД- Петр Шаболтай

КАССА ГОСУДАРСТВЕННОГО КРЕМЛЕВСКОГО ДВОРЦА  
(495) 620-78-46  
ул. Волынская дом 1

**БИЛЕТЫ** 495 937-77-37

**CONCERT.RU** ЗАКАЗ, ДОСТАВКА БИЛЕТОВ +7(495) 644 2222

[www.kremlinpalace.org](http://www.kremlinpalace.org)



Все детали в доме, вплоть до мелочей, были продуманы хозяином

**Евгений Пронин:  
«Из всех дел  
по дому  
больше всего  
люблю готовить»**



# ПОТОМОК ЦИОЛКОВСКОГО

Чуть больше года назад актер Евгений Пронин переехал в свой загородный дом в Подмоскowie. Находится жилье артиста в охраняемом поселке, полностью выдержанном в английском стиле. Архитектура домов, башни при въезде на территорию, ухоженные газоны – все это мгновенно переносит в страну леди и джентльменов.

**Б**олее того – даже улицы, на которых расположены дома, названы в честь выдающихся деятелей Туманного Альбиона. Евгений, например, живет на улице Шекспира. Звезда сериала «Слава» и нового фильма «Чемпионы: Быстрее. Выше. Сильнее» пригласил нас в свой дом, интерьер которого он полностью придумал сам.

## «Могу работать дизайнером»

– Я переехал сюда в конце 2014 года, – рассказывает Евгений. – Дом отделан, конечно, не моими руками – этим занимался прораб, которого я знаю давно. Но весь дизайн, выбор мебели и даже мелочей в интерьере – все это сделано мной. Я теперь даже иногда в шутку друзьям говорю, что не только в кино могу себя реализовать, но и быть хорошим дизайнером интерьеров.

И в этой шутке есть большая доля правды. Мы с порога отметили, что жилище оформлено с большим вкусом. Интерьер



Вот так выглядит дом Евгения Пронина снаружи. Ну чем вам не Англия?

Особая  
гордость  
Евгения – его  
коллекция  
марок,  
собранная  
в детстве



У Пронина можно найти  
чай на любой вкус



На верхние этажи  
ведет лестница  
с ажурными  
ограждениями

# ГО С УЛИЦЫ ШЕКСПИРА

дома актера выполнен в бело-сине-голубой цветовой гамме. На полках – милые детали: фигурки кораблей и колокольчики, привезенные на память из других стран. И множество книг, большинство из которых – классическая литература. Есть даже полное собрание сочинений все того же Уильяма Шекспира.

– В доме много белого, для меня это – цвет чистоты, – пояснил актер. – Мне вообще белый нравится, у меня и салон в машине такого же цвета. И любимое время года, как ни странно, зима. Но именно настоящая, снежная.

## «Самолеты не мешают»

Приобрести жилье именно в этом поселке Пронину посоветовали друзья. И, приехав сюда в первый же раз, актер долго думать не стал.

– Друзья сообщили, что есть такое предложение. Я съездил посмотреть, и мне все понравилось. Английский стиль в дизайне и архитектуре я люблю, и, как мне кажется, тут хорошо передан дух Англии.

Единственное – меня сразу предупредили, что постоянно летают самолеты и может быть шумно, но для меня это не было проблемой. Я их практически не слышу. Да и летать в последнее время стали меньше... Мне всегда хотелось, чтобы рядом находились лес и речка. И было всегда спокойно. Да и мое детство прошло в подмосковном Климовске, где дома в два-три этажа. Здесь все так же. Тот же двор, бегает ребятыня. Сразу какая-то параллель с детством выстраивается. Но главное – что мне здесь очень комфортно. Все же московские спальные районы по большей части безжизненны...

## Три этажа уюта

Кухня у Пронина совмещена с гостиной. В центре зала расположен большой мягкий диван, узоры на подушках которого прекрасно гармонируют с рисунком светлых обоев, доставленных по заказу хозяина из Америки. На стене перед дива-

ном – телевизор. Но, по признанию Пронина, включает он его не так часто.

Поднявшись по светлой деревянной лестнице с кованными перилами, мы попадаем на второй этаж, где находится спальня и еще одна комната. В будущем ее можно использовать, как детскую. Здесь же находится ванная комната.

Еще один лестничный пролет – и мы попадаем на верхний этаж, расположенный под самой крышей. Помещение – довольно спартанского вида: из мебели – письменный стол и диван. Здесь же – подзорная труба и велосипед.

## – Увлекаетесь велоспортом?

– Сейчас, увы, нет. А вот в детстве велосипед был главным видом транспорта. Даже тюнинг-овал его, – с улыбкой отвечает Пронин. – А на этом ездил всего несколько раз. Покупал специально, чтобы добираться до бассейна – зачем лишний раз автомобиль заводить? Летом это удобно. Но зимой на велосипеде не поездишь. Вот он тут и дожидается нового сезона.



Хоккейная майка с фамилией Фетисова напоминает актеру о съемках в сериале «Слава»

Он любит подумать о своем, сидя у окна с кружкой любимого чая

## Мечты о космосе

Конечно, мы не могли не спросить хозяина о подозрительной трубе. И узнали много интересного. Оказывается, это не подозрительная труба, а телескоп. Его Евгению подарили родители. Дело в том, что выбрать актерскую профессию и поступать в театральное училище Женя твердо решил только к окончанию школы. А до этого...

– Хотел быть космонавтом, – признается Пронин. – Я же – дальний потомок отца космонавтики Константина Эдуардовича Циолковского – он мой родственник по папиной линии. Как раз недавно был в гостях у своей родни в Калуге – городе, где жил Константин Эдуардович, разрабатывал свою теорию космических полетов. Там и поныне музей-квартира Циолковского. Кстати, очень популярное место у космонавтов – туда перед своими полетами приезжали Юрий Гагарин, Герман Титов и другие наши космонавты. И даже оставались там ночевать на обычных кушетках, а на следующий день прямо отсюда отправлялись в полет. Там

часто бывал и Сергей Павлович Королев... И вот родители – в память о том, что когда-то я собирался в космос – подарили мне этот телескоп. Чтобы звезды были ближе...

## Спортсмен-экстремал

Здесь же, на верхнем этаже, у Пронина хранятся его школьные сокровища. Хозяин с гордостью извлекает из ящика несколько альбомов с марками.

– Это я в детстве увлекался, – рассказывает Евгений. – Помню, приносили конверты, и я эти марки с них отпаривал. Ставил на плиту чайник, он закипал, и надо было над паром держать конверт. Потом марку нужно было разгладить и аккуратно поместить в альбом. Много у меня тогда было марок – как коллекционных, так и вот таких, отпаренных. Вроде бы, давно уже этим не увлекаюсь, но и выбросить жалко. Вот и храню тут, и время от времени пересматриваю, вспоминая свои юношеские мечты...

– А сейчас какое у вас хобби?

– Сейчас своим хобби я считаю путешествия и экстремальный спорт. Люблю гонять на ма-

шине. И прыгать с парашютом – делал это уже пять раз. Ну и спорт тоже люблю. И хотя занимаюсь им, по большей части, вне дома – гантели у меня всегда под рукой.

– А какой спорт предпочитаете?

– Я в плане спорта универсал: занимался лыжами, сноубордом, серфингом, кайтсерфингом, футболом, пинг-понгом, волейболом, баскетболом и много чем еще. В разные этапы жизни осваивал все, что только можно. Может, поэтому судьба и подарила мне возможность сыграть великих спортсменов...

## Слава чемпионов

С гордостью Евгений демонстрирует нам яркий предмет своей домашней коллекции – хоккейную майку Detroit Red Wings с цифрой «2» на спине и фамилией Fetisov.

– Настоящая?

– Почти, – улыбается актер. – Она выглядит точь-в-точь, как майка, которая была у Фетисова в «Детройт Ред Уингз». Ее специально заказывали художникам для сериала. И у меня осталась на память о тех съемках.





Специально для поездок в бассейн Евгений приобрел велосипед



Телескоп – подарок актеру от его родителей

В литературных предпочтениях Евгения доминирует классика, а сувенирные колокольчики были привезены им и его друзьями из разных уголков мира



(Напомним, что в прошлом году на Первом канале был показан сериал «Слава» – о нашем прославленном хоккеисте Вячеславе Фетисове, – в котором главную роль исполнил Евгений Пронин.)

– А с самим вашим героем вам удалось пообщаться?

– Да, во время работы над проектом мы с ним много общались. Вот с другим моим героем – четырехкратным Олимпийским чемпионом по плаванию Александром Поповым (его Евгений играет в новом фильме «Чемпионы: Быстрее. Выше. Сильнее». – Ред.) не довелось еще встретиться лично. Насколько я знаю, желание пообщаться было обоюдным, но сойтись мы так и не смогли – не сходились графики.

– В бассейн-то зачастили в порядке подготовки к роли?

– Не без этого. До съемок я, если честно, посредственно держался на воде. Но когда был утвержден в проект, то сам начал настаивать на тренировках и встречах с тренером. Я такой человек: мне всегда хочется освоить ту профессию или дело, которым занимается мой герой. Тренировался я в «Олимпий-

ском» и за одно занятие проплывал по два – два с половиной километра. А если учесть мою занятость в театре и кино, то совмещать это было непросто. Но тренировки дали свои плоды: теперь я плаваю гораздо лучше.

### Кулинарный кайф

Из «поднебесья» снова спускаемся в кухню-гостиную. И разговор сам собой переходит на кулинарную тему. Актер признается, что из всех дел по дому он больше всего любит готовить. И, глядя на его белоснежный кухонный гарнитур с ручками в виде вилок и ложек, понимаешь: готовить в таком интерьере – особое удовольствие.

– Даже пойти в магазин и купить продукты – для меня уже кайф, – признается Евгений. – Причем выбирать их мне будет интереснее, чем шмотки. Мне нравится долго ходить по продуктовым магазинам. Даже мама удивляется: «Сынок, ты проводишь столько времени в магазине! Что ты там делаешь?» Но мне доставляет удовольствие читать, что входит в состав того или иного продукта, прикидывать, полезно ли это. В

теплое время года люблю ездить на рынок неподалеку, куда привозят свежие овощи, фрукты и домашнее мясо из разных городов. Приготовление супов и запекание рыбы – это все мое. А вот гладить вещи и мыть посуду я не люблю...

Особое место у хозяина дома отведено под его любимый напиток – чай. У Пронина дома собрана целая коллекция этого натурального и бодрящего напитка. Каких сортов и вкусов тут только нет: шоколад с апельсином, молочный улун, обычный черный чай, согревающий с чабрецом... Оказалось, что у Евгения это наследственное: его родители – настоящие чайные гурманы.

– Мои родители очень любят чай. Но у них он отличается от того, который продают везде: они сами собирают травы. У нас и своего рода семейная традиция имеется: кофе мы практически не пьем – предпочитаем чай. Я больше всего люблю травяные, с мятой, чабрецом или шалфеем – они легкие и приятные. Но самый вкусный для меня – мамин чай. Когда приезжаю к родителям, всегда прошу: «Мама, приготовь свой фирменный!» ■

# Как и почему уходили кумиры



Эти автокатастрофы в свое время потрясли всех. Ведь до чего же несправедлива судьба! Молодые, красивые, успешные. Им было так много дано. Но столь мало отпущено. Почему, в чем причина? Наш эксперт, знаменитый экстрасенс Зирадин Рзаев, попробовал в этом разобраться.

ФОТОДОМ.РУ



«Всего себя отдал профессии»

## Евгений Урбанский (33 года)

### Как это было

Знаменитый актер погиб 5 ноября 1965 года на съемках фильма «Директор». В 40 километрах от Бухары снималась сцена проезда автоколонны по пескам. Согласно сценарию машина героя Урбанского (директора первого советского автозавода) должна была промчатся прямо через барханы, обогнать колонну и возглавить ее. В тот день снимали самый сложный кадр в этой сцене - прыжок машины с одного из барханов. Первый дубль прошел удачно, но режиссер предложил сделать еще один дубль, хотел, чтобы машина подпрыгивала выше. На втором дубле машина неожиданно перевернулась. От полученных травм Урбанский скончался по пути в больницу.

### Наш эксперт

- Этот человек был очень неординарный и очень удивительный. Иногда люди говорят: ради профессии я пожертвовал своей личной жизнью. И это как раз тот случай. Евгений Урбанский родился для того, чтобы быть актером. И профессии отдавал всего себя без остатка, она отнимала всю его жизненную энергию. Поэтому и сгорел очень быстро. Это его судьба, другого исхода быть не могло.

## Леонид Быков (50 лет)

### Как это было

Актер разбился 11 апреля 1979 года. На своей «Волге» он возвращался с дачи в Киев, где жил. Впереди двигался трактор с мотокультиватором. Быков решил его объехать. Однако при обгоне произошло столкновение со встречным грузовиком.

Следствие велось очень тщательно. Проводились консультации с экспертами, автогонщиками, эксперименты на автодроме. Оказалось, что молодой водитель встречного грузовика, которого уже собирались отправить в тюрьму, невиновен. Быков был трезв, но допустил оплошность, видимо, из-за усталости. Была версия, что у актера случился инфаркт, но это не так, иначе он отпустил бы педаль тормоза. А Леонид Федорович до последнего пытался предотвратить столкновение.

### Наш эксперт

- Этот человек был совсем не простой. Очень чувствительный, очень сомневающийся, копающийся в себе. Из-за этого часто пребывал в депрессивном состоянии. И он предчувствовал свою смерть. Знал, как умрет, когда - внутренне практически срежиссировал свой уход. Это тоже судьба, он должен был умереть раньше срока. И умереть - именно необычно. Уж слишком неординарный был человек.

11 апреля  
1979 года

«Он знал, когда умрет»

# СМЕРТИ

ФОТОДОМ.РУ



«Виктора Цоя убил сглаз»

## Виктор Цой (28 лет)

### Как это было

Культовый музыкант погиб 15 августа 1990 года в ДТП, которое произошло на 35-м километре трассы «Слока - Талси» - в Латвии, недалеко от Риги. Согласно наиболее правдоподобной версии, Цой заснул за рулем, после чего его «Москвич-2141» вылетел на встречную полосу и столкнулся с автобусом «Икарбус».

В милицейском протоколе значится следующая запись: «Автомобиль двигался со скоростью не менее 130 км/ч, водитель Цой Виктор Робертович не справился с управлением. Смерть наступила мгновенно, водитель автобуса не пострадал... В. Цой был абсолютно



15 августа 1990 года

трезв накануне гибели. Во всяком случае, он не употреблял алкоголь в течение последних 48 часов до смерти. Анализ клеток мозга свидетельствует о том, что он уснул за рулем, вероятно, от переутомления».

### Наш эксперт

- Я чувствую этого человека. Вижу, что в то время у него были отношения с девушкой. Она очень любила его, и он тоже хорошо к ней относился. Но почему-то оба они знали, что не будут вместе, что им придется расстаться. Не думаю, что она нарочно сглазила его. Но это произошло...

Да, он был смертельно уставшим - почти не оставалось сил, жизненной энергии. И за рулем закрыл глаза навсегда. Но причина смерти Виктора Цоя - именно сглаз, он его убил.

## Марина Голуб (54 года)

### Как это было

9 октября 2012 года ночью, после спектакля, артистка поймала частника на автомобиле Hyundai. На пересечении улицы Лобачевского и проспекта Вернадского машина попала в ДТП, виновником которого стал водитель автомобиля марки Cadillac, выехавший на запрещающий сигнал светофора. Кроме Hyundai автомобиль столкнулся с «Ладой» и Kia. В результате лобового столкновения Марина Голуб скончалась на месте.

### Наш эксперт

- Я чувствую ее, она была очень необычной женщиной, жизнерадостной. Никаких причин ее ухода на самом деле нет, никто не виноват - это просто судьба. Ей суждено было так умереть, и думаю, что теперь она в покое. Я это чувствую...

9 октября 2012 года



«Теперь она в покое»

ФОТО АЛЛОМОХОВА

## Александр Дедюшко (45 лет)

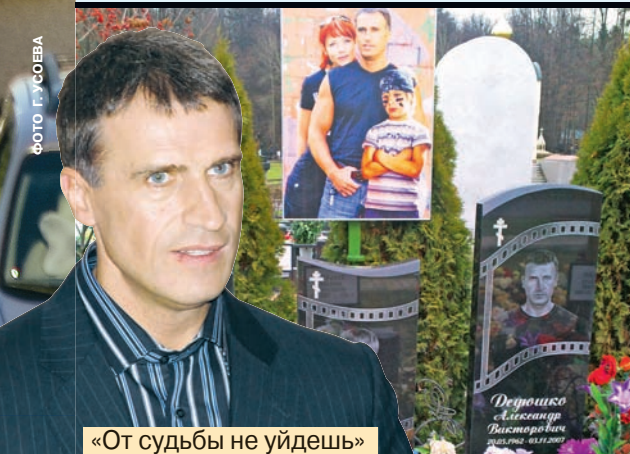
### Как это было

3 ноября 2007 года на трассе «Москва - Уфа» автомобиль актера выехал на встречную полосу и столкнулся с грузовиком. Водитель грузовика получил незначительные травмы. Дедюшко, его жена и их 8-летний сын скончались на месте.

### Наш эксперт

- Есть люди, которым суждено прожить недолго, просто выпал короткий век. Дедюшко - из таких. Он очень талантливый был, ответственный, трудолюбивый. С чистой, светлой энергетикой. Но, что называется, от судьбы не уйдешь. К сожалению, в этом плане от нас ничего не зависит.

ФОТО Г. УСОВЕВА



«От судьбы не уйдешь»

## Геннадий Бачинский (36 лет)

### Как это было

Популярный теле- и радиожурналист погиб в автокатастрофе на трассе «Калязин - Сергиев Посад» 13 января 2008 года. Находясь за рулем автомобиля Volkswagen Golf, он выехал на встречную полосу, где столкнулся с микроавтобусом. Бачинский скончался на месте, трое пассажиров микроавтобуса получили тяжелые ранения. У Геннадия остались жена и двое детей.

### Наш эксперт

- Он был очень нетерпеливый человек, всегда как будто куда-то торопился. Слово ребенок. И за рулем вел себя точно так же. Он торопился жить, и очень рано сгорел. К сожалению, этой смерти тоже нельзя было избежать.

«Он торопился жить»

## Юрий Степанов (42 года)

### Как это было

3 марта 2010 года, возвращаясь домой после спектакля «Три сестры», актер поймал попутный автомобиль ВАЗ-2104. Когда машина остановилась на перекрестке улиц Люблинская и Шкулева, в нее сзади на полном ходу врезался автомобиль Mazda 6.

От удара «четверку» вынесло на дорогу, в нее влетел автомобиль ВАЗ-2112. Удар пришелся именно в то место, где сидел Юрий Степанов.

### Наш эксперт

- Я чувствую, что на него была обрушена чья-то мощная негативная энергия. Сам он по жизни человеком был хорошим, позитивным. Почему на него наслали проклятья и порчи - не могу понять. Но вижу, что в последние годы его буквально преследовали неудачи.

«На него наслали проклятья»



«У него было много завистников»

## Михаил Евдокимов (47 лет)

### Как это было

7 августа 2005 года артист, а на тот момент - глава администрации Алтайского края, - погиб в результате автомобильной аварии на трассе «Бийск - Барнаул». Евдокимов и его жена Галина в сопровождении водителя и охранника направлялись в село Полковниково, где проходили мероприятия по случаю 70-летия со дня рождения космонавта Германа Титова. Водитель, охранник и Евдокимов погибли на месте. Жена получила тяжелые травмы.

### Наш эксперт

- Его смерть однозначно была связана со сглазом. Причем сглазили не только Евдокимова - всю его семью. Слишком много завистников было, слишком многих он раздражал своими успехами, особенно, что удивительно - близких людей. Весь этот негатив ударил по нему - отсюда и результат.

## ИССЛЕДОВАТЕЛЬ АНОМАЛЬНЫХ ЯВЛЕНИЙ ИЛЬЯ САГЛИАНИ:

### ДРУГОЕ МНЕНИЕ

- Существует такое понятие, как «дорога смерти». Это трассы, где чаще всего происходят аварии со смертельным исходом. В Москве и области таких немало. Можно назвать проспект Вернадского, Киевское шоссе, 97-й километр МКАД, 47-й километр Ярославского шоссе, пересечение Красноармейской ули-

цы в Люберцах, Лыткаринская трасса... Это так называемые гиблые места, где ощущается сильное магнитное поле, которое влияет на психофизическое состояние человека. В таких аномальных зонах водитель может отключиться на долю секунды и тем самым спровоцировать ДТП. Показательные примеры - трагедии, которые произошли с Мариной Голуб и Александром Дедюшко. Проспект Вернадского и трасса «Москва - Уфа» - как раз гиблые места.



7 августа 2005 года



## Принцесса Диана (36 лет)

### Как это было

31 августа 1997 года от парижского отеля «Ритц» она должна была выехать на машине телохранителя своего друга, Доди Аль-Файеда, но в итоге отправилась в «Мерседесе» Анри Поля, начальника службы безопасности отеля. Поль сел за руль, рядом расположился охранник Дианы Тревор Рис-Джонс, принцесса и Аль-Файед сели сзади. Преследуемый папарацци, «Мерседес» на большой скорости въехал в тоннель под площадь Альма и врезался в бетонную опору. Выжил только охранник. А виновным признали Анри Поля, у которого в крови нашли алкоголь.

### Наш эксперт

- Смерть Дианы однозначно была связана с ее прошлым. Я вижу на ней проклятье, и это не только с принцессой связано, но и с ее предками. Необычная генетика и необычная кровь. Она носила проклятье с собой, и если бы не авария, все ровно бы умерла не своей смертью. ■

31 августа 1997 года



«Смерть Дианы связана с ее прошлым»



**RUSSIAN MUSICBOX HD**  
INTERNATIONAL MUSIC TELEVISION

Смотрите прямой эфир  
на Russian Musicbox HD  
**"ВКОНТАКТЕ LIVE"**  
Каждый понедельник  
с 15.30 до 17.30  
Ведущий: VJ Чак

**ЛУЧШЕЕ ИЗ НОВОГО!**

тел. (495) 276 29 19

Реклама



Жена Иветта – значительно моложе, ей всего 80

В это почти невозможно поверить – свой 101-й день рождения он отметил на сцене. Владимир Зельдин, конечно, уникал. Еще лет 20 назад все умилялись: надо же, еще поет, еще танцует. А актер, и разменяв вторую сотню, дает всем прикурить. В чем же его секрет?

Владимир Зельдин:

# «ВРАТЬ В МОЕМ ВОЗРАСТЕ

# НЕ ИМЕЕТ СМЫСЛА»

## «Я – неграмотный человек»

– Владимир Михайлович, вы, наверное, живете по часам – сон, обед, прогулка; пилюли, микстуры, компрессы?..

– Да что вы, деточка, никогда не знал, что такое режим, строгий распорядок дня. Засыпаю поздно, иногда часам к двум ночи. Просыпаюсь в 7-8 утра. Раньше, помню, и в теннис играл, и в бассейне плавал. А в 80 лет у меня случился инфаркт, и пришлось физические нагрузки снять...

– Но сейчас-то вам уже – 101!

– Ох... Ну что сказать – я думаю, что мне можно только почувствовать.

– А может, порадоваться за вас?

– Какая может быть радость? Иногда возникает такое чувство, что у меня все уже в прошлом. С другой стороны,

меня можно назвать и счастливым человеком. Ведь мне довелось испытать многое, увидеть – революция, Гражданская война, НЭП, коллективизация, индустриализация, Отечественная война...

– Интересно, а у вас есть близкий человек, с которым есть что вспомнить?

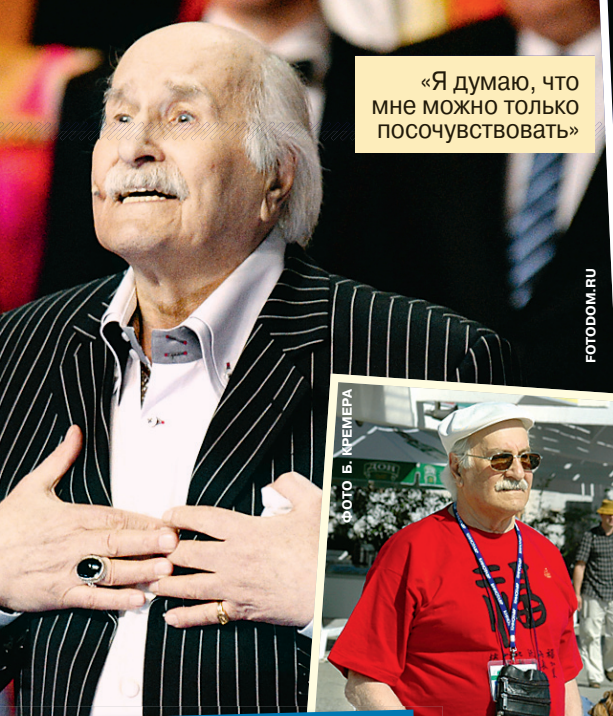
– У меня много друзей, но вот такого человека, которому можно доверить все: сокровенные чувства, переживания, посидеть, повспоминать – нет. Хотя у меня прекрасная жена, с которой мы больше полувека живем душа в душу. Она, конечно, гораздо умнее, образованнее меня. Я же в общем-то неграмотный человек. Такой, знаете, середняк по жизни...

– Странно слышать от вас. Вы же такой интеллигентный, рафинированный – просто белая кость!

– Да ну что вы, деточка, я вам совершенно откровенно говорю, врать в моем возрасте уже нет смысла. Я не знаю ни одного иностранного языка. Во времена моей молодости, а это эпоха сталинизма, за границу не пускали, общение с иностранцами было запрещено. Так что знание иностранного языка мне было просто не нужно. Хотя, конечно, литературу нашу и зарубежную до 16 лет я перечел. Мне бы, конечно, хотелось и больше знать, и видеть больше. Вот жена моя – она другая...

– В одном интервью она жаловалась на вашу непрактичность.

– Да-да, она права. Совершенно я непрактичный. И совершенно неприхотливый в быту. Мне для жизни нужно очень немного... Вы знаете, когда-то давно, еще в молодости, у меня была мечта – иметь свой просторный кабинет



«Я думаю, что мне можно только посочувствовать»

FOTODOM.RU



Танец в честь 100-летия!

FOTODOM.RU



ФОТО Б. КРЕМЕРА

«Друзей у меня уже не осталось»



Актрисы родного театра Владимира Михайловича просто обожают

ФОТО Г. УСОБОВА

# РАСТЕ

с большим, красивым письменным столом. Осуществил ли? Нет, конечно, – у меня ведь крошечные две комнаты в 30 квадратных метров. И больше мне не нужно. А работал над ролью я всегда на кухне. Ночью там тишина, покой, никто не мешает...

## «Считаю себя средним актером»

– Получается, «мои года – мое богатство» – это про вас?

– Вы абсолютно правы, это про меня, в этом все мое богатство. И счастье. Я столько пережил интересного! Помню, будучи совсем еще мальчиком, впервые приехал из Твери в Москву, вышел на перрон вокзала – и будто в сказку попал: море огней, звонки трамваев, крики извозчиков... А обосновались мы близ Крестьянской заставы. Там, знаете, жили ломовые извозчики. Кругом большие деревянные дома и огромные конюшни...

Первый счастливый период – это учеба в школе. Я был задействован во всех кружках: драматическом, танцевальном, столярном. Был рад получать красивые значки за успехи –

«Ворошиловский стрелок», «Ворошиловский всадник». У нас преподавал великолепный педагог – майор Хлевинский. Он блестяще вел военные предметы, был такой эрудированный. Благодаря его подготовке мы участвовали в Первомайском параде на Красной площади. Помню, нам даже шили форму! Второй счастливый период – учеба в театральном производственном училище при театре МГСПС. Ходил на все спектакли корифеев Художественного театра, Малого, Мейерхольда, Вахтанговского. В те годы Москва жила бурной театральной жизнью, театры были переполнены. Представьте только, мне посчастливилось видеть самого Маяковского! Помню, довелось побывать на диспуте Луначарского с Патриархом Московским. Тогда часто устраивали открытые диспуты, и тема была очень острая для того времени: религия и жизнь... Видите, как много мне пришлось повидать!

– Но у вас и в профессии все – дай Бог каждому. Первый спектакль в Театре Красной армии – «Учитель танцев» – и сразу такой успех!

– На самом деле я считаю себя средним актером. Но – не портящим ансамбль профессионалов.

– Ой, Владимир Михайлович, ну это уже кокетство...

– Нет-нет, ничего такого. Я трезво смотрю на вещи. А с «Учителем танцев» произошло следующее. Все случилось в 1945 году. В Театре Красной армии репетировали спектакль. Над главной ролью Альдемаро уже работали два актера, но у них там что-то не складывалось. Я прочитал пьесу – мне очень понравилось. Там нужно было и танцевать, и фехтовать, и петь. Все это я умел. И да – случился настоящий триумф. Актерский состав был блестящий. Ну и потом, нужно учесть то время, когда состоялась премьера. Закончилась страшная война, люди истосковались по любви, по красоте. Знаете, вот я сейчас вспоминаю все это, и даже не верится, что было у меня такое счастье...

## «Чтобы влюбиться, мне достаточно 15 минут»

– Свой бенефис по случаю 100-летия вы устроили 14 фев-

ФОТО Г. УСОЕВА



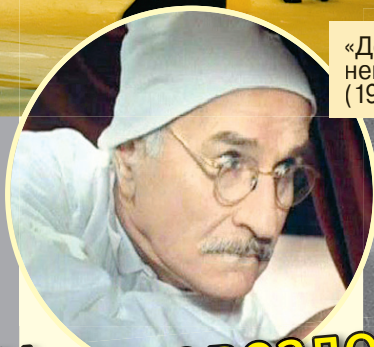
**Зельдина** пора заносить в Книгу рекордов Гиннеса — он до сих пор играет в театре и снимается в кино



«Карнавальная ночь 2» (2007 г.)



«Парк советского периода» (2006 г.)



«Десять негритят» (1987 г.)

**Мне повезло: профессия, которой я занимаюсь, не имеет возраста»**



«Учитель танцев» (1952 г.)



«Свинарка и пастух» (1941 г.)

**раля, в День всех влюбленных? Это не случайно?**

– Разве? Это День всех влюбленных? Да что вы говорите! Ой, а вы знаете, это же про меня! Я всегда, на протяжении всей своей долгой жизни нахожусь в состоянии влюбленности! С молодости у меня было ампула героя-любовника, на сцене я всегда признавался в любви. А в жизни к женскому полу отношусь с огромной нежностью, считаю, что женщина – это чудо природы. Чтобы влюбиться, мне достаточно 15-минутного разговора. Или мимолетной встречи. Состояние влюбленности – это лекарство. Оно дает мне определенный энергетический заряд.

**– Говорят, что и главную роль в судьбоносном для вас фильме «Свинарка и пастух» вам помогли получить женщины...**

– А ведь это правда. Все благодаря женщинам! Съемки в этом фильме – для меня просто чудо. Ассистент режиссера посмотрела один мой спектакль и предложила почитать сценарий, встретиться с режиссером картины Пырьевым. Мне сценарий очень понравился, конечно, я был в восторге. Но никогда, ни секунды не думал, что меня утвердят. Ведь там пробовались великоколпные грузинские актеры! Они и двигались прекрасно, и были музыкальны... Я приехал к Пырьеву. Меня попросили надеть грузинскую шапку. Им необходима была именно романтическая фигура, а не простой пастух. Пырьев со мной тщательно релетировал. Но он меня не утверждал. Он предпринял следующее: собрал весь женский коллектив: костюмеров, гримеров... Показал им все пробы с участием разных актеров. И все женщины проголосовали за меня. Так что прекрасный пол сыграл в моей кинобиографии не последнюю роль...

**«У меня и сегодня есть мечта»**

– Скажите, в 90 лет вам трудно было решиться на роль Дон Кихота?



– Он был поставлен Юлием Гусманом за три года до моего 90-летия. Я ходил на этот спектакль, как на молитву. Конечно, мне непросто было играть – сказывался возраст. Там довольно тяжелые костюмы. Потом я исполнял короткий танец, пел. Но, знаете, я люблю этот спектакль, потому что он актуален. Сегодня ведь человеческая жизнь ничего не значит. Да и вообще нынешняя повседневность чрезвычайно зловещая. А Дон Кихоту свойственны самые простые заповеди: не убей, не укради, не воруй... Мой герой говорит: «Вдохни всей грудью живительной воздух жизни и задумайся над тем, как ты должен прожить ее... Не называй своим ничего, кроме своей души». Понимаете, как это точно? Редкость в наши дни такие люди. А ведь на них Земля держится. Сегодня таких называют чудаками.

– **Вы даже в 100 лет танцевали на сцене. Это, наверное, войдет в Книгу рекордов Гиннеса.**

– Был короткий танец. Даже скорее не танец, а намек на него.

Я сделал всего несколько па. Смешно было бы в моем возрасте танцевать весь болеро... Но знаете, у меня ведь и сегодня есть актерская мечта.

– **Какая же?**

– Сделать моноспектакль «Монолог старого актера». А начать с великолепного рассказа Миши Жванецкого. Он полностью соответствует моему нынешнему состоянию души. Вот послушайте: «Я знаю про себя твердо: я никогда не буду высоким, красивым и стройным. Меня никогда не полюбит Мишель Мерсье, Катрин Денев. И в молодые годы я не буду жить в Париже, не буду говорить через переводчика, сидеть у штурвала и дышать кислородом. К моему мнению будут прислушиваться не больше одного человека. Но и эта одна уже начинает иметь свое. Наконец, я никогда не буду руководить большим симфоническим оркестром радио и телевидения, и фильм не поставлю, и ничего не получу в Каннах. Ничего не получу в смокинге, в прожекторах.

Времени нет, уже не успею... Наконец, я никогда не возьму семь метров в длину, ну просто не разбегусь. А если разбегусь, это ничего не значит. Не оттолкнусь. Время. Время забот. И мой крейсер под моим командованием никогда не войдет в нейтральные воды. Из наших не выйдет. За мои полотна не будут платить бешеные деньги. От моих реприз не грохнет цирк, и не прослезится зал. И не расцветет что-то, и не запахнет чем-то. И не скажет девочка: «Я люблю тебя». И не спросит мама: «А что ты ел сегодня, мой мальчик?» Зато я скажу сыну: «Парень, я прошел через все. Я прошел дорогами войны, я не стал тем и не стал этим. Я передам тебе свой опыт...» Понимаете, деточка, какое дело? Мне повезло – профессия, которой я занимаюсь, не имеет возраста. Можно чувствовать себя пожилым человеком и в 35, и в 40. А я в свои сто лет молод душой. И пока позволяет здоровье – хочу работать... ■

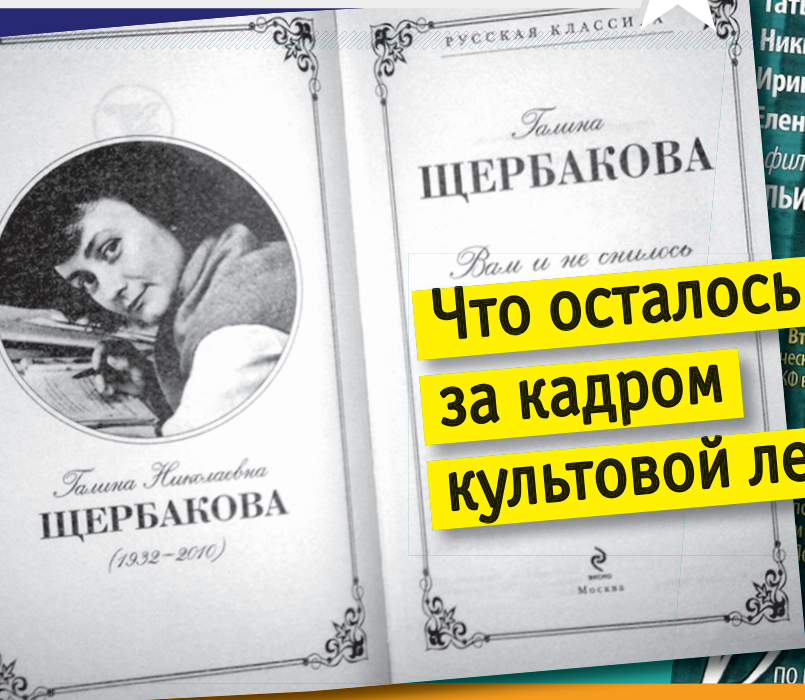
Московский государственный  
музыкальный театр фольклора  
**РУССКАЯ ПЕСНЯ**

**30**  
19:00 АПРЕЛЯ

**БНАДЕЖДА БАБКИНА** и ансамбль  
**РУССКАЯ ПЕСНЯ**

ОЛИМПИЙСКИЙ ПРОСПЕКТ, 14 WWW.FOLKTEATR.RU  
ЗАКАЗ И БРОНИРОВАНИЕ БИЛЕТОВ: 8 (495) 681 34 10

РЕКЛАМА



Татьяна Аксюта  
Никита Михайловский  
Ирина Мирошниченко  
Елена Соловей  
фильме  
ИЛЬИ ФРЭЗА

**Что осталось  
за кадром  
культовой ленты**

Второй приз  
народному коллективу,  
ЮФ в Вильнюсе, 1981  
... исполнение женской роли  
в юношеских фильмах,  
(Португалия), 1982



# «ВАМ И НЕ СНИЛОСЬ»:

# ШЕКСПИРОВСКИЕ СТРАС

В марте исполняется 35 лет со дня премьеры фильма «Вам и не снилось» режиссера Ильи Фрэза. В 1981-м эту картину, которую журнал «Советский экран» назвал лучшей по итогам года, посмотрели более 26 миллионов зрителей. Оценили фильм и в США, где он шел в прокате под названием Love & Lies. Вспоминаем, как снималась эта трогательная лента о любви...

**В**ообще-то повесть, которую сочинила Галина Щербакова, называлась «Роман и Юлька» – как аллюзия на Ромео и Джульетту. Однако когда было принято решение делать экранизацию, тут же изменили имя главной героини на Катю. А писательницу, которая отправилась за справедливостью в Госкино, даже пристыдили: «Вы что же, Шекспиром себя мните?»

Взялся ставить «Вам и не снилось» режиссер **Илья Фрész**, который уже тогда считался классиком советского детского кино. Однако еще до начала съемок он столкнулся с серьезными проблемами...

## Героев искали по всему Союзу

У Ильи Фрэза, который на тот момент снял 13 картин,



Мальчика нашли в Ленинграде, девочку – в Москве. Ему было 16, ей – 23



## ДРУГОЙ ВАРИАНТ

Рассказывают, что первый рукописный вариант «Вам и не снилось» был посвящен вовсе не любви Ромки и Юли, а переживаниям их классной руководительницы Татьяны Николаевны, которую в фильме сыграла Елена Соловей. Это неудивительно: Галина Щербакова в свое время тоже работала учительницей.

В детской ленте снялись настоящие звезды советского кино:



Татьяна Пельтцер



Альберт Филозов  
и Ирина Мирошниченко

Лидия Федосеева-Шукшина



Леонид  
Филатов  
и Елена  
Соловей



# ТИ В СОВЕТСКОЙ ШКОЛЕ

были свои принципы. Один из важных – никогда не снимать в детских ролях профессиональных актеров. «Только одна актриса – феноменальная Янина Жеймо – прекрасно играла роли девочек. Других не припомню», – объяснял он в одном интервью.

Однако в случае «Вам и не снилось» найти главную героиню оказалось непросто. Режиссер тогда отсмотрел громадное количество школьниц-старшеклассниц, однако никто из них не подходил на роль. Ведь героиня должна была быть, с одной стороны, юной и беззащитной, с другой – обладать некоей внутренней готовностью постоять за свои чувства, да и вообще показать эти недетские чувства на экране.

Когда поиски зашли в тупик, Фрэзу пришлось отступить от правила. Риск нарваться на

фальшь был велик, однако о своем решении режиссер никогда впоследствии не жалел. **Татьяна Аксюта**, на тот момент – 23-летняя профессиональная актриса, – стала его настоящим открытием.

Ромку в «Вам и не снилось» искали еще дольше. И тоже, от отчаяния, Фрэнз просматривал не только школьников, студентов театральных училищ, но и уже состоявшихся актеров. Пока кто-то не вспомнил о мальчике **Никите Михайловском**, сыгравшем не так давно в мелодраме Аян Шахмалиевой «Дети как дети».

Михайловского тут же вызвали из Ленинграда на пробы, и это оказалось стопроцентным попаданием. Несмотря на свой

юный возраст (на тот момент ему было 16), Никита уже имел за плечами солидный актерский опыт. Помимо главной роли в «Дети как дети» он сыграл немало эпизодов в других картинах. А дебютировал и вовсе

## ИЗ ПЕСНИ СЛОВ...

Песня «Последняя поэма» («Ветер ли старое имя развеял...») была написана композитором Алексеем Рыбниковым за много лет до фильма «Вам и не снилось» совсем для другой картины – «Остров сокровищ». Однако в ту ленту по каким-то причинам не вошла. Долгое время Рыбников пытался найти применение этой вещи – песня-то хорошая. И дождался! Исполнили «Последнюю поэму» Ирина Отиева и Вера Соколова. Композиция стала настоящим шлягером, выйдя в финал музыкального конкурса «Песня года – 81».



Мирошниченко не хотела сниматься, ведь привыкла к совершенно другим ролям



## ГДЕ ЭТА УЛИЦА?

Почти все съемки проходили в районе станций метро «Ясенево» и «Юго-западная». Жители этих районов с легкостью узнали и универмаг «Тропарево», и магазин «Лейпциг». Хотя дома главных героев находятся на другом конце Москвы, у станции метро «Бабушкинская». А для финальных кадров выбрали знаменитый Толстовский дом в Питере (улица Рубинштейна, 17). Именно оттуда срывается с окна главный герой, приземляясь на землю... уже в Москве.

мальчишкой. В кино его привел отчим, режиссер «Ленфильма» Виктор Сергеев. И в картине «Ночь на 14-й параллели» (1971 г.), которая стала дебютом для юного актера, Никита очень проникновенно и талантливо сыграл сына главного героя в исполнении Валентина Гафта.

### «Он был совершенством!»

Так и получилось, что влюбленных подростков сыграли 16-летний Никита Михайловский и 23-летняя Татьяна Аксюта, к тому времени уже давно вышедшая замуж. И если внешне разница в возрасте никому не была заметна, то уровень мастерства у Никиты и Татьяны был разным. Михайловский не мог сходу включиться в работу, поэтому самыми удачными у него были шестой-седьмой дубли. А Татьяна, напротив, выкладывалась сразу же, а уже к шестому дублю подходила почти опустошенная. В итоге режиссер в основном брал «срединные» дубли.

Но писательница Галина Щербакова позже уверяла, что именно этот юный мальчик знал о жизни, казалось, больше своей замужней партнерши: «Как он играл! Мы рыдали — он был совершенством! Он не актерствовал, просто жил в кадре, пропуская через себя все эмоции своего героя, буквально перерождаясь в него».

И действительно, внешне чуть даже нелепый — с длинными руками, по-детски припухлыми губами, будто стесняющийся своего высокого роста, — он тем не менее смог сыграть настоящие, почти шекспировские чувства, в которые веришь безоговорочно.

### Мирошниченко отказывалась наотрез

На роль матери Кати кинопробы шли тоже долго и тщательно. Из Киева даже приезжала Ада Роговцева. Однако все это было исключительно «для отвода глаз»: Фрэнк давно решил, что эта партия предназначена исключительно

но для Ирины Мирошниченко. Однако актриса, которая тогда лишь чудом выжила после страшной автоаварии и лежала в больнице со сковывающим шее воротником, от роли наотрез отказалась. Она и так-то пребывала в тяжелой депрессии, а тут ей, молодой и красивой, вдруг предлагают возрастную роль!

«Я даже читать сценарий не буду! Мне еще рано!» — отрезала она. Однако Фрэнк был настойчив, в итоге он убедил актрису просто просмотреть сценарий по диагонали. «Когда начала читать, я почти все время прорыдала. То от счастья — какая роль! То от горя — когда дошла до гибели героя...» — вспоминала позже Ирина.

### Трагический Роман

После выхода «Вам и не снилось» на юных актеров свалилась всесоюзная слава. Но если Татьяна Аксюта сторонилась людей, хоть и пыталась отвечать на каждое пришедшее к ней письмо, то Никита Михай-



Никите про-  
чили блестя-  
щую карьеру



Но он ушел  
из жизни  
всею в 27...



ФОТОДОМ.РУ

костью и который с такой же легкостью закончил. Он много снимался. Правда, все больше в эпизодах – «Ради нескольких строчек», «Зонтик для новобрачных», «Акселератка», «Выйти замуж за капитана», «Эсперанса», «Палач». А еще писал стихи и сказки, рисовал. Продолжая устраивать вечеринки у себя в квартире. Иногда создавалось впечатление, что Никита очень торопится жить – такими насыщенными были его будни.

Но в какой-то момент он стал замечать, что сильно устает. Друзья, близкие, да и сам Михайловский поначалу списывали это на недостаток сна и нормального отдыха. Пока врачи не поставили суровый диагноз – лейкемия. Для лечения требовалась пересадка костного мозга, делали такую операцию в Лондоне...

Тогда ему многие помогали. Часть денег выделило Гостелерадио, перечисляли средства **Борис Ельцин** и **Гарри Каспаров**. В спасении Михайловского принимала участие даже **Маргарет Тэтчер**: когда закончились собранные деньги, именно к ней обратились за помощью друзья и близкие актера. Но чуда не произошло. В апреле 1991 года Никита ушел из жизни. Ему было всего 27 лет... ■

## Продолжение не следует

Много лет спустя после выхода на экраны фильма дочь Щербаковой Екатерина написала продолжение истории – «Вам и не снилось. 15 лет спустя». Очень печальное, надо сказать. Супруги Катя и Рома живут как-то совсем уныло. В перестроечные времена у математика Романа дела идут из рук вон плохо, Катя, занимающаяся семьей, им недовольна. В какой момент Роман находит утешение на стороне – в объятиях Алены, той самой «эйфелевой башни», которая была в него влюблена в школьные годы. И – нашла свое место под перестроечным солнцем, стала преуспевающей бизнесвумен. Короче, никто из режиссеров так и не решился поставить фильм по этому продолжению, чтобы не допустить крушения детских мифов.

## Осталась надежда

Одно из кардинальных отличий повести и фильма – в финале. Если у Галины Щербаковой в конце истории Ромка погибает, то в картине – открытый финал. «Мне хотелось оставить юным зрителям надежду», – так объяснил позже Илья Фрэз свое решение.

К слову, в свое время на сцене Ленинградского театра имени Ленинского комсомола шел спектакль «Роман и Юлька» по повести Щербаковой. Так вот там режиссер не стал менять финал, а, наоборот, сделал на нем акцент: спектакль начинался провокационно: на сцене стоял гроб с телом погибшего Романа, а к нему прямо из зрительного зала шли прощаться друзья и родные.



ловский, наоборот, купался во всеобщем обожании.

В ленинградских богемных кругах он стал настоящим героем. Помимо невероятной известности у него было и еще неоспоримое достоинство: огромная квартира рядом с «Ленфильмом», где он жил один (мама Никиты умерла, воспитывавший его отчим создал другую семью). В этой квартире и устраивались шумные андеграундные вечеринки. Во время одной из них Никита встретил свою первую жену Анастасию, которая позже стала известным модельером. Вот как Настя вспоминала их знакомство: «Вместе с общими друзьями пришла к нему в гости, и вы не поверите, в этот вечер у него был небольшой сердечный приступ. Видимо, я настолько его сразила, подумала тогда. Вначале все решили, что он притворяется, но потом пришлось даже скорую вызывать».

Никита и Настя поженились, у них родилась дочь. Параллельно Михайловский учился в Ленинградском театральном институте, куда поступил с лег-



ФОТО В. ГОРЯЧЕВА

Татьяна Аксютя:

# «МОЯ ВНЕШНОСТЬ ВСЕ ВВОДИЛА ЛЮДЕЙ В ЗА


После фильма «Вам и не снилось» актриса Татьяна Аксютя, сыгравшая маленькую хрупкую «слепуху Катю», стала настоящей властительницей дум. Письма ей шли мешками, мальчики всего Советского Союза признавались в любви и обещали всю жизнь, как Ромка из фильма, носить на руках. И мало кто догадывался, что на тот момент Татьяна уже давно окончила школу и даже успела выйти замуж.

**Ф**амилию ей подарил супруг – известный ныне телепродюсер Юрий Аксютя (это под его чутким руководством идет проект «Голос» на Первом канале). Татьяна и Юрий поженились на втором курсе ГИТИСа. И долгое время эта фамилия была известна по всей стране исключительно благодаря Татьяне.

**«Не знаю, как Юра пережил мою популярность»**

– Вот ведь как причудливо складывается жизнь. Вся страна узнала фамилию Аксютя благодаря вам, ваш супруг долго не мог найти себя. А сегодня, наоборот, его имя очень весомо в шоу-бизнесе и на телевидении, а про вас вообще ничего не слышно...

– Да, я давно ушла на творческую пенсию, а вот у Юры все складывается очень успешно. Мне кажется, это закономерно, что в семейной жизни присутствуют такие качели: если ты внизу, то кто-то должен быть наверху. И наоборот. Честно вам признаюсь: я не знаю, как Юра переживал мою популярность. Полагаю, что ему было нелегко. Но так уж сложились звезды, что наш курс выпускался в очень неудачное время. Мы поступили в ГИТИС в мастерскую Владимира Кузьмина, режиссера Центрального Детского театра. Были уверены, что после окончания института всем курсом будем приняты к нему в труппу. Но когда пришло время выпуска, его перевели работать в Ярославль, а новому режиссеру ЦДТ мы были даром не нужны. В труппу приняли только меня – и лишь потому, что я,



Юрий долгое время пребывал в тени жены, но сейчас его знают все. Аксюта – директор музыкального вещания Первого канала



«Родители Юры считали, что парню рано еще заводить семью. Ему было 19, мне – 21»

ЕГДА



## «АБЛУЖДЕНИЕ»

с моим маленьким росточком, явно была предназначена для детского театра. Все остальные разлетелись кто куда. Несколько человек уехали за нашим режиссером в Ярославль, кто-то пошел работать в ТЮЗ, Маша Яковлева, которая тогда была замужем за Андреем Ростоцким, устроилась на киностудию. А вот Юра, как вы правильно заметили, долго не мог найти себя. Ему, конечно, предлагали какую-то работу, но – за пределами Москвы. Сначала Юра отслужил в армии, затем устроился на радио – ему даже посчастливилось трудиться вместе с Юрием Левитаном, легендарный диктор лично брал его на службу. Потом начались новые времена, в Москву приехали французы, которые решили открыть в России новое популярное радио «Европа плюс». «Нам нужны два молодых сообрази-

тельных человека», – бросили они клич. В число таковых и попал Юра. Так все и закрутилось.

– **Вы поженились на втором курсе. Обычно в столь юном возрасте женятся по одной банальной причине – девушка ждет ребенка...**

– Нет-нет, наша дочь Полина появилась на свет намного позже, где-то через шесть лет совместной жизни. А поженились мы от того, что в те годы нравы были суровые – если молодые не расписаны, вместе жить нельзя. Первое время мы с Юрой снимали комнату, но всегда помнили: в любой момент к нам могут прийти и вежливо попросить освободить помещение. А однажды был вообще очень неприятный случай. Мы ездили отдыхать в Прибалтику и на пляже, чтобы сэкономить время, вместе заскочили в одну кабинку для переодевания. Ох и

досталось же нам тогда от бабулек-дежурных! И развратниками нас называли, и всякие другие слова поминали... Не могу сказать, чтобы родители Юры очень обрадовались его решению жениться. Они считали, что ему еще рановато заводить семью, все-таки парню всего 19 лет. К тому же он на два года моложе меня.

«Фраза Никиты оказалась роковой...»

– **В какой-то момент Юрий резко пошел в гору по служебной лестнице, сейчас его все знают. Вы же держитесь в стороне, даже интервью почти не даете. Почему? Вам не нравится та ваша роль в фильме «Вам и не снилось?»**

– Нет, я люблю эту картину. Просто мне иногда становится немного стыдно, когда начинают хвалить мои актерские способности: «О, какая замечательная роль, вы там так прекрасно сыграли!» Но дело-то в том, что я ничего не играла! В тот момент все совпало: желание зри-



Знаменитой актрисой Татьяна не стала



Хотя были у нее и после «Вам и не снилось» яркие роли



Даже снялась с Мироновым в «Сказке странствий»

телей видеть такую трогательную героиню и мое внутреннее состояние. Но я долгое время не решалась посмотреть картину полностью. Только спустя лет 20 увидела ее от начала и до конца.

**– Почему?**

– Ну не могла я видеть себя на экране! Примерно то же самое чувствуешь, когда слышишь впервые свой голос на диктофоне. Сразу думаешь: «Боже, какой противный тембр. Неужели это я?» Так и со своим собственным изображением. Я спокойно смотрела фильм, но, когда шли эпизоды с моим участием, закрывала глаза. Зато на игру моих партнеров смотрела с удовольствием. Именно они, на мой взгляд, и есть главное достоинство фильма.

**– Ну, это вы скромничаете. Смотрите там очень органично! Скажите, кинопробы были сложными? Много у вас было «конкурентов»?**

– Да практически весь наш курс! Я слышала, что перед подготовкой к фильму ассистенты специально обходили театральные училища – чтобы взять человека не с улицы, а более-менее подготовленного. Ведь выдержать полный съемочный

день для обычного ребенка было бы очень утомительно. Поэтому на пробы и поехали почти все наши девочки. Ну, и я не осталась в стороне. По какой-то причине настроение в день проб у меня было просто ужасное. И это, как мне казалось, очень заметно – я уже позже видела те фотопробы. Но потом мне рассказывали, что когда Илья Фрэн (режиссер фильма. – Ред.) увидел мой снимок, он без раздумий сказал: «Это – то, что мне нужно».

**– То есть его не смущало, что вам на тот момент было уже 23 года, вы давно окончили школу и даже успели стать замужней дамой?**

– Видимо, нет.

**– А партнер ваш – Никита Михайловский – не переживал из-за такой разницы: он ведь учился тогда в 9-м классе и был аж на семь лет младше вас?**

– Думаю, сначала он и не ожидал, что я уже такая взрослая девушка. Но дело в том, что сам он, несмотря на свой юный возраст, был довольно серьезным и самостоятельным человеком. Так что в этом плане у нас с ним никаких проблем не возникало.

**– Вы были такой удивительной парой с вашим партнером...**

– А между тем Никита появился в картине практически в последнюю минуту. Если почти всех главных героев утвердили достаточно быстро, то нашего Ромку искали мучительно долго. С кем я только ни пробовалась – и из МХАТа молодых актеров приглашали, и театральные училища обходили по нескольку раз. Уже подготовительный период закончился, съемки вот-вот должны начаться, а героя все нет. Ситуация абсолютно зашла в тупик, когда ассистент режиссера вдруг вспомнила, что в Питере живет талантливый мальчик по имени Никита – его утвердили практически без проб.

**– Судьба Никиты сложилась трагически: он ведь умер совсем молодым, ему было двадцать семь лет, когда он сгорел от рака...**

– До сих пор жутко вспоминать одну сцену из фильма. Там моя Катя вместе с Ромкой сидят в кафе-стекляшке и рассуждают о войне, последней корочке хлеба, о жизни и смерти. Катя говорит: «Давай умрем вместе, в один день». А Ромка отвеча-

ФОТО В. ГОРЯЧЕВА



ет: «Нет, я – мужчина, я должен быть первым». Поскольку фильм снимали с конца, во время работы над этой сценой мы с Никитой практически не были знакомы, да к тому же довольно смутно представляли, что сейчас играем. Но до сих пор не могу забыть, с какой недетской уверенностью он сказал эти слова. Фраза оказалась роковой...

## «Андрей Миронов не воспринимал меня всерьез»

– В свое время фильм «Вам и не снилось» был культовым. В полной мере осознали, что такое народная слава?

– Конечно! Это было настоящее сумасшествие! Каждый день я получала несколько мешков писем. Многие мальчишки не ограничивались любовными посланиями и приезжали в гости лично. Один парень, к примеру, долгое время выдавал себя за телефонного мастера, постоянно приходя ко мне чинить якобы неважно работающую линию. А как-то мне даже крепко попало из-за моих поклонников. Однажды меня вызывает директор театра и начинает с порога делать внушение: «Аксюта, что ж это делается? Как же вы допустили такое?» Я стою, ничего не понимаю. А оказывается, кто-то из почитателей стащил мою фотографию, которая висела в фойе театра. Но однажды моя популярность мне и помогла. Я должна была ехать на какой-то фестиваль в Алма-Ату, но опоздала на самолет. Стою в шоковом состоянии. И вдруг смотрю – в газетном киоске продают журнал с моим портретом на обложке. Короче, в Алма-Ату я улетела буквально на следующем самолете.

– После этого фильма у вас не было больших ролей. Почему?

– Для меня всегда был важнее театр, чем кино. Хотя кроме «Вам и не снилось» судьба подарила мне еще несколько кинопроектов, которые я вспоминаю с благодарностью. Например, «Сказку странствий», где я снималась вместе с Андреем Мироновым. Вот за этот

фильм мне не стыдно, потому что там у меня была серьезная возрастная роль – от девочки до совсем взрослой барышни. В этой картине уже имелось поле для актерства, для развития внутреннего образа. Да и снимали мы по всему миру – в красивейших замках Румынии и Чехии. Правда, пообщаться с Мироновым удалось только к концу картины. Ведь моя внешность всегда вводила людей в заблуждение. Многим казалось, что я еще совсем ребенок и со мной можно разве что в игрушки поиграть. Вот и Андрей Миронов, который был на съемках вместе со своей дочкой Машей, пытался устроить ее досуг – в играх со мной. И только ближе к концу съемок он признал меня «за свою» и даже пригласил на какую-то взрослую вечеринку в свой номер. А вот с кем мы реально подружились – это с Татьяной Пельтцер. Даже когда я позже поняла, что стану мамой, первой, кто узнал эту новость, стала как раз Татьяна Ивановна.

– А почему вы так рано ушли на пенсию?

– Потому что актрисам-трагедистам полагается заслуженный отдых после 20-летнего стажа. А ушла, прекрасно отдавая себе отчет, что вечно скакать по сцене в роли девочек и зверушек невозможно. Я хорошо помню тот момент, когда мы, выпускники ГИТИСа, пришли в театр: в некоторых спектаклях детей играли травести, которым было далеко за 30. Я тогда подумала: «Боже мой, как это ужасно!» Поэтому, когда мой возраст подошел к критическому, ушла. У меня даже пенсионная книжка есть – все как полагается.

– Но на пенсионерку вы все равно не похожи. Скажите, Татьяна, вас до сих пор узнают на улицах?

– Как это ни удивительно, но случается. Причем именно как Катю из «Вам и не снилось». Больше всего мне запомнился один дядечка в возрасте. Увидев как-то меня в троллейбусе, он честно признался: «Я вас вспомнил по ушам. Такие уши забыть невозможно!» ■



16+

Москва, Бумажный проезд, 19 стр.3  
voltaclub.ru

3 МАРТА / ЧТ. 21:00

**НЕСЧАСТНЫЙ СЛУЧАЙ**

4 МАРТА / ПТ. 21:00

**КУРАРА**

6 МАРТА / ВС. 20:00

**СЕРГЕЙ ТАБАЧНИКОВ** NOBODY.ONE

7 МАРТА / ПН. 21:00

**TRUBETSKOY**

8 МАРТА / ВТ. 19:00

**THEODOR BASTARD**

12 МАРТА / СБ. 21:00

**RED ELVISES**

13 МАРТА / ВС. 12:00

**ФЕСТИВАЛЬ "ХОМЯКОН"**

14 МАРТА / ПН. 19:00

**GLADIATOR / БОКСЁРСКОЕ ШОУ**

17 МАРТА / ЧТ. 20:00

**ВИКТОР РЫБИН И НАТАЛЬЯ СЕНЧУКОВА**

18 МАРТА / ПТ. 20:00

**SAMAEL**

19 МАРТА / СБ. 21:00

**ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКОВ**

20 МАРТА / ВС. 19:00

**ТЕЛЕВИЗОР**

22 МАРТА / ВТ. 19:00

**GLADIATOR / БОКСЁРСКОЕ ШОУ**

24 МАРТА / ЧТ. 20:00

**GAYANA**

25 МАРТА / ПТ. 21:00

**КРЕМАТОРИЙ**

26 МАРТА / СБ. 21:00

**THE RETUSES**

26 МАРТА / СБ. 23:30

**SOOM T**

27 МАРТА / ВС. 19:00

**KADAVAR**

31 МАРТА / ЧТ. 20:00

**1/2 ORCHESTRA**



**БИЛЕТЫ 8 (495) 7776712**

ЗАКАЗ БИЛЕТОВ ПО ТЕЛЕФОНУ +7(495)

**CONCERT.RU 644 2222**

**redkassa.ru 665 9999**  
БИЛЕТЫ БЕЗ НАЦЕНКИ

БИЛЕТЫ **POMONALU 228-20-80**

**703-40-40** **KASSIR.RU**

**Biletmarket.ru 739-55-99**  
бронирование билетов



## ЦУКИНИ ФРИ

### Надо:

Цукини - 500 г, масло оливковое - 10 г, сыр пармезан - 100 г, базилик свежий - 10 г, душица (орегано) - 8 г, тимьян (чабрец) - 5 г, соль, чеснок, черный молотый перец - по вкусу.

### Приготовление:

Разогрейте духовку. В маленькой миске смешайте сыр, специи, чеснок, соль и перец по вкусу. Поместите нарезанные ломтиками цукини на противень. Полейте оливковым маслом и посыпьте сырной смесью. Выпекать до готовности, около 15 минут, а после поджарить в течение 2-3 минут до хрустящей корочки.



## МЯСНЫЕ ШАРИКИ

### Надо:

Мякоть говядины - 600 г, рис - 1 стакан, зелень петрушки - 1 пучок, перец болгарский - 2 шт., соль, перец, масло подсолнечное для жарки - 40 г, яйцо - 1 шт.

### Приготовление:

Мясо измельчить в блендере, измельчить зелень (оставить немного для украшения). Рис отварить до полуготовности и соединить с мясом, яйцом, зеленью, посолить, поперчить. (Если рис не рассыпчатый, а достаточно липкий, то яйцо в этом случае добавлять не надо.) Фарш хорошо вымесить, сформировать шарики и дать им немного полежать. В кипящую подсоленную воду опустить рисово-мясные «ежики» и варить до готовности. Подать «ежики» с обжаренным сладким перцем и зеленью.

ЕЕ ПОЯВЛЕНИЯ НА ЭКРАНЕ ТЕЛЕ-ЗРИТЕЛИ ЖДУТ С БЛОКНОТИКАМИ В РУКАХ. НЕ УСПЕЛИ ЗАПИСАТЬ? НЕ БЕДА. ТЕПЕРЬ ВЕДУЩАЯ КУЛИНАРНОЙ РУБРИКИ ПРОГРАММЫ «ДОБРОЕ УТРО» НА ПЕРВОМ КАНАЛЕ БУДЕТ ДЕЛИТЬСЯ СВОИМИ УНИКАЛЬНЫМИ РЕЦЕПТАМИ «БЫСТРЫХ» БЛЮД И С ЧИТАТЕЛЯМИ «03».



## ДВУХЦВЕТНЫЙ ТВОРОЖНЫЙ ТОРТ

### Надо:

200 г печенья (типа «Юбилейного»), 100 г масла. Начинка: 400 г творога, 400 г сметаны, 150 г сахара, 2 пакетика желатина (по 10 г), 200 г ягод (черной смородины, черники).

### Приготовление:

Печенье измельчить в крошку в комбайне или блендере. Влить растопленное масло, хорошо перемешать. Подготовить разъемную форму для торта (у меня форма 22 см в диаметре). Положить на дно формы лист пергаментной бумаги, защелкнуть борта формы, зафиксировав бумагу. Это нужно для легкого снятия готового торта. Выложить в форму крошки печенья, плотно утрамбовать руками по дну. Поставить форму в холодильник на время приготовления начинки. Желатин залить 150 мл воды и оставить для набухания на 10 минут. Затем поставить желатин на маленький огонь, подогреть примерно до 40-50 градусов. Перемешать, желатин должен полностью раствориться. Остудить. Ягоды разморозить, измельчить в комбайне или блендере. Полученную массу протереть через мелкий дуршлаг. Творог, сметану, сахар положить в емкость. Взбить до однородности. На вкус должен получиться полностью однородный крем без крупинок творога и сахара. Третью часть творожной массы отложить в другую емкость, добавить ягодное пюре и дополнительно 2 ст. л. сахара. Взбить. Остывший желатин разделить на две равные части. В ягодную творожную массу, при одновременном взбивании, влить половину желатина, взбить еще в течение минуты. Точно также добавить вторую половину желатина в белую творожную массу (предварительно помыть венчик, чтобы не окрасить массу). Достать форму из холодильника. Налить ровно в центр формы 5 ст. л. белой массы. Сверху опять точно в центр 5 ст. л. ягодной массы. Таким образом, поочередно, вылить обе творожные смеси в форму. Они будут расплываться и сами заполнят форму. Поставить торт в холодильник на 4-5 часов или на ночь, до полного застывания.



## РИС С ОВОЩАМИ ЗА 10 МИНУТ

### Надо:

2 ст. л. кунжутного масла, 2 раздавленных головки чеснока, 1 тертый корень имбиря, 3 яйца, 4 чашки коричневого риса (приготовленного и остывшего), 1 чашка замороженной кукурузы, 1-2 чашки замороженного гороха, 1/2 ст. л. рисового уксуса, 2-3 ст. л. соевого соуса, свежие лук-резанец, базилик, шпинат и другие травы, которые вы любите.

### Приготовление:

Нагрейте 1 ст. л. масла в большой сковороде на среднем огне. Добавьте имбирь и чеснок и жарьте 1 минуту. Разбейте в сковороду яйца и готовьте 1-2 минуты. Добавьте рис, жарьте несколько минут, добавив еще одну ложку масла и прибавив огонь. Яйца должны слипнуться с рисом. Добавьте кукурузу, горох, рисовый уксус, соевый соус и готовьте еще 1-2 минуты. Убавьте огонь, добавьте травы (очень рекомендуем сюда именно базилик) и подавайте!



## РОЛЛЫ С САЛАТОМ ИЗ ТУНЦА

### Надо:

1 ч. л. горчицы, 2 большие лепешки тортильи или 2 листа лаваша, 400 г консервированного тунца в собственном соку, 4 вареных яйца, 6-8 листов салата ромэн, 1 маленькая красная луковица, горсть маслин, 1 ст. л. каперсов, 4 веточки петрушки, 2 ст. л. лимонного сока, 3 ст. л. оливкового масла «экстра вирджин», щепотка сахара, свежемолотый черный перец.

### Приготовление:

Лук очистите и измельчите. Мелко нарежьте листочки петрушки. Филе тунца положите на дуршлаг, чтобы стекла лишняя жидкость. Переложите рыбу в миску и разберите вилкой на кусочки. Добавьте лук и петрушку. Надавите на маслины дном стакана, чтобы на них образовались трещины. Удалите через них косточки. Нарежьте кусочками. Промойте каперсы от соли, промокните бумажными полотенцами. Добавьте каперсы с маслинами в салат. Очистите яйца и разрежьте на 6-8 долек. Смешайте горчицу, лимонный сок, сахар и перец, влейте оливковое масло и слегка взбейте вилкой. Полейте салат заправкой и перемешайте. Расстелите лепешку или лаваш на рабочей поверхности. Выложите листья салата ромэн. Положите салат и дольки яиц. Плотно сверните лепешку рулетом, подворачивая концы внутрь. Перед подачей разрежьте каждый ролл пополам по диагонали. ■

## СУП-ПЮРЕ ИЗ ШАМПИНЬОНОВ

### Надо:

Шампиньоны – 400 г, лук репчатый (большие луковицы) – 1-2 шт., вода – 1 стакан, сливки – 1 стакан, топленое масло – 2 ст. л., хлеб для гренок, зелень по вкусу, масло растительное – немного, специи.

### Приготовление:

В этом рецепте мы не используем муку. Загустителем является лук репчатый, поэтому лука лучше взять больше. Лук очистить, измельчить. Шампиньоны разрезать пополам и нашинковать. Тушить лук на топленом масле на среднем огне минут 10-15. Добавить к луку шампиньоны, перемешать и тушить их вместе минут 10-15.

В это время можно приготовить гренки. Для этого хлеб нарезать кубиками, полить небольшим количеством растительного масла и готовить в духовке или на плите.

Добавить к луку и грибам стакан воды, специи, измельченную зелень, довести до кипения и варить минут 5. В суп добавить сливки, довести до кипения и выключить.



# Диета

## ЕЛЕНА МАЛЫШЕВА:

★  
XII  
**КОНСТРУКТОР  
ПИТАНИЯ**

### Как пользоваться конструктором питания:

**1.** Наш конструктор питания содержит рекомендации на 5 приемов пищи в день. Это завтрак, второй завтрак, обед, полдник и ужин. Мы посчитали калорийность каждого приема пищи. Поэтому внимательно посмотрите вес каждого продукта и не превышайте его. Если вы будете съедать больше, чем мы рекомендуем, то в организм попадет больше калорий и вы не будете худеть.

**2.** Обратите внимание на калорийность каждого дня. Она складывается из суммы калорий, полученных за завтрак, второй завтрак, обед, полдник и ужин. Если вы женщина, воспользуйтесь меню на 1200 ккал в день. Если вы мужчина, то для того, чтобы вы похудели, вам нужно меню на 1400 ккал.

**3.** Сформировать меню на день очень просто: выберите любой завтрак, любой второй завтрак, любой обед, любой полдник и любой ужин. И посчитайте калории.

**4.** Я советую продумывать питание накануне каждого дня, а еще лучше - на неделю вперед. Тогда вы сможете купить продукты заранее и всю неделю спокойно худеть. И еще одно важное замечание: прежде чем начать худеть, обязательно посоветуйтесь с врачом.

Конструктор питания - это готовые рационы для тех, кто худеет. И нужен для того, чтобы вы каждый день легко составляли себе меню для снижения веса.

### Меню №1

#### ● Завтрак

Творог с хлебом и пармезаном (309 ккал)

50 г хлеба из цельнозерновой муки, 5 г сливочного масла, 30 г сыра пармезан, 100 г творога (0%), 1 стакан кофе без сахара. На хлеб намазать сливочное масло, поверх выложить сыр.

#### ● Второй завтрак

Яблоко с йогуртом (118 ккал)  
1 яблоко (100 г), 125 мл йогурта (0%) без фруктовых добавок. Порезать яблоко на куски.

#### ● Обед

Лосось с салатом, кефиром и хлебом (332 ккал)

1 стакан кефира (жирность 1%), 100 г лосося, 150 г салата (болгарский перец, салат айсберг, белокочанная капуста, сельдерей, морковь), 1 хлебец из цельнозерновой муки, 1 ч. л. оливкового масла, 1/2 лимона.

Соус для салата приготовить из 1 ч. л. оливкового масла и сока половинки лимона. Все без соли.

#### ● Полдник

Йогурт с клубникой (102 ккал)  
Клубника 100 г, 125 мл йогурта (0%)

#### ● Ужин

Говядина с салатом (267 ккал)  
100 г говяжьей вырезки, 150 г салата (болгарский перец, салат айсберг, белокочанная капуста, сельдерей, морковь). Говяжью вырезку приготовить на пару, без масла.

Соус для салата из 50 мл обезжиренного кефира с соком половинки лимона и нарезанной туда зеленью укропа и петрушки.



## Меню №2

### ● Завтрак

Овсяная каша с изюмом (166 ккал)  
100 г овсяной каши, 100 г изюма,  
1 стакан апельсинового сока. Ов-  
сяную кашу сварить на воде и до-  
бавить изюм.

### ● Второй завтрак

Клубника с молоком (80 ккал)  
0,5 стакана молока (0,5 %), 150 г  
клубники. Смешать молоко и мел-  
ко нарезанную клубнику.



### ● Обед

Сэндвич с куриной грудкой (309  
ккал)

100 г отварной куриной грудки, 20 г  
сыра, 50 г хлеба из ржаной муки,  
2 листа салата айсберг, 1/2 томата,  
0,5 ч. л. горчицы, 1 яблоко (50 г).  
Хлеб поджарить в тостере. На хлеб  
намазать горчицу и выложить ку-  
риную грудку, нарезанную пласти-  
нами, помидор, сыр и зелень.

### ● Полдник

Молоко с мороженым (115 ккал)  
1 стакан молока (0,5%), 50 г обе-  
зжиренного мороженого любого  
вкуса. Все смешать в миксере.

### ● Ужин

Куриная грудка с картофелем и  
салатом (327 ккал)



100 г куриной грудки, 1 картофе-  
лина (100 г), 5 г сливочного мас-  
ла, 200 г зеленого салата (салат  
айсберг, латук, руккола, зелень),  
1/2 лимона.

Отварить куриную грудку и карто-  
фель. Добавить масло. Порезать зе-  
леный салат и заправить соком лимона.

## Меню №3

### ● Завтрак

Творог с яблоком и хлебом (239 ккал)  
100 г творога (0%), 1 яблоко (100  
г), 50 г хлеба из цельного зерна, 5  
г сливочного масла.

Яблоко нарезать кусками и доба-  
вить в творог. На хлеб намазать  
масло.

### ● Второй завтрак

Сэндвич с арахисовым маслом  
(150 ккал)

2 хлебца из цельного риса, 1 ч. л.  
арахисового масла, 1 стакан горя-  
чего зеленого чая.

На хлебец намазать арахисовое  
масло.

### ● Обед

Скумбрия с сельдереем и луком  
(343 ккал)

100 г скумбрии, 5 г майонеза, 25  
г лука, 25 г сельдерея, 1 кусочек  
хлеба из цельного зерна, 1 стакан  
чая или кофе.

Скумбрию отварить на пару или  
потушить в воде. Лук и сельдерей  
порезать, смешать с майонезом.  
Чай или кофе без сахара. В чай  
или кофе можно добавить 50 мл  
обезжиренного молока.

### ● Полдник

Печеное яблоко (90 ккал)



1 яблоко, 5 г корицы.

Яблоко помыть, удалить сердцевину.  
Запекать 10 минут. Вынимать нужно,  
когда растрескается кожица. Посы-  
пать корицей. Сахар не добавлять.

### ● Ужин

Индейка со шпинатом (154 ккал)  
100 г индейки, 200 г шпината.

Индейку приготовить на гриле  
без масла или потушить на воде.  
Шпинат приготовить на пару.

## Меню №4

### ● Завтрак

Молочный коктейль с ягодами  
(219 ккал)

100 г замороженных ягод (мали-  
на или клубника), 100 мл молока  
(1,5%), 2 белка, 1 банан.

Все смешать в блендере. Не пить,  
а съесть чайной ложкой.

## ● Второй завтрак

Ягодный салат (143 ккал)  
100 г клубники, 100 г малины, 125 г  
йогурта (0%) без добавок.

Клубнику и малину порезать на  
половинки и полить йогуртом.  
Перемешать и съесть.

## ● Обед

Сэндвич с куриным мясом (265  
ккал)

100 г куриного мяса (можно мяса  
бедрышка и ножки), 1 ч. л. гор-  
чицы, зеленые листья, 2 пластин-  
ки помидора, 1 кусочек хлеба из  
цельного зерна.

Намазать на хлеб горчицу, вы-  
ложить зеленые листья салата,  
помидор, куриное мясо. Чай или  
кофе без сахара.

## ● Полдник

Салат из моркови с сельдереем  
(60 ккал)



100 г свежей моркови и сельдерея,  
1 ст. л. кефира (0%) или йогурта.  
Нарезать морковь и сельдерей  
тонкими полосками. Заправить  
кефиром или йогуртом.

## ● Ужин

Лосось с паровыми овощами и  
сыром (265 ккал)

100 г лосося, 200 г паровых ово-  
щей (брокколи, цветная капуста,  
брюссельская капуста), 30 г сыра.  
Лосось приготовить на пару или  
потушить на воде, или пригото-  
вить на гриле без масла. Овощи  
сварить на пару и посыпать сы-  
ром.

## Меню №5

### ● Завтрак

Овсяная каша с грецкими ореха-  
ми (212 ккал)

100 г овсяной каши, 5 целых грец-  
ких ореха, 3 кураги, 100 мл моло-  
ка (1,5 %).

Кашу сварить на воде. Добавить  
грецкие орехи и курагу.

### ● Второй завтрак

Сельдерей с арахисовым маслом  
(139 ккал)

100 г сельдерея, 2 ст. л. арахисо-  
вого масла.



Нарезать сельдерей на тонкие полоски. Добавить ореховое масло.

### ● Обед

Салат из отварной индейки и говядины (238 ккал)

100 г индейки, 50 г говядины, 200 г зелени (салат айсберг, латук, руккола и т.д.), 1 ч. л. оливкового масла, 1 ч. л. бальзамического уксуса. Отварить индейку и говядину. Порезать. Порезать салат и заправить его маслом и бальзамиком.

### ● Полдник

Печеное яблоко с медом и корицей (112 ккал)

1 яблоко, 1 ч. л. меда, 5 г корицы. Яблоко помыть, удалить сердцевину. Налить мед внутрь. Запекать 10 минут. Вынимать нужно, когда растрескается кожица. Посыпать корицей.

### ● Ужин

Говядина со спаржей (127 ккал)

100 г говядины, 200 г спаржи. Отварить говядину. Отварить спаржу.



## Меню №6

### ● Завтрак

Омлет с морковью и хлебом (228 ккал)

3 белка, 100 г моркови, 5 мл оливкового масла, 50 г хлеба, 1 стакан кофе с молоком (0%).

Взбить белки до пышной пены, пожарить омлет. Натереть морковь и заправить оливковым маслом. Можно добавить в белки до жарки омлета.

### ● Второй завтрак

Груша с зеленым чаем (42 ккал)  
100 г груши, 1 стакан зеленого чая. Грушу нарезать на кусочки.

### ● Обед

Говядина с картофелем и салатом (293 ккал)

100 г говядины, 1 картофелина (50 г), 100 г салата (болгарский перец, помидоры, зеленый лук), 50 мл кефира (0%), 1/2 лимона. Отварить говядину. Отварить картофель. Порезать салат и заправить соусом из кефира и сока лимона.

### ● Полдник

Йогурт с бананом (198 ккал)  
125 мл йогурта (0%), 1 банан, 1 стакан кофе с молоком (0%).

Порезать банан кружками и добавить к йогурту. Можно перемешать в блендере и съесть ложкой. Кофе без сахара.



### ● Ужин

Творог с черникой и хлебом (216 ккал)

100 г творога (0%), 100 г черники, 1 кусочек хлеба из белой муки (50 г).

Чернику раздавить и добавить к творогу. Перемешать.

## Меню №7

### ● Завтрак

Овсяная каша со свеклой (226 ккал)

100 г овсяной каши, 50 мл молока (1,5%), 100 г свеклы, 5 г сливочного масла, 1 стакан кофе с молоком (1,5%).

Овсяную кашу сварить на молоке. Отварить свеклу, мелко порезать и добавить в кашу. Добавить масло.

### ● Второй завтрак

Йогурт (71 ккал)  
1 стакан йогурта (0%) без фруктовых добавок.

### ● Обед

Лосось с салатом и хлебом (237 ккал)



100 г лосося, 200 г салата (помидоры, огурцы), 5 мл оливкового масла, 1 ч. л. бальзамического уксуса, 25 г хлеба из цельнозерновой муки.

Отварить лосось на пару. Порезать салат и заправить оливковым маслом и уксусом.

### ● Полдник

Йогурт с черным чаем (77 ккал)  
100 мл йогурта питьевого (0%), 1 стакан черного чая с молоком (0%).

### ● Ужин

Курица с гречневой кашей и цветной капустой (316 ккал)

100 г белого мяса курицы, 25 г гречневой каши, 100 г цветной капусты, 1 ч. л. оливкового масла. Отварить гречневую кашу. Курицу приготовить на пару. Цветную капусту отварить на воде без соли. Мелко нарезать и смешать с гречневой кашей. Добавить оливковое масло.



## Меню №8

### ● Завтрак

Каша с тыквой (277 ккал)  
40 г пшена, 100 г тыквы, 50 мл молока (1,5%), 50 мл воды, 5 г сливочного масла, 1 стакан чая черного.

Отварить тыкву в воде (вода не должна покрывать тыкву). Пшеничную кашу сварить на молоке. Добавить тыкву к каше и варить еще 2 минуты. Добавить сливочное масло в готовую кашу. Чай без сахара.

● **Второй завтрак**

Мандарины (63ккал)  
2 мандарина.



● **Обед**

Салат из тунца с яблоком (243 ккал)

50 г тунца в собственном соку, 25 г картофеля, 1 помидор, 100 г зеленых листьев салата, 1 яйцо, 1 ч. л. растительного масла, 1 яблоко (50 г).

Отварить картофель. Сварить яйцо вкрутую. Все мелко нарезать, смешать, добавить растительное масло. Яблоко порезать дольками. Можно добавить яблоко и в салат, мелко порезав.

● **Полдник**

Салат из яблока с отварной свеклой (129 ккал)



100 г яблока, 50 г свеклы, 50 мл кефира (0%).

Яблоко порезать тонкой соломкой. Отварить свеклу и порезать соломкой. Можно заправить кефиром, а можно выпить отдельно.

● **Ужин**

Паста с помидорами (374 ккал)  
100 г пасты, 1 ч. л. оливкового масла, 1 помидор, 1 ч. л. тертого сыра (15%).

Отварить пасту. Откинуть на дуршлаг, слить лишнюю воду. Промыть под холодной водой.

В тарелке смешать с оливковым маслом. Помидор мелко нарезать и добавить к пасте. Сыр потереть и посыпать сверху.

**Меню № 9**

● **Завтрак**

Бутерброд с моцареллой (146 ккал)

50 г хлеба зернового, 30 г сыра моцарелла, 30 г укропа, 1 огурец, 1 помидор, 1 стакан отвара шиповника. Все нарезать тонкими пластинами, выложить на хлеб. И посыпать мелко порезанным укропом. Отвар из шиповника без сахара.

● **Второй завтрак**

Сливы с зеленым чаем (84 ккал)  
5 крупных слив. 1 стакан зеленого чая.

● **Обед**

Скумбрия с салатом (390 ккал)  
100 г скумбрии, 100 г салата (капуста пекинская, помидоры черри, сельдерей, 3 шт. оливок), 1/2 лимона, 25 г хлеба из цельнозерновой муки, 1 банан.



Рыбу приготовить на пару. Порезать салат и заправить соком лимона.

● **Полдник**

Ряженка (54 ккал)  
1 стакан ряженки (2,5 %).

● **Ужин**

Тунец с гречневой кашей и салатом (242 ккал)

50 г тунца в собственном соку, 100 г гречневой каши, 150 г салата (помидоры, репчатый лук), 2 ст. л. кефира (1 %), 1/2 лимона.

Отварить гречневую кашу на воде без соли. Добавить в гречневую кашу тунец. Порезать салат и заправить кефиром и соком лимона.

**Меню № 10**

● **Завтрак**

Омлет с луком и зеленью (318 ккал)

2 яйца, 30 мл молока (1,5 %), 30 г лука репчатого, 30 г укропа, 50 г хлеба пшеничного, 1 стакан черного чая с лимоном.

Яйца взбить до образования пены. Добавить молоко, мелко порезанный лук и зелень. Пожарить без масла. Можно выложить омлет на хлеб.



● **Второй завтрак**

Грейпфрут (32 ккал)  
1 грейпфрут.

● **Обед**

Суп с курицей и картофелем (455 ккал)

100 мл бульона куриного, 100 г курицы, 100 г картофеля, 50 г зелено-го лука, 1 ч. л. оливкового масла.

50 г хлеба из цельнозерновой муки

Отварить курицу. В бульон добавить мелко порезанный лук. Отварить картофель, порезать и добавить в бульон. Можно отдельно выпить бульон и съесть курицу с картофелем и оливковым маслом.

● **Полдник**

Творог с кефиром и голубикой (128 ккал)

100 г творога (0%), 100 г кефира (1%), 50 г голубики, 1 хлебец цельнозерновой.

Голубику раздавить и добавить в творог. Заправить кефиром и перемешать. Можно намазать на хлебец.

● **Ужин**

Густой овощной суп (226 ккал)

20 г помидоров, 20 г цветной капусты, 20 г брокколи, 30 г брюссельской капусты, 50 г хлеба с отрубями, 50 г творога (0%).



Сварить овощной суп на воде из помидоров, цветной капусты, брокколи, брюссельской капусты. Без соли. ■



Популярнейшей российской писательнице Юлии Шиловой приходят тысячи писем. Старается отвечать на каждое. Знает же, как это важно - чтобы кто-то выслушал, посочувствовал, вовремя помог советом...



## «Почему он ме

### Здравствуйте, дорогая Юлия!

Я являюсь вашей поклонницей. Прочитала почти все ваши книги. Большое спасибо за то, что вы пишете для нас такие криминальные мелодрамы. Я многое из них черпаю для себя.

Юлия, ответьте, пожалуйста, что мне можно сделать?

Дело в том, что мужчина, которого я очень сильно люблю, не хочет меня совсем как женщину. Он говорит, что любит меня, что не встречается с другими женщинами, говорит, что ему интересно только со мной. Но меня не хочет. Мы встречаемся уже год, но у нас ни разу не было секса. На мои предложения заняться любовью он каждый раз заявляет, что негде. Он взрослый холостой мужчина. Ему 36, мне 22. Он приглашает меня в кафе, приглашает к себе в гости, чтобы попить чаю. Но никаких попыток для близости со мной даже не предпринимает. А мне от этого очень обидно. Ведь я молодая, мне хочется полноценных отношений, хочется как душевной, так и физической любви. Но почему же он меня не хочет?

Он живет в квартире вместе с мамой и не стремится отделиться от нее, стать самостоятельным. Также он не стремится к созданию семьи. На мой вопрос, почему, отвечает, что в молодости девушки его много обижали, отказывали ему и он таким образом разочаровался во всех женщинах. Все, что он может мне предложить, - это сделать массаж, поговорить и попить чаем. А я очень привязалась к нему и думаю, что полюбила. Я даже не смотрю на других мужчин, все время думаю только о нем. Он мне дает надежду, что у нас с ним может все получиться. Я жду, когда это произойдет. Иногда от накопившейся обиды начинаю плакать при нем, упрекать его в том, что он не дает мне ласки и любви. А он тогда советует найти мне любовника. Говорит, что будет у меня для души, а любовник - для физического удовлетворения. А я так не

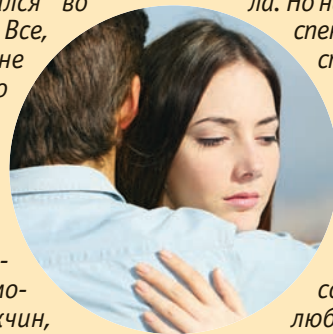
могу. Не признаю секс без любви. И люблю только одного мужчину, который, увы, меня не хочет.

Да, он хорошо ко мне относится, говорит ласковые слова, обнимает, целует, уверяет, что я ему дорога, что запала ему в душу и что я первая девушка, которая его полюбила. Но наши отношения бесперспективны. Он ни к чему не стремится, нет желания что-то изменить в жизни. Зациклен на своих прошлых неудачах и часто о них говорит.

Юлия, честное слово, я не знаю, что могу сделать. Видимо, моя любовь не придает ему силы для того, чтобы забыть прошлые неудачи и начать самосовершенствоваться. Ведь про нас он говорит неопределенное: «когда-нибудь», «как-нибудь», «может быть». Но так можно ждать целую вечность.

Юлия, пожалуйста, дайте мне совет как жить дальше. Мне очень тяжело. Я часто плачу от того, что я нежеланная...

Светлана, Омск







# НЯ НЕ ХОЧЕТ?»

## Юлия ШИЛОВА: «Он просто импотент!»

Дорогая Светлана, прочитала ваше письмо, и мое сердце наполнилось болью. Вот из-за таких 36-летних закомплексованных мужчин, живущих с мамами и не думающих о завтрашнем дне, у наших женщин снижается самооценка. Света, милая, чем дольше вы будете продолжать отношения с этим субъектом, тем хуже вы будете думать про себя. Поймите, наконец, вы - не нежеланная. Вы просто встретили человека, который не то что вас не хочет - он НЕ МОЖЕТ. Проще говоря, вы уже ровно год, как полюбили импотента и требуете от него невозможного. Это же ведь действительно странно, когда 36-летний мужчина ровно год встречается с девушкой, ищущей близости, и говорит, что негде. И даже если есть где, то дело обходится задушевными разговорами за чашечкой чая и не более того. И

все, на что он способен, так это на массаж. Получается, что если и есть где, то нечем!

Светлана, дорогая моя, перестаньте искать причины в себе. Вы - совершенно нормальная девушка, которая хочет точно таких же нормальных и полноценных отношений. И потом, знаете, редко кто в 36 лет холост и не имеет опыта брака и семьи. Поэтому зачастую,

когда смотришь на холостых мужчин подобного возраста, приходишь к мысли о том, что они на всю жизнь холостыми и останутся, потому что, по большому счету, никому не нужны. Вот и ваше чудо пригрелось под боком у мамы, звезд с неба не хватает, гневит Бога за прошлый неудачный опыт с женщинами и не считает нужным лечить свою мужскую несостоятельность.

Поэтому, Светлана, милая, не плачьте, не терзайте себя. Вы ни в чем не виноваты. Для другого мужчины вы будете самой красивой и самой желанной девушкой на свете. А этот ваш мужчина БОЛЕН и по-мужски несостоятелен. Вместо того чтобы вам в этом признаться и обратиться к специалистам, он уже год кормит вас обещаниями, что, может быть, он когда-нибудь поднатужится и у него получится что-нибудь сделать.

Вы пишете, что не смотрите на других мужчин, а вот это зря. Зачем любить больного, который не хочет и не будет лечиться, наплевав на ваши чувства, если вокруг столько здоровых? Светлана, поймите, вас просто не любят. Мужчина, который любит женщину, никогда не скажет ей, чтобы искала себе любовника, а он будет ей для души. Да на кой черт он нужен для души? Он и для души-то не тянет. Да и знает ли он, что это такое?..

## Илья Н. GERMAN

Маг-профессионал

Решение вашей проблемы  
в день обращения за помощью

В 2015 году И.Н. Герман признан самым сильным магом России по результатам независимых социологических опросов

- Инволютированный приворот. Полное восстановление потерянных отношений с близким человеком с помощью авторского метода И.Н. Германа за 1 день.
- Сексуальная и эмоциональная привязка. Чувства вашего любимого человека станут принадлежать только вам.
- Полное снятие зависимости от соперников, развал отношений навсегда.
- Полное избавление от любых негативных воздействий, восстановление прежнего состояния, установка зеркальной защиты.
- Установка кода на удачу в деньгах и личной жизни. Максимальный подъем бизнеса, карьеры и материального благополучия.
- Решение нестандартных проблем и многое другое.

Всю работу, необходимую для положительного решения вашей проблемы, маг выполняет полностью сам. Работа проводится необрядовыми методами.

Результат гарантирован в случае, когда вам не смогли помочь другие специалисты.

Тел.: 8 (495) 743-96-04, 510-92-02, 649-41-44 [www.igerman.ru](http://www.igerman.ru)  
Прием без выходных и праздников, м. «Кропоткинская», Пречистенский пер., д. 7



От таких мужчин  
нужно бежать,  
как от огня

Даже по медицинским соображениям мужчинам не рекомендуется иметь воздержание более шести месяцев. В противном случае им светит простатит. У вашего мужчины налицо реальная проблема - импотенция, а самое главное - что он даже не хочет от нее лечиться. Видимо, прошлые воспоминания о том, как занимался любовью с девушками и потерпел фиаско, наложили серьезный отпечаток. Постигшая неудача уже давно лишила его уверенности в своих силах. Я даже не сомневаюсь, что именно по этой причине он откладывает ваши сексуальные отношения на потом. Ваш любимый просто боится пересилить свои страхи и опасения. По всей вероятности, у него уже давно нет сексуаль-

ного влечения, и он сторонится женщин. А отсутствие секса приводит к психологическому дискомфорту.

Светлана, дорогая, ваш любимый должен думать не только о себе, но и о вас. Если хоть немного любит вас, он должен заботиться своим интимным здоровьем и обратиться как к сексопатологу, так и к психологу. Зачем запускать свои сексуальные проблемы? Ведь ваш мужчина мгновенно реагирует на большой зуб или расстройство желудка, так почему он закрывает глаза на импотенцию? Почему не консультируется со специалистами и не хочет начать лечение?

Для многих мужчин импотенция - это трагедия. Но только не для вашего. Его вполне устраивают ваши слезы, и он будет просто счастлив видеть вас в постели с другим человеком, а сам ограничится легкими массажиками. Но ведь мужская самоуверенность во многом основана на сексуальных способностях. Неполомки в этой области могут вызвать депрессию и поставить на мужчине клеймо бессилия. Мужчина, считающий себя импотентом, находится в состоянии нервного напряжения и беспокойства.

Светлана, вы знаете своего любимого уже год. Встречаетесь. Но у вас ни разу не было секса, а ведь секс сближает людей еще больше и творит настоящие чудеса. Света, вы достойны полноценных отношений. Вы еще так молоды и даже не живете с вашим мужчиной, а у вас уже такая серьезная проблема. А дальше может быть только хуже. И за что вы должны страдать? Вы здоровая девушка с земными здоровыми желаниями!

Светлана, милая, мир полон мужчин. Посмотрите на них повнимательнее. Достаточно трудно любить импотента, который еще и вдобавок не хочет лечиться. Не отказывайте себе в радости секса. НИКТО НЕ ОТНИМАЛ У ВАС ПРАВО ЕЩЕ НА ОДНУ ЛЮБОВЬ. Воспользуйтесь этим правом. И не переживайте, ваше обиженное на женщин чудо никто не уведет. Хоть и говорят, что мужчина в хозяйстве всегда пригодится, но ваш экземпляр с поджатыми ушками и опущенным хвостиком не пригоден к употреблению даже там. Так что, если хотите услышать мой совет, то ВЫ ПРОСТО ТЕРЯЕТЕ ВРЕМЯ. Почувствуйте себя желанной, страстной, сексуальной, загадочной и обворожительной. Не стоит плакать в подушку из-за психически нездорового человека.

С холостым мужчиной, с которым встречаешься год, всегда должна быть вера в будущее, а если ее нет, то эти отношения - пустая трата времени. Вам необходимо серьезный разговор по душам. Либо ваш избранник прислушается к вам и пойдет к специалисту, либо пусть живет со своей мамой, сторонится женщин и все больше и больше увязает в собственных комплексах.

Светлана, дорогая, вы слишком много думаете о своем избраннике и совершенно не думаете о себе. От мужчин, которые понижают нашу самооценку и вырабатывают в нас комплекс неполноценности, нужно бежать, как от огня. Подумайте о себе и не забывайте о том, что мужчины гораздо больше ценят то, что отдают, чем то, что получают. ■

Спецвыпуск газеты «Мир новостей»  
«ОТКРОВЕНИЯ ЗВЕЗД»

Главный редактор - Николай Кружилин.  
Первый зам. гл. ред. - Андрей Авдонин.  
Зам. гл. ред. - Валерий Полевой,  
Петр Канардов, Мария Игуменова.  
Учредитель: АНО «Редакция газеты  
«Мир новостей».

Фотоматериалы:  
PHOTOXPRESS, Fotobank, ИТАР-ТАСС,  
«Русский взгляд», Personastars, РИА  
«Новости», Г. Усоев, личные архивы звезд,  
архив редакции, социальная сеть.

Рег. ПИ №ФС77-56535 от 26.12.13  
в Федеральной службе по надзору  
в сфере связи, информационных  
технологий и массовых коммуникаций  
(Роскомнадзор).  
Отпечатано в ООО «Первый  
полиграфический комбинат»,  
г. Красногорск,  
№ заказа 160363

16+

За материалы, помеченные как  
«на правах рекламы», редакция  
ответственности не несет

Адрес редакции: 101000,  
Москва, Главпочтамт, а/я 518.

E-mail: mirnov2000@mirnov.ru;  
тел. редакции: 8 (499) 975-25-31, 975-22-50, 975-21-60, 975-23-27, 975-22-03;  
отд. распространения: 8 (499) 975-22-03;  
PR-отдел: 8 (495) 969-18-66, pr@mirnov.ru;  
Отдел рекламы: 8 (499) 975-25-42,  
975-20-74, 975-22-50, 975-21-60.

www.mirnov.ru

Использование опубликованных  
материалов без письменного разрешения  
редакции воспрещается

ОБЩИЙ ТИРАЖ 205 ТЫС. ЭКЗ.

ИНТЕРНЕТ-ВЕРСИЮ ГАЗЕТЫ  
СМОТРИТЕ НА САЙТЕ  
WWW.MIRNOV.RU

Над номером работали:  
шеф-редактор - Дмитрий Мельман;  
редакторы - Ольга Киц-Ковязина,  
Ксения Позднякова;  
корреспонденты - Виталий Бродский,  
Станислава Афанасьева, Марина Бойкова,  
Федор Гришин, Ольга Терешкова;  
дизайн, верстка - Николай Пантелеев.

## КАРКАСНЫЕ ДОМА

**АКЦИЯ!\***  
Базальтовый  
утеплитель  
в подарок!



9,6x9,5 м

**СКИДКА!**  
1 423 950 р.  
1 319 070 р.



8,5x7 м

**СКИДКА!**  
1 499 100 р.  
1 361 900 р.

**Фундамент:** ленточный, поверхн. высота 400 мм.  
**Стены:** каркасные, толщина 100 мм, утеплитель.  
**Перегородки:** каркасные, толщина 50 мм, утеплитель. **Кровля:** ондулин.  
**Окна:** ПВХ стеклопакеты.  
**Двери:** входная металлическая, межкомнатные деревянные.  
**Наружная отделка:** вагонкой (имитация бруса).  
**Внутренняя отделка:** вагонкой.

## ДОМА ИЗ СИП ПАНЕЛЕЙ



9,5x9 м

**СКИДКА!**  
1 450 600 р.



6x3 м

**СКИДКА!**  
432 400 р.  
393 000 р.

**Фундамент:** столбчатый, поверхностный высота 400 мм. **Стены и перегородки:** профилир. брус толщина 140 мм. **Кровля:** ондулин. **Окна:** ПВХ. **Двери:** входная метал., межкомнатные деревянные. **Парная:** отделка вагонкой из липы, полог из липы. **Оборудование:** электрика, печь, моечная.

## ДОМА ИЗ КЛЕЕНОГО БРУСА



6x6 м

**СКИДКА!**  
523 600 р.  
476 000 р.



6x6 м с мансардой

**СКИДКА!**  
690 800 р.  
627 800 р.

**АКЦИЯ!\***  
Скидки  
до 10%

# МАСТЕР

www.ooo-master.ru

Мы строим для Вас!

# ДОМА и БАНИ



**Выставочные площадки:**

м. Котельники,  
МО, Новорязанское ш., д. 5  
8 (495) 979-96-57

м. Котельники, МО,  
Раменский р-н, с. Заворова  
8 (495) 979-59-58

м. Строгино,  
Выставочная площадка  
«Синдика», 65 км МКАД  
8 (985) 107-42-05

г. Рязань,  
Московское ш., д. 65 А  
ТРЦ «М5 Молл»  
8 (980) 622-62-62

## КАРКАСНО-ЩИТОВЫЕ ДОМА

**АКЦИЯ!\***  
Окна ПВХ  
на весь дом  
в подарок!



6x9 м

**СКИДКА!**  
545 510 р.  
474 520 р.



8x9 м

**СКИДКА!**  
717 700 р.  
669 940 р.

**Фундамент:** столбчатый, поверхностный высота 200 мм. **Окна:** деревянные.  
**Стены и перегородки:** каркасно-щитовые.  
**Кровля:** оцинкованное рифленое железо  
**Наружная и внутренняя отделка:** вагонкой.

## ДОМА ИЗ БРУСА



8x9 м

**АКЦИЯ!\***  
Окна ПВХ  
на весь дом  
в подарок!

**СКИДКА!**  
1 736 400 р.  
1 578 600 р.

**Фундамент:** ленточный высота 400 мм.  
**Стены и перегородки:** из строганого проф. бруса, толщина 140 мм. **Окна:** ПВХ стеклопакеты.  
**Кровля:** оцинкованное рифленое железо.  
**Двери:** входная метал., межкомнатные деревян.  
**Внутренняя отделка:** обшивка потолков вагонкой.

## БАНИ ИЗ ПРОФИЛИРОВАННОГО БРУСА ПОД КЛЮЧ

Кредитование



СОЛИД  
БАНК



Альфа-Банк



ВОЗРОЖДЕНИЕ  
БАНК  
БАНК, КОТОРЫЙ ВСЕГДА С ТОБОЙ

Кредит ЕвропаБанк

АО "Кредит Европа Банк" Лиц. № 3311 от 04.02.2015 г. АО «АЛЬФА-БАНК» Лицензия ЦБ РФ № 1326 от 16.01.2015 г. Банк «Возрождение» Лиц. ЦБ РФ № 1439 от 22.01.2015 г. ЗАО «СОЛИД БАНК» рег. № 1329/4 от 11.08.2004 г.

Реклама

\*Подробную информацию об организаторе акций, правилах, месте их проведения можно узнать по т.: 8 (495) 979-9657. Акции действительны до 13.03.16 г. Не является публичной офертой.

КЛИНИКА ТИБЕТСКОЙ МЕДИЦИНЫ № 1 В РОССИИ



# НАРАН

основана  
в 1989 г.

**ЛЕЧЕНИЕ БЕЗ ХИМИИ, ГОРМОНОВ И ОПЕРАЦИЙ**  
**БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ И ДИАГНОСТИКА ПО ПУЛЬСУ**

## Мы лечим

- Гипертоническая болезнь
- Сахарный диабет
- Остеохондроз
- Бронхиальная астма
- Артриты и артрозы
- Хронический простатит и аденома простаты
- Аллергия
- Гастриты
- Ишемическая болезнь сердца
- Заболевания ЖКТ
- Бесплодие, эндометриоз

## Методы лечения

- Коррекция образа жизни
- Питание согласно конституции человека
- Внутреннее воздействие на организм человека - *фитотерапия на основе натуральных трав*
- Внешнее воздействие на организм человека - *комплекс эффективных процедур у одного врача:*

- Точечный массаж
- Вакуум-терапия
- Иглорефлексотерапия
- Стоун-терапия
- Моксотерапия
- Баночный массаж



**МЕТОДЫ ЛЕЧЕНИЯ, ПРОВЕРЕННЫЕ ВРЕМЕНЕМ**

# 8 (800) 555-42-00

[NARANFM.RU](http://NARANFM.RU)

[NARAN.RU](http://NARAN.RU)

[NARANFITO.RU](http://NARANFITO.RU)

Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ