

# ОТКР ВЕНИЯ

## ЗВЕЗД

№5 март 2017

*Ми*  
НОВОСТ



### Лариса ГУЗЕЕВА:

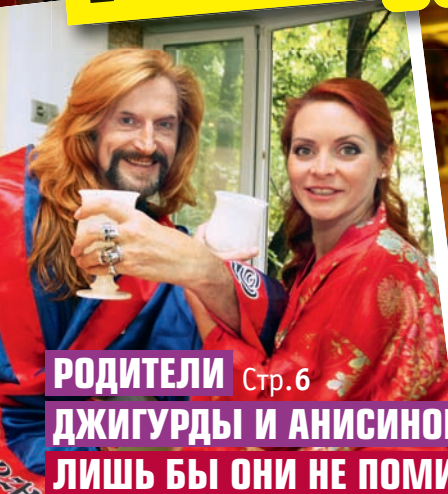
Стр. 10

ФОТО В. ГОРЯЧЕВА

PERSONA STARS

# РАЗВОД!!!

## НЕ БУДУ ЕГО ДЕРЖАТЬ!



**РОДИТЕЛИ** Стр. 6  
**ДЖИГУРДЫ И АНИСИНОЙ:**

**ЛИШЬ БЫ ОНИ НЕ ПОМИРИЛИСЬ!**



**5 БРАКОВ**  
**ИРИНЫ**  
**РОЗАНОВОЙ**

Стр. 42

**ЛЮДМИЛА МАКСАКОВА:**

**РАСКЛЕБЫВАТЬ БУДЕМ**

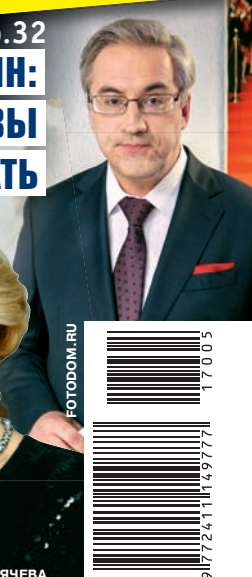
**ВСЕЙ СЕМЬЕЙ**

FOTODOM.RU

Стр. 32  
**АНДРЕЙ НОРКИН:**  
**МОИ СЫНОВЬЯ ГОТОВЫ**  
**РОДИНУ ЗАЩИЩАТЬ**



КОММЕРСАНТЬ/ФОТОДОМ



FOTODOM.RU

Стр. 8

ФОТО В. ГОРЯЧЕВА





# СЕБЕ \* ЛЮБИМОЙ!

## 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 седин. Биотин препятствует образованию морщин и пигментных пятен.



## 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.



## ЭНДОРФИН

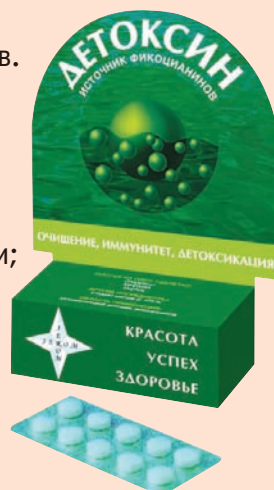
Антидепрессант последнего поколения, позволяет справиться с раздражением и чувством тревоги. Препарат снижает тягу к алкоголю и опиатам в профилактике и реабилитации зависимостей. Способствует выведению почками и печенью продуктов метаболизма, а также улучшению секреторной функции поджелудочной железы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



Тел. 8-800-200-25-00,  
[www.vitaminas.ru](http://www.vitaminas.ru)  
ООО «Витаминный центр»

Тел. 8-800-100-33-57  
[www.carelle.ru](http://www.carelle.ru)  
ООО «КАРЕЛЬ»

**СПРАШИВАЙТЕ  
В АПТЕКАХ!**

Тел. 8-800-100-10-69  
[www.apteka.ru](http://www.apteka.ru)

Тел. 8-800-350-87-03  
[www.wer.ru](http://www.wer.ru)  
ООО «Аптека ВЕР.РУ»

Тел. 8-800-333-33-46  
[www.microelements.ru](http://www.microelements.ru)  
ЦБМ

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



# 5

лучших фото  
знаменитостей  
из соцсетей

# ЗАСВЕТИЛИСЬ!



## Макарский удивил букетом

Любые праздничные поводы вгоняют мужчин в ступор: что дарить любимым женщинам? Да так, чтобы со смыслом, и небанальное... всю голову сломаешь, пока придумаешь! А вот Антону Макарскому эти метания незнакомы. Он свою жену оригинальными букетами радует. Тут и клубничка с обещанием интересного продолжения вечера, и перчик с намеком на остроту ощущений... Вот только интересно, Вика такой букетик в вазу поставит или в обед пустит?

## Подольская показала счастье

Пока другие звезды нещадно фотошопят снимки, пытаюсь скрыть все свои изъяны, Наталья Подольская выкладывает фото без прикрас. «Ой, вам бы прикус исправить, да зубы отбелить». «Морщин-то сколько», – пишут ей в комментариях те, кто не сумел разглядеть главного. Того, как искренне смеется Наташа и как по-настоящему счастлива она с мужем Володей Пресняковым. А этого никаким «Фотошопом» не нарисуешь.



## Седокова больше не шифруется

«Зачем скрывать то, что рано или поздно придется признать?» – недоумевают подписчики страницы Ани Седоковой. Певица долгое время отрицала свою третью беременность. Убеждала, что все ошибаются. А теперь, когда живот уже стал огромным, наоборот, стала выставлять его на всеобщее обозрение, даже не пытаюсь скрыть свободными нарядами. Правда, кто отец ее будущего ребенка, все равно пока не говорит.

## Плющенко готовит смену

Маленький Гномыч – сын Евгения Плющенко и Яны Рудковской – вызывает всеобщее умиление. Такой кукленок! Вот только пашет этот малыш совсем по-взрослому. Каждый день у парнишки – тренировки на льду. «Почему все пишут, что я начал тренироваться в три года? Я вообще-то готовлюсь к моим будущим соревнованиям с полутора лет, даже папину олимпийскую форму уже примерил», – от имени сына написали родители на его странице в интернете.



## Гузеева вызвала споры

40 тысяч «лайков» и 400 комментариев – умеет Лариса возбудить народ. А всего-то лишь выставила свою старую фотографию. Рыжие волосы, напряженный взгляд. Одни поклонники засыпали ее комплиментами: «Не женщина – огонь!» «Редкая красотка! И в молодости, и сейчас!» Другим цвет волос показался дешевым и вульгарным – эти дали Ларе ценный совет: никогда больше в такой цвет не краситься! «Смешно, как будто я продавщица и выставляю свои фото молодости, когда работала кладовщицей», – съязвила Гузеева на критику.



Свадьба Лени для всех стала сюрпризом

ФОТОДОМ.РУ

У звезд свадебный переполох!

Федора и Паулину давно уже заждались в загсе

## ВЕСЕННЕЕ ОБОСТРЕНИЕ

В преддверии марта знаменитости, такое впечатление, просто выстроились живой очередью в загс. Кто женится, кто разводится... Весеннее обострение, не иначе. Которое в любом случае в скором времени круто изменит их жизнь!

### Не говорит и почти не показывает

Ведущий скандальной программы «Говорим и показываем» **Леонид Закашанский** уже успел сочетаться законным браком. Причем никому ничего не сказал, только показал – разместив селфи с избранницей на своей интернет-страничке. Молодожены расписались в одном из столичных загсов, к которому подъехали на шикарном «бентли». Для церемонии они выбрали традиционные наряды: жених – в строгом черном

костюме с галстуком-бабочкой, невеста – в белоснежном платье с вышивкой ручной работы и фатой. О молодой жене Лени известно немного. Зовут ее Жанна. А вот чем занимается длинноногая брюнетка, Закашанский не рассказывает – из своей личной жизни он шоу не делает.

### По законам сериала

А вот личная жизнь **Виталия Гогунского** – круче любого шоу! Актер собирается жениться на матери своей шестилетней дочки. При этом что еще два года назад был женат совсем на другой!

От отцовства Виталий никогда не отказывался, помогал финансово, проводил с дочерью время. Сам при этом, как казалось, был счастлив в браке. Во всяком случае, жена Анна рассказывала в интервью, как долго и настойчиво Гогунский ее добивался. Однако в 2015 году последовал развод, и вот теперь Виталий решил воссоединиться с мамой своей дочки – Ириной. Интересно, что за организацию

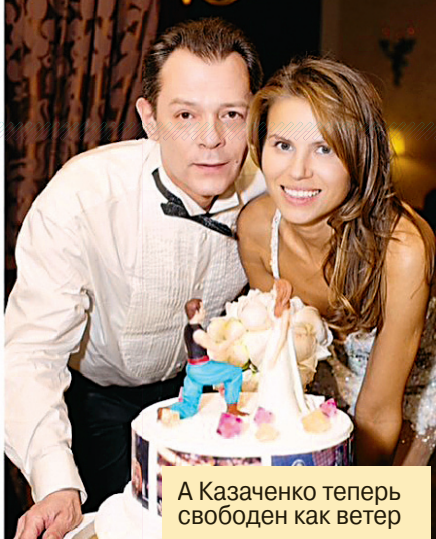
торжества взялась партнерша Гогунского по сериалу «Универ» **Анна Хилькевич** – у актрисы имеется свое брачное агентство.

### Настоящие партизаны!

Наставник детского «Голоса» **Нюша** уже определилась со свадебным нарядом. В день торжества на ней будет платье ценой в миллион рублей! Избранник певицы – **Игорь Сивов** – мужчина взрослый и солидный, является советником президента Международной федерации студенческого спорта. Был женат, и двое детей имеется. Однако Нюшу данное обстоятельство не смущает, да и родителей ее тоже. Только дата бракосочетания до сих пор держится в тайне. Почему – непонятно.

А вот еще одних «партизанов» – **Федора Бондарчука** и **Паулину Андрееву** – кажется, рассекретили. Уж сколько разговоров идет о предстоящей свадьбе, а ее как не было, так и нет. По слухам, дату назначали, потом пару раз переносили. Теперь друзья пары просят со-





А Казаченко теперь свободен как ветер



Юлианна Караулова перенесла дату торжества



У Гогунского невеста с «приданным»



Свадебное платье Нюши стоит миллион!



Джигурду и Анисину суд обязал «подумать»

чувствующих дождаться лета – тогда, мол, обязательно все случится.

## Придется подождать

Перенесла дату свадьбы и певица **Юлианна Караулова**. Первоначально торжество было заявлено на 22 апреля. Многие еще шутили, что расписаться в день рождения Ленина, да еще в год столетия революции – наверное, особый шик. Однако шутки в сторону – бракосочетание решено было отложить. Место свадьбы, по словам Юлианны и ее жениха, саунд-продюсера **Андрея Черного**, неизменно, пройдет она, как и было запланировано, в Грузии. Вот только когда – одним лишь влюбленным и ведомо.

## Брак признан фиктивным!

Ну а теперь – о делах не столь веселых. Похоже, в истории **Вадима Казаченко** и его молодой жены поставлена жирная точка. Бракоразводный процесс,

который несколько месяцев будоражил общественность, завершился – супруги официально развелись. Мало того, их брак признан фиктивным! И это несмотря на то, что уже бывшая жена Казаченко ждет от него ребенка! Тем не менее суд решил, что девушка, вступая в брак с известным певцом, преследовала исключительно меркантильные цели. Вадим при этом не снимает с себя будущей ответственности отца. Правда, только в том случае, если... ребенок окажется его. Так что, видимо, впереди еще и экспертиза ДНК, и очередной судебный процесс.

## Совсем не медовый месяц

И, наконец, все тот же самый справедливый в мире суд решил дать шанс другой скандальной

разводящейся паре – **Марине Анисиной** и **Никите Джигурде**. Де-факто они еще месяц будут супругами, такой срок судьи дали фигуристке и актеру на то, чтобы они хорошенько подумали и, может быть, помирились. Юристы комментируют: мол, это стандартная практика для бракоразводных процессов, чистая формальность. Однако Никита Борисович, похоже, воспринял слова судьи буквально. Он уже публично обратился к Марине: «Анисина, девочка моя, тебя люблю, ты будешь моей! Не верь мафии! Я чист перед тобой!» А еще артист утверждает, что полностью оправился от микроинсульта и ему уже поступают заманчивые предложения высокооплачиваемой работы. Поверит ли Анисина на слово?.. А что, все может быть. Ведь шоу должно продолжаться! ■



Никита Джигурда и Марина Анисина снова тайно встречаются! Будто и не было скандального развода с мерзкими выходками и обвинениями. Друзья пары в шоке: неужели вся эта свистопляска начнется снова? Такого их пожилые родители точно не перенесут!

ФОТО Б. КРЕМЕРА



**Родители Анисиной и Джигурды надеются, что очередного примирения не будет**

## «МАМА, ТЫ БЫЛА П

**П**рактически уже бывших супругов с потрохами сдала их общая подруга **Лена Ленина**, которая рассказала, что Марина часто прилетает из Франции, где живет с детьми, в Москву.

– Они с Никитой недавно виделись. И это не единственный случай за последнее время. Но оба скрывают этот факт, – по секрету всему свету рассказала Ленина.

А ведь в конце ноября, подав документы на развод, Анисина вздохнула с облегчением. Нелепый кошмар в ее жизни закончился: она прозрела, сбросила розовые очки. Осознала, что человек, который сидит на марихуане и гоняется за ней с ножом по квартире, просто опасен. А главное, Марина поняла: ее мама, которая всегда была против этого брака, оказалась права...

**«Дочь, ты еще пожалеешь!»**

«Господи, что за волосатое чудовище!» – прямо-таки стонала при виде Джигурды его теща **Ирина Черняева**. Мама Марины, которая растила ее одна после ухода мужа в другую семью, с самого начала была в шоке от выбора дочери. Ирину коробили и матерные стихи, которые зять щедро декламировал в честь Марины, и видео родов, выложенное в интернет, и то, как Джигурда позировал с женой для фотографов – обязательно по-хозяйски положив руку ей на грудь.

Мать взывала к разуму дочки: «Да что ты в нем нашла?» Но Марина с какой-то вдохновенной замбириванностью повторяла одно и то же: люблю, не могу.

Выматывающие всех скандалы гремели ежедневно: Ирина призывала зятя не позорить их семью, тот в ответ нес чушь

о своем божественном происхождении, исцеляющем фаллосе и расширении сознания. Дошло до того, что Ирина выехала из общего дома – не смогла больше находиться с Джигурдой под одной крышей. «Ты еще сто раз пожалеешь об этом браке!» – сказала она на прощание дочери.

И тут Марина сделала выбор: прекратила общаться с матерью. Просто перестала с ней разговаривать.

– Маме хотелось для меня совсем другого мужа – интеллигентного, утонченного и, конечно же, состоятельного. Вроде князя Монако Альбера II, с которым я одно время встречалась. Мама накручивала меня каждое утро, пока Никита спал в соседней комнате. Но между эгоизмом мамы и Никитой я выбрала Никиту. Человека, которого люблю и который любит меня, отца моих детей...





До поры Анисина соглашалась на любые авантюры мужа



Ирина Черняева с трудом выносила общество зятя



Никита (внизу слева) – головная боль родителей

# РАВА!»

Несколько лет Марина, подавленная бешеной энергетикой Джигурды, жила как во сне: оправдывала все его поступки, закрывала на все глаза. И теперь, когда хлебнула с лихвой горя, предательства, издевательств, побоев, ей остается лишь вымалывать прощение у самого дорогого человека, желавшего ей добра...

## «За сына сердце болит!»

Развод Джигурды и Анисиной длится уже полтора года – они то подавали заявление, то забирали. То прилюдно друг друга грязью поливали, то на глазах у всей страны целовались-милковались. В общем-то бранились – только тешились, а вот престарелая мама Никиты Ядвига Ивановна, которая живет на Украине, ночей не спала из-за нервов и переживаний. Третий брак у сына, а все никак жизнь не сло-

жится. Когда Никита и Марина первый раз передумали развестись, женщина упрашивала: не спешите мириться да съезжаться, сделайте паузу, пересмотрите свое поведение, а потом снова семью стройте. Но кто ж советов родительских слушается?..

– У меня трое детей – Сергей, Никита и Елена. Среднего мне больше всех жаль, ведь Никита много страдает из-за необычной природы. Многие его не любят – слишком необычный, шумный, эпатажный, – сокрушается пенсионерка. – Я, конечно, советую ему вести себя сдержаннее. Но ведь его остановить невозможно. За сына у меня всегда сердце болит..

У Ядвиги Ивановны пятеро внуков от Никиты. Старший, Володя, совсем уже взрослый, ему за 20, с бабушкой он не общается. Мальчишек от второго брака

не дает видеть бывшая невестка. А как теперь сложатся отношения с младшими, детьми Марины Анисиной, тоже непонятно. Вдруг фигуристка, разорвав отношения с Джигурдой, и его маму пошлет куда подальше? Очень этого боится Ядвига Ивановна...

## Неужели опять простит?

В недавнем телешоу Марина рассказала, как столько лет она жила в аду. Содержала Никиту, который употреблял наркотики, изменял ей, поднимал на нее руку, присылал эсэмэс с угрозами и проклятиями. Она много раз давала ему шанс изменить жизнь, но все было бесполезно, пришлось подать на развод...

Так неужели спустя всего несколько месяцев Марина снова готова все забыть и простить? Или же ее тайные свидания с бывшим мужем – лишь деловые встречи, на которых решаются вопросы по алиментам и общению с детьми? Обеим мамам – и Никитиной, и Марининой – очень хочется верить, что это именно так. И точка, которую Анисина вроде бы поставила в ноябре, не превратится в мучительное для всех многоточие... ■

# ГАЛИНА ВИШНЕВСКАЯ ЗНАМЕНИТАЯ ПОТОМСТВЕННАЯ ЯСНОВИДЯЩАЯ



Реклама

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 старинными церковными магическими обрядами.
- Поможет в решении жизненных проблем.
- Мощная помощь в бизнесе, карьере и материальном благополучии.



**ВЕДЕТ ЛИЧНЫЙ ПРИЕМ.**

**Т. 8 (495) 772-18-81**

Официальный сайт [www.gvishnevskaya.ru](http://www.gvishnevskaya.ru).



# Людмила МАКСАКОВА

Марию и ее мужа Дениса многие теперь называют предателями

## РАСХЛЕБЫВАТЬ БУДЕМ

**П**римере театра им. Вахтангова приходится держать круговую оборону. После скоропалительного отъезда ее дочери **Марии Максаковой** с мужем **Денисом Вороненковым** на Украину 76-летнюю актрису осаждают со всех сторон. Донимают вопросами: знала ли, поддерживает ли, оправдывает?..

Материнское сердце кровоточит. Что отвечать тем, кто берedit ее рану, она не знает. Поэтому в сердцах иногда срывается: «Вы знаете, есть очень короткий путь, между прочим, сексуальный. В эротическое путешествие не хотите ли пойти?»

### Тайна родства со Сталиным

Третье поколение женщин Максаковых вязнет в политике из-за любви, ломает свою жизнь из-за мужчин. И в каждом случае обязательно есть история с эмиграцией и двойным гражданством.

**Тайны, потрясения, трагедии - актриса Людмила Максакова даже на склоне лет не имеет возможности расслабиться и просто наслаждаться жизнью. Испытаний на ее долю выпало немало, и сейчас она снова оказалась втянутой в скандал. Слово злой рок преследует ее знаменитую семью...**

Свою дочь Людмила Максакова назвала в честь мамы - знаменитой оперной певицы **Марии Максаковой**. Прославленная солистка Большого театра, трижды лауреат Сталинской премии - ей рукоплескала вся страна... Но артистка не спала ночами, вздрагивая от каждого шороха колес по гравию. Несколько лет она ждала, что и за ней, как за многими в то время, придет «черный ворон». Ведь пятен в биографии хватало.

Первый муж, от которого она получила свою звонкую фамилию, кроме советского гражданства имел еще одно - был подданным Австрии. Дипломата **Якова Давтяна**, основателя внешней разведки

и посла СССР в Польше, с которым Мария Петровна жила после смерти мужа, расстреляли. Говорят, и на Максакову уже «шили дело», да спас сам товарищ Сталин. Спросил на каком-то приеме, вспомнив ее знаменитую оперную партию: «А где же моя Кармен?» И певицу тут же привезли в Кремль.

Сталин и его соратники тогда трепетно опекали артисток Большого театра. До сих пор ходят слухи, что отцом Людмилы Максаковой был не кто иной, как Иосиф Виссарионович. Правда, сама она от такого родства открещивается.

- Я не люблю такие разговоры. С таким же успехом мож-



Свадьба с немцем  
вышла Людмила  
боком



А еще актрисе  
приписывали  
роман с самим  
Бельмондо!



Бабушке Маши  
покровительствовал  
сам Сталин!

# ВСЕЙ СЕМЬЕЙ...

но сказать, что и государя-императора, - отрезает Людмила Васильевна. - Я хорошо помню похороны Сталина. Рано утром мама разбудила меня и сказала, что мы обязательно должны посмотреть на него в последний раз. Нам с трудом удалось пробраться в Колонный зал через охрану. Маму волновало только одно: действительно ли это Сталин лежит в гробу, действительно ли он умер, не заменили ли его на двойника? Она была страшно близорука, сильно щурилась, но до последнего пыталась взглянуть в мертвое лицо...

## Клякса в биографии

Максакова считает своим отцом совсем другого человека - солиста Большого театра **Александра Волкова**. Вот только признавать он ее не захотел. В 1941 году оказался в оккупации, бежал в США, стал эмигрантом и врагом своего народа.

- Мама не хотела мне судьбы «дочери предателя Ро-

дины», поэтому вычеркнула Волкова из нашей жизни навсегда и приписала мне другое отчество, - уверена Людмила Васильевна.

Она во многом повторила судьбу матери. Спутниками жизни становились «неблагонадежные элементы». Подросшая Людочка Максакова вышла замуж за художника **Льва Збарского**. Но практически сразу после рождения сына они развелись, и Збарский эмигрировал в Штаты. Теперь уже на Людмилу легла тень...

Второй ее брак стал еще одним серьезным испытанием. В 1974 году актриса сделала немисливо дерзкий по советским временам шаг - вышла замуж за гражданина ФРГ **Петера Андреаса Игенберга**. Его отец родился в Латвии, мать в Эстонии, но семью они создали в Мюнхене. Петер же, подрабатывая гидом, стал возить в СССР группы туристов. И влюбился в Максакову с первого взгляда, встретив ее в гостях у друзей - в тот день от-

мечали присвоение ей звания заслуженной артистки.

- Многие коллеги после моего замужества просто прекратили со мной общаться, - с горечью вспоминает Максакова. - Я не могла поверить в то, что люди способны вести себя так подло, завидовать, плевать в душу. А вскоре меня не пустили на гастроли в Грецию - в характеристике отсутствовали два ключевых словосочетания: «политически грамотна» и «морально устойчива». Я поняла, что стала невыездной. А это такая клякса в биографии, которую не подотрешь...

## На те же грабли

Ее перестали снимать, не приглашали на пробы. Фотографии Максаковой на несколько лет пропали из каталогов киностудий. Тяжелое время гонений и травли она пережила стойко. Но такой же судьбы своей дочке, конечно же, не желала...

Однако и Маша наступила на те же грабли. Ее певческую карьеру сгубила политика и эмиграция - Марию уже уволили из Гнесинки и Мариинки, за всплывшее двойное гражданство исключили из «Единой России».

Вместе с любимым мужем она уехала на Украину, забрав с собой лишь младшего ребенка. Старших: сына Илью и дочку Люду, рожденных еще в первом браке, оставила в Москве - на отца детей и на бабушку, свою мать. Все-таки мама есть мама - даже если с дочкой не согласна, ее задача - любить и помогать.

- Семья была придумана для того, наверное, чтобы не так горько было одному расхлебывать какую-то тяжелую жизненную ситуацию, в которую, разумеется, каждый человек попадает, - когда-то говорила Людмила Максакова. - Не бывает таких людей, которые безоблачно проскакали бы по жизни на розовом коне. И семей таких не бывает... ■



За Игоря она вышла замуж в 38 лет, и всегда сильно ревновала

ФОТО В. ГОРЯЧЕВА

ФОТО А. ЛОМОХОВА

**Лариса Гузеева:  
«Муж, до свидания!  
Держать не буду!»**

О предстоящем разводе Лариса объявила на всю страну

## «ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ!»

Сапожник, как известно, всегда без сапог. Вот и Лариса Гузеева все других поучала, как семейную жизнь строить, а со своей не справилась. С мужем они недавно по разным домам разъехались. На горизонте развод маячит. Что же случилось в семье телеведущей?

**И**з своей личной жизни Гузеева никогда тайны не делает: все, что с ней происходит, то и дело на всю страну рассказывает. Прямо во время записи эфира «Давай поженимся». Словно на лавочке с подружками сидит, житейскими проблемами делится. По осени вот на мужа

своего, ресторатора **Игоря Бухарова**. все жаловалась, сомневалась, что верность ей хранит. А недавно заявила, что теперь с супругом и вовсе проживает отдельно. Он иногда лишь в гости к ним с дочкой приходит: намусорит везде, и уходит к себе домой – вот ведь безобразие!

**«Это нормально, когда мужчина изменяет»**

Вообще, Лариса много лет твердила, что семья для нее – святое. Нагулялась по молодости, ошибок понаделала, два брака расторгла. И, выйдя замуж за Игоря в 38 лет, быстро научилась ценить нормальное человеческое отношение. Они уже 19 лет вместе, и все эти годы актриса готова была и подстраиваться под него, и понимать, и принимать. И прощать все любимому мужу обещала, даже походы на сторону.

– Это же нормально, когда мужчина иногда изменяет, – когда-то декларировала свою позицию Лариса. – Главное – чтобы не случилось так, что все вокруг знают об этом, а я как дура ни сном, ни духом. Так что пусть мне первой скажет.

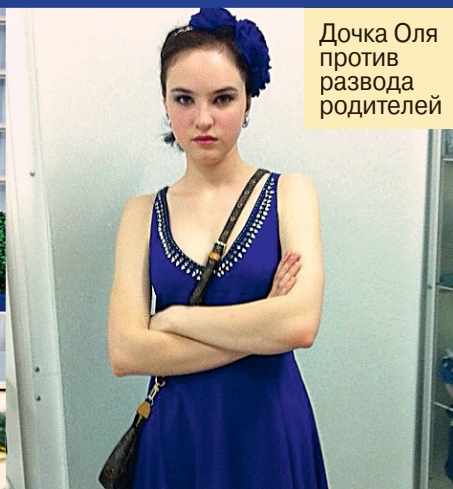
Но все эти благие намерения у Гузеевой были чисто теоретическими. Когда измены нет и не предвидится, можно порассуждать, как бы ты спокойно и благородно на нее реагировала. А если у мужа и правда кто-то появляется – тут уж у любой женщины случается короткое замыкание. Вот и Лариса, стояло на горизонте ее семейного счастья появиться реальной угрозе, оказалась страшна в праведном гневе:

– Девушки, которые при мне пытались заигрывать с Игорем, потом очень жалели об этом. При мне нельзя кокетничать с





«Специалистки по браку»: у Сябитовой мужа нет, а Гузеева своего выгнала



## «Держать не буду»

Ревность в последний год накрывала Гузееву все чаще и чаще. Причины, считает она, были веские. Лариса замечала, что супруг сильно изменился, стал вдруг тщательно следить за собой, постоянно пропадать в непонятных командировках.

– Игорь похудел на 27 килограммов. Выглядит как седой мальчик, – жаловалась она **Розе Сябитовой**. – И говорит мне: «А ты чего так распустилась-то? Летом была нормальная... На кого ты похожа? Ты чего так разожралась-то?» всю жизнь только: «Лялечка, любую люблю». А тут такой нервный вдруг стал!

Домашние разборки, признается Лариса, у нее в семье случались все чаще и чаще. Острая на язык, за словом она в карман не лезла. Страсти накалялись. И Гузеева, которая еще пару лет назад говорила, что с мужем не разведется, что бы между ними не случилось, вдруг заявила на всю страну, что бороться за него, если он не изменит своего поведения, не собирается. «Игорь, до свидания! Держать не буду!» – обратилась она к нему с телеэкрана.

Сейчас Лариса Гузеева и Игорь Бухаров живут раздельно. Что это – вынужденная передышка, чтобы все осмыслить и остыть? Переход в гостевой брак? Окончательный разрыв?..

Или, может, Лара снова все придумала, как бывало уже не раз? Надо же иногда давать зрителям повод для пересудов. Чтобы не заскучали... ■



Георгий, хоть Игорю не родной сын, все равно на стороне отчима

моим мужчиной! Даже тонко и, как кому-то может показаться, завуалированно. Пытались. Но им пришла смерть!

## «Скандал был такой, что дети плакали»

Как не отгоняла она соблазнительниц от мужа, все же, судя по всему, где-то проворонила. Все чаще Лариса стала подозревать супруга в неверности. Но на серьезный разговор с ним не решалась.

– Если уж ты, козел, так сделал, то будь добр, пусть жена ничего не узнает. Боже сохрани такие признания выслушать! Нет, сегодня я не хочу никакой правды! Ну узнала ты про измену. Дальше что? Нужно принимать решение. Какое? Разводиться? – рассуждала она.

Однако «простить и забыть» у нее никак не получалось. Да и держать в себе переживания,

когда на душе кошки скребутся, таким эмоциональным женщинам, как Гузеева, очень сложно. Часто появляется синдром «попутчика» – хочется, как в поезде, случайному человеку все беды свои выложить. Вот как-то пришла Лара с мужем на программу «Смак». И пока он под прицелом телекамера спокойно жарил печенку, Гузеева бурно делилась с **Иваном Ургантом** своими переживаниями.

– Меня социальные сети очень нервируют, – призналась Лариса коллеге. – Я проверяю телефон мужа, смотрю, кто его подписчицы. Однажды нашла там такую дрянь! И сразу к Игорю: «Что эта девица у тебя делает?» Он стал рассказывать мне, что случайно ткнул на нее, что сейчас же удалит.. Но скандал у нас был такой, чуть до развода не дошло! Дети участвовали, плакали, говорили: «Мама, не надо!»



FOTODOM.RU

FOTODOM.RU



## БЫВШИЙ муж Натали Штурм:

# «ОНА ЛЮБИТ ДВЕ ВЕЩИ — ДЕНЬГИ И САМУ СЕБЯ»

Наталья Штурм, которая пела когда-то про школьный роман, сделала тяжелое для себя признание. Оказывается, вот уже долгие годы бывший муж постоянно избивает ее. И изменить ситуацию она не силах – певице приходится терпеть побои ради встреч с сыном Арсением, обеспечение которого взял на себя экс-супруг.

**С** бизнесменом Игорем Павловым Наталья жила недолго и несчастливо, но именно в этом браке в 2004 году родился ее сын Арсений. О своей непростой жизни с мужем Штурм позже написала сразу несколько книг и дала немало интервью. Но выяснилось, что даже после официального развода ей до сих пор приходится встречаться с экс-супругом и терпеть постоянные побои.

К чему же такие жертвы? Оказывается, именно Игорь обеспечивает мальчика. Толь-

ко за обучение в Ломоносовской школе, которая находится на Николиной горе в поселке Успенское, приходится выкладывать более миллиона рублей. Наталья такие расходы не потянет, а дать ребенку хорошее образование очень хочется. Вот и приходится терпеть...

**«Я бы таких мам бил, чтобы не размножались»**

Поскольку отношения у бывших супругов очень натянутые, то чуть ли не каждая встреча заканчивается скандалом, иногда

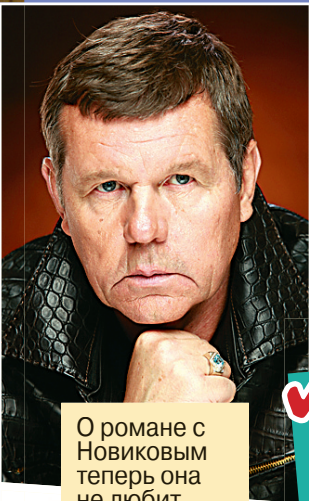
с рукоприкладством. Поэтому Наталья, по ее словам, даже стала носить газовый баллончик – на всякий пожарный.

Как поведала певица, агрессивность Игоря, скорее всего, вызвана его пристрастием к выпивке. По словам Натальи, он просто спивается! Впрочем, бывший муж тоже молчать не стал, и выдал свою версию происходящего.

– Она любит всего две вещи – деньги и саму себя. Я 13 лет воспитываю сына. Она его редко видит, на четыре месяца пропадает – а ему только легче. Потому что я учу Арсения любить Родину, а она ее ненавидит. Да и вообще, какая нормальная мама спокойно может не видеть сына четыре месяца?! Я бы таких матерей за ноги брал, раскручивал бы и бил о бетонный угол, чтобы не размножались...

Судя по этим словам, отношения между экс-супругами





С дочкой  
Леной

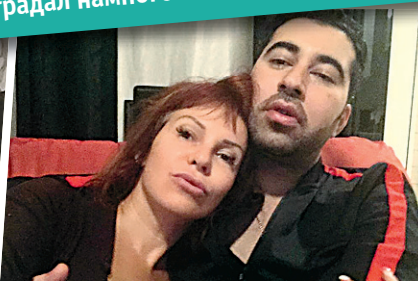


О романе с Новиковым теперь она не любит вспоминать

К слову, шумные разборки с мужьями – это, видимо, у Штурм семейное. Ее дочь Елена несколько лет назад рассталась со своим су-пругом-турком после драки в отеле. Правда, сама девушка уверяет, что в данном случае она точно не жертва, потому что во время боя ее муж пострадал намного больше, чем она.



Наталья говорит, что терпит побои ради сына Арсения



В 50 певица влюбилась. С новым избранником Тиграном

долгое время не заводила отношений – вообще старалась держаться подальше от мужчин. Но никогда ведь не знаешь, где и когда настигнет тебя любовь. В год своего полувекового (!) юбилея Штурм влюбилась, как девчонка, и сейчас порой совершает романтические и даже в чем-то безумные поступки.

Нынешний избранник Натальи – молодой человек по имени Тигран – почти на 20 лет моложе певицы. С ним она познакомилась абсолютно случайно в самолете. Причем парень даже не подозревал, что попутчица, сумевшая за пару часов полета вскружить ему голову, на самом деле – известная в России личность. Дело в том, что Тигран вот уже 15 лет живет в Амстердаме и просто не в курсе российских реалий.

– Приехал туда, чтобы поступить в университет. Да так и остался, – с гордостью рассказывает о своем избраннике Наталья. – Сейчас у него два высших образования. Работает в банке, аналитик. Знает в совершенстве голландский, немецкий, английский, армянский и русский.

Так что теперь влюбленные живут на две страны, используя любую возможность для очередного свидания. Скажем, Наталья может проснуться утром, понять, что соскучилась, и уже вечером лететь в Амстердам...

## Дочка в курсе

Роман зашел уже настолько далеко, что Наталья познакомилась с дочерью Еленой. И та сразу же подружилась с бойфрендом своей всегда молодой матери. Как говорит Лена, главное для нее – счастье матери, у которой сейчас просто светятся глаза благодаря новой любви.

Разница в возрасте Штурм ничуть не смущает. Она считает, что цифры в паспорте к реальной жизни иногда совсем не имеют отношения. А выглядит певица действительно прекрасно. Спасибо хорошей генетике, отличным пластическим хирургам и упорной воле. Потому что Наталья прилагает немало сил, чтобы оставаться в хорошей форме.

– Я занимаюсь фитнесом уже больше 20 лет. Дважды в неделю хожу в зал, – говорит Штурм. – Диеты никакой не придерживаюсь. Приучила себя не любить мучное, сладкое, не есть жареное, не пить газированное, алкоголь. И это настолько во мне утвердилось, что нет даже желания нарушить режим.

Так что воспевательница школьного романа уверена: уж разница в возрасте ее отношениям с Тиграном – точно не помеха! ■

## Жених на 20 лет моложе

Первым мужем Штурм был актер **Сергей Деев**, которого она повстречала в стенах альма-матер, музыкального училища. Именно в этом браке родилась дочь Елена, которая сегодня стала для мамы лучшей подружкой.

Потом у Натальи случился громкий роман с бардом **Александром Новиковым**, однако те отношения певица, которая обычно довольно откровенна с журналистами, предпочитает не комментировать: мол, было, да прошло, что об этом говорить.

После тяжелого развода с Игорем Павловым Наталья

## Школьный Роман

В школе Наталья Штурм училась вместе с **Романом Абрамовичем**. И, как рассказывают, тот был в нее влюблен. Безответно. Сама певица уверяет, что даже смутно не помнит того – слишком много было ухажеров. «Настолько это все далеко! – говорит она. – Неактуально было тогда, а сейчас что? Если человек стал богатым, я должна сожалеть о том, что не сложилось? Сложилось с другими!»





Это уже не тот Дима Билан. Дмитрием Николаевичем величать пока еще рано, но того мальчика-попрыгунчика, который выиграл «Евровидение» в 2008 году, наверное, уже нет. «Голос» открыл нам нового Билана - глубокого, умного, тонко чувствующего...



**Дима БИЛАН:**

# «Я САМ СИДЕЛ У ТЕЛЕ ДА ЛАДНО, ТАМ

- Дима, в прошлом году вышел фильм с вами в главной роли. Это шаг вперед? Или, может быть, подготовка запасного аэродрома?

- Это шаг. Но не вперед, а я бы сказал - в сторону. Потому что жизнь одна, в ней много повторяющихся событий. И мне, как человеку, живущему эмоциями, всегда необходимо что-то новое, иначе появляется ощущение стагнации.

- Тесно стало в рамках поп-исполнителя - можно так сказать?

- Да, можно.

- Это в принципе и «Голос» показал. Многие удивлялись: мол, раньше мы такого Билана не знали - такого тонкого человека, чувствующего му-

зыку, как никто другой, живущего ею...

- Чувствует музыку каждый по-своему. Но то, что я все эти годы львиную часть своей жизни не показывал по центральному каналу, - это действительно так. Даже «Голос» всего не покажет. Сколько бы в этот проект ни хотелось вместить, все равно не получится показать всю жизнь. А насчет узости шоу-бизнеса... Да, всегда можно выдумать какой-то креатив. Но он все равно связан с музыкой. И может появиться ощущение, что путь этот тобою уже пройден вдоль и поперек. На самом деле ложное ощущение... Но послушайте, если ты человек ищущий, беспокойный, то, наверное,

тебе всего будет мало. Во всяком случае, ощущение того, что моя жизнь пройдет лишь в одном ключе, меня пугает.

**«Если наставников ругают - значит, все хорошо»**

- Прежде у Пелагеи, а затем и у Гагариной глаза часто на мокром месте. А для вас, ветерана «Голоса», чисто психологически это тяжелая история?

- Очень тяжелая, потому что ты постоянно в контакте с людьми, это завязано на отношениях. А так как с участниками, например, взрослого «Голоса» я практически одного возраста, то не могу принимать решения, не объясняя



Таким джигитом был еще Витя (настоящее имя певца - Виктор Белан)

Дима из самой простой семьи: мама - овощевод, папа - слесарь



2008 год. Победа на «Евровидении»

# ВИЗОРА И ГОВОРИЛ: ВСЕ КУПЛЕНО!»

их. Поэтому нужно кого-то в чем-то убеждать, преодолевать несогласие. Вот это психологически тяжело очень: и выбирать, и объяснять, и с кем-то прощаться.

- Когда шел взрослый «Голос», ходили разговоры: мол, убирают самых ярких - сидящие в жюри артисты просто боятся конкуренции.

- Вы знаете, для себя на проекте другой линии поведения, кроме как быть честным с самим собой, я просто не вижу. Только по принципу: нравится - не нравится. Да, бывают нестыковки. И они связаны прежде всего с тем, что ты не понимаешь, как человек будет выглядеть по телевизору. Допустим, на репетиции он никакой,

а телевизор его вытягивает и делает из него просто какую-то невероятную суперзвезду. Такое тоже бывает. Ну и все мы, конечно, ошибаемся - без этого никак. Но в том-то и дело, что проект выстроен психологически очень верно, его придумал психолог-голландец, который уже не один телепроект создал. И если есть осуждение зрителей, если они ругаются, кидаются в телевизор, говорят про кого-то из наставников, что он полный идиот, значит, все идет хорошо, все правильно.

- Если говорить о неприятных моментах, что в первую очередь вспоминается?

- Ну вот сейчас, например, в детском «Голосе». Когда прощаешься с кем-то, выходишь

после записи, и родители, с которыми ты хорошо до того общался, вдруг демонстративно от тебя отворачиваются. То же самое и во взрослом проекте происходило. Ты тратишь на человека свою энергию, работаешь с ним, а он, когда выходит из проекта, начинает писать про тебя гадости. Но я считаю, такие люди сами себе портят жизнь. Бывают же разные ситуации. И артист всегда и во всем виноват. По себе знаю: ты едешь на гастроли, организаторы не выполняют какие-то условия, тебя очень сильно подставляют. Ты берешь на себя ответственность, отказываешься от выхода на сцену, потому что - ну реально издевательство полное. Но это





За 10 лет он прошел путь от «ночного хулигана» до «Героя»



Теперь есть что сказать детям...

зрителю не объяснить, и получается, что в данной ситуации ты виноват. Есть масса и других примеров. Поэтому для себя я решил: даже если уходишь откуда-то, не сжигай мосты, энергетически это неверно - ты потом пересечешься с этим человеком, с этими людьми. Вы знаете, у меня столько было обид по жизни! И я помню этих людей. Но все равно с ними общаюсь. Не лицемеря, нет, - просто понимая, что невозможно не общаться в этом мире.

## «Иногда неудобно за родителей»

- «Голос» у нас привыкли хвалить, все восторгаются участниками. Почему же никто из них до сих пор не стал звездой?

- Многие сейчас гастрوليруют...

- Но есть же некая обойма, которая не вылезает из «Субботнего вечера».

- Вы знаете, эта обойма в принципе впахивает бесконечно, по-другому уже не может. И складывалась она годами. А все эти разговоры о том, что есть какая-то мафия музыкальная, - полная чушь! Я сам сидел

у телевизора и говорил все эти вещи: да ладно, там все куплено. Но взял шагнул туда, и теперь, наверное, про меня так говорят. Что же касается «Голоса», то наши и правда гастрوليруют. Я видел расписание Гелы Гуралия: пять концертов - выходной, пять концертов - выходной. И у Маргариты Позоян, и у Андрея Цветкова с гастрольями все нормально. Сейчас нужно ездить, зарабатывать себе публику - вот они это и делают.

- Детский «Голос», кстати, вызывает еще больше споров. Слышали, наверное, все эти мнения - актера Бероева и других - о том, что проект калечит детскую психику, он сродни детским конкурсам красоты...

- Да, это все сложно, возможно, есть какие-то моменты... Но послушайте, а если ребенок приходит в какую-нибудь секцию или, например, занимается балетом, фигурным катанием? Их ведь там тоже сравнивают: кто лучше, кто хуже. Я против, конечно, вкалывания ботокса детям, как это было на каких-то конкурсах красоты. А конкуренция - это в принципе нормально. Сам через это прошел,

и меня выгоняли педагоги и издевались надо мной, говорили, что занимаюсь не своей профессией... Тут еще такой момент. Мы не знаем, что испытывают дети, родившиеся в эпоху интернета. Для них, мне кажется, это уже в порядке вещей.

- Но столько крокодиловых слез... Многие говорят, что не могут на это смотреть, сразу переключают канал.

- Ну конечно! А рейтинги говорят о другом... Потом не нужно забывать, что для детей это в том числе и шанс. Я просто знаю не понаслышке, что такое преодоление себя с детства, какие рычаги души задействованы при этом. А человек, который сидит у телевизора, не знает, что такое добиваться внимания на сцене, что такое невозможность не петь, желание, которое тебя не покидает. Дети все нормально воспринимают, уверяю вас. Порой неудобно наблюдать за тем, как ведут себя их родители. Некоторые, например, настолько заточены на успех и на победу, что, кроме этого, больше вообще ничего не видят. Но это уже другая история... ■





# МУЖСКАЯ СИЛА

*в женских руках!*

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

Увы, через 3–5 лет даже безоблачных отношений что-то приедается, кажется пресным и однообразным. А тут еще пресловутый кризис среднего возраста. Мужчина начинает смотреть «по сторонам», женщина в тревоге — как остановить любимого. Причина-то частенько банальна. У мужчины начинаются проблемы, снижается самооценка, ему нужно как-то взбодриться.

Что обычно делает женщина? Плачет, устраивает сцены, словом усугубляет ситуацию.

А умная женщина ищет средство, которое поможет ей удержать мужчину, а мужчине вновь обрести радость интимной жизни с любимой женщиной.

Вот именно для этих женщин и создан магический рецепт. Называется — лазерный аппарат «ОРИОН СТЕП».

Знаменитый афоризм Коко Шанель гласит: «Если вы хотите иметь то, что никогда не имели, — начните делать то, что никогда не делали».

Если Вы еще не делали лазерные процедуры, чтобы активно и красиво помочь своему мужчине — самое время начать! Как это работает? Мощно и нежно!

Лазерная терапия улучшает кровообращение, повышает нервно-мышечный тонус простаты, снимает застойные явления, нормализует мочеиспускание, усиливает эрекцию, благоприятно влияет на гормональный статус и эмоциональное состояние, устраняет преждевременное наступление сексуальной старости.

С помощью аппарата «ОРИОН СТЕП» очень комфортно проводить лазерные процедуры дома, легко превращая их в увлекательную любовную игру. Схемы лечения составили для Вас лучшие специалисты России.

**Аппарат «ОРИОН СТЕП» компактен, мобилен, не требует специальных навыков.  
Разрешен Минздравом РФ с 1993 года!**

Действенность лазерной терапии оценили тысячи мужчин. Неприятные ощущения исчезают после нескольких лазерных процедур, а после курса лечения Ваш мужчина вновь чувствует себя победителем.

И самое важное — «ОРИОН СТЕП» внесет новые яркие ощущения в интимную жизнь и вам захочется больше времени проводить друг с другом.

Спрашивайте лазерный аппарат «ОРИОН СТЕП» в магазинах медтехники и аптеках Вашего города.

**БЕСПЛАТНЫЕ КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТОВ: 8-800- 505-20-25**

**Фирменный магазин производителя «Товары для здоровья «ОРИОН»**

**8 (495) 921-33-23**

**г. Москва, ул. Староалексеевская, д.8, под. 1, эт.3**

119634, Москва, ул.Ск.Мухиной, д7. ООО ВМП «ЖИВА», ОГРН 1027700165404. ФСР - 2011/11799, Декл.о соотв.№ РОСС RU.ИМ28.Д01351.

**ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ**

Реклама



«Муж так же любил меня,  
когда я весила 94 кг»



**Анфиса Чехова:**

# «ГУРАМУ НРАВЯТСЯ СПОРТИ НО ВЫБРАЛ ОН МЕНЯ!»

Популярная телеведущая скоро выступит в новом амплуа – писательницы. Во всяком случае, ближайшие месяцы она намерена посвятить написанию книги... о себе, любимой. Наверняка в этом труде будет немало страниц и о том, как женщине стать счастливой. Ведь на этот счет у Анфисы есть свой оригинальный рецепт. Который в ее случае отлично сработал!

## «Судьба меня так шандарахнула!»

– Наверное, в это трудно поверить, но моя судьба была довольно печальной до определенного времени, – рассказывает Анфиса. – И однажды она так меня шандарахнула, я оказалась в такой глубокой яме (и в личном плане, и в не личном), что надо было либо в этой яме оставаться, либо выбираться наверх. Я тогда впервые обратилась к психологу, и он мне объяснил, что эта горькая реальность – результат моих собственных мыслей и действий. В 21 год довольно болезненно такое осознавать. Куда приятнее

считать, что в твоих бедах виноваты несовершенный мир, несовершенные люди. Но я урок восприняла, начала менять себя – и моя жизнь действительно изменилось. Она пошла резко вверх, движение это продолжается. И где бы я сейчас была и что бы делала, если бы не наступил тот переломный момент?

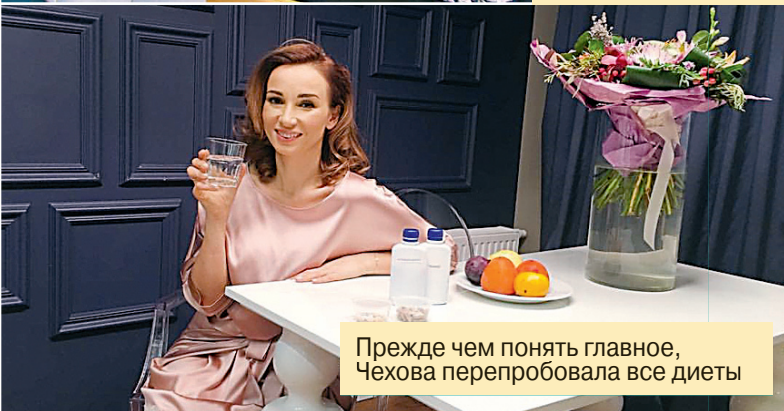
**– В чем же заключалась ваша работа над ошибками?**

– Это не работа над ошибками – это работа над собой. И довольно сложная – это разные духовные практики, разные книги, в том числе по астрологии, нумерологии. Вообще, я отовсюду стараюсь черпать знания, которые позволят мне луч-





Анфиса говорит, что для похудения ничего особенного не делала и спортзал тут ни при чем



Прежде чем понять главное, Чехова перепробовала все диеты



Больше ей помогли визиты к психологу и духовные практики

## ВНЕШНИЕ ДЕВУШКИ.

ше в себе разобраться. А когда разберешься, начинаешь себя любить со всеми своими недостатками, видеть достоинства, ценить свою индивидуальность. Еженедельно на протяжении уже многих лет я хожу к психологу. Люди не хотят тратить на это деньги и время, полагая, что к психологу надо обращаться, только когда уже совсем плохо. Но я столько нового узнала про себя на этих сеансах!

### «О еде сейчас вообще не думаю!»

– И как все это помогло вам так похудеть?

– Мое похудение – как бы «побочный продукт» моих внутренних изменений. Раньше – да, я сидела на диетах, всячески гнобила свой организм. Но результат держался не долго. Я тоже была «рабой» стандартов, хотела им соответствовать. Но

сейчас я понимаю: никто никому ничего не должен! Ну кто сказал, что я должна соответствовать модельным параметрам? Меня Бог создал такой. Он вообще создает людей разными. И что – Бог ошибается, и все должны быть одинаковыми? Нет! К таким выводам я пришла еще до того, как стали уходить мои килограммы. Поэтому ничего специально не делала. Просто правильная здоровая пища стала казаться мне вкусной, а неправильная – невкусной. Я и похудение-то сначала заметила лишь по платьям, которые стали на мне висеть.

– Как по-вашему: лишний вес – это генетика?

– У меня и мама, и бабушка всегда были очень полными. И я прекрасно знаю все проблемы полных людей. Не психически больных, которым кажется, что они толстые, а реально толстых. Я знаю, откуда это берется. На

самом деле тут не только генетика. Но и она тоже! Ген передает информацию, заложенную в нем от наших пра-пра-пра. Это информация о событиях, о переживаниях, о страхах, об обидах – и ее мы передаем нашим детям. По цепочке. Например, можем передать страх голода, который выражается в большем интересе к еде, чем она того заслуживает. Это тоже идет от бабок и прабабок – отложилось в подсознании. Поэтому, чтобы похудеть, мы в первую очередь начинаем войну с едой. А женщины вообще часто зациклены на еде – и те, что сидят на диете, и те, что едят все подряд. Одна постоянно думает: «Блин, зачем я это съела?!» – другая: «Как я хочу это съесть!» У всех – еда в голове. В связи с этим я всегда вспоминаю притчу о двух монахах, которые шли и у речки встретили проститутку. Она: «Перенесите меня, пожалуйста, я не





В еде телеведущая себе не отказывает. Просто теперь ест правильно



Сыну Соломону в мае исполнится уже 5 лет



Мама Анфисы всю жизнь страдает из-за полноты

могу попасть на другой берег!» Один подумал: «Как я могу?! Я – чистый монах, она – проститутка», – и прошел мимо. А второй подхватил девушку на руки, перенес и пошел дальше. И вот первый идет и все думает: «Как он мог?! Мы же не должны! Она – грязная!» Через пару километров не выдержал. «Объясни, – говорит второму, – ну почему ты это сделал?!» – «Послушай, я эту женщину перенес и забыл о ней, а ты ее до сих пор несешь». Вот так же мы носим в голове мысли о еде. Она для нас – либо культ, либо «страшилка». Это неправильно. А я вот о еде сейчас не думаю вообще. Ну, разве только когда прихожу в магазин или в ресторан и смотрю, что мне купить или заказать.

## «Тело – послушное, все сделает, что хозяин пожелает»

– Анфиса, наверняка найдутся и те, кто не поверит, что вы потеряли 25 килограммов так просто...

– Таких хватает, но я не собираюсь никого ни в чем убеждать. Я вообще людей воспринимаю... Понимаете, я вижу их боль. У всех ведь она есть, и разная. Одна женщина страдает: ах, я не хороша! Другая: ах, меня не любят!.. А я хороший физиогномист, по лицу безошибочно определяю, что у человека болит. Поэтому меня перестали раздражать люди, которые, скажем, пишут про меня всякую глупость в социальных сетях. Смотрю я на фото такого «доброжелателя», понимаю его боль – и все прощаю! Потому что счастливый человек – без тяжелых комплексов, без внутренних конфликтов – подобное писать не станет, он иначе смотрит на мир и людей.

– А вам не кажется, что время женщин с пышными формами возвращается, что они в тренде?

– На Западе – да. Я бываю в Америке и вижу, какие там девушки. Быть худой просто немодно. Человек должен быть подкаченным, в теле, но ни в

каком случае не распушенным. Форма должна быть. Там – да. У нас пока, к сожалению, нет. Мы всегда запаздываем. Но я по-прежнему за разнообразие. Мне не нравится, что в одно время – мода на худых, в другое – на полных. Я – за время разных! И худые, и полные одинаково могут нравиться. Я за то, чтобы женщина проживала жизнь в свое удовольствие, а уж в каком она будет теле – дело десятое. В каком счастлива – пусть такое и будет. Тело нельзя гнобить, уничтожать, ненавидеть. Тогда оно само будет трансформироваться. Оно же такое послушное, такое податливое! Все сделает, что хозяин пожелает.

## «Мы тоже на картинках предпочли бы Джорджа Клуни»

– Скажите, муж когда-нибудь выражал недовольство вашим весом?

– Мой муж принимает меня любую и не старается изменить. Он совершенно одина-



ково относился ко мне, и когда я весила 90 килограммов, и когда похудела до 64. Разницы в желании не было. Вообще это в принципе неправильно: считать, что мужчина желает какой-то определенный тип женщин – полных или худых. Что если предпочитает худых, то от полной никогда не потеряет голову. Гураму, например, я знаю, симпатичны спортивные, подкаченные девушки, в соцсетях он подписан на многих спортсменок. Это не мой тип, конечно. Но выбрал-то он меня, потому что желание возникает не столько от того, что видит глаз, сколько от энергии, которая идет от женщины. Мужчина реагирует на то, что женщина излучает! Он может рассматривать картинки с девушками одного типа, а цепляют его совсем другие. Мы тоже на картинках предпочли бы Джорджа Клуни. А в реальной жизни не факт, что его личностные качества нам

бы подошли, что с таким человеком было бы комфортно. Он – всего лишь эффектная картинка. А если подгонять реальность к некоему идеалу, можно загнать себя в такой тупик!

**– Почему, по-вашему, сегодня так трудно встретить действительно счастливую и гармоничную семью?**

– Потому что люди ищут себе пару, следуя «общественному мнению», то есть стереотипу. Например, у сегодняшних девушек «любовь» возникает исключительно к богатым и успешным мужчинам. Не странно ли? Вот мне мой психолог рассказывал: приходит к нему мужчина, жалуется, что ему страшно не везет в личной жизни, а из-за этого и все остальное идет наперекосяк. Из разговора выясняется, что этот мужчина раз за разом выбирает дам одного типа – таких, которых принято выбирать в его кругу. А на

самом деле ему нравятся совсем другие женщины. Идя таким путем, можно всю жизнь себе разрушить. Так и с женщинами. Кто сказал, что вот ей для счастья нужен именно представительный мужчина, который будет выводить ее в свет? Может, как раз наоборот: ее тип – мужчина домашний, который будет ей блинчики печь? Сердца ведь у всех на разное откликаются. Но почему-то сейчас, если не идем на поводу у стереотипов, не соответствуем стандартам – мы чувствуем себя виноватыми... Замуж надо выходить за богатого! Девушки должны быть худыми! Если я не худая – я виновата, что не такая как все – простите, исправлюсь!.. Откуда это? Почему? Зачем?! Нет, это в корне неверно! Поэтому я однажды и приняла решение не подчиняться стереотипам, а следовать своей индивидуальности. И это сделало меня счастливой! ■

ВЕСНА И МУЗЫКА!

тел. (495) 276 29 19



**RUSSIAN  
MUSICBOX HD**

INTERNATIONAL MUSIC TELEVISION

Смотрите на Russian Musicbox

**МУЗПРОГНОЗ**

**Ведущая: Альбина    Воскресенье в 20:00**

**Актуальные события, достойные вашего внимания!**





Так Милла расправляется с зомби...



...А в окружении дочек она - сама нежность



## Милла ЙОВОВИЧ:

# «ДО ПОЯВЛЕНИЯ ДЕТЕЙ Я СОВСЕМ ДРУГИМ ЧЕЛОВ

- Как бы я хотела приехать с дочурками в Россию, но не на пару дней, а чтобы пожить тут пару месяцев настоящей русской жизнью! Хочу показать им настоящую Россию, не только Москву, но и Санкт-Петербург. И, конечно, угостить настоящими русскими пельменями, - сразу призналась Милла.

Кстати, на вопросы она отвечала преимущественно на русском, иногда переходя на английский и французский и сбивая этим с толку своего переводчика. Интересно, что и своих дочек голливудская звезда обучает великому и могучему.

- Моя мама (актриса Галина Логинова. - **Ред.**) разговаривает с детьми на русском, у нас также есть русскоговорящая няня. Дети просто обожают мультики «Лунтик» и «Маша и Медведь» - смотрим их всей се-

**Недавно российскую столицу посетила Милла Йовович. Вместе с супругом, режиссером Полом Андерсоном, голливудская актриса русского происхождения представила свой новый фильм «Обитель зла. Последняя глава». Ну и заодно ответила на наши вопросы.**

мьей. А еще - это наш тайный язык. Когда я не хочу, чтобы окружающие знали, о чем идет речь, перехожу на русский.

### «Мат понимаю, но не использую»

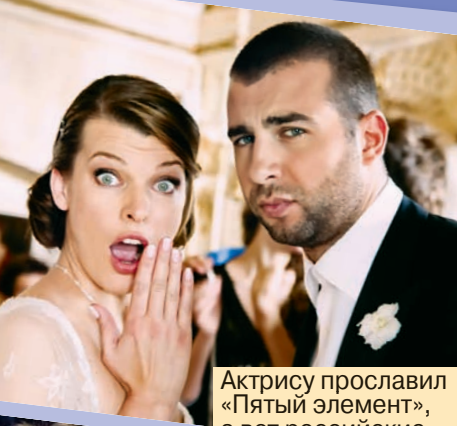
- А матом не ругаетесь?

- Конечно, нет! Во-первых, мой уровень русского можно назвать детсадовским, а в саду не ругаются (*смеется*). Вообще, я понимаю мат, но никогда его не использую. Самое страшное мое ругательство - это слово «блин».

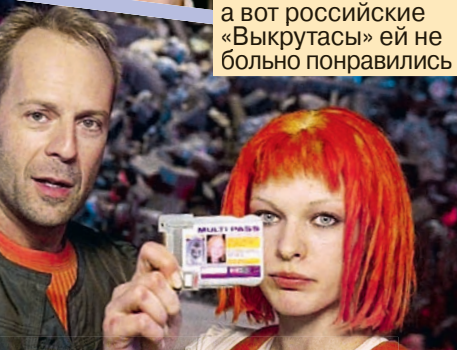
- Вы говорили, что не отдадите дочек в кино, и тем не менее старшую, Эву, мы увидели в новом фильме...

- О, да! Признаться, Эва хитростью уговорила меня отдать ее в театральный кружок, а вскоре стала там лучшей ученицей. О своем желании стать актрисой она заявила уже в пять лет. Мы, конечно, испугались сначала, ведь в этой профессии так много негатива. Но потом подумали, что это лишь мимолетное желание ребенка, и пройдет через пару





Актрису прославил «Пятый элемент», а вот российские «Выкрутасы» ей не больно понравились



Режиссер Пол Андерсон - третий муж Миллы



ФОТОДОМ.RU

# БЫЛА ЕКОМ»

дней. Ради смеха я ей сказала: если хочешь стать актрисой, надо много читать. Но Эва подошла к делу со всей ответственностью и действительно начала много читать! А как-то подошла ко мне и сказала: «Мам, ну вот я научилась читать - что дальше делать?» Думаю: «Что же теперь ей ответить?» Сказала, что нужно пойти на актерские курсы - и она пошла! Далее мне ничего другого не оставалось, как разрешить ей сниматься. А на площадке - удивляться тому, как легко она справляется с ролью. У Эвы определенно развиты актерские инстинкты, этим она напоминает свою бабушку. Когда я начала карьеру, то многого не понимала и не умела. А она выросла на съемочной площадке и изначально подготовлена намного лучше.

## «Я думала, что моя грудь вот-вот лопнет!»

Но не только старшая дочка побывала на съемочной площадке. Дело в том, что в самый разгар съемок у Миллы появилась вторая дочка - Дашиел. Ради нее пришлось даже заморозить проект на некоторое время.

- Бедная малышка! Представьте себе меня, с ног до головы залитую кровью, которая приходит к ребенку, чтобы его покормить! Я периодически чувствовала, что моя грудь вот-вот лопнет от молока - нужно в срочном порядке останавливать войну с зомби и бежать кормить дочку! Это было настоящей головной болью и для костюмеров - моя грудь то распухала, то уменьшалась, им приходилось постоянно корректировать мой костюм. А как вам такая картина? Розовое одеяло, на нем лежит моя дочь - а к ней подходят зомби и начинает с ней сюсюкаться (*смеется*).

- Вообще, сильно изменилась ваша жизнь с тех пор, как появились дети?

- И не говорите! Милла тогда и Милла сейчас - это две совершенно разные женщины. У меня началась другая жизнь, ведь теперь нужно заботиться не только о себе, но и о ком-то еще.

Это абсолютно новое, радостное ощущение. Будьте уверены, появление детей - самое волшебное событие в моей жизни!

- Кто у вас главный в семье?

- Пол. По крайней мере, он так думает (*смеется*). Конечно, многие решения мы принимаем вместе, обсуждаем, советуемся, но никогда не спорим при детях, даже если в чем-то не согласны друг с другом. Но вот когда остаемся наедине (*ехидно улыбается*), я Полу высказываю все, что думаю о его идее!

## «Муж даже не подумал, что дети могут остаться без матери»

- Каково работать с мужем на одной площадке?

- Это настоящий ад! (*Смеется*.) Если бы на моем месте была другая актриса - профсоюз сожрал бы его с потрохами! А тут - жена, делай что хочешь, не будет же она судиться из-за этого с мужем. Вот яркий пример: съемки в Торонто, на улице минус семь. Подъехали к озеру, сотрудники нашей киногруппы разбили лед. После чего мой благоверный говорит: «Тебе сюда нужно будет прыгать». Я думала, он шутит! Но нет, все на полном серьезе. А о том, что дети могут остаться без матери, он даже не подумал! У меня тогда от возмущения даже слов не нашлось. Но он режиссер, пришлось подчиниться (*смеется*).

- Милла, вы снимались в фильме «Выкрутасы». Хотели бы еще попробовать себя в российском кино?

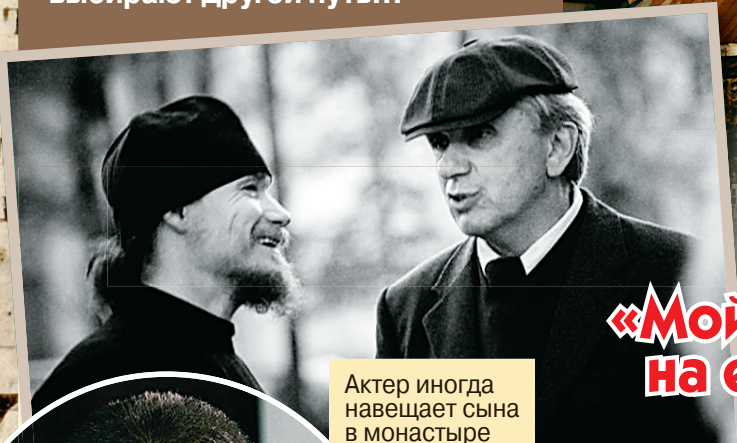
- Ну, я бы не отказалась от роли Анны Карениной... А если серьезно, то у меня нет особого желания повторить этот опыт. Организация кинопроцесса в России совершенно другая. Но главное - язык. Со словарным запасом, спасибо маме, проблем особых не было. Но вот акцент - от него очень трудно избавиться. Я просыпалась в четыре утра и тренировала речь, хотя безумно хотела спать. А в шесть уже надо было ехать на съемки, и так каждый день!.. ■



**Почему наследники  
громких фамилий уходят  
от мирской жизни?**

**ИХ ДО**

Казалось бы, их путь предопределен с рождения – должны продолжить семейную династию. Но блеск и суэта актерской жизни, борьба за это место под солнцем – не всем по нраву. Все чаще наследники знаменитостей выбирают другой путь...



Актер иногда навещает сына в монастыре

**«Мой род прекращается  
на единственном сыне»**

*Евгений Стеблов:*



Судьбу Сережи изменила смерть мамы



рого узнал: Сережа уехал в Соловецкий Спасо-Преображенский монастырь. Он объяснил отцу, что давно мечтал это сделать, но понимал, что такой поступок мать просто убьет...

– А дальше добавил: «Ты это выдержишь, ты такой человек, про которого говорят: «И на камнях растут цветы», – рассказывает Евгений Юрьевич.

Актер действительно выдержал потерю сразу двух близких людей. Через год, когда ему было уже 66, снова женился, и счастлив в новой семье. С сыном за все эти годы виделся лишь несколько раз – ездил навесить его в монастырь.

– Он сильно возмужал внутренне, я рад, – говорит отец. – Но род Стебловых прекращается, что меня не может не огорчать. Несмотря на то что решение сына я принимаю и понимаю, мне бы все-таки не хотелось, чтобы наша фамилия исчезла...

Он с грустной улыбкой провожает на улице малышек. Знает: ему не выпадет счастье быть дедом. У сына никогда не будет детей. И дело вовсе не в тяжелой болезни, просто это – его выбор. Сергей, сын актера Евгения Стеблова, принял монашеский постриг, исключая любые плотские утехы...

Его уход в монастырь стал для отца неожиданностью. Казалось, ничего и не предвещало: да, после школы у Сережи была

идея поступить в духовную семинарию, но это было несерьезно, родители его быстро отговорили. Парень поступил в Щукинское училище, стал актером. Потом окончил режиссерские курсы, работал на телевидении, снимал кино...

В 2010 году у Стеблова умерла жена Татьяна, с которой он прожил более 35 лет. И вскоре пропал Сергей. Лишь через несколько месяцев отец, который уже сбился с ног, разыскивая сына, получил письмо, из кото-



# рога К храму

## Сын Золотухина: «Здесь не надо заботиться о карьере»

В последние дни, когда Валерий Золотухин угасал от рака мозга на больничной койке, к нему никого, кроме самых близких, не пускали. Но рядом до последнего вздоха с ним неотлучно находился отец Дионисий. Священник, который соборовал перед смертью, а после и отпевал знаменитого актера. Его старший и любимый сын Денис...

Сыну Валерия Золотухина от первого брака (с Ниной Шацкой) с детства предрекали актерскую карьеру. Он окончил музыкальное училище при консерватории, в армии служил в оркестре, затем учился во ВГИКе. Но со второго курса отчислился и поступил в Загорскую семинарию.

– В монахи я хотел уйти еще раньше, – признается отец Дионисий. – Читал духовную литературу, серьезно молился, Господа просил помочь. Но тогда меня отговорил Ленья Филатов, мой отчим. И когда я собрался поступать в семинарию, то уже никому не сказал об этом, пока не убедился, что тверд в своем намерении. Первый семинарский год был для меня сродни катастрофе. Отец меня сильно поддерживал...

Женился на любимой девушке Денис на первом курсе, что было совсем не по правилам семинарии. Поэтому приходится ему не досталось. Служит в кладбищенской церкви подмосковного города Видное, и вряд ли когда-то поднимется по иерархии выше. – Священство, по-моему, не то поприще, где надо заботиться о карьере, – говорит он. – Да и человек я семейный, у нас с Аллой семеро детей. После рукоположения в сан с нас берут расписку, что мы, священнослужители, обязаны быть довольны своей зарплатой. Трудновато это... Раньше мне всегда отец деньгами помогал. Теперь живу совсем скромно, основной доход – от отпеваний. Но тем, как сложилась моя жизнь в целом, я вполне доволен.



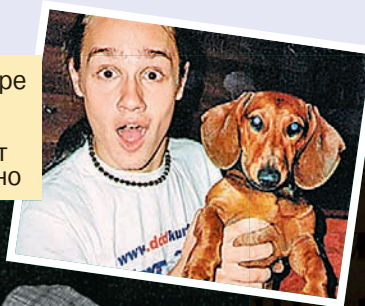
«Папа всегда мне помогал»



У отца Дионисия семеро детей



О выборе сына Игорь говорит неохотно



## Игорь Скляр: «Воспитывать уже поздно»

Единственный сын Игоря Скляра тоже не пожелал продолжать дело отца – несмотря на превосходные актерские данные, Василий решил связать свою жизнь с православием.

– Он служит в Софийском соборе и будет заочно поступать в семинарию, – рассказывает актер. – Не скрою, я видел сына на театральной сцене, у Васи хорошие актерские задатки. Но на ребенка можно повлиять только до пяти лет, потом уже поздно. Сын выбрал такую жизнь, и я уважаю его за это.

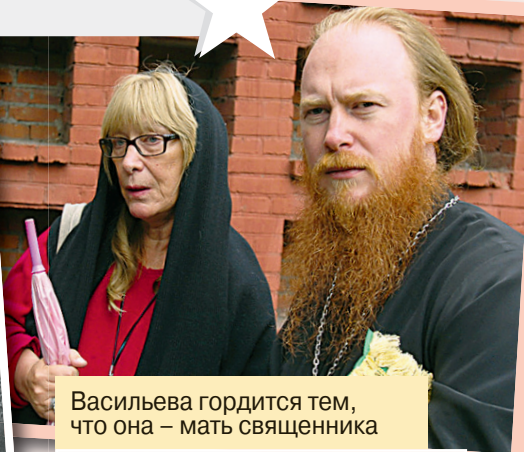




«Многое изменилось в наших отношениях с тех пор, как он принял сан»

## Екатерина Васильева: «Учусь у сына и у внуков»

Был период в жизни знаменитой актрисы, когда она практически не снималась. Тогда ходили упорные слухи, что, дескать, бросила мирскую жизнь, замаливает свои грехи в монастыре. А отмаливать, по ее собственному признанию, было что – и сквернословие, и пристрастие к алкоголю, и любовные связи, и аборт. Но люди ошибались: платье



Васильева гордится тем, что она – мать священника



А когда-то ее невесткой чуть не стала Лена Корикова

монахини Екатерина Васильева вовсе не надевала, хоть и пропадала в церкви. Монахом стал ее сын **Дмитрий Рошин**.

До этого у него была вполне обычная светская жизнь. Учился во ВГИКе, подавал надежды. Крутил любовь с самой красивой девчонкой на курсе – **Еленой Кориковой**. Собирался жениться, да, го-

ворят, мама вмешалась – не по нраву ей пришлось невестка. Сына, которого родила Лена, ни Дмитрий, ни Екатерина Сергеевна признавать не пожелали. У них был другой путь – к Богу.

Своего сына Васильева крестила еще в детстве, и все время брала с собой на службы.

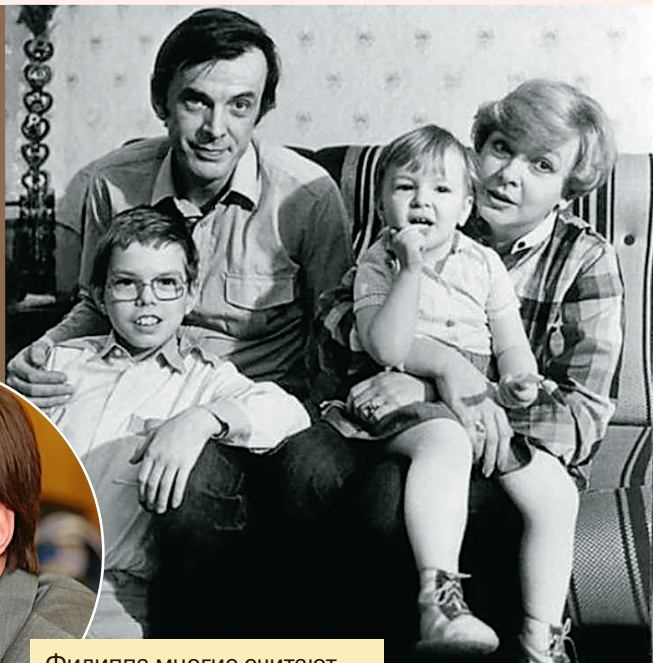
– Мы вместе возрастали духовно – мать и сын, – рассказывает актриса. – Мой духовник говорил, что моя обязанность как матери – воспитать сына христианином. Нужно стать ребенку примером.

Расставшись с Кориковой, Дмитрий бросил институт, окончил семинарию и стал священником в храме Святого Антипы. У него семеро детей. Екатерина Васильева живет с семьей сына.

– Конечно, многое изменилось в наших отношениях с тех пор, как он принял сан, – говорит она. – В доме появился священник, у которого мы берем благословение. Я остаюсь матерью, но при этом и сама многому учусь у него и у внуков. У них удивительная вера. Не такая, как у нас, неопитов, – потому что они растут в храме. Это то, о чем я мечтала...

## Сына Тараторкина пытались отговорить

Сын недавно скончавшегося актера Георгия Тараторкина в 16 лет шокировал родителей, заявив, что хочет быть священником. Семья никогда не была религиозной, и мальчика поначалу пытались отговорить. Но он все же крестился, стал зачитываться богословской литературой. Через несколько лет, по словам Филиппа, он был рукоположен в сан. Однако на многих православных сайтах до сих пор идет спор: было ли это на самом деле, или же сын актера – священник-самозванец. Как бы то ни было, Филипп сейчас служит в небольшом храме в подмосковном селе. У него, как и у большинства священнослужителей, многодетная семья.



Филиппа многие считают лжесвященником



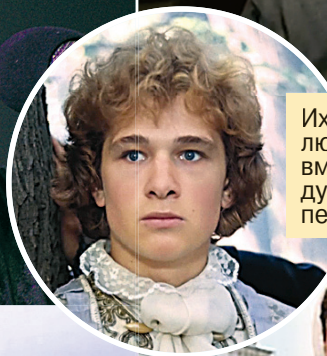
## А кто еще

Актриса  
Ольга  
Гобзева  
стала  
монахиней

FOTODOM.RU



Мать  
Александра  
Стриженова  
тоже ушла в  
монастырь



Их «формула  
любви» –  
вместе петь  
духовные  
песни



Владимир Заманский и его  
жена ищут спасения в вере

Не только дети звезд выбирают путь служения Господу. Сами знаменитости, устав от несовершенства мирской жизни, тоже нередко спасают свои души за стенами храмов и монастырей.

• Народная артистка РФ **Любовь Стриженова**, много лет служившая во МХАТе, в 2008 году неожиданно для многих ушла в монастырь.

– Мама уже восемь лет как монахиня Иудифь: ходит в монашеской одежде, живет при монастыре, в Москву выбирается, только если надо поправить здоровье, – рассказывает сестра телеведущего и актера Александра Стриженова Елена. – Ее решение вызревало 15 лет, слишком уж перекрученной была жизнь. А когда мама о нем объявила, Саша обиделся: «Почему она это делает? Мы ее чем-то оскорбили?» Но все мы находимся там, где необходимо быть именно нам. Нужно только понять и принять промысел Божий.

• **Ольга Гобзева**, сыгравшая более чем в 40 картинах, при-

няла монашеский постриг в 1992 году. Сейчас актриса признается, что часто задумывалась о греховности актерской профессии. Ей казалось кощунственной сама суть лицедейства – превращаться в другого человека, играть чужую жизнь, изображать эмоции, которые не свойственны тебе самому. Последней каплей, окончательно отвратившей актрису от мирской жизни, стал случай, когда поезд чуть не сбил ее с сыном.

– Мы выходили с электрички, и он мне буквально по юбке чиркнул, – вспоминает Ольга Фроловна. – После этого я задумалась: почему бог оставил нас в живых? Пошла в храм и начала искать ответ на этот вопрос»

• Супруги **Владимир Заманский** и **Наталья Климова**, которую все помнят как Снежную Королеву из экранизации сказки Андерсена, ушли от мирской жизни почти 20 лет назад. Живут они теперь в Муроме, около монастыря. Каждое утро начинается со службы в церкви, ею же день и заканчивается,

несмотря на то, что пожилые артисты очень больны и ходить им тяжело.

– Россия сейчас находится на изломе, – говорит Владимир Петрович, которому уже 91 год. – Но одни идут к богу, а другие – к сребролюбию, измеряя жизнь количеством денег. В современной Москве мы бы жить не смогли. А здесь мы ближе к церкви, к природе...

• Звезда фильма «Формула любви» **Александр Михайлов** отказался от карьеры и светской жизни на самом взлете, когда казалось, что перед ним открыты все двери. Вместе со своей женой, актрисой Еленой Михайловой, он окончил Православный Свято-Тихоновский гуманитарный университет, получив профессию специалиста по религиоведению. И супруги начали новую жизнь, став певчими в небольшом подмосковном храме. А еще через несколько лет Михайловы отправились... на гастроли по России. Теперь они исполняют духовные песни в больницах, детских домах и тюрьмах. ■



«Я хотела уйти в монастырь. Моя жизнь была пуста...»

Она ворвалась на нашу эстраду в конце 1980-х. Хрупкая, но с мощным и хриплым голосом. В откровенных нарядах, с густой копной волос и в окружении мужчин, – настоящая дива! Что только ни говорили о ее личной жизни. Кормухиной приписывали романы с Крисом Кельми, Дмитрием Варшавским, Александром Абдуловым...



**Е**е резкий взлет вызывал жгучую зависть: ведь певице покровительствовала сама Пугачева! Но через несколько лет Ольга внезапно пропала. Что случилось? Спилась, потеряла голос, заболела неизлечимой болезнью?.. Говорили всякое. Но оказалось, что Кормухина все это время



**Ольга Кормухина:**

# О САМОМ ГЛАВ

продолжала петь. Уже не на стадионах, а на клиросе небольшого храма.

Сейчас она вновь выступает в концертных залах и готова рассказать о самом главном. О том, что перевернуло ее жизнь с ног на голову...

## НАЧАЛО

– Я ничего не делала для своей славы, все получилось само собой, – говорит Ольга. – После музыкальной школы пошла работать в ресторан. Не ради денег, а чтобы найти свой стиль. Родители, конечно, были в шоке, особенно мама. Там выпивка, мужчины, криминал. А я – почти ребенок, 17 лет. Но я обещала ей, что не проработаю в ресторане долго, всего два года. Так и получилось. И за это время обо мне узнали сначала в Нижнем Новгороде, откуда я родом, а потом и в Москве. Однажды ко мне на выступление приехал руководитель джазового оркестра **Олег Лундстрем**.

Послушал и пригласил к себе на работу. Так я попала в лучший джазовый оркестр России и в московскую консерваторию.

А в Москве я стала известна по аудиокассетам. Люди, которые слышали мои записи, спрашивали: кто это поет? «Да девочка одна», – им отвечали. «Да ладно, это мужик, просто голос высокий. Какая девочка? Такого быть не может в нашей стране...» Потом меня окрестили русской **Тинной Тернер**. А я, кстати, тогда и не знала, кто это такая...

## ПУГАЧЕВА

– В оркестре **Олега Лундстрема** я поняла, что джаз – это не мое. Я – роковая! Но не роковая. К тому времени я уже уверенно чувствовала себя в музыкальной тусовке, пустилась в одиночное плавание. Рок я пела с **Крисом Кельми**, с «Черным кофе» – самой популярной тогда тяжелой группой. Но быть чьей-то солисткой мне тоже надоело, и так была создана груп-





Ее называли русской Тиней Тернер



«Для 1989 года я действительно выглядела вызывающе»



Коллеги-музыканты быстро признали ее своей...



...Но первой открыла Кормухину Алла Пугачева

# НОМ

па Ольги Кормухиной – «Красная пантера».

У нас тогда было всего несколько песен – четыре или пять. Пели в составе большого сборного концерта, где было множество молодежных групп. И вот как-то за кулисами пошел такой шепоток: «Здесь – Пугачева. Пугачева в зале!» Казалось, что это чья-то злая шутка: где Пугачева и где весь этот «тяжелая»? Но вот я вижу, как Алла Борисовна собственной персоной поднимается на сцену, говорит какие-то слова. Все артисты бросились к кулисам, посмотреть и послушать. Я не особо ломилась, но какие-то слова до меня доносились. И вдруг я слышу: «Вот эта гениальная певица, я специально пришла ее послушать...» Пропускаю это мимо ушей, жду дальше – что еще интересного Пугачева скажет. А все уже смотрят не на нее, а на меня. «Кормухина, – говорят, – это ж она про тебя». – «Да ладно!» Так я получила приглашение петь в «Рождественских встречах».

## ВЫЗОВ

– Все началось из-за шорт по самое «не хочу», в которых я выступала на «Рождественских встречах». Действительно, для 1989 года это было вызывающе. Уже показали Сабрину в таких же шортах, моду подхватили девчонки из «Миража». Но то была чисто молодежная аудитория, а на «Встречи» ходили мамочки с детьми, бабушки с внуками. Тут я такая с голыми ногами! Ну и началось... Как меня только не обзывали, особенно в провинции. Да я бы сама и не решила так одеться. У меня был вполне приличный наряд. Обожала тогда фильм «Королевство кривых зеркал», и сшила себе такой красный камзол, как у Оли. Под него у меня были те самые шорты, но с черными лосинами и высокими сапогами. Паж в чистом виде! Но вмещалась Алла Борисовна. Тогда только в Америке появились колготки с лайкрой, Алла мне их привезла. Я думала, это

подарок, а оказалось, что намек. В один прекрасный момент она мне и говорит: «Что же ты под свои шорты колготки не надеваешь? У тебя такие классные ноги!» «Нет, – говорю, – меня же мама увидит». Но в итоге меня взяли на «слабо», и я сказала: «Да не слабо!» И вышла, и все это зафиксировалось на пленку...

## СМЕРТЬ

– Было несколько событий, которые шли чередой. Первое потрясение – смерть папы в 1991 году. Тогда начались у меня первые проблески сознания, я стала задумываться о душе, о смерти... Смерть, она вообще, а особенно смерть близких, наводит на размышления. Когда человек уходит постепенно, ты видишь, что даже в бессознательном теле живет душа, и как она постепенно уходит. А тело продолжает жить, благодаря аппаратам и прочему. И все на твоих глазах. Знаете, это посильнее





С Александром  
Ольга встретила  
возле храма

Свою единственную  
дочь певица родила,  
когда ей было почти 40



У старца  
Николая  
на острове  
Залита

действует, чем все проповеди в мире... А потом была смерть **Игоря Талькова**. Я была на том трагическом концерте в Ленинграде. Наша группа выступила раньше, и мы не стали дожидаться конца концерта. Дело в том, что в шесть часов закрывался Исаакиевский собор, а я его просто обожала. Мы приехали в собор незадолго до закрытия, встали под голубем, что под самым куполом. И тут на меня такая тоска нашла, я зарыдала просто, зарыдала навзрыд. Мой брат спросил: «Что, сестра, грехи давят?» «Нет, – говорю, – знаешь, Андрюх, как будто кто-то умер. Прямо сейчас».

Мы вышли, вернулись на площадку. А там только что увезли Игоря, была кровь кругом. Я поняла, что в тот момент, под голубем, я почувствовала его душу. И так было не единожды в моей жизни. Не знаю, плохо или хорошо, но какая-то связь близких душ существует.

А потом случился 1993-й год, путч. Мне довелось читать за-

ключения врачей, когда привозили убиенных от «Останкина». Там ясно написано – «разрывные блуждающие пули». Вы представляете? Нет войны, а молодые мальчики погибают в Москве от разрывных блуждающих пуль?! Когда я пыталась пробиться к Белому дому, меня не пустили, сказали: «Там снайперы бьют с крыши». Для меня это был шок. Мой народ пошел стрелять друг в друга. Почему? Вот этот вопрос завис у меня надолго...

## ВЕРА

– Мои поиски были как в темном лесу. Сначала я честно прошла по всем религиям мира, но ничего не зацепило. Казалось, что иду-иду куда-то вверх. Вдруг увидела вершину – это было православие. И я поняла, что совсем не того хотела в жизни. Даже самые лучшие площадки, самые большие аудитории, успех – все это в основе своей всегда имело привкус

горечи. Это все не то, не то, что мне надо. А вот когда встала на клирос в храме, первое, что меня поразило – боже мой, я впервые ощущаю себя на том месте, на котором должна быть!

Я стала часто ездить на остров Залита к старцу Николаю. Его знали многие творческие люди, например режиссер **Павел Лунгин**. Это о нем он снял фильм «Остров». Удивительный человек! Для него чудеса были повседневным занятием.

Был случай, когда он сидел просто на скамеечке рядом с кельей. А засуха была, огороды сохли. И один человек к старцу подошел, говорит: «Батюшка, там люди плачут, просят дождя, уже все пересохло». Он только сказал: «Ну, пошли». Встал с табуреточки, прошел в келью, метров десять, не больше – и сразу же закапало, а потом пошел ливень. И ведь абсолютно чистое небо было перед этим, откуда взялась туча?

Он был святой человек. Всем своим видом, всей своей жизнью учил, что чудеса – это не главное, он, как и Господь, неохот-



но их творил, как-то юморком всегда прикрывался.

Был среди прихожан один профессор математики. Как-то он привез на остров своего друга из Англии, тоже профессора. И этот англичанин сказал, что уверует в силу старца, если тот сотворит какое-нибудь чудо. Приезжают, приходят к батюшке. Он их встречает, улыбается. И радостно так говорит с порога: «Ну, какое же тебе, сынок, чудо показать?» Подходит к выключателю, щелкает им. «Смотри, – говорит. – Есть свет – нет света». Англичанин засмеялся, и батюшка посмеялся: «Езжайте, сынки, пока тихонько». Он всегда говорил «тихонько» про озеро, а оно там бурное. Переплыли эти два профессора озеро, ступили на материк – а там толпа народа, милиция. Оказалось, что на острове уже три дня нет света. А в келье у старца – свет почему-то включался. Вот оно и чудо!

Для него это было так же легко, как для нас – дышать, вот что вера делает. Но главное не в этом, а в том, что ты стоишь возле него – и понимаешь, что перед тобой небо, оно всегда рядом с ним. Люди, приходя к старцу Николаю, уходили другими. Вот он ничего не говорил – а они уходили другими...

## МУЖ

– Я хотела уйти в монастырь. Моя жизнь была пуста: нет выступлений, детей, личной жизни. Но старец благословил меня остаться в миру. Он сказал, что через год я встречу мужа. Не любовь, не мужчину – а мужа.

Его слова я благополучно забыла. Как-то собираемся с подругой в храм. А у меня – температура, под 40 градусов. Но дружба превыше всего. Пришли мы в Даниловский монастырь – решать ее личную проблему, к игумену Даниилу. Подходим к храму, и я вижу, что на лестнице стоит **Саша Белов** из группы «Парк Горького». Мы были шапочно знакомы, потому что вращались в одних кругах. Но тогда я ни с кем из этого круга общаться не хотела: делаю вид,

что его не замечаю, прохожу в храм. Там мы сделали все свои дела, уже надо выходить, а я все медлю. Думаю: лишь бы он ушел. И что? На выходе сталкиваюсь с ним нос к носу! Ну, уже не отвертеться от разговора.

Но все так сразу хорошо пошло. Зашли в кафе, поговорили о его переезде в Россию, об общих друзьях, о религии – ведь не зря же он пришел в храм. Как-то быстро договорились съездить на остров к старцу Николаю... Вообще, было ощущение, что старого друга встретила. Брак, я думаю, и должен начинаться с дружбы. И действительно с благословения старца прошел год. Разве не чудо?..

Мы с Алексеем приехали к старцу как друзья. Не было ни постели, ни даже поцелуев. Стоим перед ним. А он Леше: «Эта твоя жена?» Леша, конечно же, говорит, что нет. А старец ему: «Тогда венчайся!» Мы вышли ошарашенные. Но во исполнение воли старца Николая повенчались.

Один человек сказал, что такое брак. Это скомканный листок бумаги. Ты его постепенно

разворачиваешь, появляется текст. Ты его читаешь, и все интереснее, интереснее. Так и у нас случилось...

## РЕБЕНОК

– Когда я обручилась с Лешей, мне было уже 39 лет. О ребенке мы не думали, все случилось случайно.

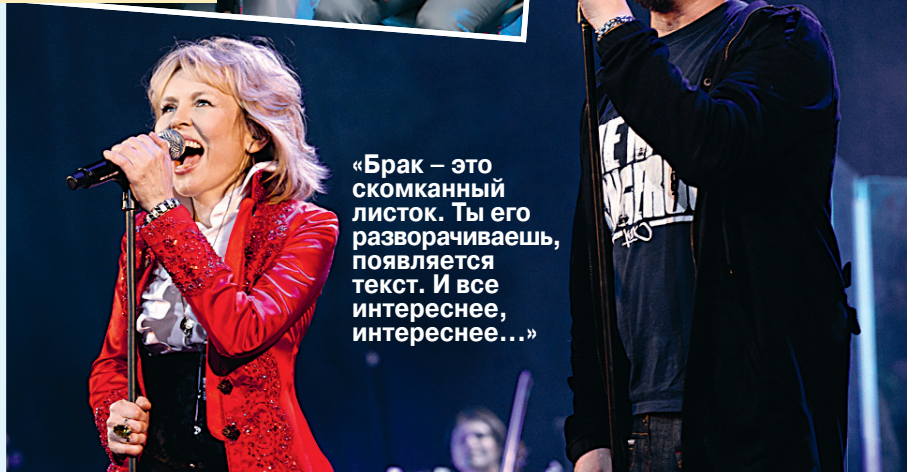
И вот прихожу я на первую консультацию. Врачи в один голос: «Вы что, с ума сошли? В таком возрасте первый ребенок! Только аборт». Я сказала: «Доктор, я напишу любые расписки, я верю Богу и своему старцу, а вы делайте, что вам положено по вашей профессии, только делайте на совесть»... Когда я родила Тошку (дочку певица назвала Анатолией. – **Ред.**), то у меня были три десятка по десятибалльной шкале! Акушеры сказали: «Ни разу не видели такого здорового ребенка».

При рождении все дети кричат, а она запела. Еще и взяла такую высокую ноту. Врачи даже удивились: «Ничего себе! Еще и поет!» Сейчас дочке уже 16 лет. Чем будет заниматься, пока не знает. Только говорит: «Не надо

меня, пожалуйста, в ваш шоу-бизнес». Но жизнь покажет, куда ее вынесет. Самое главное – веру в бога мы передали ей по наследству... ■



Ее возвращение стало триумфальным. В шоу «Две звезды»



«Брак – это скомканный листок. Ты его разворачиваешь, появляется текст. И все интереснее, интереснее...»



ФОТОДОМ.RU



**Андрей Норкин:**



Андрей работал клоуном, слесарем и мечтал стать актером



Со своей женой Норкин познакомился на радио

**Журналист Андрей Норкин на телевидении так давно, что, кажется, был там всегда. Правда, раньше он пребывал где-то на вторых-третьих ролях и только в последнее время из-за своих неоднозначных одиозных высказываний и скандалов привлек к себе пристальное внимание. Чем же живет один из самых обсуждаемых телеведущих?**

**Без высшего образования**

Недоброжелатели нередко называют Норкина клоуном. И, сами того не подозревая, попадают в точку. В школьные годы Андрей занимался в цирковой студии при Доме культуры «Чайка» и со своим братом выступал в классическом дуэте рыжего и белого клоунов. Причем их номера пять раз побеждали

**ОН САМ СЕБЯ НАЗЫВАЕТ**

в столичных смотрах-конкурсах эстрадно-циркового искусства, поэтому обоих звали в цирковое училище без всяких экзаменов. Однако после получения аттестата Норкин выбрал театральный вуз и... срезался почти сразу.

Пришлось забыть о высоких материях и идти просто зарабатывать деньги – слесарем в НИИ Дальней радиосвязи, где Андрей как-то, еще школьником, проходил практику и где его приняли с распростертыми объятиями. С этой должности Норкина и забрали в ряды доблестной советской армии.

Отслужив в артиллерийских войсках на территории Закавказья и вернувшись в Москву, Андрей почему-то не стал вновь искушать судьбу и пытаться поступить в театральный (на сегодняшний день у него так и нет диплома о высшем образовании). Он выбрал более законный, но менее затратный

путь к славе: устроился диктором на Центральном стадионе в «Лужниках». А с уже поставленным красивым голосом принялся покорять радиопространство.

Количество радиостанций, которые Норкин сменил на пути к славе, слишком велико, чтобы их можно было просто перечислить. Здесь он состоялся как профессионал. И здесь же встретил свою будущую супругу...

**Приемные дети**

Юлию Агафонникову на радио привела ее подруга. До этого у девушки опыта такой работы не было, поэтому тот первый эфир – с трясущимися руками и срывающимся голосом – она помнит до сих пор. От позора спасло только то, что в паре с ней выступал настоящий профессионал. Им и был Норкин.

Уже через два месяца Андрей предложил Юле руку и сердце.



Норкин признает: ему приходилось поступаться своими принципами



В своей книге бывших коллег по старому НТВ он не пощадил



Были времена, когда супругам нечем было платить за ипотеку



Тот самый инцидент с блогером Запорожским, которому ведущий хотел «вломить»



# ИВАЕТ НЕ РУКОПОЖАТНЫМ

Было это в 1992 году, и с тех пор супруги неразлучны. «Обручальное кольцо уже вросло в палец», – смеется телеведущий.

Семья у Норкиных – большая. Супруги воспитывают четверых детей, у них три мальчика и девочка. Из которых два младших сына, Артем и Алексей, – усыновленные (один – в 2002 году, второй – два года спустя). Причем оба мальчика родились от одной женщины. Артема Норкин и его жена забрали, когда тому было лишь несколько дней от роду. Позже, когда супруги узнали, что та же мать вновь отказалась от ребенка, решили усыновить и второго ее сына. «Норкины своих не сдают», – сказал тогда Андрей жене.

Скорее всего, та женщина в курсе, кто усыновил ее детей. Правда, за все эти годы она ни разу не дала о себе знать. Но Андрей уверяет: если его приемные дети, став взрослыми, захотят

найти биологическую мать, лично он препятствовать не будет. Сам же Норкин на вопросы типа, «не боится ли он дурной наследственности», твердо отвечает, что «генетика – продажное дело капитализма». Он считает, что если ребенок живет в любящей семье, то даже эта самая «дурная наследственность» может быть нивелирована. Впрочем, и Андрей, и Юлия признают, что дети им попались непростые. И руки иногда опускались. И ссорились они между собой из-за мальчишек. И не раз сожалели об усыновлении. Но, по словам Юлии, простых людей вообще не бывает.

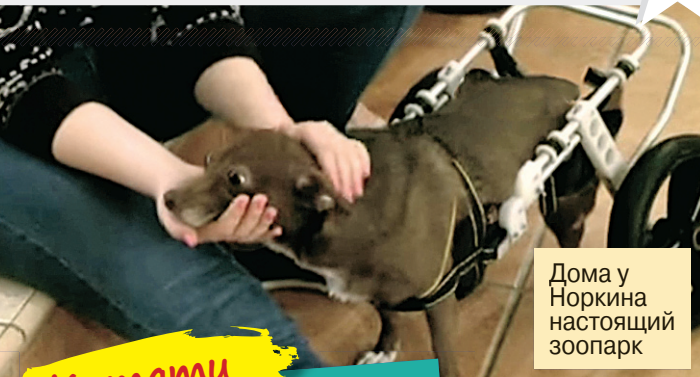
Сейчас средний сын, которого усыновили первым, – кадет. По его стопам собирается пойти и самый младший.

– И будут они Родину защищать. От кого? Это не суть важно, – говорит Норкин. – Просто, когда приходит такая пора, вдруг оказывается, что

защищать-то ее некому. Героев нет, остались только одни борцы за либеральные ценности».

К слову, у мальчиков был еще и третий брат, от которого отказалась их биологическая мать. Супруги поначалу собирались взять и его, даже придумали имя – Арсений. Но потом выяснилось, что у малыша целый букет болезней – от порока сердца, громадных проблем с почками до синдрома Дауна. На тот момент Андрей остался без работы и полтора года не мог найти новое место. К Норкиным даже приходили судебные приставы, потому что они банально не могли платить проценты по ипотеке. И супруги, обсудив ситуацию, поняли: такую ношу они просто не потянут. Однако то решение до сих пор очень тяготит Андрея и Юлию, они считают себя в какой-то степени виноватыми, что мальчик так и остался без их тепла и заботы...





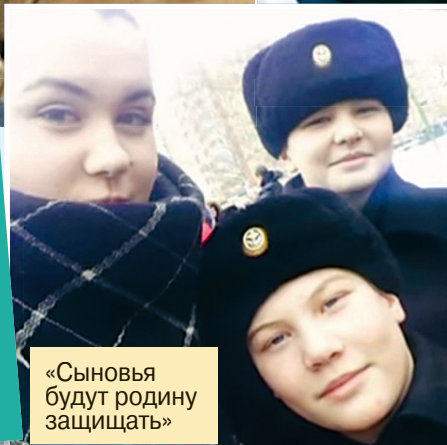
Дома у Норкина настоящий зоопарк

**Кстати**

Андрей Норкин очень любит животных. У него дома – настоящий «живой уголок»: восемь собак, семь котов (правда, считать их трудно, потому что они приходят-уходят) и три кролика. Есть среди питомцев собака без задних лапок – ее сбила машина, и хозяева отказались от пса-калеки. Дочь Норкиных, которая работает ветеринаром, уговорила родителей взять несчастное животное.



У Андрея и Юли четверо детей



«Сыновья будут родину защищать»

## «Раскаиваюсь только в том, что ему не вломил»

Мягкий и очень семейный дома, на работе Андрей считается человеком жестким и бескомпромиссным. Правда, его идеалы с годами меняются. Когда начинал свою карьеру на НТВ, слыл либералом. Вернувшись на канал спустя годы, вдруг предстал ярким патриотом. Когда и как произошла такая трансформация, не знают даже коллеги Норкина. В телевизионных кругах поговаривают о все той же ипотеке, которую до сих пор приходится выплачивать Андрею, и необходимости зарабатывать деньги всеми возможными способами. Да и сам телеведущий однажды на вопрос, случалось ли ему поступать своими принципами, честно ответил: «Случалось. Как правило, это было связано с некой карьерной выгодой ради семьи. Можно было принять другое решение».

О своей политической позиции Норкин впервые достаточно громко заявил в 2014 году – когда публично раскритико-

вал своих коллег с телеканала «Дождь» за их опрос об отношении к блокаде Ленинграда. А уж в ежедневной «Анатомии дня», которую ему вскоре предложили вести на НТВ, скандальные заявления следовали одно за другим. Впрочем, как и в рамках других передач. Всем до сих пор памятно, как Норкин во время эфира программы «Место встречи» выгнал из студии украинского блогера и политолога **Сергея Запорожского** и обозвал его бараном. А когда Андрея осудили даже коллеги, в том числе секретарь Союза журналистов России, Норкин объяснил свое поведение так: «Я 26 лет в журналистике работаю. Если вы меня спросите, раскаиваюсь ли я, я отвечу, что раскаиваюсь только в том, что ему не вломил. Товарищ Запорожский уже давно напрашивался».

## Не пощадил никого

Вспоминая свое прошлое, Норкин не склонен его романтизировать. Если не сказать больше. В прошлом году телеведущий выпустил труд «От НТВ до НТВ. Моя информационная

война. Тайные смыслы телевидения», где довольно откровенно рассказал о девяностых и нулевых – том бурном времени, когда всюду шли информационные войны. И в этой книге Андрей, надо сказать, никого не пощадил. Написал и о встречах в Лондоне с Березовским (который пообещал денег, да обманул). И про своего коллегу **Евгения Киселева**, который «был «звездой среди звезд», с его статусом не мог сравниться никто. Такая окружающая среда оказалась очень питательной, зерна упали на хорошо подготовленную почву, и Евгений Алексеевич забронзовел быстро и капитально». **Виктора Шендеровича** охарактеризовал так: «Он маргинализировался, перестал развиваться творчески. Это серьезная проблема, с которой столкнулись многие медийные персонажи». Даже упомянул тех, о ком, как говорится, лучше ничего, чем что-то, далекое от хвалебного – «...Борис Немцов превратился в такого же бессмысленного крикуна, политическая активность которого свелась к нескончаемому «плачу Ярославны». Отныне он ничем не отличался от профессиональных оппозиционеров, работающих по принципу «дайте нам денег, мы немножко покричим, а потом снова придем за деньгами».

Неудивительно, что многие коллеги перестали общаться с Норкиным. Но он относится к этому нормально, в шутку называя себя нерукопожатным. Зато рейтинги его программ высокие, и работы – хоть отбавляй... ■



# Anti-age диета для ПОЗВОНОЧНИКА И СУСТАВОВ

## чем бы вы не занимались!!!

Чешские артродиетические комплексы Геладринк (4 вида) и Кальцидринк поддержат суставы и позвоночник при любых нагрузках и отклонениях от нормы. При минимуме калорий содержат большое количество коллагена, глюкозамина и хондроитина сульфатов, минералов и витаминов - кладезь здоровья!

**Каждый из видов Геладринка служит для определенных целей:**



**Геладринк Плюс** - поможет укрепить сухожилия, связки и спину как пассивным, так и активным людям.



**Геладринк Форте** - поможет надежно защитить суставы и позвоночник при усиленных нагрузках, травмах.



**Геладринк Артродиет** - способствует оживлению кровообращения в околосуставных тканях при их скованности и других проблемах, защищает сосуды от гомоцистеина.



**Геладринк Фаст** - незаменим когда «ни согнуться - ни разогнуться, ни ступить - ни наступить!» Содержит Босвеллия Серрата.



**Кальцидринк** - залог королевской осанки и легкой походки, блеск и сила волос, упругость и молодость кожи!

Спрашивайте в аптеках  
Справки по телефону:

**8 (495) 340-39-11**

[www.geladrink.ru](http://www.geladrink.ru)

[www.aptekaamos.ru](http://www.aptekaamos.ru)

Произведено  
**в Чехии**

ООО "АСофт XXI" ОГРН 1027739003302 117049,  
Юр. адрес: 119049 г. Москва, Ленинский пр-т, д. 4, стр. 1 А  
Св-во о гос. рег. ЕврАзЭС:  
№ RU.77.99.11.003.E.000005.01.15 от 12.01.2015;  
№ RU.77.99.11.003.E.000003.01.15 от 12.01.2015;  
№ RU.77.99.11.003.E.000002.01.15 от 12.01.2015;  
№ RU.77.99.11.003.E.000004.01.15 от 12.01.2015;  
№ RU.77.99.32.003.E.003065.02.15 от 10.02.2015.

Реклама

# БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ





Йога спасла Ирину от депрессии



С мужем, Вячеславом Тюриним. Уже 23 года вместе!

**Ирина НЕЛЬСОН:**

# «ВОЗРАСТ НЕ ИМЕЕТ ЗНАЧЕНИЯ - ВЕЧНАЯ ДЕВОЧКА!»

- Ирина, вы начали заниматься йогой в конце 1990-х, когда не было еще такого повального увлечения. Почему вдруг?

- В то время я выступала под псевдонимом Диана, была звездой, давала десятки концертов, мои пластинки продавались миллионными тиражами. И вдруг ударил финансовый кризис, все рухнуло. Причем до такой степени, что практически нечего было есть. Появился страх, в голове - бесконечные вопросы: почему именно мне выпали такие испытания, чем я

Идеальная фигура, роскошные волосы, сияющая улыбка - за два десятка лет солистка группы Reflex ничуть не изменилась. Кажется, годы Ирину совсем не берут. В чем же секрет ее молодости и красоты?

провинилась, что сделала не так? Начала искать ответы, читать философскую литературу, работать с собственным сознанием. И заниматься йогой. Мне она дает оптимизм, стрессоустойчивость, физическую выносливость. Ну и как результат - молодость и здоровье.

**-Значит, по врачам не ходите?**

-Только на профилактические осмотры. Приходится следить за своими анализами, ведь я веган, мясо не ем уже 20 лет.

**- Кроме йоги еще какую-то нагрузку телу даете?**

- Нет, но иногда я устраиваю себе еще и разгрузку. Два дня ем только зерновые и овощи, дальше - полностью овощной день, еще день на очиститель-



Свой возраст певица не афиширует



## АЧЕНИЯ.

ных чаях, и, наконец, - 36 часов совсем без пищи. Я заметила: чем меньше вешу, тем мне легче - тело гибче. Сейчас у меня 49 кг при росте 165. Всегда приятно ощущать, что на тебе хорошо сидят джинсы, купленные много лет назад.

### «Уколы красоты» мне не понравились»

- Как вы относитесь к пластическим операциям? Для многих сегодня это так же обычно, как поход к стоматологу.

- Артисты созданы для того, чтобы нести людям радость. Мы просто обязаны следить за собой и хорошо выглядеть. И я не против деликатной коррекции - зачем игнорировать достижения пластической хирургии? Другое дело,

что часто пластика выглядит вульгарно. Да и мода странная - силиконовые губы, например. Многие сделали, теперь жалеют. Так что к пластике надо подходить с головой.

- А вы какие-то операции уже делали?

- Из-за травмы пришлось сделать ринопластику. Хирурги исправили мне перегородку, а заодно изменили форму носа - теперь он маленький и изящный. Еще я делала как-то «уколы красоты», мезотерапию - и мне совсем не понравилось, очень болезненная процедура. Вообще, я уверена: чтобы выглядеть хорошо, работать надо не только с физическим телом, но и с сознанием. Негативные мысли, страхи и эмоции - все это на лице. И никакая пластика не поможет, если, например, вы постоянно злитесь.

- Как ухаживаете за собой дома?

- Я очень осторожно отношусь к известным косметическим брендам - их средства часто содержат компоненты, которые, впитываясь в кожу, могут даже привести к бесплодию. Я использую крема только растительные. Часто просто наношу на кожу масла, люблю кокосовое и амарантовое. Дома у меня маленький косметический кабинет: всякие электрические щеточки для очистки тела, скрабы, натуральное мыло, глина. Свежий воздух я тоже отношу к косметическим процедурам. Сплю в прохладном помещении и с открытым окном.

- Образ женщины завершает ее аромат. Вы какие духи любите?

- Сейчас многие женщины пользуются духами с феромонами - веществами, которые возбуждают и привлекают мужчин. Мне кажется, что не нужно уж так откровенно провоцировать сильный пол. Я люблю ароматы, дающие ощущение свежести и чистоты. В моей комнате всегда работает распылитель, в который я заливаю аромомасла: лемонграсс днем, а вечером лаванду, которая расслабляет и успокаивает. Так что и ночью природа работает на меня.

### «Старости не боюсь»

- Все женщины боятся приближения старости. А вас эти грустные мысли посещают?

- Мудрые люди говорят, что до 40 лет у человека молодость, до 60 - зрелость, а потом наступает мудрость. И третья часть жизни наиболее захватывающая: мы получаем самые глубинные знания. Что же касается физической немощи, то у нашего организма огромный потенциал, который мы ленимся раскрыть даже на половину. Так что старости я не боюсь.

- Однако свой возраст тщательно скрываете. Кто-то пишет, что вам 44, кто-то - что 54. Сколько же вам на самом деле?

- Да, свой возраст я не афиширую. У меня имидж «вечной девочки». В жизни бываю и серьезной, и мудрой, но я все равно девочка. А цифры ко мне никакого отношения не имеют.

- У вас редкая ситуация для шоу-бизнеса - один брак, причем счастливый...

- Да, мы с Вячеславом Тюринным уже 23 года вместе. Кто-то предрекает, что институт семьи в ближайшем будущем рухнет, но я в это не верю. Мне кажется, что люди уже устали от хаоса. Многие начинают интересоваться духовной литературой, задаваться философскими вопросами и искать нравственную опору. А она - в любви и взаимопонимании... ■

### Фирменный рецепт

#### Уха без рыбы от Ирины Нельсон

- Очень люблю удивлять гостей ухой без рыбы. Никто не понимает, из чего я ее готовлю. Порежьте кубиками адыгейский сыр и картошку. Опустите в кипяток. Добавьте листья нории - водоросли, которыми обрабатывают суши. Соль, приправы по вкусу. Варите как обычную уху. Получится необыкновенно вкусный суп - сыр приобретет вкус невиданной, нежной рыбы. Все гениальное просто!



ПО СЕКРЕТУ

**Звезды рассказали  
о своих пластических  
операциях**

# К вес



Лолита  
омолодилась  
второй раз

## Лолита, 53 года «Подрезала попывший подбородок»

Певица без комплексов снова удивила всех тонким овалом лица - ну просто как у девочки! Но ломать голову над секретом ее красоты не приходится - скрывать свои визиты к пластическому хирургу Лолита даже не пытается, спокойно рассказывает о том, как и где подрезала.

Несколько лет назад она уже делала липосакцию живота, удаляла грыжи на веках, меняла разрез глаз и делала подтяжку. Но блестящий результат продержался недолго, со временем кожа снова стала отвисать. Поэтому Лолита опять решила лечь под нож.

- Могла бы сказать, что сделала это ради мужа, - смеется Лолита. - Но, если честно, - исключительно для операторов, потому что им стало неудобно снимать меня в профиль. А впереди сольный концерт. Так что я подрезала поплывший подбородок. Теперь могу поворачиваться к камере любой стороной.

Операция под общим наркозом продолжалась шесть часов. Еще неделю лицо Лолы выглядело не лучшим образом. Но потом отечность и синяки спали, а с ними сошло лет 10.

Капель, солнышко, щебет воробьев... Весна идет, весне дорогу! Это позывные для всех женщин, но особенно для тех, кто постоянно оказывается в центре внимания. Наши знаменитости готовы на любые подвиги, чтобы стать сногшибательно красивыми!

## Виктория Романец, 27 лет Грудь для загса

Участница скандального шоу «Дом-2» гордится тем, что смогла увести **Антон Гусева** из семьи - ради нее он развелся с **Евгенией Теофилактовой**. Теперь дело за малым - надо довести парня до загса. И для этого Вика отправилась в клинику пластической хирургии.

- Я оперировала нос. Вообще, перенесла уже три ринопластики, мне делали грудь - эти операции обошлись почти в миллион рублей. Еще столько же стоили виниры - накладки на зубы, - перечисляет она. - Также я делала инъекции в губы, ну и мелкие всякие процедуры: ботокс, гиалауриновая кислота... Я бы еще раз прооперировала грудь, хочу ее увеличить. 4-й, 5-й размер - это было бы идеально!

Вика хочет  
пятый размер



## Анна Грачевская, 30 лет Теперь настоящая поп-звезда!

Бывшая жена **Бориса Грачевского**, которая нынешним летом снова вышла замуж, вот уже полтора месяца не может сидеть после перенесенной операции. Над ее пятой точкой поработал хирург - теперь она по-настоящему стала выдающейся.

- Мне увеличили ягодицы имплантантами, а еще сделали липосакцию - откачали ненужный жир в бедрах и добавили его в попу, - рассказывает Аня. - Стоило все это около миллиона. Муж дал денег, и сейчас счастлив. Еще у меня сделаны губы и грудь. Скоро снова пойду на пластику - хочу новый нос!



Новому мужу есть  
за что подержаться



# НЕ - ГОТОВЫ!

## Эвелина Бледанс, 47 лет «Муж боится меня щупать»

Этой зимой актриса, у которой, казалось бы, и так идеальная фигура, взялась за себя еще более серьезно. Много лет у нее был секрет - маленькая, отвисшая грудь, которую Бледанс успешно скрывала, упаковывая в бюстгалтеры с пуш-апом.

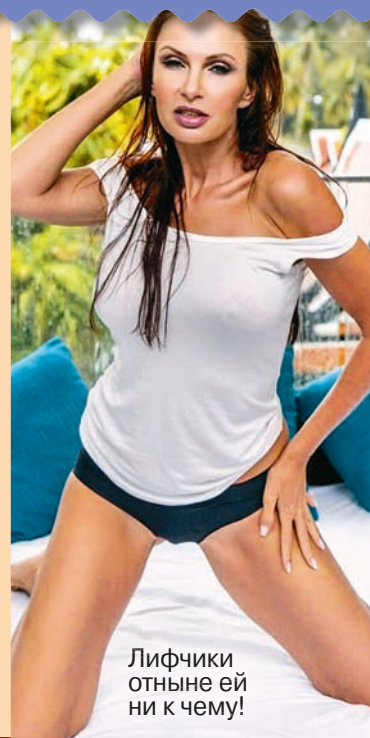
- Это доставляло немало неудобств, - признается она. - На фотосессии я просила привозить платья, из-под которых не выглядывают бретельки лифчика, снималась в закрытых купальниках.

На операцию по увеличению груди Эвелина не могла решиться несколько лет - очень боялась наркоза. Да и муж отговаривал. Хотя все подружки по шоу-бизнесу, как говорит Бледанс, импланты давным-давно уже себе вставили.

- Я - последняя из могижан. Увеличила грудь на размер - теперь могу ходить без лифчика, сниматься в бикини. Мою настоящую грудь «съели» дети. А сейчас она восстановилась и как будто снова полна молоком!

Неделю после операции Бледанс пришлось помучиться: не могла поднимать руки, спала только на спине. Но отражение в зеркале, когда сняла бандаж, ее очень порадовало:

- Шовчики не видно совсем - они вокруг ареолы, на темной коже. Грудь красивая и упругая. Правда, мужу кажется, что он с кем-то другим сексом занимается. Пока побаивается меня щупать.



Лифчики отныне ей ни к чему!

## Либерж Кладону, 30 лет «Теперь найдется достойный мужчина»



Она решила стать ... девочкой!

Темнокожая экс-участница «Дома-2» тоже убрала второй подбородок. Но не эту операцию она считает главной в подготовке к весне. Либерж планирует... восстановить девственность. Потеряла она ее давно - были и краткосрочные романы, и недолгий официальный брак. Теперь мечтает встретить настоящую любовь - такую, как в кино. Но мужчины почему-то предлагают быстрый секс.

- Они не ухаживают, потому что бабы с легкостью дают. А бабы с легкостью дают, потому что устали ждать ухаживаний и боятся, что если не дадут, то мужик с легкостью найдет другую, - рассуждает Кладону.

Она верит, что к непорочной девочке с непристойными предложениями будут приставать реже.

- У меня никого нет уже полтора года, и я планирую оставаться девственницей после операции еще столько же. Уверена, что потом найдется достойный мужчина...

## Анна Калашникова, 32 года Пришлось все переделывать

Бывшей невесте Прохора Шаляпина крупно повезло - неизвестный поклонник подарил ей иномарку стоимостью шесть миллионов. Кажется, сексуальность Ани сводит мужчин с ума! Причем дорогу к их сердцам девушка в буквальном смысле прокладывает грудью. Которую совсем недавно прооперировала второй раз.

- Первый раз я делала себе грудь шесть лет назад в Лондоне. Своя у меня была маленькая, а я хотела хотя бы второй размер, - вспоминает Анна. - Попросила врачей, чтобы выглядело натурально. Просыпаюсь - все наоборот. Мне поставили круглые импланты, которые были очень заметны под кожей.



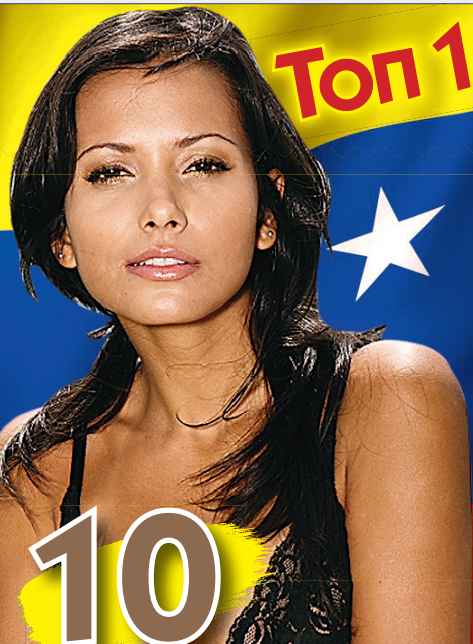
Родив ребенка, Аня решила исправить ошибку хирурга. Обошлось это удовольствие в 455 тысяч рублей. Полтора месяца она проходила в бандаже, а теперь с гордостью демонстрирует свои новые выпуклости всем желающим.

- Я довольна. Они очень красивые! - сияет Калашникова.



Топ 10

## САМЫЕ КРА



10

## Мария Габриэла Паез, 34 года

В бикини «скакала» по обложкам журналов, пока на нее не положили глаз телевизионщики. Теперь Мария – ведущая солидной информационной программы.



9

## Лидимар Йонайтис, 31 год

У Лидимар, которую в Венесуэле называют просто Ли, – литовские корни. Ее дедушка сбежал из Прибалтики в годы гражданской войны. На счету Ли – корона первой красавицы Венесуэлы, титул «Вице-мисс Вселенная» и работа во Франции в рекламных кампаниях «Кристиан Диор».



8

## Карла Лопес, 30 лет

В модельный бизнес девушка попала случайно. Агент заметил Карлу на городском празднике и сходу предложил контракт на участие в откровенной фотосессии. Этим она до сих пор и «промышляет», попутно снимаясь в кино для взрослых.



## Клаудиа Морено, 37 лет

Вот кто воспользовался своим шансом на все сто! Заработала титул «Мисс Вселенная-2000», и уже 17 лет пожинает лавры. Агенты выстраиваются к ней в очередь, Клаудиа же выбирает: в этом фильме буду сниматься, а это телешоу пройдет без меня!

7

## Аида Йеспика, 34 года

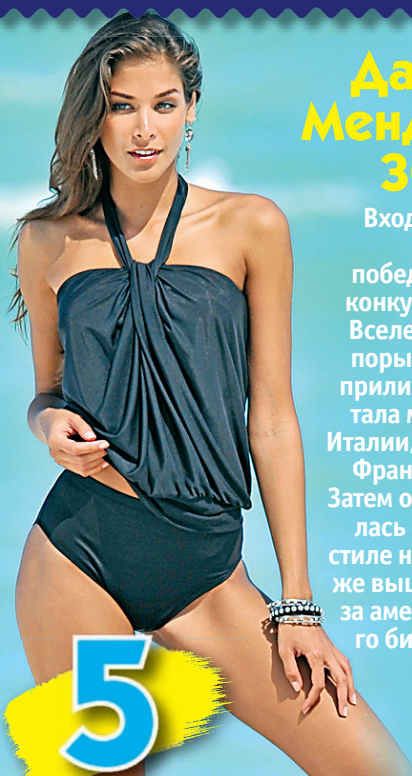
Еще одна «Мисс Венесуэла», только сделала себе карьеру в Италии. Говорят, в свое время от нее без ума был сам Сильвио Берлускони! Однажды экс-премьер даже заявил: «С Аидой я последую куда угодно, даже на необитаемый остров».

6





# СИВЫЕ ВЕНЕСУЭЛКИ



**Дайана Мендоса, 30 лет**

Входит в элитный клуб победительниц конкурса «Мисс Вселенная». До поры вела себя прилично, работала моделью в Италии, Испании, Франции, США. Затем оскандалилась съемкой в стиле ню. И... тут же вышла замуж за американского бизнесмена!

5

4

**Скарлет Ортис, 42 год**

Родом из бедной многодетной семьи. Спасительной соломинкой стал опять же конкурс красоты. В 18 Скарлет признали первой красавицей страны, она получила работу на ТВ. А теперь не вылезает из местных сериалов.



3



**Габриэла Ислер, 28 лет**

На сей момент – крайняя победительница конкурса «Мисс Вселенная». Причем корону первой красавицы Габриэле три года назад вручили в Москве. Пока девушка наслаждается славой и только думает, кому такая красота достанется.

**Норелис Родригес, 37 лет**

Ветеран всевозможных конкурсов. Победы нигде не снискала, зато снимается в кино и считается самой популярной телеведущей Венесуэлы.

2

**Габи Эспин, 36 лет**

А вот эта девушка – настоящий уникам, поскольку ни разу не участвовала в конкурсах красоты. И тем не менее именно Венесуэлы называют самой популярной актрисой, и именно за ее личной жизнью следит вся страна!

1







FOTODOM.RU

FOTODOM.RU

Розановой и Каменьковичу было не до семьи



**Актриса жалеет лишь об одном - что у нее нет детей...**

# 5 БРАКОВ И

Ирине Розановой приписывали множество романов - и с Абдуловым, и с Джигарханяном, и с Калягиным. Сама актриса только смеется, читая публикации о своих якобы амурных связях с партнерами. И тем не менее честно признает: «Моя личная жизнь была бурной». С кем же на самом деле у Розановой была любовь?

**О**на с детства была очень свободной. Совсем еще крохой отказалась ходить в детский сад. Из пионерских лагерей сбегала через парторга три дня - все эти построения-зорьки-зарницы были ей чужды.

Такой же линии поведения, став взрослой, Ирина придерживалась и в личной жизни. Как только Розанова понимала, что отношения исчерпаны - она тут же уходила. Иногда - с одним чемоданом, даже если ее «экс» оставался в шикар-

ной квартире, да еще с двумя особняками в придачу.

Сама актриса, которая увлекается психологией, считает, что она болеет, пусть и в легкой форме, фобией (это боязнь чего-то бояться). То есть заставляет себя что-то делать, идти вперед, даже если страшно и проще остаться на месте, спрятать голову в песок.

## Брак № 1. Студенческий

Официально у Ирины Розановой было три зарегистри-

рованных брака. И еще два - гражданских.

В первый раз она связала себя узами Гименея, еще будучи студенткой ГИТИСа. Счастливым мужем стал Евгений Каменькович, сегодня - известный режиссер, художественный руководитель театра «Мастерская Петра Фоменко». Они поженились третьекурсниками, поселились в крохотной комнатке институтского общежития. Каждый грезил о будущей всесоюзной славе, днем и ночью молодожены пропадали в институте. Поэто-





Казалось, что в лице Беленького она нашла идеального супруга...



Тимур Вайнштейн давно уже счастлив с Яной Батыршиной



Бахтиер был очень ревнивый

ФОТО Г. УСОЕВА

# РИНЫ РОЗАНОВОЙ

му немудрено, что продержались вместе они не слишком долго. Через два года студенческий брак распался. Позже Каменькович женился на актрисе **Полине Кутеповой** (она младше его на 17 лет), сейчас у супругов уже взрослая дочь.

## Брак № 2. Загадочный

Следующим избранником Розановой также был режиссер (мужчины именно этой профессии преобладали среди ее мужей - гражданских и официальных). С **Дмитрием Месхиевым** Ирина познакомилась в 1989 году на съемках фильма «Гамбринус». Вместе они прожили несколько лет, о причинах расставания никогда не говорили. В прессе потом писали, что якобы Розанова тогда стала сильно пить, и на этой почве начались громкие и частые ссоры. Однако никаких доказательств, конечно, у этих слухов нет. А сами экс-супруги

сегодня даже не упоминают имени друг друга. Вообще, Месхиев (впрочем, как и Розанова) - человек очень закрытый. Про его личную жизнь говорили только однажды, хотя и довольно громко - когда со скандалом он разводился со своей последней супругой **Кристиной Кузьминой**.

## Брак № 3. Драматический

Свою новую любовь - влиятельного в телевизионных и киношных кругах продюсера **Тимура Вайнштейна** - Ирина Розанова встретила на фестивале «Кинотавр». По словам **Марка Рудинштейна**, на глазах которого зарождался этот роман, они очень подходили друг другу. Тимур и Ирина даже обвенчались в Израиле. Но и этот брак развалился. Как говорили позже - из-за того, что пара потеряла ребенка. Но, опять же, известно это лишь из слов каких-то зна-

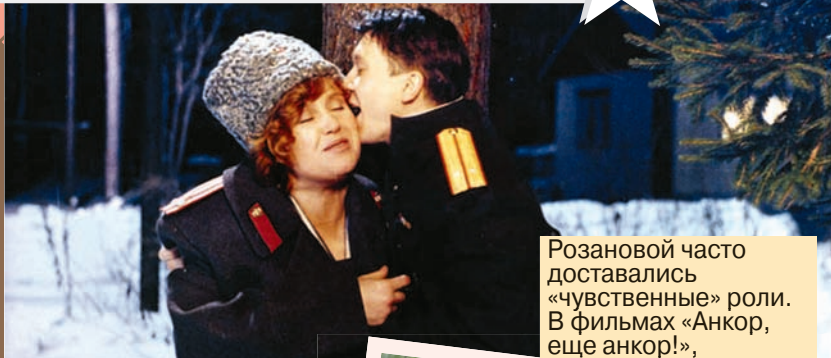
комых экс-супругов, да обрывков интервью самой Розановой. А вот мама актрисы, **Зоя Васильевна Белова**, выдает совсем другую версию:

- Ей был нужен муж, а не человек, приносящий деньги. Когда в отношениях с Тимуром настал момент неуважения, дочь ушла практически с одним чемоданом, оставив все нажитое.

## Брак № 4. Как будто идеальный

Позже Вайнштейн женился на гимнастке **Яне Батыршиной**, а Ирина официально вышла замуж в третий раз. Ее супругом стал оператор **Григорий Беленький**. Познакомились они тоже на съемках - во время работы над картиной «Дети понедельника». А предложение руки и сердца Григорий сделал, когда снимал картину **Эльдара Рязанова** «Старые клячи», поэтому свадьбу праздновали на





Розановой часто доставались «чувственные» роли. В фильмах «Анкор, еще анкор!», «Интердевочка» и «Дети понедельника»



доводить ситуацию до того момента, когда резкое неприятие происходящего затмевает все. У меня были достаточно драматичные моменты в жизни, но память моя хранит только хорошее. Не знаю почему..

Именно поэтому со всеми своими бывшими мужьями и возлюбленными Ирина сохранила прекрасные отношения. С Григорием Беленьким они и вовсе соседи, живущие в доме друг над дружкой.

Жалеет Розанова только об одном - что у нее нет детей. Поэтому всю свою нерасстрченную материнскую любовь она дарит племянникам.

- Это мои дети, - говорит актриса. - Конечно, у них есть родители. Но они знают: я - то плечо, которое всегда будет рядом... ■

## КСТАТИ

Романы с некоторыми партнерами у Розановой действительно могли бы случиться - например, с тем же **Александром Абдуловым**, с которым на самом деле она лишь дружила. Просто Ирина обычно первой отходила в сторону. Даже сам Ален Делон, мечта всех женщин (с ним Розанова снималась в фильме «Мамы»), однажды после премьеры картины в Ереване предложил ей уединиться в номере. Но Ирина только рассмеялась и отправилась спать. Все-таки легенда должна оставаться легендой...

даче Эльдара Александровича. В киношной тусовке Ирину и Григория долгое время считали идеальной парой. Поэтому новость о разводе, которую сами они тщательно скрывали даже от ближнего круга, стала неприятным сюрпризом для всех.

## Брак №5. Восточный

Ну а пока окружающие удивлялись неожиданному расставанию супругов, Ирина бросилась в новые отношения. На съемках фильма «Танкер «Танго» у нее начался роман с режиссером **Бахтиером Худойназаровым**. Причем Бахтиер умело режиссировал все любовные сцены Ирины с актером **Александром Феклистовым**. Однако если во время работы он был готов лично подталкивать возлюбленную в объятия другого мужчины, то за кадром мог устроить скандал даже по случаю невинного взгляда Ирины в чью-то сторону. Обласканный критикой и публикой Худойназаров вообще был очень темпераментный и вспыльчивый. Именно по этой причине, считают в кинокругах, спустя

пять лет и распался этот союз.

Так что свое 55-летие, которое Розанова отметила в прошлом году, она встречала в одиночестве. Причем в буквальном смысле этого слова. В этот день актриса отправилась в монастырь, чтобы побыть наедине со своими мыслями и переживаниями.

## «Память хранит лишь хорошее...»

Она вообще любит быть одна. И рассчитывать только на себя. Плакаться в жилетку, открывничать о своих личных переживаниях - это явно не про Розанову. Недаром на вопрос, что ей больше всего нравится в себе, Ирина твердо отвечает: «Сила». Лишь однажды актриса все-таки позволила себе, пусть и без имен, рассказать о своих разводах:

- Расставаться вообще непросто, это всегда болезненный момент. Но я считаю, что делать это нужно вовремя, чтобы не



Ее добивался даже Ален Делон!



# У ВАС ТОЖЕ БОЛЯТ ПАЛЬЦЫ НА НОГАХ?

**С НОВЫМ ФИКСАТОРОМ БОЛЬШОГО ПАЛЬЦА ВЫ НАВСЕГДА ЗАБУДЕТЕ О ВЫПИРАЮЩИХ «КОСТОЧКАХ»!**

- Останавливает боль и воспаление за 10 дней.
- Радикально устраняет деформацию за 3-6 месяцев!

**По меньшей мере 30% женщин не могут носить модельную обувь и обувь на каблуках, так как они стесняются внешнего вида своих ступней, каждый новый день начинается с дискомфорта и заканчивается болью.**

Причина тому – выпирающие «косточки», «шишки» в области больших пальцев стоп.

**ФИКСАТОР БОЛЬШОГО ПАЛЬЦА – ОДНО РЕШЕНИЕ ТРЕХ ПРОБЛЕМ!**

- Устанавливает палец в правильное положение и устраняет деформацию
- Предотвращает воспаление суставов
- Устраняет боль и неприятные ощущения при ходьбе

Фиксатор Valgus Pro не мешает ношению обуви, неощутим на ноге, невидим даже в летних туфлях.

**ГЕЛЕВЫЕ ФИКСАТОРЫ VALGUS PRO – «ЗОЛОТОЙ СТАНДАРТ» ПРИ ДЕФОРМАЦИИ БОЛЬШОГО ПАЛЬЦА СТОПЫ!**

ЧТО ТАКОЕ HALLUX VALGUS?



На здоровой стопе большой палец располагается практически параллельно другим пальцам, однако при вальгусе происходит отклонение основания большого пальца от стопы, при этом его кончик начинает «смотреть» в сторону остальных пальцев.

При вальгусе II-III степени анатомия большого пальца резко нарушена: он «заходит» на другие пальцы и перекрещивается с ними. Выраженная вальгусная деформация большого пальца – частая причина инвалидности у женщин!



**Чем больше времени вы проводите в фиксаторе, тем быстрее происходит коррекция деформации большого пальца!**

**КОГДА ПОРА ИСПОЛЬЗОВАТЬ ФИКСАТОР VALGUS PRO**

Если у Вас есть плоскостопие или Вы постоянно носите узкую обувь и обувь на каблуке, если у Вас в семье кто-то имеет HalluxValgus, стоит использовать Valgus Pro. Это поможет предотвратить развитие заболевания, и Ваши ноги останутся красивыми и здоровыми надолго.

При постоянном ношении фиксатор Valgus Pro исправляет деформацию – выпирающие «косточки» на ногах просто исчезают! Эффект подтвержден клинически.

**Даже при выраженной вальгусной деформации** большого пальца стопы, при перекрещивающихся пальцах и их тесном прилегании, фиксатор восстанавливает правильное положение большого пальца, и не дает развиваться осложнениям: воспалению сустава, образованию натертостей и мозолей. Нагрузки при ходьбе распределяются по стопе правильно – исчезают боли не только в пальцах, но и в ступнях, ноги устают значительно меньше.

**КАК ЭТО РАБОТАЕТ**

Фиксатор выполнен из медицинского силикона: эластичного материала, безопасного для

Для большинства людей, этого более чем достаточно, чтобы кардинально решить проблему выступающих «косточек» на ногах!

**Хирургическая операция** долгое время считалась единственным эффективным способом лечения.

Однако это очень травматичный метод – кость рассекается, выступающая часть удаляется, болезненный, с длительным периодом восстановления. Кроме того, операция устраняет «косточку» на пальце, но не предотвращает повторное ее образование в дальнейшем, а на ступне после лечения остаются незастетичные шрамы. Фиксатор большого пальца Valgus Pro устанавливает палец в правильное положение и фактически иммобилизует (фиксирует) его, что обеспечивает выраженное улучшение.

**РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ФИКСАТОРА, ПРОВЕДЕННОГО ИНСТИТУТОМ ОРТОПЕДИИ В ГЕРМАНИИ**

• Ношение фиксатора пациентами с начальными формами заболевания дало положительный эффект, подтвержденный клинически и рентгенологически, в 100% случаев.

При II и III стадиях болезни существенное уменьшение деформации стопы отмечено у 68% пациентов, умеренное – у 25%. У 98% исследуемых наблюдалось уменьшение болей и дискомфорта при ходьбе.

• За время ношения фиксатора ни у одного пациента не развились воспалительные осложнения.

**НЕСКОЛЬКО ОТЗЫВОВ ТЕХ, КТО УЖЕ ИСПОЛЬЗОВАЛ ФИКСАТОР VALGUS PRO**

**Юлия, 30 лет** – Проблема появилась еще в институте. 10 лет я не носила обувь на высоком каблуке **ВООБЩЕ**, стеснялась своим ног: казалось, все смотрят на мои уродливые ступни. Операции боюсь страшно. Поэтому когда наткнулась на фиксатор, купила сразу же. Ношу 3 месяца: ноги стали совершенно нормальными! Использую фиксаторы с туфлями на каблуках – еще одна моя победа.

**Валентина, 64 года** – Фиксатор просто в буквальном смысле спас меня! Боли в ногах были ужасные, я носила растоптанную мужскую обувь, передвигалась с трудом. Как только начала носить фиксатор, перестали краснеть косточки на ногах, гораздо меньше стали болеть пальцы и сами ступни. Больше не хромаю, покупаю и ношу женские туфли и сапоги. Очень благодарна тем, кто придумал такую замечательную вещь!

**Ирина, 37 лет** – С детства диагностировано плоскостопие, с юности уже стали выпирать косточки у оснований больших пальцев. В последний год я просто не смогла носить нормальную обувь. Уже 2 месяца надеваю фиксатор – и легко влезаю в любую обувь на каблуках или на плоской подошве. Чувствую себя отлично!

**СКАЖИТЕ «НЕТ» БОЛИ В СТУПНЯХ И НЕКРАСИВЫМ «КОСТОЧКАМ» НА НОГАХ!**

ПЗВОНИТЕ СЕЙЧАС, И ВЫ ПОЧУВСТВУЕТЕ ИЗМЕНЕНИЯ УЖЕ ЧЕРЕЗ НЕСКОЛЬКО ДНЕЙ!

**8 800 250 35 70**

ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ!

**ЛУЧШАЯ ЦЕНА!**

МЫ МОЖЕМ ПРЕДЛОЖИТЬ VALGUS PRO ПО ФИКСИРОВАННОЙ ЦЕНЕ **350 руб.** ~~550 руб.~~

**2 шт. – 650 руб.** ~~1100 руб.~~ **4 шт. – 1100 руб.** ~~2200 руб.~~

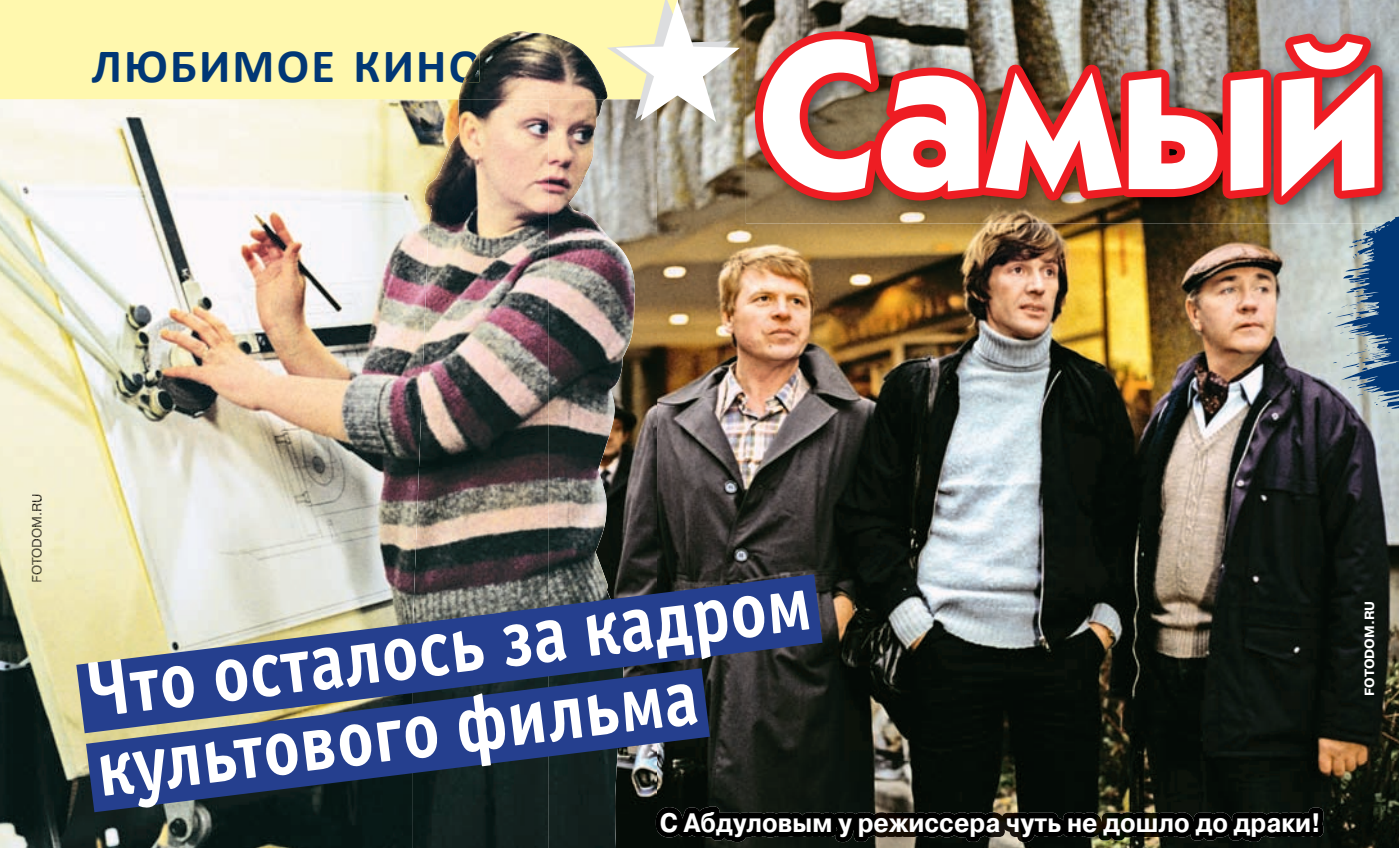
+ почтовые расходы

**ЕЖЕДНЕВНО СКИДКА ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ**

\*Делая заказ, вы предоставляете продавцу ООО «Лучшее решение» -214030 г.Смоленск Краснинское шоссе 25, ОГРН 1126732009601 право на хранение, обработку и передачу ваших персональных данных в целях выполнения вашего заказа. Фотографии и статистика предоставляются поставщиком, результаты могут варьироваться. Скидка пенсионерам предоставляется на постоянной основе в течение 2016г. Акция действует с 1 марта по 10 мая 2017.

## ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.





## Что осталось за кадром культового фильма

С Абдуловым у режиссера чуть не дошло до драки!

Комедию «Самая обаятельная и привлекательная» вот уже 30 лет с удовольствием смотрят телезрители. Тем труднее поверить в то, что на съемочной площадке этого легкого и, казалось бы, совсем не драматичного фильма кипели нешуточные страсти. Между тем режиссер страшно конфликтовал с Александром Абдуловым и Татьяной Васильевой. И в результате даже заработал инфаркт!

### Взять Муравьеву измором

Впрочем, в начале работы никто даже предположить не мог, что съемочную группу захватят скандалы и разборки. Начинаящий режиссер **Геральд Бежанов** написал сценарий о среднестатистической советской женщине, которая, словно по мановению волшебной палочки, превращается в красавицу и к тому же завидную невесту. Наметил актеров, сплошь звезд экрана, на главные роли, и они - о чудо! - с радостью согласились. **Александр Абдулов**, **Михаил Кокшенов**, **Людмила Иванова** - именно их и хотел снимать Бежанов. Заминка вышла с претенденткой на роль преуспевающей женщи-

ны, которая точно знает, как стать самой обаятельной и привлекательной, - **Сусанны**. Режиссер выбрал трех знаменитых актрис, которые вроде бы подходили по типуажу. Встретился с **Любовью Полищук** - и получил добро. **Инна Чурикова** тоже была не против. Но когда Бежанов увидел **Татьяну Васильеву**, все вопросы отпали сами собой.

Однако главной целью было заполучить в картину **Ирину Муравьеву**. У актрисы тогда был настоящий звездный час, но пребывающий в эйфории режиссер даже не сомневался в успехе своего предприятия. Как выяснилось, он был излишне самоуверен - Ирину сценарий не заинтересовал, актриса сказала, что устала играть дурнушек в производственных комедиях, и, в общем, дала от ворот поворот.

- Что я только не предпринимал, чтобы ее уговорить, - вспоминает Бежанов. - Нет, я ее не уговаривал - я ее умолял! Я ждал у подъезда, я встречался с ее супругом и просил, чтобы он на нее повлиял!..

Вспоминая тот период своей жизни, Бежанов говорил, что он практически целовал следы Муравьевой у Театра им. Моссовета. Режиссер готов был на все, лишь бы заполучить актрису. И за упорство был вознагражден - в конце концов, Муравьева все-таки сдалась.

- Знаете, а я ведь не ошибся! - радуется своей удаче Геральд Бежанов. - Ирина была всегда подготовлена, знала точно текст, всегда понимала, что именно я хотел от нее в тот или другой момент. Она не просто талантлива, она высокопрофессиональна была уже тогда!

### Сплошные неприятности

Однако не всеми актерами Бежанов был так доволен, как главной героиней. Например, Александр Абдулов в разгар съемочного процесса сказался больным и на две недели исчез.



# обаятельный... скандал!

Позже выяснилось: на самом деле все это время он зарабатывал деньги на Севере - улетел туда на гастроли. Режиссер был в шоке. Но больше всего его оскорбила ложь. Члены съемочной группы вспоминали: когда Абдулов вернулся на площадку, Бежанов начал выяснять с ним отношения, и дело чуть не дошло до драки. Хотя теперь режиссер не любит вспоминать о том инциденте, говорит: «Кто старое помянет... А потом, ну вот представьте, что это был бы за фильм, если бы там не снимался Абдулов?»

Но на этом страсти на съемочной площадке не улеглись. Из-за страшного скандала с Татьяной Васильевой режиссер оказался на больничной койке. Однако и об этом конфликте Бежанов сейчас вспоминает с улыбкой:

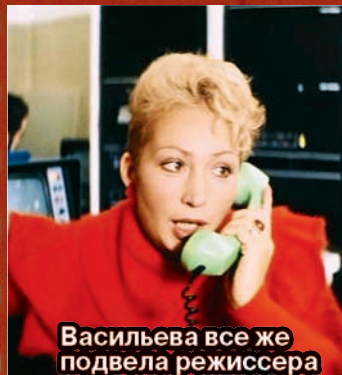
- Понимаете, я люблю, когда актер точен в своей работе. Приходит на съемки с выученным текстом. А вот если приходит неподготовленным, да еще и настаивает на импровизации, - вот на это я спокойно смотреть не могу.

Сцену, в которой Сусанна приходит к Наде в НИИ, чтобы

ее протестировать, снимали не один день. Можно представить, какой ужас охватил режиссера, когда однажды Васильева явилась на съемки с покрашенными ярко-рыжими волосами. И это при том, что до того она была блондинкой. Разгорелся жуткий скандал, режиссер орал на артистку: «Как ты могла покрасить волосы, ведь эту сцену еще до конца не отсняли!» В результате Бежанову стало плохо, и его увезли в больницу с инфарктом. Съемки пришлось отложить на месяц... Любопытная деталь - Татьяна Васильева так и не согласилась обратно перекрашиваться в блондинку. И именно поэтому далее ее приходилось снимать исключительно в головных уборах.

## Месть Ельцина

Бюджет «Самой обаятельной и привлекательной» оценивался в 500 тысяч рублей. Много это для 1985 года или мало - сказать теперь сложно. Но факты - упрямая вещь. Мало кто знает, но вся одежда, в которой снимались актеры, была



Васильева все же подвела режиссера



В следующем фильме Бежанов сделал красавицу Кабо свердловчанкой, чтобы загладить вину перед Ельциным. Будущий президент России обиделся на фразу: «Ты что, с Урала?»



Сусанну могли сыграть Любовь Полищук и Инна Чурикова





ФОТО Б. КРЕМЕРА



ФОТО Б. КРЕМЕРА



Личная жизнь у актрис сложилась по-разному. Васильева и Удовиченко дважды развелись, а Муравьева не так давно потеряла единственного мужа

из их собственных гардеробов. Роскошная белая шубка, платье, джинсы и сапоги, которые героиня Муравьевой покупает у фарцовщика, и без того принадлежали ей. Правда, красную шляпу с широкими полями пришлось одолжить у Васильевой. А кеши, в котором Ирина Муравьева была похожа на прославленного клоуна **Олега Попова**, на съемочную площадку принесла **Лариса Удовиченко**.

Кстати, из-за фразы фарцовщика: «Ты что, с Урала?» - у режиссера фильма были большие неприятности. И устроил их не кто иной, как **Борис Ельцин** - будущий президент России, а в ту пору руководитель Свердловского обкома партии. Бедному Безжанову пришлось накапать массу объяснительных, на бумаге признаваться в любви к Уралу и доказывать, что он вовсе не хотел обидеть уральских женщин. Но это еще не все. Как говорят, именно по этой причине в следующей своей картине «Где находится ноефелет?» режиссер сделал героиню красавицы **Ольги Кабо**, которая сыграла небольшой, но яркий эпизод, свердловчанкой.

- Ну да, были трудности, - соглашается **Геральд Безжанов**. - Но вы ведь знаете, какой успешный получился фильм! Как зрителям понравился!

Это подтверждают и цифры: комедию «Самая обаятельная и привлекательная» посмотрели 45 миллионов зрителей, и в 1985 году она стала лидером советского кинопроката.

## Тридцать лет спустя

Кто же из актрис фильма и в самом деле разгадал секрет, как стать самой обаятельной и привлекательной, чтобы все мужчины сходили с ума?

На следующий год после премьеры Татьяна Васильева родила дочь от своего второго мужа **Георгия Мартиросяна**. Однако еще до родов едва с ним не развелась. Татьяна была беременной, когда узнала об измене благоверного, и, как говорят, из-за этого едва не отправилась на тот свет. Они еще долго то сходились, то расходились. Окончательно развелись в 1995-м. Больше

замуж Васильева не вышла. Были сообщения о романах то с художником **Никасом Сафроновым**, то с актером **Станиславом Садалским**, но это так, не в счет.

Героиня Ларисы Удовиченко «замуж все выходила и выходила». Сама актриса дважды побывала в загсе. На момент съемок ее мужем был малоизвестный пианист **Геннадий Болгарин**, который позже стал бизнесменом. В 2001 году последовал развод - как говорила Удовиченко, за 20 лет супруги просто устали друг от друга. Однако злые языки утверждают, что на самом деле устала актриса от пагубного пристрастия мужа: он, дескать, был игроком и постоянно опустошал семейный бюджет. Сейчас Удовиченко, как и Васильева, - незамужняя дама. И, наконец, Ирина Муравьева. Ее личную жизнь можно признать самой удачной - более 40 лет счастливого замужества с режиссером **Леонидом Эйдиным**. К сожалению, недавно актриса овдовела - в 2014 году супруга и отца двоих ее сыновей не стало... ■



8  
АПРЕЛЯ  
2017 г.  
НАЧАЛО В 18:00


ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
КРЕМЛЁВСКИЙ ДВОРЕЦ

12+

РАДИО  
ШАНСОН

radioshanson.fm

  
**GEELY**  
ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ПАРТНЕР

 **РУССКИЙ УГОЛЬ**

**MANNOL**



реклама

# XVI ЦЕРЕМОНИЯ ВРУЧЕНИЯ ПРЕМИИ ШАНСОН 2017 ГОДА

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР — ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ РУКОВОДИТЕЛЬ ГКД —  
НАРОДНЫЙ АРТИСТ РОССИИ ПЁТР ШАБОЛТАЙ

ЗАКАЗ БИЛЕТОВ ПО ТЕЛЕФОНУ +7(495)

**CONCERT.RU 644 2222**

ООО «КОНЦЕРТ.РУ МСК», ОГРН 1147746065720, 125040, г. Москва, Ленинградский пр. д. 1, помещение VII комната 10







ФОТО И. ГНЕВАЩЕВА



Он мечтал о роли Обломова. А сыграл Штольца



Роль Шилова сделала его знаменитым



МХАТ, середина 80-х

Юрий Богатырев:

# ЧУЖОЙ СРЕДИ С

2 марта Юрию Богатыреву исполнилось бы 70 лет. Прожил замечательный актер до обидного мало, всего 42 года. Но сделано им столько, сколько иные не успевают и за долгую жизнь. Егор Шилов, Ромашов, Штолец, Манилов – вот лишь малая часть образов, созданных Богатыревым в кино. А что в это время происходило за кадром? Об этом мало кто знает...

**Вдова актера Надежда Серая: «О нашем браке знали лишь несколько человек»**



– Тогда я работала в Областном театре имени Островского. Скиталась по квартирам... Театр немножко помогал оплачивать.

И Миша, бывший муж, все время помогал. Он был соседом Юрия Богатырева по общежитию на Манежной улице, они дружили, много общались. И когда Миша оттуда съехал (он женился второй раз), то поселил меня в своей комнате.

**«Не думала, что между нами возможен роман»**

Мы с Юрой жили через стенку. У него была огромная комната, метров двадцать пять, без балкона, с окнами во двор. Встречались мы на кухне. Юра был много выше меня – я ему по грудь. Такой огромный красивый человек, которого я очень любила как актера...

Мы провели с Юрой много дней и ночей за беседами-разговорами. Иногда он устраивал праздник для всех. Приносил вино и говорил: «Ребята, сегодня гуляем!» Мы шли к нему или



С Галиной Волчек и  
Станиславом Садальским  
в «Современнике»



Ия Саввина  
сохранила  
рисунки  
Богатырева



Два автопортрета  
актера



# ВОИХ

ко мне, там сидели и разговаривали. И он опять рассказывал про маму, про папу, про Риту, про племянника... Все эти истории я выучила наизусть.

И все эти ночные бдения, слезы, переживания – все это привело нас к близости. И в прямом, и в переносном смысле. Наши отношения зашли далеко, и прямо в постель. Как у классика говорится: она его за муки полюбила, а он ее – за состраданье к ним. Вообще-то я на это не надеялась – никогда и речи не было о том, что между нами возможен роман. Какие-то разговоры велись, но скорее шуточные. Юра даже намекнул: «Надо бы, чтоб ты мальчика родила...»

И как-то вдруг за общим столом он говорит:

– Надя! Я прошу тебя стать моей женой!

Причем это прозвучало как-то не очень официально. Скорее было похоже на шутку. Я ответила:

– Да? Ну ладно, я подумаю!

На что Сева Шиловский сказал:

– Это надо же! Посмотрите на нее! Тут толпы баб за Юрой бегают, которые мечтают замуж! Он ей делает предложение, а она, видите ли, еще и подумает!

Мне стало стыдно.

– Ну ладно, в таком случае я согласна.

## «Юра везде говорил, что у него дочь»

Мы не афишировали нашу свадьбу. Расписывались в загсе на Плющихе – приехали туда на такси. Гуляли в общежитии, сами готовили стол. Собралось человек восемь-десять, не больше. Мы никого не ставили в известность, поэтому многие потом считали, что Юра не был женат. Но на своих выступлениях он часто говорил, что женат. Правда, не уточнял, что у него жена актриса. Он называл меня то учительницей, то инженером... И везде, где получал деньги, говорил, что у него дочь (У Надежды дочь от первого брака. – Ред.). Предварительно только спросил:

– Надя, можно?

– Да пожалуйста!

И с него брали меньше налогов. Но Варю я не могла «переписать» с живого отца на Юру!

...К нашему союзу я относилась больше с юмором. У нас с Юрой никогда не было общего хозяйства, у нас была такая... дружба-любовь. При этом он очень любил, когда я ему что-то готовила, особенно фаршированную рыбу – щуку, сазана... И мы были счастливы. Правда, недолго. Почему? Варя была еще очень маленькой. Мои мама и папа, конечно, все знали. Но ни Татьяна Васильевна (мама Богатырева. – Ред.), ни Варя ничего не должны были знать. При живом папе я не могла объяснить девятилетней девочке, что у меня появился другой муж – она и так ужасно страдала. А Татьяна Васильевна тогда перенесла тяжелую операцию, и я подумала: нужна ли ей такая невестка – с ребенком на руках? Причем Юра хотел ей все открыть, но я настаивала на том, что не надо. О нас знали лишь несколько человек...

## «Я отказалась от всех прав на имущество»

А к тому времени, как Варя подросла, наши отношения уже сошли на нет. Я жила в своей коммуналке, Юра перебрался в «однушку» на улице Гиляров-





В фильме «Мертвые души» с Ларисой Удовиченко

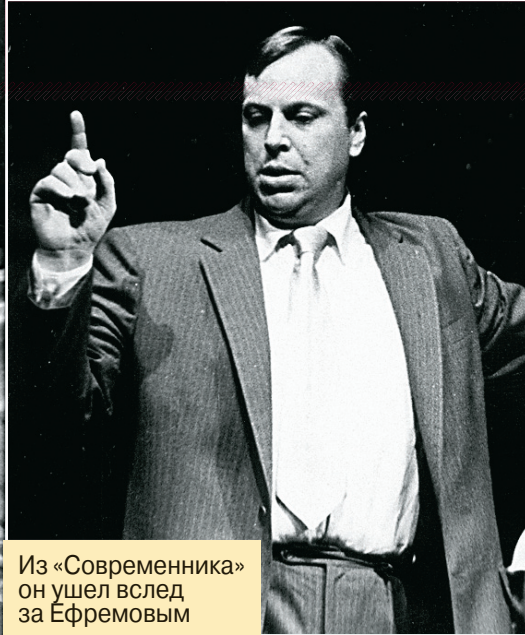


ФОТО И. ГНЕВАШЕВА

Из «Современника» он ушел вслед за Ефремовым

ского... Мы не съехались из-за Вари – жить втроем в крошечной квартире было невозможно. Все откладывали на потом наш съезд – когда поставим Варю в известность, когда сообщим Татьяне Васильевне, когда он заработает какие-то деньги, чтоб купить двухкомнатную квартиру... Мы все ждали. И никто в этом не виноват...

Так незаметно мы с Юрой расстались. Я чувствовала, как он отдаляется. Если бы жили вместе – все было бы, конечно, по-другому. Но я не думаю, что продлилось бы долго – Юре, по большому счету, никто не был нужен. А я все-таки максималистка. Да и вообще во все это я не верила. В то, что все может быть на самом деле...

Понимаю: в том, что меня считали фиктивной женой, во многом я сама виновата. После смерти Юры, на второй день, я приехала на улицу Гиляровского. И увидела его маму в обморочном состоянии – оказывается, у ее сына была жена! Кто такая? Все не верила...

Уже после похорон я ей подтвердила: «Да, я фиктивная жена!» Потому что ради Юры не хотела больную женщину еще больше расстраивать. Поехала, подписала все документы, отказалась от всех прав на имущество, квартиру. Попросила только на память недописанную Юрой картиночку астрологического Змея. И мне ее дали...

## Близкая подруга Кларисса Столярова: «Врачи были в смятении – ведь они ошиблись...»



ФОТО Н. БОВРОВОЙ

– Мы познакомились в 1984 году. Во МХАТе тогда собирались ставить спектакль «Юристы» по пьесе Рольфа Хоххута. Это произведение нужно было в некоторой сценической редакции. И так как руководители МХАТа были моими близкими друзьями, то Олег Николаевич Ефремов пригласил меня и сказал:

– Вот пьеса. И ты уж сама там распорядись с актерами. Ты же знаешь наших артистов, может быть, что-то и подскажешь...

Я согласилась. Взяла пьесу, прочитала, сделала сценическую редакцию и предложила роли актерам МХАТа, которых знала очень хорошо, – Борису Щербакову, Елене Прокловой. Олег Табаков, которого я наметила на главную роль, – вообще мой друг юности... В общем, у меня все роли хорошо разошлись. И приглашенный немецкий режиссер Гюнтер Флеккенштайн остался доволен моим выбором актеров.

На роль Хеммерлинга из службы безопасности Олег Ефремов посоветовал Богатырева. Я тогда его совершенно не знала, и поначалу отнеслась настороженно. В фильме «Два капитана», где Юра играл подлека Ромашова, он настолько убедительно это делал, что я ненавидела его всей душой. Поэтому, когда Ефремов такое предложил, я ахнула. Но мы начали работать над этим спектаклем. А после совершенно очаровательного вечера в гостях у Юры на улице Гиляровского я поняла, что он совсем не Ромашов. Богатырев был так доброжелателен, так внимателен, так заботлив, что я оказалась просто очарована его человеческими качествами. С этого момента и началась наша очень серьезная и большая дружба...

### «В больнице его «зашили»

Однажды в театре произошла не очень приятная история. Некоторые пагубные наклонности Юры привели к тому, что как-то он пришел на спектакль в очень плохом состоянии. И мне стоило большого труда привести его в форму – помогли компрессы, душ... И он вышел играть.





«Дон Сезар де Базан». Последняя роль...



БОГАТЫРЕВ  
ЮРИЙ ГЕОРГИЕВИЧ  
-1947 - 1989-  
Народный артист РСФСР

Актер похоронен на Ваганьковском кладбище

Первый раз нам удалось привести его в чувство. Но в следующий раз мы уже не сумели ничего исправить. Юра просто не мог выйти на сцену. Спектакль пришлось отменить.

Скандал вышел серьезный – зрители очень возмущались. Я поняла, что это дело надо срочно замять. На следующий день я уложила Богатырева в больницу, там его привели в порядок. Но злоупотребление алкоголем вызвало у Юры серьезные проблемы с давлением – оно стало скачущим. И нервная система очень расшаталась.

В больнице его «зашили». Хватило надолго. После этого у него был довольно спокойный период, мы продолжали часто общаться. И он ко мне приезжал, и я у него бывала, тем более мы оказались почти соседи: я жила у станции метро «Щербак-овская», он – на улице Гиляровского. Он приходил и оставался допоздна. Причем мог сидеть в кресле, разговаривать, а потом просто в нем заснуть...

### «Тот Новый год стал рубежом в наших отношениях»

Новый 1989 год мы встречали вместе. Я была после операции. И Юра привез красного вина «Бычья кровь», бутылок 15 – по совету врачей.

– Вот, нашел только это. Это тебе на курс лечения... А это

нам на Новый год. – и открывает вторую сумку. Там позвякивают бутылки три шампанского, столько же коньяка. Я в ужасе:

– Ты что, с ума сошел? Как мы это одолеем?

– А ты что, думаешь, только одну ночь мы будем гулять? Мы будем долго-долго праздновать: с 31 декабря до Старого Нового года. Так что нам еще придется пополнить запасы...

И мы встретили вдвоем этот Новый 1989 год. И этот Новый год стал рубежом в наших отношениях, в эту ночь произошли серьезные изменения. Если раньше Юра мог меня поцеловать чисто по-дружески, то сейчас меня уже целовал не друг, а мужчина. И Юра начал вести разговоры о том, что нам придумать, чтобы быть рядом...

### «Жуткое стечение обстоятельств...»

И вот наступил этот страшный день – 2 февраля. Мне позвонили ночью – я приехала на улицу Гиляровского, когда там еще были врачи скорой помощи. Я была в шоке:

– Что происходит? Почему он не позвонил мне раньше?

Мне объяснили:

– Он хотел, но его отговорили...

Врачи были в смятении – ведь они ошиблись...

Чем бы я могла помочь? Сейчас остается только предпола-

гать. Но, прежде всего, приехав, я, конечно, сразу же позвонила бы его лечащему врачу Екатерине Дмитриевне Столбовой и проконсультировалась бы с ней. Могла что-то и сама посоветовать врачам – ведь, кроме меня, никто не знал, какие препараты Юра принимал. А так, по жуткому стечению обстоятельств, транквилизаторы, которые вкололи ему врачи, наложились на тонизирующие лекарства, которые он принимал вечером. Плюс, конечно, алкоголь...

...Я знала, что он мечтал о роли Обломова, а сыграл Штольца. В те страшные дни моя дочь, художница по костюмам, сшила темно-бордовый «обломовский» халат, затем в мастерских театра его быстро «подстарили». И мы положили его к Юре: прикрыли его ноги «обломовским» халатом – как символом его несбывшейся мечты, незавершенной жизни... ■



Отрывок из книги Натальи Бобровой «Юрий Богатырев: чужой среди своих» (издательство «Центрполиграф»).





# ФУД-МЕ



**Юлианна Плискина,**  
эксперт по здоровому питанию,  
автор книги «Мифоеды»

Семинары по тайм-менеджменту и правильной организации времени набирают все большую популярность, как среди офисных служащих, так и среди любознательных домохозяек. Но почему-то в распорядок новой проактивной жизни недавней выпускницы школы управления временем вписано все: встречи, звонки, долгосрочные и краткосрочные рабочие цели, даже поход к ветеринарному врачу... Все, кроме плана здорового питания.



**Как успевать  
есть и работать?**

**П**олучается, что одна часть жизни теперь находится под строгим контролем, а другая так и продолжает существовать в хаосе? С этими быстрыми завтраками, перекусами на ходу, вредными обедами, ненормированным режимом питания и поздними ужинами? Так дело не пойдет, потому что качество нашей жизни напрямую зависит от здоровья, которое складывается в том числе и из принципов здорового питания. Именно поэтому в этой статье в максимально доступной форме будут раскрыты принципы организации правильного режима питания в условиях мегаполиса.

## С чего начать?

Какой режим питания оптимален для современного человека с учетом того, что продолжительность активного дня составляет примерно 12-13 часов? Регулярный и сбалансированный! Ведь на протяжении всего этого времени нам просто жизненно необходимо чувствовать себя бодрой, активной и полной сил.

**Вам понадобится:** ежедневник или специальный блокнот питания, контейнеры для транспортировки еды.

Начните заполнение ежедневника с планирования времени для завтрака, обеда,

ужина и двух перекусов. Составьте список покупок на неделю, чтобы всегда было что прихватить с собой на работу в качестве перекуса. Поверьте, не только ваш организм будет вам несказанно благодарен, но и ваше окружение увидит перед собой совсем другого человека - менее раздражительного, более жизнерадостного и эффективного.

Всего несколько правил планирования режима питания в вашем распорядке дня заметно улучшат работу желудочно-кишечного тракта, поспособствуют хорошему аппетиту и правильному усвоению пищи.



# НЕДЖМЕНТ

## 6 правил рационального фуд-менеджмента

### Правило № 1

Интервал между приемами пищи не должен превышать 4-4,5 часа.

### Правило № 2

Минимальный перерыв между приемами пищи должен быть не менее трех часов.

### Правило № 3

Питайтесь в одно и то же время (в пределах полчаса).

### Правило № 4

Увеличивайте недостающий объем пищи за счет овощей и фруктов.

### Правило № 5

Суточный объем пищи вместе с выпиваемой жидкостью должен быть в пределах 2,7-3 кг.

### Правило № 6

Распределяйте калорийность рациона следующим способом:

- Завтрак - 25%;
- Второй завтрак - 8%;
- Обед - 35%;
- Перекус (полдник) - 7%;
- Ужин - 25%.



## А теперь составим примерное меню по приведенной схеме...

### Правильный завтрак - залог активного дня!

Объем - 25% суточной калорийности рациона. Масса порции: 350/400 г - основное блюдо, 200 г - горячий напиток.

На протяжении 8-10 часов сна наш организм отдыхал, поэтому первый прием пищи должен быть достаточно плотным и калорийным, ведь наша основная задача - обеспечить организм необходимым количеством энергии. Именно на завтрак должна приходиться четверть суточного рациона.

### Рекомендуемые блюда (на выбор):

- Омлет;
- Каши;
- Вареные яйца;
- Сырники;
- Йогурт с мюсли на основе овсяных хлопьев, семечек, орехов и сухофруктов.

Второй завтрак - пополняем энергетические запасы организма во время рабочего перерыва.

Объем - 8% суточной калорийности рациона. Масса порции: 150-200 г. Принятая пища должна быть легкой, она не должна отвлекать излишние силы на ее переработку, в противном случае, вы сразу же почувствуете сонливость и вялость, а работоспособность вашего организма снизится.

### Рекомендуемые блюда (на выбор):

- Творожная запеканка;
- Творог с фруктами;
- Йогурт с хлебцами;
- Зеленый овощной салат с цельнозерновым хлебом.



Правильный завтрак не должен превышать 25% суточной калорийности рациона





Обед должен быть сытным, но не жирным



- Белое постное мясо со свежими овощами;
- Белая рыба с овощным салатом.

\*\*\*

Не забывайте, что во сне процессы переваривания замедляются и пища плохо усваивается. Обильный ужин с животным белком сделает ваш сон беспокойным и неглубоким, следовательно, и подъем с утра будет не таким бодрым, как хотелось бы!

Надеюсь, эта статья поможет вам освоить пищевой тайм-менеджмент, чтобы правильно организовать режим питания и сделать ваш рацион более сбалансированным, а жизнь - качественной. ■

## Обед - восполняем затраты организма в течении рабочего дня.

Объем- 35% суточной калорийности рациона. Масса порции: 300 г - первое, 300 г - второе (150 г основное блюдо и 150 г гарнир), 200 г - напиток.

### Рекомендуемые блюда:

- Легкий вегетарианский суп;
- Салат из свежих или вареных овощей;
- Запеченное, отварное, тушеное нежирное мясо, рыба, говядина с овощным или крупяным гарниром;
- Ржаной хлеб;
- Компот, зеленый чай.

## Полдник - 2-й перекус, чтобы не переесть во время ужина.

Объем - 7% суточной калорийности рациона. Масса порции: 150 г.

### Рекомендуемые блюда:

- Кефир, молоко, йогурт;
- Цельнозерновая булочка;
- Фрукты.



## Ужин - не позднее, чем за два часа до сна.

Объем - 25% суточной калорийности рациона. Масса порции: 250-300 г (100/150 г основное блюдо и 150 г гарнир), 200 г - напиток.

**Совет:** если на ужин вы будете употреблять мясные, рыбные или жирные блюда, то прием пищи должен быть не менее, чем за три часа до отхода ко сну.

### Рекомендуемые блюда:

- Творог;
- Яйца вареные;
- Овощи;
- Ржаной хлебец;
- Макароны из цельных сортов пшеницы с овощным соусом;



Ужинать нужно не позднее, чем за 2-3 часа до сна



**ВНИМАНИЕ!**

## На журнал «Откровения звезд» открыта подписка!

Подписаться на 1-е полугодие 2017 года можно во всех почтовых отделениях России.

- Подписной индекс в Каталоге Российской Прессы – 16636.

Подпишитесь на любимый журнал прямо сейчас!





# ТЕОРИЯ ЗАГОВОРА:

## «Продукты - калорийные бомбы»



Продукты, от которых толстеешь как на дрожжах, знают все. Их можно пересчитать на пальцах одной руки: сладкая газировка, булка, торты, фастфуд, чипсы. Но есть еще восемь продуктов, от которых, как нам кажется, никогда не поправишься. И мы зря так думаем...

**1** Все знают: соблюдая диету, надо есть **кабачки, цветную капусту и брокколи**. Вкусно и некалорийно. Понятно, что никто не ест эти овощи в сыром виде. Если кабачки - то часто в виде икры. А вы знаете, что калорийность сырого кабачка всего 25 ккал в 100 г, а икры кабачковой - 100, то есть в четыре раза больше?!

**2** Многие думают, что самый калорийное первое блюдо - это борщ. Нет! **Гороховый суп** в два раза калорийнее борща. 66 ккал на 100 граммов против 32. Снизить калорийность горохового супа можно, если готовить его не из сушеного гороха, а из зеленого.

**3** Как вы думаете, что полезнее для фигуры - съесть **зефир или яблочко**? Правильный выбор - зефир. В одной зефирке всего 130 ккал. В банане - 180. А в красном яблоке среднего размера - и вовсе 200!

**4** Все знают - **овсянка** очень полезна. И поэтому едят ее все, даже худеющие. А между прочим, в 100 граммах геркулеса - 300 килокалорий. А в стакане кока-колы - всего... 82. А все потому, что мы кладем в кашу молоко, масло и сахар.

**5** Любимый многими **капучино**. Казалось бы, что тут такого - кофе, молоко и немного сахара.

Однако калорийность капучино составляет около 110 ккал на 100 граммов продукта. Это значит, в чашке объемом 150-220 мл содержится приблизительно от 170 до 235 ккал. Больше, чем в гамбургере!

**6** Казалось бы, что может быть полезнее **йогуртов**? Их покупают 8 из 10 сидящих на диете женщин. И при этом в банке йогурта 162 калории, а в маленькой пачке чипсов - всего 132. В йогурте содержится даже больше жира, чем в мороженом!

**7** Многие на диете едят **суши**. Кажется, что там - рис да рыба. На самом деле порция роллов по калорийности может быть выше, чем свиной шашлык! Некоторые из них содержат 500 и более ккал на 100 граммов.

**8** **Изюм** - самая настоящая калорийная бомба. В круассане с шоколадом - 65 килокалорий. В глазированном пончике - 195. А в маленькой упаковке изюма - аж 264!

## ПЕНСИОНЕРАМ!

• до 4 000 000 рублей сразу и до 20 000 рублей ежемесячно

• помощь по дому  
• уход в случае болезни

**ПО ДОГОВОРУ РЕНТЫ**

**ЖИЛСОЦГАРАНТИЯ**

Москва,  
ул. Бакунинская, **Нам 21 год!**  
дом 58

**Звоните! (495) 626 45 55**

Реклама





## Как выбрать правильный хлеб?



Если раньше хлеб делился на белый и черный, то сейчас его появилось великое множество. Аромат разнообразной выпечки манит. Но как не потеряться в сортах и не стать жертвой моды?

**1.** Хлеб можно выпечь двумя основными способами: на дрожжах и на закваске. Второй считается исконным, натуральным, а потому в большой моде у любителей органики и здоровой пищи. Но если спорождает предложение, то возникает – желание на нем нажиться. Хлеб на закваске **не может быть столь же пышным**, как и дрожжевой. Если он рыхлый, воздушный и ощутимо приподнят, то в тесто добавили ударные дозы соды. Здоровым такой хлеб никак не назовешь!

**2.** Опасность дрожжей в хлебе основана на их **якобы ненатуральном происхождении**. Каждому ценителю ЗОЖ известен ГОСТ 171-81. Согласно ему, дрожжи изготавливают с помощью таких неаппетитных компонентов, как сульфат аммония, аммиак водный, калий хлористый и даже серная кислота! Однако биологи в один голос утверждают, что в основе дрожжей – естественный микроорганизм, выращенный на свекольной мальтозе. И как бы то ни было, он обречен на гибель

или в хлебопекарной печи, или в агрессивной среде желудка.

**3.** Не меньшим спросом пользуется и хлеб с отрубями. Действительно, отруби – это любимое лакомство бактерий, которые населяют нижний отдел кишечника. Они – часть нашего иммунитета. Но хорошая идея тоже стала способом наживы. Натуральный хлеб с отрубями **выпечен из неочищенной пшеницы**. Большинство же предлагаемых хлебов делается из обычной рафинированной муки, а отруби сыплют в тесто лишь на последнем этапе. Того же эффекта мы можем добиться, просто добавляя в рацион пищевые отруби.

**4.** **Плесень на хлебе**, в отличие от плесени на сыре, чрезвычайно опасна. Она появляется на пятый день после выпечки. Если батон испортился раньше, значит, он залежался в подсобках и не почерствел только из-за большого количества добавок.

**5.** Если у хлеба **кислый запах**, это значит, что в пекарне переборщили с дрожжами.





# ГОЛОВА!

**6.** В крупных торговых сетях есть свои мини-пекарни. Часто они продают теплый, ароматный, но импортный хлеб. Как его можно довести в таком виде? Разгадка проста: хлеб **в торговые сети поступает замороженным**. В пекарнях его просто разогревают. Но следует знать, что в тесто такого хлеба добавлен дополнительный глютен, чтобы при шоковой заморозке не произошел разрыв клеточных стенок.

**7.** Как это ни странно звучит, но хлеб натуральнее не из частных мини-пекарен, а с крупных хлебзаводов. Полный цикл выпечки – это 24 часа. Только промышленные гиганты способны выдержать такой расход и извлечь прибыль. Мини-пекарни работают по другому принципу. Они пекут хлеб утром и продают его в течение дня. Поэтому в

тесте им **не обойтись без искусственных добавок**, ускоряющих созревание теста.

**8.** **Температура хранения** хлеба - 18-22°C, влажность - 70%. Лучше всего для этих целей подходит деревянная хлебница. В холодильнике хлеб черствеет быстрее. А если он хранится при этом в пакете, то образуется конденсат.

**9.** Ржаной и пшеничный хлеб **стоит хранить отдельно**. Это нужно из-за разной влажности двух сортов. Иначе более сухой белый будет набирать влажность у более влажного черного.

**10.** Для электрических **хлебопечек** лучше делать тесто самостоятельно, а не использовать готовые смеси. Ведь в них тоже есть масса улучшителей и искусственных добавок. ■



**Плесень на хлебе чрезвычайно опасна**

страна  fm

СЛУШАЙ! СМОТРИ!  
СТРАНА FM — ВСЁ К ЛУЧШЕМУ!

МОСКВА 89,9 FM  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГ 102,0 FM  
ВЫБОРГ 98,8 FM  
САМАРА 91,5 FM  
ЛУГА 100,8 FM

**СЛУШАЙ!** **СМОТРИ!**

12+ РЕКЛАМА

Телефоны рекламной службы в Москве:  
+7 (495) 276-12-24 +7 (495) 276-22-56





**Время приготовления  
блюда - 1 час**

## ТУШЕНЫЙ КАБАН С ГОРОХОВЫМ СТУДНЕМ

### Надо:

200 г гороховой муки, 100 мл теплой воды, 1 ст. л. топленого масла, 1 луковица, 1 ст. л. кедровых орехов.

Для мяса: 500 г кабанятины или свинины, 1 ст. л. топленого масла, 1 ч. л. меда, 3 ст. л. портвейна, 3 ст. л. моченой брусники, соль, перец, чеснок - по вкусу.

### Приготовление:

В миску наливаем теплой воды, засыпаем гороховую муку и тщательно размешиваем, чтобы не было комочков. Нарезаем кубиками лук и в сотейнике обжариваем до золотистой корочки. Добавляем кедровые орешки и заливаем гороховой смесью. Варим на медленном огне до загустения, постоянно помешивая. Солим и перчим. Смазываем формочки топленым маслом, заливаем гороховой смесью и отправляем в холодильник. Мясо нарезаем поперек волокон и отправляем на сковороду - в разогретое сливочное масло. Обжариваем со всех сторон до золотистой корочки. Добавляем измельченный чеснок и моченую бруснику. Затем вливаем немного портвейна и добавляем мед. Даем немного времени потомиться, и блюдо готово!



**Время  
приготовления  
блюда - 1 час**

## КАЧАПУРИ ПО-АДЖАРСКИ

### Надо:

Для начинки: два вида сыра (имеретинский и сулгуни), сливочное масло, 3 яйца.

Для теста: 1 ч. л. сухих дрожжей, щепотка соли и сахара, 1 яйцо, стакан теплой воды, 2 ст. л. растительного масла, 500 г муки.

### Приготовление:

Насыпаем муку горкой, сверху делаем небольшое углубление, добавляем туда дрожжи, соль, сахар, ложку растительного масла, теплую воду и оставляем на две минуты. Затем замешиваем тесто и даем время ему подняться. Далее раскатываем тесто не очень тонко и сворачиваем в лодочку (с двух сторон заворачиваем края к центру, а по бокам защипываем). Натираем на крупную терку два вида сыра, добавляем яичные белки, хорошо перемешиваем и выкладываем начинку в лодочку из теста. Отправляем на семь минут в духовку, затем выкладываем яичные желтки, сливочное масло и снова отправляем на пару минут в духовку.



**Время  
приготовления - 1 час**

## ВЕЛЛИНГТОН А-ЛЯ РУС ИЗ ЛОСОСЯ

### Надо:

200 г краснокочанной капусты, 300 г филе лосося, 1/2 яблока, 50 г сливочного масла, 50 г растительного масла, 20 г муки, лист слоеного теста, 25 мл трюфельного масла, 5 ломтиков бекона, лайм, яйцо.

### Приготовление:

Капусту нарезаем тонкой соломкой и отправляем обжариваться на растительном масле с чесноком (один зубчик). Затем добавляем яблоко, натертое на крупной терке, поливаем соком лайма, солим, добавляем сливочное масло, перемешиваем и снимаем с огня (убираем предварительно чеснок). Тонко раскатываем тесто. Ломтики лосося сворачиваем в бекон, смазываем трюфельным маслом. Кладем на тесто, поверх выкладываем обжаренную капусту с яблоками, заворачиваем и защипываем края. Рулет смазываем взбитым яйцом и отправляем в духовку при температуре 180 градусов до готовности (30-40 минут).



# раммы «Поедем, поедим!»»



Время приготовления блюда - 45 минут

РАДИ РЕДКОГО РЕЦЕПТА НЕУТОМИМЫЙ АНГЛИЧАНИН ДЖОН УОРРЕН КОЛЕСИТ ПО ГОРОДАМ И ВЕСЯМ. А ТЕПЕРЬ ВЕДУЩИЙ ПРОГРАММЫ НТВ «ПОЕДЕМ, ПОЕДИМ!» БУДЕТ ДЕЛИТЬСЯ СВОИМИ НАХОДКАМИ И С ЧИТАТЕЛЯМИ «ОЗВ».



## ПЕСКАДО КОН КОКО

### Надо:

300 г белой рыбы, болгарский перец, 3-4 зубчика чеснока, 50 г муки, 2 стебля сельдерея, пучок кинзы, 2 помидора, 200 мл кокосового молока; орегано, зира, соус сальса, соль и перец по вкусу.

### Приготовление:

Мелко нарезаем болгарский перец, чеснок, помидоры и сельдерей. Рыбку солим и перчим, обволакиваем в муке и обжариваем на растительном масле с двух сторон до румяной корочки. Как рыбка обжарится, выкладываем ее на тарелку и готовим соус. В сковороду наливаем кокосовое молоко, отправляем туда помидоры, перец, сельдерей и чеснок. Как только молоко закипит, солим, добавляем приправы и порубленную кинзу. Затем погружаем в соус рыбку и томим минут 10 на медленном огне. На отдельную сковороду отправляем обжариваться мелко нарезанный лук, тыкву, сельдерей, кинзу и немного болгарского перца. Далее добавляем отварную красную фасоль, две ложки томатной пасты и немного бульона, в котором варилась фасоль, солим, приправляем орегано и чесноком. Томим до кремовой консистенции, подаем с рыбкой и отварным рисом.

## КРАБ ПО-СИНГАПУРСКИ

### Надо:

Для краба: 2 краба в мягком панцире, 200 мл бульона краба, 300 г креветок, 100 г кукурузного крахмала, 1 яйцо, 40 мл кукурузного масла, 6 г чеснока, 60 г соуса чили, 20 г перца чили, арахисовая паста по вкусу.

Для булочек: 500 г муки, 230 мл воды, 6 г дрожжей, 3 г соли, 20 г сахара, 3 г разрыхлителя.

### Приготовление:

Краба очищаем от икры и внутренностей, тщательно промываем в проточной воде. Разогреваем сковороду с кукурузным маслом, добавляем тертый чеснок, чили пасту и красный перец. Затем отправляем краба и креветки, заливаем бульоном и добавляем арахисовую пасту и сахар. Тушим под крышкой 5 минут. В самом конце добавляем кукурузный крахмал, желток и немного кукурузного масла. Варим до загустения. Для булочек смешиваем муку, соль, сахар и разрыхлитель. Отдельно разводим дрожжи в теплой воде. Затем смешиваем дрожжевую смесь с мукой и разрыхлителем, солим и добавляем сахар. Замешиваем тесто. Готовое тесто накрываем пищевой пленкой и оставляем в теплом месте на 1 час. Далее тесто раскатываем, смазываем водой, заворачиваем в колбаску и нарезаем на небольшие кусочки. Оставляем на 40 минут, а затем обжариваем их в большом количестве растительного масла в течении 20 минут.



Время приготовления блюда - 1 час 30 минут

## БУУЗА

### Надо:

3 стакана муки, 2 яйца, 300 г говядины, 150 г свинины, луковица, 4 зубчика чеснока, 20 г растительного масла; куркума, соль и перец - по вкусу.

### Приготовление:

В муку добавляем яйца, соль и смешиваем с водой. Готовое тесто заворачиваем в пищевую пленку и даем немного отдохнуть. Мясо нарезаем мелкими кубиками, добавляем мелко нарезанный лук и чеснок, солим, перчим и хорошо перемешиваем. Тесто тонко раскатываем и вырезаем кружочки пиалой. На серединку кружочка выкладываем начинку и защипываем края так, чтобы осталось сверху отверстие. Смазываем буузы растительным маслом и отвариваем на пару под крышкой.

Время приготовления краба - 15 минут, булочек - 2 часа





# Гороскоп на две недели от Серафимы Золотаревой

(Эксперт канала ТВ-3)

С 8 по 22 марта

**8-15 марта - очень благоприятный период для семейных союзов и любовных отношений. В эти дни стоит избегать одиночества и приобретать новые отношения как личного, так и рабочего характера. 22 марта - самый благоприятный день для достижения своих целей.**

## Овен

Если вы находитесь на лечении, то все сложится для вас благоприятным образом. В начале периода на вас могут свалиться дела, которые вы давно откладывали, но у вас хватит сил все их разрешить. В личных отношениях все стабильно.



## Телец

Тельцам сейчас главное понять, что делу время, а потехе час. Они не прочь отдохнуть, но пришло время действовать, чтобы потом не жалеть о шансах, которые были упущены. Что касается семейной жизни, хочу предупредить, что все тайное становится явным и ваши связи на стороне могут быть разоблачены.



## Дева

Если участвуете в судебном процессе, вам следует подумать о смене защитника, от этого будет зависеть исход дела. Возможны выгодные, на первый взгляд, предложения, но они не принесут успеха. Не стоит спешить с решениями и в личных отношениях. От вас будет зависеть, закончится ссора примирением или разводом.



## Козерог

К сожалению, вам предстоит сложный выбор между семьей и работой. С одной стороны, вам поступят очень перспективные предложения, но работа будет занимать все ваше время, возможно, придется надолго уехать в командировку. Вашей половине это очень не понравится. Взвесьте все за и против, и сумейте найти компромисс.



## Близнецы

Бойтесь быть обманутыми. Если вы сомневаетесь хоть на один процент, стоит выбросить эту идею из головы. Вас могут предать даже очень близкие друзья, и это будет касаться денежной сферы. Так что будьте бдительны. Этот период может быть очень благоприятен для вас, но надейтесь только на себя.



## Весы

Много работы, много трудностей. Главное - держать эмоциональное равновесие и доказывать свою правоту. Временные сложности будут преодолены. Только не стоит привлекать в свой бизнес супругов, возможно, это приведет к разногласиям. Главное - не забывайте про здоровый сон и правильное питание!



## Водолей

Не пренебрегайте советами близких людей. Вы сейчас запутались во многом и без их помощи можете пойти не той дорогой. Вы слышите, но не слушаете - это большой минус, который может навредить бизнесу и отношениям. Если есть возможность, отдохните, возьмите отпуск и отправьтесь в путешествие.



## Рак

Начало периода (растущая Луна) - время эмоциональных всплесков и беспокойств. Стоит контролировать свои эмоции, они могут плохо сказаться на работе и семейной жизни. Если Раки что-то задумали новое, стоит перенести планы на конец месяца. Не стоит завязывать романы на рабочем месте - рискуете потерять и работу, и любимого человека.



## Скорпион

Скорпионов ожидают творческие успехи, если они связаны с искусством. Легкий и беспроблемный период с одной стороны, но стоит позаботиться о своем здоровье. Не откладывайте поход к врачу, который вы давно намечали. У семейных пар в этот период возможна новость о прибавлении.



## Рыбы

Вы чувствуете себя самодостаточными, такими и являетесь. Все это время вы зарабатывали, теперь пришло время пользоваться плодами своей работы. Возможна благоприятная покупка недвижимости. Вообще, вы будете купаться в море благоприятных и положительных эмоций. А ваше положение в обществе укрепит еще сильнее. ■



## Лев

Могут произойти резкие перемены по всем фронтам, но у Львов достаточно стойкости, чтобы с достоинством это пережить. Несмотря на





## Стрелец

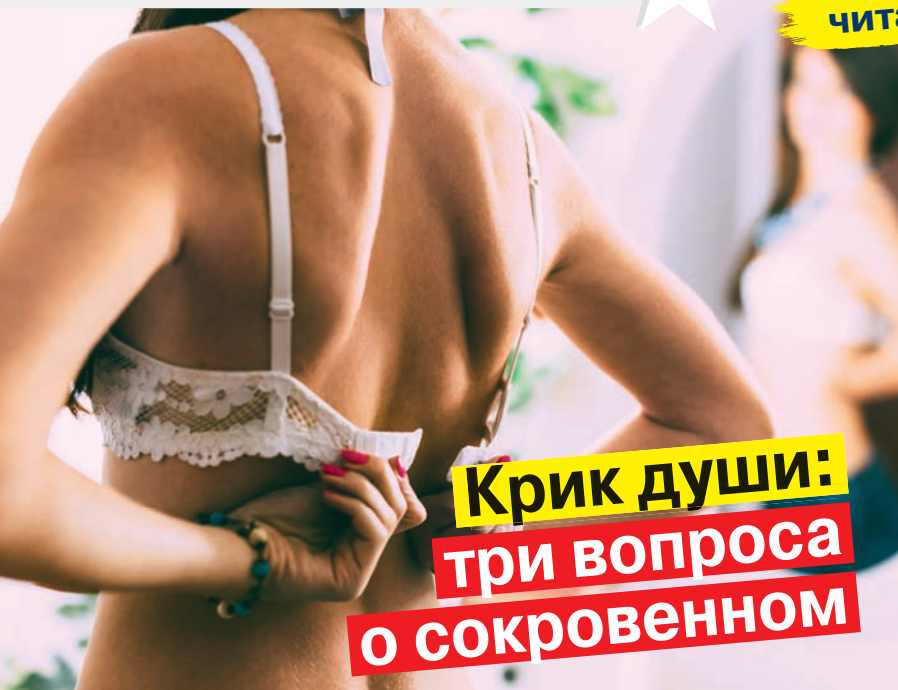
Самое время подумать о семейной жизни и сделать предложение любимой или же принять таковое. Не надо





▼	Проспект на парижский манер	▼	Аркан ковбоя	Поиски дичи с дробовиком за плечами	▶		▶		
▶							Суп из барашка	Город-курорт на Черном море	▶
	По ту сторону фронта		Перелом в экономике	<b>1</b>	▶				
	Лента-“прилипала”	▶	▼				Сарай, где “обезвоживаются” снопы	Раскраска лица актера	▶
▶				Два певца и баянист	▶				
Веселый раздел в газете		Собачья физиономия		Ивовая “наставница”		Великая китайская ограда	<b>2</b>		Изображение на фотопленке
Пеший распространитель прессы	▶						▼		▼
Овечья шерсть		Кайф гурмана		Надпись на кинокадре	▶	Предмет, которому посвящена лекция			
▼		▼		▼				Спец по разведке полезных ископаемых	
	Высшая мера наказания		СМИ для ушей		▶	Он же афроамериканец			
	Вия, снявшаяся в “Театре”	▶	▼						И лайка, и шевро
▶		▶			Заготовка для шкварок	Место глухариных сборищ	▶		
Приз голливудскому фильму		<b>1</b>			▶				
▶				<b>2</b>		Самый острый на кухне	▶		
Рулон бумаги для ремонта		Вилы как рыболовная снасть	▶						





## Крик души: три вопроса о сокровенном



### Татьяна Булатова

Автор многочисленных романов в жанре современной прозы. Основной лейтмотив творчества автора – уникальные жизнеутверждающие истории о жизни семьи, где главная героиня – женщина.

Мы продолжаем нашу рубрику, в которой популярные писатели и психологи отвечают на вопросы читателей. Две точки зрения на одну проблему: мужская и женская, два авторитетных мнения, которые, не сомневаемся, помогут вам разобраться в жизненных неурядицах.



*Здравствуйте! У меня проблема.*

*Дело в том, что буквально на днях я спросила у мужа, хотел бы он, чтобы я что-то изменила в своей внешности. На что он мне ответил: да, хотел бы, чтобы грудь поправила. Я была, конечно, в шоке, думала, он скажет, что во мне все прекрасно. Теперь сомневаюсь, что устраиваю его, хоть он и говорит, что любит. Женаты мы год. Подскажите, как его понимать?*

*Альбина, 29 лет*

### Татьяна Булатова:

- Поздравляю вас, дорогая Альбина, именно так и выглядит встреча с реальностью. И не потому, что у вас какая-то не та грудь, а потому что в голове – набор ложных представлений о себе и о своем партнере. Что вы хотели услышать на самом деле? Как вы прекрасны? Тогда так и говорите. Мужчина в

принципе не может догадаться о том, какова ваша истинная потребность. Вопрос о том, что можно исправить в вашей внешности, способствовал обнаружению фантазий, которых в голове у каждого мужчины предостаточно! Ну, например, грудь должна быть такой, талия другой, ноги вообще должны «произрастать» из подмышек... Поверьте, как только вы спросите: «Что не так с моей грудью? Что тебе в ней не нравится?» - вы тут же получите ответ: «Все так. Все нравится». Так стоит ли расстраиваться из-за проблемы, которой в реальности не существует? Может быть, просто поработать над формулировками?

### Петр Смирнов:

- Он и правда вас любит. И готов говорить те слова, которые вы желаете услышать от него и ждете. Просто в начале супружеских отношений мужчина и женщина учатся понимать друг друга. Видеть друг друга, слышать. В этот период они

пробуют разные формы общения и взаимодействия, и важно научиться заявлять о своих желаниях и потребностях, показывать свои чувства. Понять своего мужа просто: каков вопрос - таков ответ. Если спросить: «Хочешь ли ты, чтобы я что-то изменила в своей внешности?» - ответ будет: «Хочу!» А что хотите вы?! Мне показалось, что своим вопросом вы хотели подтверждения, что с вами все отлично, что он вас любит и принимает. Может быть, ему стоит об этом знать? И потом, мы все порой бросаем неосторожные слова, которые на самом деле не несут того смысла, который вкладывают в них другие. Если вас беспокоит, устраивает ли вы его - можете поговорить с ним об этом без заискиваний и наездов, рассказав при этом, что вы чувствуете. Можно также сказать ему о том, что вам хочется слышать от него комплименты, что так вы будете чувствовать себя более уверенной, более счастливой и любимой. Уверен, впереди у вас долгая и счастливая семейная жизнь.





## Петр Смирнов

Психолог. Сертифицированный специалист в области психологического консультирования и трансперсональной психологии. Специалист по работе с зависимым и созависимым поведением.

*Добрый день. С мужем живем вместе почти 10 лет.*

*Последнее время с ним что-то случилось: стал просить изменить ему, а потом рассказать во всех подробностях и деталях. С пристрастием пытается выпытать, какой у меня был секс с мужчинами до него. Зачем ему это? И как обыграть всю эту ситуацию, чтобы измены не было, но и чтобы мужу угодить? Конечно, если в этом есть смысл...*

**Юлия, 32 года**

## Татьяна Булатова:

- Не поддавайтесь на провокацию, Юлия! Будете ли вы рассказывать об измене реальной или вымышленной, в конечном итоге конфликта с мужем вам все равно не избежать. Компромисс в семейной жизни, безусловно, необходим, но всегда двусторонний. Иначе – это «игра в одни ворота». Вам 32

года. Неужели в этом возрасте, когда вы молоды и прекрасны, так хочется потакать мазохистским наклонностям супруга?! Подумайте о себе: действительно ли вы готовы играть в такие игры? Принесут ли они вам удовольствие? Вы вправе поступать так, как вам хочется, потому что сексуальные отношения должны приносить радость обоим партнерам. Позаботьтесь о себе!

## Петр Смирнов:

- Подобное поведение называется синдромом провоцирующей измены. Чаще всего он встречается у мужчин среднего возраста, проживших в браке 5-10 лет. Многие жены пугаются такого поведения и начинают воспринимать подобные просьбы, как желание мужчины покрыть свои измены. На самом же деле мужчина, склоняющий свою супругу

к измене, очень любит свою жену, со стопроцентной вероятностью верен ей и очень сильно боится ее потерять. Подобное поведение и объясняется страхом потерять свою жену. Но иногда наши самые сильные страхи превращаются в наши желания. Страх разрыва с женой настолько мучителен, что он просит сделать то, чего боится, чтобы хоть как-то снять невыносимое напряжение. Это ни в коем случае не расстройство, а механизм защиты - многократное проигрывание пугающей ситуации с целью ослабить напряжение. Так как супруг уже попросил вас, думаю, вам стоит с ним об этом поговорить. Можете смело сказать ему о своих чувствах на этот счет. Если же видите серьезную проблему, то стоит обратиться за личной консультацией к специалисту.



## Илья Н. ГЕРМАН

Маг-профессионал

Решение вашей проблемы  
в день обращения за помощью

В 2016 году И.Н. Герман признан самым сильным магом России по результатам независимых социологических опросов

- **Инвальтированный 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.

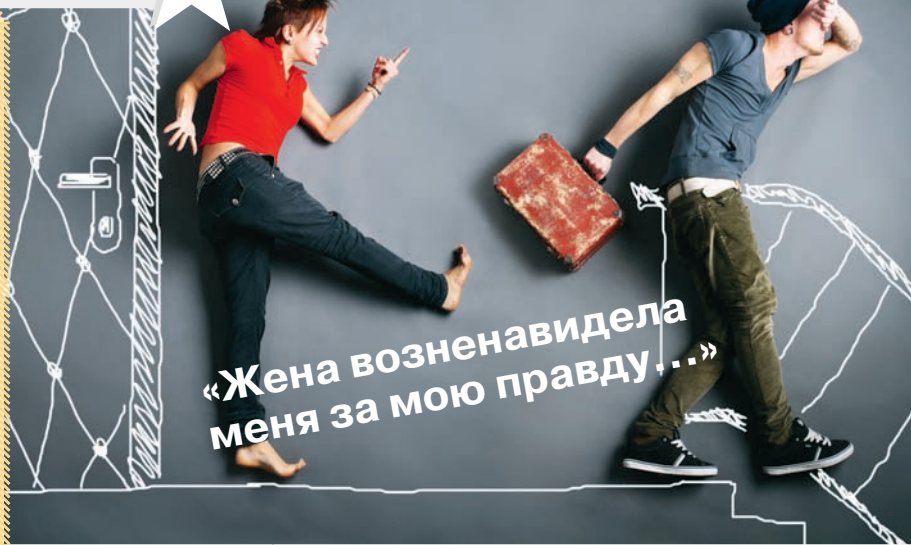
Тел.: 8 (495) 743-96-04, 510-92-02, 649-41-44 [www.igerman.ru](http://www.igerman.ru)  
Прием без выходных и праздников, м. «Кропоткинская», Пречистенский пер., д. 7





*Я женат, живем вместе около восьми лет, есть шестилетний сын. Но вышло так, что жена ревнует меня к компьютеру. В свое время я увлекся онлайн-играми, начал в них флиртовать, заниматься виртом. Обменялся номерами с несколькими девушками. Было даже свидание, но без секса - больше от скуки ходил, чем думал жене изменить. А вот она мне изменила реально. На одной вечеринке я сильно набрался, жена со своей подругой отвели меня домой, а сами вернулись в клуб. Там она познакомилась с одним парнем... В общем, на следующий день жена во всем призналась. Я был в шоке, спустя несколько дней ее простил. И решил тоже рассказать о своем увлечении. И она возненавидела меня за мою правду, хочет развода. Подскажите, как мне быть?*

**Андрей, 33 года**



**«Жена возненавидела меня за мою правду...»**

## Татьяна Булатова:

- На вашу ситуацию, Андрей, можно посмотреть с двух сторон. Если брать проблему ревности, то можно предположить, что жена ревнует вас не к компьютеру, а к гипотетическим соперницам, о коих вы ей зачем-то рассказали. Но почему-то мне кажется, что ревность здесь - явление вторичное. Поведение вашей супруги явно носит провокационный характер. Возможно, рассказ об измене - это сознательный ход, чтобы

либо разорвать с вами отношения, либо стимулировать ваш интерес к себе. Похоже, ваша супруга по-настоящему растеряна, ибо вместо предложения о разводе или приступа ревности вы продемонстрировали свою готовность простить и даже строить «товарищеские» отношения, к чему она, судя по всему, оказалась не готова. Не исключено, что есть смысл удовлетворить просьбу супруги о разводе, потому что именно в этот момент станет ясна ее истинная потребность: расстаться или сохранить семью. А там - решать только вам.

## Петр Смирнов:

- Сохранение отношений, семьи - дело непростое. Время от времени нужно друг друга прощать, помогать, считаться с мнением и чувствами партнера, иногда давать ему или ей время, а также принимать решение заканчивать отношения и расставаться. Судя по всему, завершение и расставание - не ваш вариант. Ваша супруга, скорее всего,

испытала бурю разных эмоций, когда вы рассказали ей о своем увлечении. Собственно, как и вы, когда узнали об ее измене. Дело в том, что мужчины и женщины по-разному переживают трудные чувства и эмоции. Мужчинам, например, достаточно уединиться, побыть со своими мыслями какое-то время, и решение вопроса или проблемы становится ясным, четким и понятным - переживания проходят, можно сказать, внутри. Женщины же, напротив, переживают во вне, им времени для ослабления эмоционального шторма требуется больше. Отсюда необдуманные слова о расставании. Возможно, стоит подождать немного, пока буря стихнет, а затем снова поговорить. Если же вопрос не терпит отлагательств, сообщите, что хотите сохранить семью, и предложите супруге обратиться за семейной консультацией к психологу. Женщине важно видеть желание мужчины быть с ней и постоянно получать этому подтверждение. ■

Журнал «ОТКРОВЕНИЯ ЗВЕЗД» (ИД «Мир новостей»)

Главный редактор - Николай Кружикин.  
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 170427

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.otzvezd.ru](http://www.otzvezd.ru)

Использование опубликованных  
материалов без письменного разрешения  
редакции воспрещается

ОБЩИЙ ТИРАЖ 205 ТЫС. ЭКЗ.

ИНТЕРНЕТ-ВЕРСИЮ ГАЗЕТЫ  
СМОТРИТЕ НА САЙТЕ  
[WWW.MIRNOV.RU](http://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



**РЕСКЬЮ РЕМЕДИ®**  
СПАСАТЕЛЬНОЕ СРЕДСТВО ПРИ СТРЕССЕ

# Увидеть жизнь с другой стороны

Я сложно выдерживаю социальные перемены. Ограничение возможностей и неудовлетворенность действительностью погружают меня в продолжительный стресс. До недавнего времени я впадала в затяжные депрессивные состояния, когда события вызывали у меня чрезмерное нервное перенапряжение. Но недавно мне удалось найти средства, которые помогают оставаться в строю и не раскисать. Я заметила на витрине аптеки маленький желтый пузырек, на котором было написано **Рескью Ремеди** (перевод с англ.яз - спасательное средство). Мои нервы были в тот момент на пределе и обещающая надпись «поможет справиться со стрессом» подтолкнула меня приобрести **Рескью Ремеди**. Данный препарат способствует облегчению нервного состояния, более спокойному отношению к различным событиям в жизни. Я была очень удивлена, прочитав на упаковке, что этому препарату уже более восьмидесяти лет. Странно, почему я раньше о нем не знала?!

Зайдя на сайт, указанный на маркировке флакона, я познакомилась с очень интересной информацией. Оказывается, чувства и эмоции можно лечить, не только приглушая или подавляя их таблетками и антидепрессантами. Спектр чувств и эмоций очень многообразен. Позитивные позволяют нам реализовываться как личность и совершенствоваться,

негативные бессознательно проникают в наше сознание, тормозят развитие и нарушают гармонию отношений с собой и окружающим миром. К ним относятся такие состояния как страх, обида, гнев, ревность, эгоизм...

Я подумала о том, что мне необходимо избавиться от тех психологических состояний, которые мешают в жизни. Каждое средство в линейке «**Цветы Баха**» имеет описание и индивидуальный лечебный эффект. Например, есть средство от тревоги, от страха, чувства обиды или вины и от всех других нежелательных состояний. С ними нам сложно справиться, они портят нашу жизнь и являются причиной наших неудач и плохого настроения, и даже болезней. **Рескью Ремеди** помогает справиться с волнением, стать более терпимым, уравновешенным и снисходительным.

Узнав больше, оказалось, что **Цветы Баха** популярны во всем мире для лечения заболеваний, возникающих на нервной почве. Сегодня их называют психосоматическими. Созданные в начале прошлого века эссенции из растений английским ученым доктором **Эдвардом Бахом**, помогают справляться как с жизненными переживаниями, так и с психологическими индивидуальными особенностями характера. Препараты созданы из растений и названы именем этого врача (**Цветы Баха**). Вы можете перестать испытывать зависимость от плохого настроения или от нежелательных реакций окружающих, не заикаться на мелочах, всегда находить выход из любой жизненной ситуации.

Не стоит омрачать себе жизнь негативными чувствами и эмоциями. Научитесь жить в полную силу, и в позитиве. **Цветы Баха** нетоксичны, нет привыкания, действуют мягко и не подавляют чувства. Благодаря доходчивому и доступному описанию характеристик цветочных препаратов, оптимальное средство можно подобрать для каждого. **Цветы Баха** не подавляют эмоциональную сферу. Начните с **Рескью Ремеди от стресса** - небольшого флакончика с дозатором - пипеткой или в виде спрея хватает надолго, так как на один прием достаточно всего три - четыре капли препарата.

Живите позитивно, управляйте своими эмоциями. Я всем рекомендую попробовать поработать над собой! Уверена, в жизни каждого из вас наступят перемены к лучшему!



СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ ГОРОДА.  
Информация на сайте [www.bfr.ru](http://www.bfr.ru) и по тел.:  
**8 (495) 504-90-44; 8 (800) 505-65-07**

ЛРС-0004948/07; ЛРС-002089/08 РЕКЛАМА.

ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ О НАЛИЧИИ ПРОТИВПОКАЗАНИЙ



# ВАШИ ЛУЧШИЕ ПОКУПКИ! СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ!

## Набор кастрюль «Kaiserhoff» 12 предметов (Германия)

4990

3990 руб.



Посуда изготовлена из высококачественной нержавеющей стали. Имеет 5-ти слойное дно, клепаные металлические ручки и стеклянные крышки. Подходит для индукционных плит. Внутри кастрюль есть измерительная шкала.

## Мини-печь

3990 2990 руб.

— компактная альтернатива классической русской печи. Устройство разработано российскими специалистами, знающими толк в приготовлении традиционных блюд. С помощью этой печи вы сможете: • Сварить и потомить каши из различных злаковых культур. Каши получаются ароматными и рассыпчатыми. • Запечь горшочки с овощным и мясным наполнением. • Испечь хлеб, пироги, ватрушки и другие ваши любимые сдобные лакомства. • Запечь мясо или рыбу, котлеты и тефтели. • Сварить суп. • Приготовить запеканки различного содержания. • Равномерно разогреть блюда без сомнительных микроволн. • Посушить ягоды, грибы, фрукты и зелень. • Экономное потребление электроэнергии. • Блюда как из русской печи — традиционно вкусно, питательно и полезно!



## Новейшая электрическая ножоточка 220 вольт

1790 1190 руб.

Правильная и эффективная заточка ножей надолго! Имеет специальные направляющие, которые позволяют заточить нож по всем правилам - с нужным углом заточки. Моментальная и качественная заточка обеспечит долговременную остроту ножа. Заточит нож с зубчатым лезвием. Имеется специальный разъем для ножинок и отверток. Работает от 220 в.



## Электрическая пилка

«Шолле» 1990 990 руб.

Прибор специально разработан для мягкого удаления ороговевшей кожи Ваших стоп. Удобная эргономичная форма прибора. Действует бережно и эффективно. - Не требуется предварительное распаривание кожи. - Мягко и эффективно удаляет ороговевшую кожу стоп! - Заменит педикюр в салоне!



## Прибор для чистки ушей «WaxVac»

590 руб.

Вакуумный очиститель WaxVac безопасно и эффективно удаляет воду и загрязнения из ушей. Действует мягко и почти бесшумно, но результат потрясающий! Просто вставьте его ухом накануне прибора, и через пару секунд проблема решена. Особая система защищает от слишком глубокого проникновения в ухо. Можно использовать в любом возрасте: от раннего детства — до глубокой старости. Имеет несколько разноцветных насадок из мягкого силикона. У каждого члена вашей семьи будет индивидуальная насадка, так что использование очистителя будет гигиеничным.



## Швейная мини-машинка

2790 1990 руб.

Очень компактная! Для ее использования и хранения не нужно отводить специальное место. Вы с легкостью подожмете брюки или юбку, вставьте молнию, сэкономив свои деньги на посещение ателье. Подарите своим вещам вторую жизнь. С этой мини-машинкой вы пришьете заплатку, декоративный элемент, сошьете красивую одежду своими руками. Вы сможете шить, используя ножную педаль. Это делает процесс шитья быстрым и удобным.



**В ПОДАРОК К МАШИНКЕ - НАБОР ДЛЯ ШИТЬЯ: НИТКИ В КАТУШКАХ 32 ЦВЕТОВ, ШПУЛЬКИ С НИТКАМИ 32 ЦВЕТОВ, САНТИМЕТР, НОЖНИЦЫ, НАПЕРСТОК 2 ШТ., 30 ИГОЛОК, НИТКО-ВДЕВАТЕЛЬ, ВСПАРЫВАТЕЛЬ.**

## Фонарь-электрошокер

Police 1790 1290 руб.



Дорога домой проходит через темные, беспокойные дворы, переулки и подъезды? На вас напала бешеная собака, а может на дороге вам приходится иметь дело с агрессивным водителем? На помощь придет фонарь - спаситель. Он моментально приводится в «боевую» готовность, и в миг шокирует противника. Фонарь прекрасно подходит для туризма, рыбалки, дачи и незаменимая вещь для автомобилистов. Подарите фонарь своей девушке, жене, маме или сестре, чтобы они могли обезопасить себя, когда рядом не будет вас!

## Электропростыня

1790 1790 руб.

Электроплед

2990 2490 руб.



Дома, в квартире, на даче, в коттедже, на природе вы сможете спать в тепле и дышать свежим воздухом всю ночь! Забудьте о сырости в постели! Снимает напряжение, мышечные боли и стресс, расслабляет организм! Диван станет источник приятное комфортное тепло, даже когда вы сидите на нем! Вы сможете обогреться почти даром! (1 кол./час). Позволяет спать в помещении с t около нуля градусов! Полная безопасность благодаря новой австрийской технологии! Покрытие из 100% натуральной х/б ткани. Вы сможете быть на даче дольше на 3-4 месяца в году.

## «Реноватор» - универсальный электроинструмент

5490 2990 руб.

Реноватор способен заменить десяток громоздких инструментов, с его помощью можно: шлифовать, полировать, скоблить, затачивать, пилить и резать дерево, металл, гипсокартон и пластик. Секрет инструмента в том, что он использует силу колебания от 15 000 до 21 000 об./мин. и благодаря этому обладает непревзойденной мощной режущей способностью, в отличие от других инструментов. Вы можете регулировать необходимое кол-во оборотов насадки. Прост в эксплуатации и не требует особых навыков и знаний по владению. Распилит деревянную доску толщиной до 5 см, выпилит отверстие для порога в дверном проеме, выемку в балке, сделает точное отверстие в обшивке.



## Чудо светильник «Нано свет»

1790 990 руб.

**ВТОРОЙ СВЕТИЛЬНИК В ПОДАРОК!** В считанные секунды установите светодиодное освещение в шкаф, под раковиной, под кроватью и т.д. 5 ярких светодиодов и работает на 3 батарейках типа ААА непрерывно до 100 часов. Крепится с помощью специальных двухсторонних липучек на любую поверхность. Легко устанавливается на потолок, стену, а при необходимости вынимается из крепления одним движением руки и используется как стандартный фонарик.



## Усилитель звука

«Иар Зум» 1190 руб.

Отличная слышимость с высоким разрешением. Легкий, мощный и незаметный прибор со звуковым сигналом высокого разрешения. Ни один разговор больше не ускользнет от вас. Регулируемая громкость. Для использования: на спортивных состязаниях, за городом, на работе, в школе на праздниках и дома.



## Отпугиватель грызунов и насекомых

1290 990 руб.

Устройство для отпугивания мышей, тараканов, жуков, крыс. Защищает ваш дом, квартиру или промышленное предприятие площадью до 200 кв.м. Просто вставьте его в розетку. Можно использовать, если в доме есть дети, собаки и кошки. В него встроены уютные ночники.



## Щетка магнитная для мытья окон с двух сторон одновременно

1490 790 руб.

Щетка с магнитами не представляет из себя сложного устройства. Ее конструкция - это просто две щетки, но главное их свойство - магниты. Щетки притягиваются друг к другу, и между ними помещается стекло. Вы не будете балансировать на краю открытого окна и Вам всё равно, на каком этаже Вы находитесь, поскольку человек производящий уборку находится внутри помещения. С магнитной щеткой Вы легко поможете окна, которые совсем не открываются или на них стоит решетка. Она одновременно моет водой и сразу же вытирает насухо. Чистые окна, без разводов Вам гарантированы!



## Часы - музыкальный проектор звездного неба

1290 990 руб.

Календарь до 2099 года показывает полную дату и время, год и день недели. С помощью встроеного комнатного термометра можно измерять температуру и в Цельсиях, и в Фаренгейтах. Будильник проигрывает 10 мелодий: журчание воды, шум морской волны, шум ветра и классическую музыку. Компактный. Проецирует звездное небо. Отличный подарок детям!



## Говорящий хомяк

Woody O'time (Original)

1790

990 руб.



## Маша-повторяша

1790

1190 руб.



Уникальная, развивающая игрушка для детей способна расшевелить до слез любого, попытавшегося заговорить с ней. Повторяет за вами все произнесенные слова и звуки, произносит слова на любом языке мира, очень забавно получается, когда игрушка повторяет звуки кошек и собак, когда Вы что-то жуете, она жует с Вами и отлично имитирует хохот!!! Эта интерактивная игрушка «поднимет Вам настроение и поможет завеселить друзей! Надолго покорит сердце ребенка и взрослого с первой минуты знакомства.

## Гелевый фиксатор

Валгус Про 790 руб.

Бережно исправляет дефект «косточки», в простонародье «шишки» на ноге. Специальная вставка удерживает большой палец стопы в правильном положении и не дает ему отклоняться во время ходьбы. Фиксатор предотвращает сдавливание обуви и останавливает рост «косточки», а особые свойства нормализуют физиологическое положение большого пальца при наличии деформированного сустава. Эластичный материал не повреждает кожу и надежно защищает ее между пальцами от трения, образования натеростей, мозолей и ороговелостей.



О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

**ЗАКАЖИТЕ ФИКСАТОР VALGUS PRO (ВАЛГУС ПРО) И ПОЛУЧИТЕ ВТОРОЙ В ПОДАРОК!**

## Обогреватель настенный

1990 1690 руб.

Гибкий настенный электрообогреватель можно повесить на обоях, стене или на окне. Безопасен в эксплуатации. Не сушит воздух и не сжигает кислород. Потребляет мало электроэнергии! Постоянная температура 60-70°C позволяет быстро прогреть помещение.



## Трость складная с фонариком

1290 990 руб.

Устойчивая и надёжная опора при ходьбе по лестницам, крутым поворотам, дорогам из песка и камней. Не скользит. Из пластика, выдерживает нагрузку до 113 кг, максимальная высота в разложенном виде - 94 см, вес - 500 г. Раскладывается в 5 вариантах. В сложенном состоянии помещается даже в небольшую женскую сумочку! Подставка обладает эффектом вращения и петлями для закрепления на руке, что минимизирует её способность к падению.



## Прибор для удаления волос «Виззит»

1750 1190 руб.

Быстро и безболезненно удалит нежелательные волосы над губой, на щеках, подбородке, в зоне подмышек, на ногах и в зоне бикини. Удаляет волоски на корневом уровне.



**Гарантия качества! Звоните прямо сейчас!**

ОГРН 771746312384. ООО «Топ-шоп». Юр. адрес: 125363, г. Москва, Строительный пр-д, 14 А, строение 2. На правах рекламы. Срок действия акций с 07.03.2017 г. по 31.03.2017 г.

ДОСТАВКА ПО МОСКВЕ И ВСЕМ РЕГИОНАМ РОССИИ. ВРЕМЯ РАБОТЫ С 9.00 ДО 21.00

**8 (499) 213-03-16** (многоканальный)