

ISSN 0131-8047

НОЯБРЬ
'94

RUSSIAN MAGAZINE FOR WOMEN AND FAMILY

Работница

Фото Николая МАТОРИНА.



«Полцарства
за коня».
Фоторепортаж
Виталия
Ванина —
стр. 18—19

Работница 11'94

Главный редактор
З. П. КРЫЛОВА.

Редакционная коллегия:

А. В. БОБЫЛЕВ,
В. Д. ДИМИТРИАДИ,
Л. В. ЕРШОВА,
А. Л. ЛЕВИНА,
Г. П. ОРЛОВСКИЙ,
И. В. СКЛЯР.

Общественный совет редакции:

Н. А. БАЛАНОВСКАЯ — Генеральный директор АО "Трехгорная мануфактура". З. Б. БОГУСЛАВСКАЯ — писательница. В. П. ЛЕОНТЬЕВ — директор издательства "Пресса". Т. Г. МАЛЮТИНА — Президент Ассоциации женщин-предпринимателей России. Э. А. ПАМФИЛОВА — политический деятель. Н. М. РИМАСЬЕВСКАЯ — директор Института социально-экономических проблем народонаселения Российской Академии естественных наук. С. Н. ФЕДОРОВ — Председатель Совета директоров АО "Микрохирургия глаза". А. Б. ШЕШУНОВ — художник-модельер.

Художественные редакторы

Т. Н. АБРАМОВА
Т. А. ЗАЛЕССКАЯ

Технический редактор

Л. А. ПИМЕНОВА

ТЕЛЕФОНЫ РЕДАКЦИИ:

257-36-49 - приемная
250-11-93 - рекламные
объявления,
"Домашний калейдоскоп"
257-32-30 - отдел писем

ТЕЛЕФАКС: 956-90-94

Адрес редакции:

101458, ГСП, Москва, А-137,
Бумажный проезд, 14.

Рукописи не рецензируются
и не возвращаются.

Перепечатка материалов
и их использование
без разрешения

редакции не допускаются!

УЧРЕДИТЕЛЬ:

КОЛЛЕКТИВ РЕДАКЦИИ
ЖУРНАЛА "РАБОТНИЦА"
Зарегистрировано
Министерством печати и
информации РСФСР.
Регистрационный № 1446.

Сдано в набор 21.09.94.
Подписано к печ. 04.10.94.

Формат 84x108¹/₁₆.

Печать офсетная.

Усл. печ. л. 7,14.

Усл. кр.-отт. 36,54.

Уч.-изд. л. 11,91.

Тираж 344 700 экз.

Заказ № 1747.

Цена номера в розницу —
договорная.

Номера журнала можно
приобрести в редакции.

Типография издательства
«Пресса»,
125865, ГСП, Москва, А-137,
ул. «Правды», 24.

© Издательство «Пресса»,
«Работница» № 11, 1994 г.

В ЭТОМ НОМЕРЕ



2-4

«Главное в нем —
надежность», —
считает Ольга. Очерк
о семье Малаховых.



5-7

Сказание о земной
жизни Пресвятой
Богородицы.
(Продолжение).



8-9

Портрет любимого
мужчины. Конкурс.
Итоги подведены.



10-11

Правовой парадокс.
Украл... своего
ребенка.



12-13

Вести из Франции
от нашего спецкора
Е.Жоли.



14-15

Актуальный
репортаж.
Перекупщицы.

16-17

История в лицах.
Графиня, создавшая
Народный дом.
Очерк Н. Думовой.



20-21

История одного
замужества.



22-24

Мода.
Русский стиль.
Елена Пелевина.



Выкройка супермодного
пальто с накидкой.

По многочисленным
просьбам наших
подписчиков
редакция «Работницы»
сочла возможным
снизить подписную
цену номера
на I полугодие 1995
года до 3.200руб.

26-27

Времена и нравы.
«Умел дитя родить —
умей и научить».



28-29

Как стать
счастливой? Загадки
мужской души.



30-32

«Лесной дьявол».
Рассказ. Впервые
на наших страницах
Николай Гумилев.



34-35

«Бит-стрит» —
Улица ритмов.
Все о звездах
эстрады.



36-38

Сокровенные
знания. «Таинство
перехода»



40-41

«Река времен».
Н.Коровин. Записки
художника.

ПОЛЮС

СЕМЬИ МАЛАХОВЫХ



«Чтобы мужчина состоялся как путешественник, он должен правильно жениться» — такой вывод сделала автор этого репортажа после знакомства с интересной семьей.

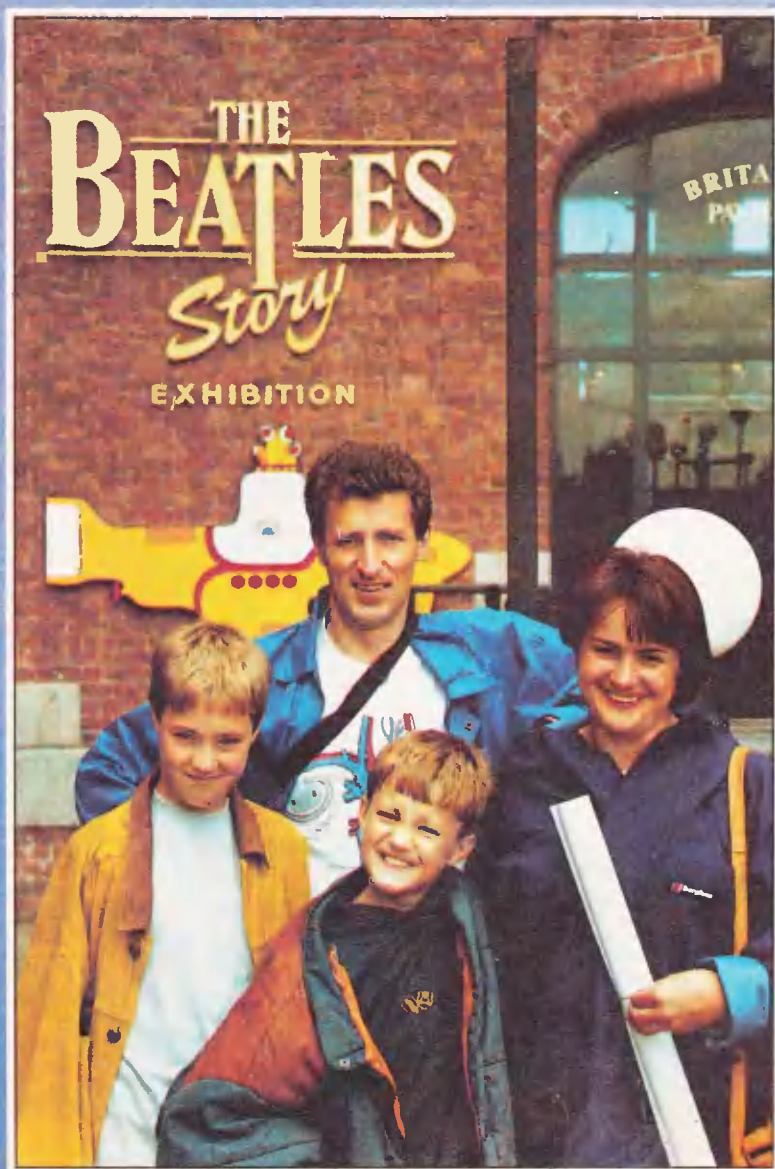


Фото из семейного архива.

В восьмидесятые годы рязанский врач Михаил Малахов приобрел довольно громкое имя как участник различных, в том числе и международных, полярных экспедиций. Особенно на Западе, где любят сильных и мужественных парней. Малахов исследовал проблему выживаемости человека в экстремальных условиях. Его, как врача, интересовало, сколько и что может вытерпеть наш организм. Но в последнее время его имени я как-то не слышала. «Может, он теперь перенес свои исследования на Среднерусскую возвышенность? — подумалось

мне.— Зачем мерзнуть на Севере, когда тут своих экстремальных условий хватает». — И набрала номер малаховского телефона.

— На Северном полюсе? Бываю, — ответил знаменитый путешественник. — Даже орден «За личное мужество» получил.

— Что вы говорите?!

— Вместе с Ричардом Вебером, моим канадским партнером, мы совершили уникальную экспедицию: вдвоем дошли до полюса абсолютно без всяких подбросов со стороны. Все необходимое несли с собой, больше чем по двести двадцать килограммов на человека. И еще: впервые флаг российский побывал на Северном полюсе.

Но, согласитесь, приятно хотя бы сейчас узнать, что были и есть среди нас люди, которые думают не только о собственном благополучии и готовы рисковать жизнью ради того, чтобы водрузить родной флаг над какой-нибудь особо выдающейся точкой земного швра.

— Так кто же вы теперь, Михаил Георгиевич: путешественник, врач, бизнесмен? — спросила я, когда мы встретились в офисе его фирмы «Центрполюс». Признаться, ее существование как-то не очень согласовывалось с образом романтика-бродяги.

— Бизнесмен, путешественник, врач, — ответил он. Ни от чего не отрекся, но все расставил по местам.

— Во всем мире, — объяснил Михаил, — путешественники живут за счет спонсоров, доходов от написанных книг, за счет своего дела. И у нас путешественник тоже свободная профессия. Никто тебе записать в трудовой книжке, что ты работаешь путешественником, не сделает и з/плату за походы никто платить не будет. Если чувствуешь, что это твое и ты должен этим заниматься профессионально, ищи источник доходов.

Словом, романтика и подвиги — отдельно, деньги — отдельно.

До девяностого года кандидат медицинских наук Малахов работал на кафедре туберкулеза Рязанского медицинститута.

— А когда, простите, это было? — стыдясь своей неосведомленности, спросила я.

— В девяносто втором, — ответил Михаил Георгиевич. — В январе мы отправились, а флаг я водрузил тринадцатого июня.

Дата кое-что извиняет. Магазины без еды и жизнь в очередях, потом шок от цен, которые «отпустили». Большинству из нас в девяносто втором было не до престижа отечества. Это в Канаде все поздравляли друг друга с победой, в одна из школ в городе Торонто даже учредил для лучших учеников стипендию имени Вебера — Малахова.



та. Все остальное — в свободное от работы время. Руководство это «остальное» считало, конечно, блажью. Пришлось выбирать. Малаховская интуиция, которой он очень доверяет, подсказал, что главное дело его жизни — Северный полюс. Тогда Михвиль ушел из института. При его участии и родилась фирма, в которой он занимает место генератора идей и посредника по связям с зарубежьем. Больше взять на себя не может, потому что должен думать еще и о новых личных рекордах. Философское обоснование деятельности фирмы — приблизить к россиянам (прежде всего к рязанцам) опыт Звезда, дать им возможность увидеть себя глазами других. Практик — организация с помощью спонсоров различных международных мероприятий: спортивных, культурных, экологических. И туристский бизнес.

В прошлом году фирма открыла новый маршрут для любителей острых ощущений: Северный полюс. Желающих «выбрасывают» за сто километров от полюса, и под наблюдением Малхова и Веберов они проходят на лыжах до полюса и обратно. Безопасность, а также ощущение полноты жизни фирма гарантирует.

— А у Ричарда Вебера тоже есть какое-то дело в Канаде? — полюбопытствовала я.

— Да, у него семейная фирма по производству саночек и другого спортивного инвентаря.

Ольга Малахова семейное дело открывать не захотела. И вообще она очень не любит, когда ее представляют: «А это жена знаменитого Малахова». Отвечает: «Зовите меня просто Олей». Подруги называют ее еще и «соломенной вдовой». Судя по вкладу в семейный бюджет, романтик как раз она. Работает врачом-офтальмологом в областной больнице. В отпуске скучает по своим больным. Михаил против ее работы не возражает, она против его — тоже.

— Мишины родители меня долго не понимали, почему я не запрещаю ему эти походы, — сказала Ольга. — Но, во-первых, запретить было невозможно, а если бы и удалось, разве было бы лучше? Еще меня часто спрашивают, в том числе и журналисты, переживаю ли я за мужа, ведь там опасно? И удивляются, когда я отвечаю — нет. Вернее, я не думаю о плохом, потому что мысли иногда способны материализоваться. Да и некогда просто.

Я вспомнила автобиографическую справочку Михаила, которую он мне выдал, чтобы сэкономить время и говорить только о главном. Ну, хотя бы такое место: «1980 г. — рождение сына Михаила. 1984 г. — рождение сына Алексея. 1980—1987 гг. — ежегодные тренировочные походы на Севере и по льду Северного Ледовитого океана». И поняла: чтобы мужчина состоялся как путешественник, он должен правильно жениться.

Михаил об Ольге: «Она очень сильный и целеустремленный человек. Нагрузки Севера, конечно, выдержала бы, но у нее интересы другие. Сейчас мечтает освоить какой-нибудь музыкальный инструмент. Слуха, правда, по моему, маловато, но, если возьмется, освоит».

Ольга о Михаиле: «Он, конечно, человек очень целеустремленный. Но... Я не верю, что бывают семьи, где все всегда идеально. Главное, что я в нем ценю, — это надежность. Знаю: что бы со мной ни случилось, он меня не оставит. Может быть, это у него от Севера».

Сыновья у Малаховых выросли людьми самостоятельными. Мама тоже иногда в командировки уезжает, остаются совсем одни. Ну, разве соседка заглянет. Мише даже нравилось быть за главного в доме и командовать братом. Пилить его за то, что тот ушел гулять в школьной форме и всю ее перепачкал. Ну, а когда он в доме не главный, тоже себе что-нибудь подобное позволяет. Что папа у них полярник, конечно, в курсе, но относится к этому нейтрально. Они не знают, какие он им еще сюрпризы готовит. Собирается, например, забросить в тайгу, когда подрастет. Пусть учатся выживать, рассчитывая только на собственные силы. И на полюс, конечно, с собой поведет. Михаил-младший уже был. Не на самом полюсе пока, но поблизости, по льду Ледовитого океана на лыжах побегал, в палатке пожил две недельки. Говорит — понравилась.

— А я ни за что не пойду, хоть Михаил и зовет, — сказала Ольга. — Я не мешаю увлечениям других, но при условии: пусть они мне их не навязывают. У меня есть книги, музыка, театр, подруги.

— Значит, у вас — свое у каждого и вы просто не мешаете друг другу жить?

— Ну почему же? — засмеялась Ольга. — У нас и общего много. Потребность в движении, этим все четверо отличаемся. Летом

теннис, зимой лыжи, и беговые, и горные. Оба сына самбо занимаются. Путешествовать я тоже люблю, мы и познакомились с Михаилом в студенческом походе. Но на Север мне не хочется, я холода не выношу. И потом, я и без полюса живу, что человеческие (особенно женские) возможности безграничны. Вот в Англию или в Канаду, к Мишиным друзьям, — это я с удовольствием. Посмотреть там тоже есть что. В Англии были — первым делом поехали в Ливерпуль, в музей «Битлз».

Из-за этих зарубежных вояжей не самые близкие друзья Малаховых стали считать их очень богатыми людьми. С тех пор, как Михвиль перестал получать зарплату врача, они действительно разбогатели. Настолько, что имеют возможность помогать родителям, а не наоборот, как было раньше. Но в роскоши не купаются. Может быть, конечно, просто не хотят. «Смысл жизни — не в холодильнике, набитом мясом, — сказала Ольга. — Хотя без него тоже плохо».

Самому Михаилу сейчас не хватает жизненного пространства, и он решил построить дом. Наверное, построит, потому как дела у фирмы идут успешно. Желающих побывать на Северном полюсе за круглую сумму много. Говорят, там, в условиях дрейфующих льдов, белых медведей и постоянных минус пятидесяти, сознание работает на самом примитивном уровне, все подчинено одной идее: выживание! В результате уходит все мелкое, несущественное, происходит полный катарсис, и человек возвращается полностью обновленным. Получает толчок для раскрытия своих творческих возможностей. Пока к такому обновлению, правда, стремятся в основном западные бизнесмены. В последнем походе участвовал даже пожилой канадец с донорской почкой!

Нам этого, конечно, не понять. Мы еще свой катарсис не прошли.

Провожая меня из своей квартиры, Михаил галантно подал мне плащ и в придачу протянул шляпку. «Это не моя», — отрекалась я. «Отдай», — расхохоталась Ольга и схватила свой аксессуар. «Эта красивая шляпка — твоя?» — удивился Михаил. «Сто лет ношу, — ответила жена. — Никогда не видишь, в чем я хожу».

Елена БАКЛАНОВА

Рязань.



СКАЗАНИЕ О ЗЕМНОЙ ЖИЗНИ ПРЕСВЯТОЙ БОГОРОДИЦЫ

ВОСПИТАНИЕ ИИСУСА ХРИСТА.
СТРАНСТВИЯ ВМЕСТЕ С СЫНОМ. КАЗНЬ ХРИСТА.

Тихо текла жизнь Святого Семейства по возвращении из Египта и поселении в Назарете. Сын Божий от самого младенчества повиновался бедному древоделу и разделял труды его, и притом с таким смирением и старанием, что

люди называли его не только сыном «тектона» (плотника), но и просто «тектоном».

Жизнь Преподобной Девы текла, как и прежде. Есть предание, что Она учила грамоте детей обоего пола. В рукоделиях Она была неутомима по-прежнему и в часы, свободные от молитв, тщательно занималась ими, приготовляя одеяния для

Себя и для Сына. Личность Ее, бесспорно, имела великое значение в жизни и развитии Иисуса Христа. В ней был чудный образ религиозной чистоты и материнской нежности, и главные черты Ее — смирение и глубокое повиновение — отобразились в лице Христа.

Сладчайшим утешением для Нее, без сомнения, было видеть посте-

(Продолжение. Начало см. в № 9, 10.)



ленно раскрывающееся Божественное величие Своего Сына.

Каждогодно она ходила в Иерусалим на праздник Пасхи и брала с Собой Иисуса. Одно из таких путешествий Богоматери было ознаменовано особенным событием.

Иисусу Христу было двенадцать лет, в тот раз, когда по окончании праздника Пасхи, Божественный Отрок остался в Иерусалиме, сокрыв от Матери и Иосифа Свое намерение: в противном случае любовь их не позволила бы им разлучиться с Ним. Отправясь из Иерусалима в толпе скромных богомольцев, Пречистая Мать и Иосиф были уверены, что Сын их идет с кем-либо из знакомых или родственников, и потому, нисколько не тревожась, продолжали путь свой до первого роздыха, бывшего в селении Махмас. Но здесь, обойдя все кружки отдохавших богомольцев и не видя среди них Иисуса, они стали беспокоиться, всюду искать

Его и, не нашедши, тотчас опять возвратились в Иерусалим.

Утомленная непрерывно напряженным движением и обессиленная печалью и страхом, Мария в сопровождении Иосифа поспешила в храм, с тем, быть может, чтобы излить пред Богом тоску Свою. И что же представилось глазам их? Окруженный маститыми старцами и именитыми учителями народа, юный Иисус сидел среди их и с смирением отрока слушал и с силою Господа вопрошал их. Премудрость Его приводила в удивление и ужас даже старейших учителей. Умилительны слова нежного материнского упрека, полного сердечной заботливой любви, с которыми Пресвятая Дева обратилась к Иисусу: «*Чадο! Что сотвори нама тако? Се отец Твой и Аз боляще искахом Тебе!*» Иисус Христос, выслушав слова Матери, отвечал Ей: «*Что, яко искасте Мене? Не вестии, яко в тех, яже Отца Моего, достоит быти Ми?*» Вот

первые слова, слышимые через Евангелие, из отроческих уст Спасителя! Сын с любовью отвечив Матери Своей и, как Господь и Спаситель, наставлял Ее, как бы говоря: «Напрасно вы искали Меня между спутниками, сродниками и знакомыми; Мне надлежит быть в храме, который есть дом Небесного Отца Моего, и заниматься делом спасения людей, для которого Я послан от Отца!»

Спустя несколько лет после этого события, обручник Пресвятой Девы Иосиф отошел в иной мир, к предкам своим, с желанною вестью, что ожидаемый Мессия пришел на землю. Предание говорит, что он умер ста десяти лет.

По кончине Иосифа Пресвятая Дева должна была приложить труды к трудам, чтобы содержать Себя и Сына. Как была Она неутомима в Своих работах, это видно из того, что Она среди других занятий успела соткать для Иисуса замечательный по работе красный полотняный хитон, без швов, который и был впоследствии постоянно Его одеждой до самой смерти Его. Лишившись в Иосифе Своего покровителя и защитника, Богоматерь всецело предалась покровительству Отца Небесного и пламеннее стала ожидать возвестия царства Сына Своего.

Это время наконец наступило: имея «яко лет тридесять», Господь Иисус Христос крестился от Иоанна в Иордане и затем провел 40 дней в посте и молитве в пустыне Иорданской.

После сорокадневного поста Христос возвратился к Матери Своей «в духовной силе» и в сопровождении учеников и народа, следовавших за Ним от Иордана. Приглашенный на брачное торжество в Кану Галилейскую. Он отправился туда с Пресвятою Девой Марией и учениками. Празднество происходило в небогатом семействе, которого скудные средства, проявившись внезапно в недостатке вина, огорчили хозяев. Человеколюбивая Богоматерь, соболезнуя о положении новобрачных, обратилась с теплым ходатайством за них к Божественному Сыну Своему: «*Вина не имут*», — сказала Она, совершая первый опыт ходатайства пред Небесным Спасителем за огорченных чад земных. Этими немногими словами Она как бы говорила Ему: «Они могут скорбеть в день радости, но Ты, Челове-

колюбец всеильный, помоги им, от-
страши от них скорбь и дай утеше-
ние!» Божья Матерь была так, не-
сомненно, уверена в милосердии
Его, что сказала прислуживавшим
на пиру: «Что Он скажет вам, сде-
лайте». Там стояли шесть больших
каменных сосудов, вмещавших
в себе ведра по два или по три
воды. Христос повелел слугам на-
полнить сосуды и потом, зачерпнув
из них воды, принести к распоряди-
телю пира. Всемогущею волею
Творца вода претворилась в лучшее
вино, и таким образом недостаток
угощения и печаль хозяев были со-
вершенно отстранены к радости
всеблаготворительницы, а ученикам
дано было удостоверение в небес-
ном посланничестве их Учителя.

Должно думать, что и Ее любовь
и вера к Божественному Сыну побу-
ждали Ее быть всегда, сколь можно,
близко к Нему в Его непрерывном
странствовании по градам, весям
и пустыням и именно за Нею следо-
вали ученицы.

Незадолго до четвертой Пасхи
Господь отправился в Иудею. В эту
Пасху была в Иерусалиме и Пресвя-
тая Дева.

Ненависть Иудеев к Господу до-
стигла высшей степени, и во
исполнение предвечного сове-
та Божия о спасении людей прибли-
зилось время осуждения Святейше-
го Праведника на крестную смерть.
Вместе с страданиями Божествен-
ного Сына начались страдания
и Матери Его. Невыразимо тяжело
было для Ее чистого сердца видеть
усилия порочных и лживых врагов
извратить истину безгрешного Пра-
ведника. Она болезненно страдала
при виде возлюбленного Сына,
окруженного бесчестьем и скорб-
ями. Началом глубокой горести Ее
была жестокая сердечная борьба:
с одной стороны, по любви к Боже-
ственному Сыну Она не хотела бы
видеть страданий Его; с другой
же — повиновение воле Божьей
о спасении людей побуждало Ее
принять все, что предопределено
в предвечном совете Божьем для
искупления грешного мира. И прон-
заемое этой борьбой сердце находи-
ло лишь одну опору — в непоколе-
бимой вере в Бога и в надежде на
Него.

Увидеть Божественного Стра-
дальца довелось Ей не прежде, как
во время представления Его Пила-
том народу; окровавленный, обезо-
браженный, покрытый ранами и обла-

ченный в одежду поругания, с тер-
новым венцом на голове и тростью
в руке, Он был выведен к народу со
словами: «Се человек!» Находясь
здесь, Она могла услышать голос
провозвестника, объявлявшего про-
изнесенный Пилатом приговор, и ви-
деть поднятие тяжелого креста, ко-
торый Спаситель должен был нести
на Себе до места казни.

Крестный путь начался. Пройдя
около ста шагов, на повороте ули-
цы, поднимавшейся в гору, Спаси-
тель изнемог и упал под тяжестью
креста. Предание дополняет, что
Пресвятая Дева при начале крест-
ного шествия Христа обратилась
к Пилату с молением о пощаде
Сына, но, получив отказ, поспешила
догнать печальное шествие ближай-
шею дорогой и, следуя через узкий
переулок, сзади дворца Пилатова,
встретилась на этом месте с Боже-
ственным Крестоносцем и с замира-
нием сердца увидела Его истоще-
ние. Прибыв на Голгофу и увидев
все приготовления к жестокой и по-
зорной смерти Сына Своего, услы-
шав удары молота, пригвождавшего
к кресту руки и ноги Его, узрев Его
возносимым на кресте и живо пред-
ставив чрезмерные страдания Его,
Матерь Божия, без сомнения, пала
бы под бременем удручающего горя,
если бы благодать Божия не под-
крепила Ее. Она приблизилась
к распятому Сыну и с неизреченною
болью души созерцала Его страда-
ния. В то время как ученицы все Его
бежали, Матерь Господа мы не
видим ни в страхе, ни в бегстве,
а видим Ее стоящую при кресте
Иисусове.

Не видно было Богоматери во вре-
мя славы Христовой, а теперь, когда
вокруг Него не обрелось, кроме
Иоанна, ни одного из множества
учеников и Апостолов, когда и чу-
жие, пришедшие на позор Голгоф-
ский, не могли хладнокровно выно-
сить печального зрелища и возвра-
щались домой, «бичуя перси своя»,
Она пред очами всех безбоязненно
стояла у подножия креста... Чем же
можно изъяснить это высокое муже-
ство и крепость духа? Не иным чем,
как Ее глубокою преданностью
судьбам Божиим, Ее верою в Боже-
ственную силу Своего Сына, изве-
стную Ей более всех, из явных
и тайных чудес всей земной жизни
Его. Немало значило и то, что Бого-
матерь видела вольное страдание
Сына Своего; Он и прежде не та-
ясь говорил о нем: это могло несколько
утолять горечь Ее страданий. Без

всякого сомнения, и Сам Господь,
видя лютую скорбь Своей Матери,
незримо дал Ей силу переносить
страдания и тайно глаголил Ее
сердцу слова веры и упования.

Евангелист не говорит, чтобы Ма-
терь Господа рыдала, подобно же-
нам Иерусалимским. Ее рыдания
возмутили бы последние минуты
Лица, нежно любимого. Спаситель
видел с креста, какая скорбь прон-
зала сердце Его Матери, и взгляд на
Нее был для Него новым мучением.
Переходя постоянно из одного ме-
ста в другое для проповеди, Он не
мог исполнять домашних обязанно-
стей сына, однако же не переставал
быть надеждой и утешением Своей
Матери даже в земном отношении.
Теперь Пресвятая Мария оставалась
одна в этом мире, оставалась
Матерью уже не Иисуса, всеми лю-
бимого, уважаемого, а Иисуса, все-
ми оставленного, поруганного, рас-
пятого вместе с злодеями. И Гос-
подь, обратив к Ней взор, исполнен-
ный любви и нежной попечительно-
сти, сказал, указывая на любимого
ученика Своего Иоанна: «Жено, се
сын Твой!» Этими словами Он как
бы говорил: «Я умираю, но вместо
Себя оставляю Тебе возлюбленного
ученика Своего и вручаю Тебя его
попечению, а его — любви Твоей».

«Се Мати твоя», — продолжал Он,
обращаясь к Иоанну и перенося
взгляд Свой на Пречистую Ма-
терь — взгляд, который был уже по-
следним прощальным приветом
к Ней Предвечного Сына. «Вот Ма-
терь твоя, возлюбленный Мой уче-
ник! — как бы так говорил Он. —
Воздавай Ей сыновнее, благоговей-
ное, как Матери Моей, уважение;
блаугожай Ей своими услугами
и попечительностью о Ее житейских
нуждах; исполняй свято во всем Ее
волю».

Ученик во всей точности исполнил
волю умирающего Учителя и Друга...

(Окончание в № 12.)



Гравюры Гюстава Доре.

ПОРТРЕТ ЛЮБИМОГО МУЖЧИНЫ



Конкурс читательских писем завершен

Помните крылатую фразу Катерины из «Грозы»: «Почему люди не летают, как птицы?» Подводя итоги конкурса «Портрет любимого мужчины», наше скромное жюри в составе редколлегии журнала пришло к неожиданному выводу: летают! Про мужчин не знаем, но женщины действительно умеют летать, как птицы. И поднимает их в эту высоту поднебесную Любовь.

Ваши письма, а их пришло на конкурс очень много, все о любви. Это и понятно, ведь в условии конкурса была заявлена тема — «портрет любимого».

Дорогие участницы конкурса, это замечательно, что вы на несколько часов отвлеклись от проблем (а их у каждой женщины, ой, как много) и, оставшись наедине с собой и листом бумаги, заговорили о любви, напомнив себе и всем нам простую истину: нет ничего на свете бесценнее открытого добрым чувствам сердца, умеющего видеть прекрасное.

Нам очень нелегко было выбирать победителей. Ведь каждая из вас уже является победителем тех или иных сложных обстоятельств и обладателем самого большого приза — дара любить жизнь во всех ее проявлениях. И тем не менее мы отдали предпочтение трем участницам (их письма мы сегодня публикуем). На наш взгляд, их «портреты» отразили не только образы любимых, но и самих авторов. Просим Лену из Москвы, Александру Николаевну из Костромы и Филиппову Елену из Ставропольского края написать или позвонить в редакцию по телефонам: 257-36-49 или 250-44-80. Мы приготовили для каждой красивый подарок и бесплатную подписку на «Работницу». От души поздравляем победительниц!

Но и все другие письма так хороши, что мы продолжим их публикацию.

ОН НАУЧИЛ МЕНЯ РАДОВАТЬСЯ ЖИЗНИ

По телу пробежала чуть заметная дрожь желания, язык произвольно скользнул по пересохшим губам, внизу живота что-то сладко заныло... Это не строчки из любовного романа, а то, что я чувствую каждый раз, когда вижу, слышу или думаю о моем Любимом. Вот и теперь, когда прочитала название вашего конкурса, волна приятных ощущений томно разлилась внутри...

Портрет любимого мужчины...

Какими же словами описать обаяние и легкость его характера, неповторимость милых черт его лица, чтобы передать не покидающее меня чувство восхищения этим незаурядным Человеком?!

Сияющее лицо. Лучезарные глаза. Обезоруживающая улыбка, которая просто от него неотделима.

И весь он совсем-совсем мужской. Как это объяснить? Сильный, закаленный, надежный, уверенный в себе. Заметная седина в чуть волнистых поредевших, но очень густых волосах. Несбритая жесткая щетина. Сладко пьянящий запах, присущий только ему. Красивое мускулистое мужское тело, покрытое (почти равномерно!) черной кудрявой «растительностью». В густой шерсти на его груди может утонуть моя ладошка. И мурашки разбегаются при этом по всему моему телу. А я смеюсь! Я счастлива! Я люблю Его!

Он научил меня смотреть на мир по-детски широко раскрытыми глазами и радоваться каждому пустяку, а значит, и Жизни вообще! Я благодарна ему! Это он избавил меня от массы комплексов, открыл мне самую мою красоту и неповторимость, страстность моей натуры и неисчерпаемость моих возможностей — разбудил во мне Женщину!

Что бы ни случилось потом, как бы ни распорядился случай нашей дальнейшей судьбой, я всегда с нежной любовью буду перебирать в памяти мгновения и часы, проведенные рядом с Настоящим Мужчиной.

Я благодарна Богу! Я счастлива! Я не живу, а нахожусь в полете! Всем желаю радости и здоровья! Прочувствуйте мою Любовь! Зарядитесь от нее Жизнью!!!

Лена,
Москва



ВО ИМЯ СЫНА ТВОЕГО

Портрет мужчины, в которого я могла бы влюбиться, я нарисовала себе лет в восемнадцать. В то время я работала на текстильной фабрике. Вот его образ: брюнет с карими глазами, худощавый, смуглый, широкий открытый лоб с залысинами и обязательно немного сутуловатый.

Шла Великая Отечественная война, я работала зав. парткабинетом в одном из прифронтовых городов. И вот однажды в кабинет вошел военный. Увидев его, я обомлела: «Вот он! Копия моего «портрета». Он учтиво подошел ко мне, протянул руку и произнес: «Замполит Егоров, готовлю лекцию, прошу подоб-



рать литературу». Он так тепло и крепко пожал мою руку, что по мне будто пробежал электрический ток. Шли дни, я помогала ему готовиться к лекциям и с ужасом думала о том, что когда-нибудь он уедет. Он провожал меня с работы (а я жила далеко, транспорта не было, и приходилось идти по темным, глухим переулкам).

Любимый... Когда он смотрел на меня, его глаза излучали смущение и радость. Он был очень серьезным, редко громко смеялся и лишь изредка тихо и сдержанно улыбался. Из простой крестьянской семьи, он обладал огромной внутренней культурой, которая проявлялась во всем: в поступках, речи, бережном и нежном отношении ко мне. Он не изливал своих чувств в потоке красивых слов, не давал никаких клятв и заверений и только однажды, по-

сле того, как мы несколько дней не могли встретиться, вбежал в мою комнату, крепко обнял меня, осыпал неистовыми поцелуями и, взяв меня за руки, тихо произнес: «Если бы действительно существовал Бог, то только он мог бы понять, как я тебя люблю».

Он ушел на фронт и оставил мне самое дорогое, что у него было, — фотографию своего шестилетнего сына, а я дала ему чемодан, как талисман, чтобы он напоминал обо мне. Мы писали друг другу письма, и в одном из них были такие слова: «Твоя любовь хранит меня и здесь. При форсировании Днепра несколько пуль попало в твой чемодан, и это спасло мне жизнь».

Закончилась война. Он вернулся ко мне летом 1945-го. Вернулся с наградами и седой в когда-то черных волосах. Мы были счастливы. Но я видела, с какой грустью он смотрит на фотографию сына, которому уже исполнилось 11 лет. Надо было решать, и я стала настаивать, чтобы он поехал к жене и сыну. Он три раза брал билет на поезд и не мог уйти от меня. Пришлось обратиться к помощи друга, который отправлялся в командировку в том же направлении, где жила семья моего любимого. Товарищ зашел за ним, мы попрощались, и они уехали на вокзал.

На его письма я не отвечала и всегда повторяла про себя житейское напутствие матери: «На чужом несчастье счастья не построишь». Последнее его письмо заканчивалось словами: «Забывать так скоро? Боже мой!» Но он ошибся, я его не забыла и не забуду до последнего своего вдоха.

Прошло пятнадцать лет. Я преподавала в институте. И вот однажды читаю лекцию студентам-заочникам и вдруг вижу: то же смуглое лицо, тот же высокий с залысинами лоб и глаза, карие, лучистые глаза. Я едва закончила лекцию, а он, староста группы, подходит ко мне с журналом и просит в нем расписаться. Я спросила его фамилию и, наверное, на мгновение потеряла сознание, потому что увидела его уже со стаканом воды.

Сын моего любимого был умным и талантливым студентом, и каждый раз, когда я принимала у него экзамен, думала: несколько лет назад я правильно поступила, что принесла в жертву свое счастье этому красивому и благородному молодому человеку.

**Александра Николаевна
МОЛЧАНОВА, г. Кострома.**

ИДЕАЛЬНЫЕ МУЖЧИНЫ ЕСТЬ!

Меня зовут Елена, мне 21 год, моему мужу 28. Именно о нем я и хочу рассказать.

Идеальных мужчин на Земле мало, но все-таки они есть. Таков и мой муж Петр. У него не только красивая внешность, но и красивая душа. Не каждый день жены пишут стихи для своих мужей, но думаю, что каждому мужчине нужны такие слова, тем более мой Петя их достоин.

*Откуда ты азялся, такой ненаглядный,
Такой безупречный и самый родной?!
От Бога красивый,*

*от жизни счастливый,
От встречи случайной — мой!
В тебе мое счастье, и я не скрываю.
Нельзя ведь такое скрывать.
И лишь о тебе, ненаглядный, мечтаю.
Ты должен об этом знать...*

Все женщины мечтают, чтобы их любили так, как любит меня мой муж. И его любви хватает и для меня, и для нашего годовалого сынишки. Петя очень добрый, заботливый отец. И наш мальчик просто обожает его, любит с ним играть, гулять.

А еще мой муж — помощник мне во всех делах, кроме кухни, туда я его не пускаю, считая, что это женское дело. Но если мы ждем гостей, то готовимся только вместе. И Петя обязательно зажарит цыпленка, причем это он делает только сам. А соберутся гости, тут и песня, и веселый анекдот, и хорошее, доброе застолье, и обязательный тост за любимую жену.

А однажды нам пришлось расстаться, так как на целый месяц увезли Петю в краевую больницу, что за сотню километров от нас. Навещать была редкая возможность. И только ночь я выдержала, чтобы не сказать ему ласкового слова. И полетело на следующий день к нему письмо, которое начиналось словами:

*Надо мною кружила ночь,
в эту ночь я была одна...*

А кончалось оно строчками:

*Нам бы руки кольцом сплести,
нам бы в нежность с тобой нырнуть.
Милый мой, я хочу к тебе,*

*твоих ласк вино глотнуть.
Вот уже загорелся рассвет,
чаша ночи испита до дна,
Но будь проклята эта ночь,*

ведь в нее я вошла одна.

Ну, а когда мы снова оказались вместе, он был похож на безумно влюбленного мальчика. И не придумано человечеством еще таких слов, чтобы выразить мне любовь свою к этому прекрасному человеку.

**ФИЛИППОВА Елена,
Ставропольский край.**

КРАДЕНОЕ СЧАСТЬЕ



Авиационный инженер из Иркутска Вадим Юрьевич Иванов всегда считал себя гражданином законопослушным. По месту работы и жительства характеризовался положительно. Ни в каких порочащих его деяниях замечен не был.

А уж о том, чтобы совершить кражу, да еще и дважды, даже помыслить не смел.

Что же касается выпивки, которая порой и самого законопослушного гражданина в грех введет, то Вадим «горькую» в рот не берет. Нельзя ему пить. Он мастер спорта по боксу. И тем не менее, кражу он совершил, закон нарушил.

О чем несколько не сожалеет. Более того, думает повторить попытку.

Началось все восемь лет назад, когда демобилизованный из рядов Советской Армии Вадим неожиданно для родителей и друзей женился... на пьянице. После двух лет армейской службы все женщины кажутся ангелами, будто сошедшими с небес. Галина, дивчина видная, яркая, к тому же постарше, поопытнее его, произвела на одичавшего без прекрасного пола Вадима ошеломляющее впечатление. А когда солдат чуть опомнился от угара нежных чувств и увидел, что избранница его довольно далека от идеала, Галина уже ждала ребенка. Пришлось жениться. Надеялся Вадим, что, став матерью, жена перестанет пить.

Напрасно надеялся. И после рождения Катюшки Галина Иванова продолжала вести прежний образ жизни. Придет Вадим с работы и видит: Катюша плачет-заливается за занавеской, а Галина с собутыльниками хлещет стаканами борimotoху, размазывая слезы по испитому, в коричневых пятнах от беременности лицу, и горланит во всю мощь песни, в которых непечатных слов куда больше, нежели печатных.

О беременности я не для красного словца упомянула: Катеринке едва исполнился год, а у Ивановых снова прибавление — мальчик, Максим. То ли проглядела Галина в упоении веселой жизнью вторую беременность, то ли повязать мужа покрепче захотела... Во всем же остальном ничего у Ивановых не изменилось. Те же сомнительные друзья, те же оргии и попойки, а порой и драки, и исчезновение матери семейства на несколько дней, а то и недель кряду.

Вадим терпел ради детей. Но и его терпению пришел конец, когда получил по почте конверт с фотографиями: Галина в пьяном виде, в чем мать родила, в непотребных позах позировала перед объективом. Кто послал мужу эту «порнуху» и какую цель при том преследовал, можно только гадать. Но супруги Ивановы разошлись.

После официального развода Вадим потребовал лишить бывшую жену, как «ведущую аморальный образ жизни и не заботящуюся о детях», родительских прав, а детей передать на воспитание ему. Однако Ленинский районный суд Иркутска в иске Вадиму Юрьевичу отказал, оставив ребятшек Галине. Лишь предупредил ее «о недопустимости грубого обращения с детьми и употребления спиртных напитков».

Ну, что касается напитков, то предупредить алкоголичку о том, что пить ни в коем случае нельзя, равносильно, по-моему, тому, чтобы со всей возможной долей красноречия и учтивости убеждать волка, что душить ягнят нехорошо.

А «грубое обращение с детьми» сказано весьма мягко, если учесть показания свидетелей Зеленцовой, Баландиной, Епанциной, живших по соседству и изо дня в день наблюдавших «материнское» отношение Галины к детям, а также результаты медэкспертизы, обнаружившей на теле четырехлетней Катюши сорок кровоподтеков. Маленькую дочурку мать пинала ногами, стараясь попасть непременно в лицо. Катя и Максимка по целым дням сидели голодные под замком, когда у мамы начинался очередной загул и она пропадала неведомо где. Малыши из болезней не вылезали.

Максим уже в три года знал, что такое больница, уколы, переливание крови. Он и инфекционным гепатитом успел переболеть, и хроническую пневмонию с астматическим компонентом вкупе с гайморитом заработать. Мальчик плохо развивается. Сейчас ему шесть лет, но ростом он с четырехлетнего.

Стоило Вадиму Юрьевичу прийти на улицу Волгоградскую навестить малышек, как те вцеплялись в него с двух сторон мертвой хваткой: «Папочка! Возьми нас с собой! Мы хотим жить с тобой, а не с мамой!»

Но Вадим еще верил в официальное правосудие. Он методично собирал справки, «снимал» с сына и дочери медицинские экспертизы, свидетельствававшие о постоянных боях и истязаниях, и подавал в Ленинский районный суд иск за иском. Однако, как только началось судебное заседание, бывшая жена спешно увольнялась с работы и исчезала в неизвестном направлении. «Ввиду неявки ответчицы» заседание отменялось. «Ищите», — равнодушно советовал Иванову судья. После чего все возвращалось «на круги своя»: Галина по-прежнему измывалась над малышами, а Вадим ничем не мог им помочь.

Доведенный до отчаяния, он поехал на разведку в другую республику, или, как теперь говорят, в другое независимое государство, и договорился с директором тамошнего завода, заинтересованным в специалисте его профиля, о работе и комнате в семейном общежитии. А вернувшись в родной Иркутск, быстро взял расчет, попрощался с родителями, украл семилетнюю

дочурку и увез ее из России в ближайшее зарубежье.

Сыншк украть не удалось. Максим в то время у бабушки, Галиной мамы, гостил. И это больше всего мучает Вадима. Он вынашивает план новой кражи. Вот только накопит денег на вздорожавший билет до Иркутска, получит отпуск и... полетит красть.

Рассуждения Вадима Юрьевича мне по-человечески понятны. Галина ему по доброй воле сына не отдаст, а суд начинает прислушиваться к мнению детей и считаться с их желаниями... лишь с одиннадцатилетнего возраста. Максиму же всего шесть, и кто поручится, что в одиннадцать он не станет, ну, не законченным бандитом, а, скажем, малолетним воришкой, бродяжкой, вкусившим уже и глоток свободы, и глоток вина. И выберет ли тогда Максим отца, которого видит раз в году, или мать, чей образ жизни может стать для него своим, еще неизвестно.

Короче, иного разумного выхода из положения, кроме кражи, бывший россиянин Иванов не видит. «Счастье ребенка дороже всего», — говорит Вадим Юрьевич.

Не буду давать оценку его действиям. Скажу о другом. Когда я думаю о гражданском праве в странах СНГ, то представляю гранитную проходную с вооруженным до зубов часовым и высокий забор по обе ее стороны с колющей проволокой наверху. Но его видимая непреступность лишь камуфляж, бутафория, лицедейство. Как только скроются из виду проходная и часовая, кончается и забор, стоящий в открытом всем ветрам поле. Он ничего не замыкает и ничего не защищает. Иди, милый, куда хотел, делай, что тебе заблагорассудится. Даже дырку или иную какую лазейку искать не требуется. Путь и без того свободен. Просто надо усвоить одну простую истину: официально, через проходную, то бишь суд, нельзя. А из-за угла, втихую — можно.

Вот такой наблюдается парадокс в нашем «правовом государстве», где отсудить собственное дитя, даже и обладая всеми необходимыми документами и свидетельствами, сложно. А украть, напротив, легче легкого. Милиция вора-отца и искать особенно не будет, как сообщил мне знакомый прокурор.

Только вот как в таком случае объяснить «предмет кражи» — первокласснице Катеньке Ивановой, что красть нехорошо, стыдно, противозаконно? Ведь она любит папу, гордится им и считает, что тот поступил абсолютно правильно.

Елена БЕРЕЗИНА

МАДАМ ФРАНЦИЯ

Конкурс на звание «самой красивой женщины века» ознаменовался триумфом всемирно известной кинозвезды Катрин Денев: подавляющее большинство французов назвали ее имя. Естественно, что потом именно она была избрана моделью создания скульптурной фигуры, олицетворяющей Францию.

Восхождение Катрин Денев началось в середине 60-х годов. Она стала кумиром кинозрителей, затмив Брижит Бардо, которая отошла в тень. С тех пор ее звезда не заходит. Она снялась во множестве фильмов. Режиссеров привлекают не только ее красота, фигура, но и особая рациональность ума, которая помогает ей правильно оценить и великолепно сыграть каждую роль. Это показали уже ее первые фильмы — «Отвращение» и «Дневная красавица», которые обошли экраны всего мира.

Но чем больше росла слава актрисы, тем замкнутее становился ее образ жизни. Она неохотно фотографировалась, очень редко давала интервью прессе. Глубокой тайной окутаны ее отношения с такими знаменитостями артистического мира, как Джонни Холлидей и Франсуа Трюффо. Английская газета «Ньюсуик» назвала ее «кусочком льда в стакане виски». Сама актриса говорит о себе так: «Мужчины говорят, что я мраморный ангел, и в испуге шарахаются от меня».

Однако в начале своей карьеры она была иной. У нее сын от режиссера Роджера Вадима и дочь от Марчелло Мастоияни. Но ее совместная жизнь с этими мужчинами была непродолжительной. Особенно переживал разрыв Мастоияни. Он стал беспорядочно пить, и полгода понадобилось ему, чтобы прийти в себя. Катрин и Марчелло сейчас просто друзья и время от времени появляются вместе на приемах.

Катрин Денев исполняется 50 лет. Но она по-прежнему прекрасна, снимается в кино, и фильмы с ее участием (последний из них — «Индокитай») пользуются неизменным успехом. Кроме того, она рекламирует модели Ив Сен-Лорана, одного из законодателей мод не только во Франции, но и на мировом уровне.

Артистами стали и дети кинозвезды. Ее сын Кристиан, которому сейчас уже 31 год, играет в театре, а 22-летняя дочь Чиара недавно снялась вместе с матерью в картине «Мое самое любимое время года».



Катрин Денев. Кадр из фильма «Индокитай».

Как рассказывают древние мифы, морской бог Посейдон, восплаивший страстью к богине Афродите, только с помощью дельфинов сумел добиться ее расположения и жениться на ней. Посейдон, помогая мореплавателям выбрать правильный путь к намеченной цели, превращался в дельфина и плыл впереди корабля. Эти и другие предания свидетельствуют о том, что дельфины издревле привлекали внимание людей.

Так, собственно говоря, обстоит дело и в наше время. Дельфины и сейчас пользуются особой симпатией людей. В свою очередь, дельфины проявляют по отношению к человеку дружелюбие и нередко приходят ему на помощь при несчастных случаях на море. Почти каждый год из разных концов мира сообщают, что дельфины спасли тонущих людей. Последний случай, о котором рассказывает немецкий журнал «Бунте», произошел совсем недавно.

В Суэцком заливе затонула моторная лодка инженера Абу Гиндали. На очутившегося в воде человека напала акула, ему грозила смерть. Внезапно рядом с тонущим инженером появился дельфин. Он напал на акулу, яростно впился зубами ей в бок и не выпускал до тех пор, пока издохшая от большой потери крови

акула не пошла ко дну. Потом дельфин подплыл к человеку и помог ему держаться на поверхности воды. Он уплыл только тогда, когда Абу взял на борт подоспевший катер спасательной службы. Знаменательно также, что, увидев в море корабли, яхты, дельфины часами сопровождают их, время от времени выпрыгивая из воды, как бы выражая этим радость от встречи с людьми.

Что же это за удивительные морские животные — дельфины? Они обитают в теплых морях, держатся небольшими группами, питаются тунцами и сельдью, живут до 60 лет (в неволе — до 15). Взрослый дельфин весит около 200 кг и достигает в длину порой 9 метров. Он может плыть со скоростью 50 км в час и погружаться на глубину до 300 метров.

Ученые считают дельфинов самы-

ЛЮДИ



И ДЕЛЬФИНЫ

ми загадочными существами животного мира на Земле. Начать хотя бы с того, что мозг дельфина весит на 100 граммов больше, чем мозг человека. Доказано, что дельфины общаются между собой, издавая звуки особо высокой частоты, которые не улавливает человеческое ухо. Таким образом они обмениваются информацией, например, предупреждают друг друга об опасности: «Осторожно, акула!» Пока, правда, ученым не удалось расшифровать язык дельфинов. Но в одном аквариуме, где содержатся дельфины, сумели научить одного из них различать 27 комбинаций слов на компьютерном языке, пользуясь звуками разной тональности. Американские военные моряки путем специальной дрессировки научили дельфинов обнаруживать морские мины.

Дельфины обладают органом, напоминающим эхолот или радар,

с помощью которого узнают, например, о приближении акулы, находящейся от них на расстоянии до 400 метров.

У дельфинов сильно развито чувство товарищества, они всегда приходят друг другу на помощь. Работники одного дельфинария наблюдали однажды такую картину: на их глазах самка дельфина родила детеныша, и тут же остальные дельфины бросились к нему, чтобы поднять его на поверхность воды, дать ему поскорее вдохнуть воздуха, ибо дельфины, как и киты, дышат воздухом. Столкновения между дельфинами происходят только в одном случае: если в группе животных (обычно в ней пять дельфинов) нет ни одной самки, то они силой отбивают ее у другой группы.

Дельфины способны чувствовать горе. Если умирает один из их товарищей или гибнет детеныш, по поведению дельфинов видно, как тяжело они переживают это. В дельфинарии на Гавайских островах ученые наблюдали за тем, как самка, у которой умер детеныш, отделившись от группы, пять дней по ночам неистово носилась по бассейну, крепко прижимая к себе мертвого дельфиненка. Дельфины способны на самоубийство. В одном итальянском морском аквариуме произошел такой случай. Одного из двух дельфинов, находившихся в аквариуме, продали. Оставшийся впал в депрессию, а потом с горя стал с большой силой биться головой о бетонную стену и бился до тех пор, пока не размозжил себе голову и не погиб.

Но, пожалуй, самое загадочное в дельфинах — их отношение к людям. Жительница Австралии Элла Макферсон, большая любительница купания в море, часто встречается с дельфинами. Она рассказывает, что они близко подплывают к ней, осторожно тычутся своими мягкими носами ей в бок, как бы говоря: «Иди поиграй с нами». Кожа у дельфинов нежная, как у ребенка. Они дают обнимать себя, и Элла часами играет с ними, доставляя огромное удовольствие и себе, и своим друзьям дельфинам.

Рол Гебхар, совершивший кругосветное путешествие на яхте, говорит, что много раз дельфины подолгу сопровождали его: «Я разговаривал с ними и думаю, что они меня понимали», — утверждает он.

Если вам доведется встретиться с дельфинами, проявите к ним дружелюбие. Они ответят вам тем же.

Елена ЖОЛИ

(Наш собкор в Париже)



ПЕРЕ

ли. Народ предприимчивый. Сейчас тем более все условия. Хочешь — за границу за барахлом поезжай, хочешь — в Новороссийск на базы. Да хоть в Москву, там тряпки в два раза дешевле, чем у нас. Вы не знаете, кстати, в Лужниках рынок открыт?

— Решили же: едем сразу на Петровско-Разумовский рынок, — напомнила Вера. — Там точно работает. А то пробегаем впустую.

— Коммерсанты-профессионалы? — Наконец я догадалась, почему

-Место свободное — здесь. — Проводница кивнула на закрытое купе и слегка озадачила: — Заодно разбудите.

Мне белее собирать надо, а по ним хоть пушкой стреляй. Всю ночь на головах ходили.

Я настороженно откатила дверь. Можно заходить: всего-навсего три спящие женщины. На столике под стук колес чокалась с оконным стеклом пустая водочная бутылка. Будить своих нечаянных попутчиц из чувства пассажирской солидарности я и не собиралась. Поэтому тихо усеялась у окна и отодвинула от него бутылку. Ногам мешала большая, но какая-то вялая сумка.

— Подруги-и-и! А какой я видела сон! — вдруг хриловато-мечтательно сказали надо мной. — Стою я в нашем магазине, вдруг мне кто-то говорит: «Это не ваш кошелек?» Гляжу под ноги — мой! Пухлый такой. Открываю, а там одни стодолларовые.

Напротив меня хихикнули и сказали:

— Я же тебе обещала, что спать будешь крепко и сны приятные видеть. А дальше-то что?

— Да хотела немного шикануть, — свесилась сверху рыжая голова. — Потом вспомнила: в Москву же едем, там все на валюту. И побежала за малой в садик.

— Ну? — опять спросили снизу.

— Просыпаюсь — еду в Москву. Валюту, значит, с собой везу.

— Балда, — сказала вторая верхняя. — Тратила бы все в Каменске, было бы хоть что вспомнить.

Долго смеяться не дала проводница, пришла все-таки за своим бельем. Подруги, крихтя, охая и шурша одинаковыми спортивными костюмами, собирались внизу. Людя, Неля, Вера.

Всем примерно по тридцать.

— Это у вас несколько лет назад была крупная авария на железной дороге? — вспомнила я про Каменск.

— Прямо у вокзала поезда столкнулись. Столько людей погибло, — завздыхали они. — У нас весь город плакал. Теперь на этом месте крест большой стоит.

Помолчали и перевели разговор на «за жизнь».

— Как там у вас? — задала я «дежурный» вопрос.

— Как везде, — ответила рыжая Людя. — Предприятия работают через два дня на третий, оплата — по труду. Но с голоду никто не умирает.

— Если и пухнут, то не от него, — добавила Неля. — Вообще-то наши, ростовские, и при социализме жить уме-



КУПЩИЦЫ

Елена БАКЛАНОВА
Поезд Ростов — Москва.
Фоторепортаж
Виталия ВАНИНА.



у меня под ногами такая большая и такая пустая сумка.

— Нет, мы любители-перекупщи- ки,— ответила бойкая Люда.

— Только в свободное от основной работы время и при наличии накоп- ленных денег. Что с этого имеем? Как говорит АО «МММ»: «Хар-р-рошую до- бавку к пенсии».

— Болтушка же ты, Людка,— сме- ясь, отмахнулась Вера.— Нет, конечно, миллионов мы не зарабатываем. Если

этим заниматься профессионально, как вы сказали, тогда — да. А мы? Все работаем, у всех семьи, дети. У меня трое. Люда за больной свекровью уха- живает, у Нели хозяйство, кабанчики. Раз в два-три месяца выберемся, не- много заработаем, и хорошо. А я, че- стно говоря, рынка боюсь, больших денег тоже. Знаю нескольких женщин, они работу побросали, торгуют цель- ми днями. Крутые такие стали! Вместо глаз словно тысячи, курить стали, ру-

гаться. Дети их и одеты, как картинки, и бананами закармливаются, а смотрятся несчастными. Брошенными. А мне сво- их жалко. Я хочу младшим книжки почитать, с дочкой пошить платья кук- лам. Муж у меня поесть вкусно любит. Тоже надо ублажить.

— А я работу не хочу бросать,— подключилась Неля.

— Неля у нас кондитер отличный.— Это опять Вера.— Призы в конкурсах брала.— Ну, бросит она свои торты делать, будет тряпье туда-сюда пере- возить. Другие мастера от своего дела откажутся. И что? Будем только на импортном жить?

— Подруги, а что это вы так развол- новались? — не утерпела балагурка Людмила.— Не будем мы с вами бро- сать наши работы. Сбережем их до лучших времен, когда платить начнут правильно. А это просто наш народ так сам себя спасает. И одевает при этом. Нет, народ наш — герой!

— И мы героини,— согласилась Неля.— Последний раз ездили,— по- вернулась она ко мне,— у Людки тем- пература еще в поезде поднялась. Все тридцать восемь на ощупь. Говорю, давай куда-то поедим, вернемся этим же поездом, она и слушать не хочет. Да еще ковер себе купила. Всю жизнь, говорит, о такой расцветке мечтала. У самой и сознания-то, по- моему, не было, но ковер и сумки не бросила.

— Опять одни героини,— вздохнула я.— Ну а герои-то где? Может, лучше мужчин на такой промысел посылать?

— Ой, нет,— сказала Вера.— Это дело тонкое. Тут надо спрос уловить.

Окончание на стр. 27.





Подбежала, чтобы помочь, проститься. Поставила сакаояж на землю — и больше уже никогда его не видела. В нем были драгоценности двух знаменитых в России родов.

ПАНИНЫ ВОШЛИ В ИСТОРИЮ как виднейшие военачальники, дипломаты, один из них был главным участником переворота в пользу Екатерины, воспитателем Павла I.

Дед Софьи Владимировны со стороны матери — крупный промышленник Сергей Иванович Мальцев — входил в число богатейших людей России.

Но когда ее мать, оставшись вдовой с маленькой дочкой на руках, вышла замуж за одного из лидеров земского либерального движения, Александр III утвердил прошение бабушки Паниной — и девочка была отлучена от матери. По высочайшему указу маленькую наследницу огромного состояния препроводили в Екатерининский институт благородных девиц.

Когда девушка стала выезжать в свет, вокруг зароились многочисленные претенденты на ее руку и сердце. Бабушка Паниной всячески поощряла ухаживания за внучкой завсегдатая придворных балов «Сашки» Половцова (так звал его весь светский Петербург). Красивый юнец, пользовавшийся репутацией лучшего танцора, он был сыном сенатора, члена Государственного совета, известного богача.

В апреле 1890 года отпраздновали свадьбу. На ней присутствовал весь цвет петербургской аристократии. Но счастья молодоженам это не принесло. Очень скоро они расстались. Состоялся развод, причем за Софьей Владимировной сохранилась девичья фамилия (вместе с графским титулом).

Тяжко было пережить эту нвожиданную катастрофу, невыносим был клубок сплетен по поводу скандального происшествия со свадьбой. Думается, что именно тогда зародилось в душе графини Паниной отвращение к «высшему свету» и ко всему, что с ним связано, — балам и приемам, туалетам и драгоценностям, к светским пересудам.

Через нсколько лет она поступила на Высшие женские педагогические курсы, готовя себя к практической работе на пользу обществу.

ОГРОМНУЮ РОЛЬ В ЕЕ ЖИЗНИ СЫГРАЛА ВСТРЕЧА с учительницей Александрой Васильевной Пешехоновой. Она пришла к графине с просьбой дать средства на устройство бесплатной столовой для нуждающихся учеников начальных училищ, располагавшихся в бедном районе вдоль речки Лиговки. Там жили рабочие, ремесленники, мелкие торговцы.

ДРАГОЦЕННОСТИ Графини Паниной*

Поезд из Москвы остановился на маленькой станции. Пассажиры хлынули на перрон из тесноты и духоты переполненных вагонов. Выглянула наружу и немолодая аысокая женщи-

на с потрепанным саквояжем в руках. Это была графиня Софья Владимировна Панина. Из поезда на носилках выносили больных — тогда, осенью 1918 года, в России свирепствовала эпидемия тифа. В одном из них Панина узнала своего старого знакомого.

* Журнальный вариант.

Их дети росли бледными, слабосильными, вечно голодными заморышами.

Женщины стали близкими друзьями. Вскоре в специально снятой небольшой квартирке открылась детская столовая. Там было тепло, светло, уютно. Обедали в большую перемену, а многие дети, родители которых были на работе и квартиры до вечера заперты, проводили здесь и остаток дня.

Вслед за детьми потянулись сюда и родители. Для них стали устраивать воскресные чтения с «туманными картинками» (зачаточная стадия кинематографа), которые сопровождалась музыкальными номерами. Добились разрешения на устройство библиотеки — тогда это была трудная задача! — с выдачей книг на дом. А затем, уже в новом помещении, подруги организовали чайную для взрослых, которая одновременно была и читальней.

Потом сняли третье помещение — там же, на Лиговке. В нем разместились вечерние классы для обучения взрослых рабочих и ремесленников. Был здесь и зал, вмещавший до 200 человек.

«Мне до сих пор весело вспоминать о тех первых танцевальных вечерах, которые устраивались в этом скромном зале... — писала Панина в мемуарах. — Вспоминаю и наши первые спектакли, в которых мы были все участниками и где на мою долю выпадала всегда суфлерская роль. Сколько во всем этом было дружного веселья...»

ВОКРУГ ПАНИНОЙ СОБРАЛСЯ КРУЖОК ДРУЗЕЙ. Мечтали создать такой центр, в котором можно было бы совместить просвещение, воспитание и развлечение. Пришло время, и на средства Софьи Владимировны был куплен участок земли на углу Тамбовской и Прилукской улиц, приглашен архитектор Ю. Ю. Бенуа. Началось строительство Лиговского Народного дома.

7 апреля 1903 года, на Пасху, состоялось его торжественное открытие.

Чего только не было в Народном доме! Детский сад, детская библиотека, учебные мастерские для мальчиков (столярная и слесарная), «рукодельный класс» для девочек. Взрослые посетители Народного дома собирались в чайной. Сюда приходили целыми семьями, располагались за отдельными столиками. Читали газеты, журналы, играли в шахматы и шашки. Не было карт, не было водки. Здесь, в чайной, устраивались выставки картин, вывешивались списки книг, рекомендуемых для чтения, — их можно было взять в библиотеке. По вечерам действовали вечерние классы для взрослых. Собиралось до тысячи учеников. Кроме классов, они занимались в литературном, научном, театральном кружках, издавали рукописный журнал,

устроивали самодеятельные спектакли и литературные вечера.

С началом первой мировой войны Софья Владимировна с головой погрузилась в попечительскую деятельность. Она занималась, в частности, распределением денежных средств, выделяемых правительством для солдатских семей. У попечителей было много и других забот: следить за изменениями в составе семей, помещать осиротевших детей в приюты, устраивать сады, ясли, детские площадки...

В мае 1917 года графиня Панина была избрана в Центральный комитет кадетской партии, в которую вступила после Февральской революции. Тогда же она — первая из русских женщин! — заняла пост товарища (по-нынешнему: заместителя) министра государственного призрения.

ПРИДЯ К ВЛАСТИ, БОЛЬШЕВИКИ ОБЪЯВИЛИ КАДЕТОВ «партией врагов народа». Графиня Панина была арестована...

Впоследствии она вспоминала, что на следующее же утро после заключения в тюрьму в окошко ее одиночной камеры заглянула девушка — одна из заключенных, разносящих пищу и убирающих камеры в тюрьме.

— Софья Владимировна, это вы? А я вас хорошо помню, часто бывала у вас в Народном доме, картины смотрела, музыку слушала.

Эта девушка и ее подруги (из уголовных) изо всех сил старались скрасить тюремное существование графини. Они с необычайным рвением убирали ее камеру, приносили добавочные куски хлеба и до слез огорчались, если она отказывалась от этих приношений. «Никакие сестры и друзья, — вспоминала Софья Владимировна, — не могли быть более внимательными и заботливыми, чем были эти милые молодые женщины, как-то запутавшиеся в тенетах жизни».

Тем временем петербургская окраина «встала на дыбы» при известии об аресте графини. В тюрьме ее засыпали письмами — от знакомых и незнакомых. Собирались сотни подписей под протестами в Совет Народных Комиссаров. Эта энергичная кампания имела свой результат: дело Паниной было выделено из других кадетских дел.

ОБВИНЕНИЕ РАССМАТРИВАЛОСЬ НА ПЕРВОМ ЗАСЕДАНИИ только что созданного Военно-революционного трибунала 10 декабря 1917 года, в бывшем дворце великого князя Николая Николаевича на Петроградской стороне. Председатель трибунала — рабочий-большевик И. П. Жуков — предложил выступить с обвинением подсудимой кому-либо из публики. Желающих не нашлось. Зато неожиданно попросил слова

никому не известный рабочий по фамилии Иванов, оказавшийся посетителем Народного дома. Его выступление в защиту Паниной произвело в зале, по ее словам, «эффект разорвавшейся бомбы».

Когда Панина должна была выйти на волю, комиссар тюрьмы спросил ее:

— А как же с чтением, которое было обещано заключенным?

— Я с удовольствием приду к вам на Рождество, — ответила графиня, — и устрою это чтение.

Тогда, вспоминала Софья Владимировна, «маленький, в кожаной куртке и с наганом за поясом, комиссар подошел ко мне, взял мою руку и поцеловал ее»...

Была выбрана тема «Рождество Христово». Перед затаившими дыхание убийцами в наручниках, ворами, мошенниками графиня читала евангельский текст и легенды, посвященные рождению Христа; с помощью волшебного фонаря были показаны Палестины, картины великих художников... Пришлось приходиться в тюрьму два дня подряд: зал не мог вместить всех желающих сразу.

Удивительный парадокс: эти страшные для Паниной месяцы дали ей счастье особенно остро почувствовать нужность того дела, которому была отдана ее жизнь. Она ощутила горячую волну человеческой благодарности, увидела, как сотни людей стали на ее защиту. В тюрьме на короткое мгновение осуществилась ее мечта: «перекинулся мост взаимного понимания между всеми нами, людьми столь различных «классов», образования, политических взглядов и духовных и умственных культур». И поэтому на склоне лет Софья Владимировна вспоминала о том времени как о «самом значительном и счастливом» в ее жизни.

А ЧЕМОДАНЧИК С ПОТЕРЯННЫМИ КОГДА-ТО ДРАГОЦЕННОСТЯМИ отыскался — уже в наши дни, после смерти В. Ф. Паниной, последовавшей в июне 1956 года. Оказалось, что его прихватил на станции старик крестьянин и прятал в своей избе до голодных 30-х годов. Потом вынул одно из украшений, попытался его продать, но попал за решетку. Украденный им саквояж был изъят. И до сих пор хранятся в государственной казне России драгоценности графини Паниной.

Наталья ДУМОВА

Писательница Наталья Думова уже знакома нашим читателям: в №№ 8 и 9 за 1993 год был опубликован ее очерк «Маргарита и «Солнечный всадник». Сейчас Наталья Георгиевна работает над серией исторических очерков «Женщины серебряного века». Очерк, который вы прочли, из этой книги.



«Был день бегов. Изумруд знал это по особенной нервной спешке, с которой конюхи хлопотали около лошадей: некоторым, которые по короткости туловища имели обыкновение засекаются подковами, надевали кожаные нагавки на бабки, другим забинтовывали ноги полотняными поясами от путового сустава до колена или подвязывали под грудь за передними ногами широкие подмышники, отороченные мехом. Из сарая выкатывали легкие двухколесные с высокими сиденьями американки; их металлические спицы весело сверкали на ходу, а красные ободья и красные широкие выгнутые оглобли блестяли новым лаком». Вспоминаете? А. Куприн, его бессмертный «Изумруд».

...Времена меняются, а рысаки остаются. Принято считать, что конюхами должны быть мужчины. А вот сегодня на Московском ипподроме в восьмом тренерском отделении конюхи... девушки. (Времена действительно меняются...) Их трое: Света Быченкова, Люба Криль и Света Коробина. Рабочий день конюхов начинается в восемь утра, а заканчивается по-разному — когда в четыре дня, когда в шесть. А иногда и в одиннадцать, почти ночью, если в этот день лошадей, за которой «ходит» конюх, участвует в бегах.

Утром, придя на конюшни, конюхи

ПОЛЦАРСТВА ЗА КОНЯ

Лариса ФЕДОРОВА

первым делом начинают «собирать» лошадей — наводить марафет: чистят, накладывают сбрую, уздечку, заправляют в качалку и отправляют наездникам. Затем чистят денники и задают корм. Лошадей после пробежки летом моют, а осенью только замывают ноги от грязи, чтобы в деннике было чисто. Сушат лошадей попонами. Как только конь обсохнет, его чистят и кормят. (Что — «женский труд»? Нет, это любовь. Дело, воистину, женское.)

Лошадь — существо тонкое. Без должного ухода может потерять форму, поэтому коням, как балеринам, мажут особой мазью ноги, чтобы разогреть сухожилия и поддерживать связки. Потом ноги забинтовыв-

ают. На обед лошади едят приготовленную кашу, в которую входят овес и отруби. Работа конюха считается непрестижной, и ребята, которые начинают с конюхов, стараются побыстрее попасть в наездники.

Раз в месяц конюх может превратиться в наездника — это разрешено официально, но девушки почти не пользуются этой привилегией. Их законный «беговой» день — 8 Марта. Тут-то они отводят душу, им достаются все награды.

В восьмом тренерском отделении лошади серьезные, то есть те, которые часто приносят призы.

Череда Любви Криль низкого роста, но страдает манией величия. Любимое ее занятие стрести ногами

опилки в кучу и встать на нее, чтобы казаться выше. Лотарингия, за которой ухаживает Светлана Коробина, — высокая, статная, благородная и очень общительная кобыла. «Когда идешь мимо, — говорит Светлана, — обязательно «окликнет», чтобы дали сахарку». А вот еще призер, жеребец Чарльстон, — любимец другой Светланы, Быченко-вой, очень ласковый и, как все мужчины, любитель мягкого и нежного обращения. Всегда «просит» погладить, хотя жеребцы обычно по характеру жестче, чем кобылы. Есть две красотики кобылы: Афродита, светло-серая, и Луна, серо-жемчужная. Характер Афродиты соответ-



ствует ее божественному имени, а вот Луна — «дама» капризная и коварная. Она считает, что красавицам дозволено все. Стоит повернуться к ней спиной, норовит куснуть или щипнуть. А уж какая любопытная! Когда конюх уходит из денника, выглядывает: куда, мол, идешь?

Главный лошадиный начальник — Александр Несяев. Он командует и конюхами, и наездниками. Своими подчиненными он доволен, а вот оплатой их труда не слишком, труд достаточно тяжелый: бывает, девушки поднимают мешки с сеном до 25 кг весом, а уж ухаживают за лошадьми так, как иная мама не ухаживает за своим чадом. И чистят, и стригут им челки, и косички заплетают. Это для красоты. Рысакам хвост и гриву не стригут, а продергивают.

У лошадей тоже есть украшения. Цвет их подбирается к масти лошади. Если скачки были вечером, девушки часто остаются спать на сеновале... С лошадками.



Маленькая, грациозная, босоногая, она сидит на софе в номере отеля. На левой лодыжке поблескивают серебряные браслеты. Темина Дуррани в течение 14 лет была женой самого властного мужчины Пакистана, Мустафы Кхара. Ее брак — жизнь в крошечном аду. Выросшая в семье, принадлежащей к элитной верхушке Пакистана, она твердо запомнила, что женщина по заветам ислама беспрекословно подчиняется своему мужу. Но никто не подготовил ее к ранам душевным и телесным. Мустафа Кхар бил и унижал ее. И требовал от нее абсолютной покорности и молчания.



Фото из журнала «Космополитен».

«Я НЕ МОГЛА КРИКНУТЬ:
ПОМОГИТЕ!»

Четырнадцать лет она прятала синяки от любопытных взглядов и плакала в подушку. И написала книгу, потрясшую мир: «Мой господин и повелитель. Я была жертвой льва из Пенджаба».

Беспристрастно поведала она о своем браке с непредсказуемым и сильным политиком. За 1400 лет существования ислама ни одна женщина не осмеливалась на подобный поступок.

Ее супружеское мученичество началось уже в первые месяцы брака. В конце концов она решила развестись. В ответ на этот шаг муж похитил детей. Темина обратилась за помощью к родственникам. Мустафа решил не портить своей политической карьеры, вернул детей и передал непокорной жене целый дом в Лахоре. Здесь она сегодня живет под своей девичьей фамилией со своими пятью детьми. Она основала Лигу по борьбе с коррупцией, борется за честность и бескомпромиссность в политике и за то, чтобы угнетенным женщинам дали право голоса.

Корр. Уже через несколько месяцев после свадьбы романтический любовник превратился в злого монстра. Зачем вы так долго терпели это?

Дуррани. В первое время была любовь, которая давала мне мужество. Потом мы должны были бежать из Пакистана. Девять лет мы жили в лондонской ссылке, скрываясь от военной диктатуры. Когда мы вернулись в Пакистан, Мустафа Кхар был заключен в тюрьму. И в ссылке, и в тюрьме он был беспомощным и неправым. А одно очень важное правило ислама гласит: «Не покидай беспомощного». Поэтому все это время я была рядом с ним.

Корр. Какой была ваша жизнь с Мустафой Кхаром в начале вашего супружества?

Дуррани. Мы вставали в половине пятого утра, и в течение часа муж занимался йогой. Я должна была засекать время и не могла сделать ни малейшей ошибки. Если я ошибалась, он бил или ругал меня. С тех пор я никогда не носила часов.

Корр. Могли ли вы куда-то выйти?

Дуррани. Одна — никогда. Я имела право находиться в трех комна-

тах дома. Когда он возвращался к обеду, он рассказывал о жизни за пределами нашего дома и ложился отдыхать. Затем он принимал ванну, я стояла рядом и держала его одежду. Если вдруг он хотел попить воды, я должна была немедленно принести ему стакан и стоять рядом, пока он не выпьет ее. Иначе он начинал бушевать. И потом ночи! Я завидовала нашей горничной, которую он тоже терроризировал, но она хотя бы спала одна, в то время как мне приходилось быть рядом с этим жеребцом, этим Рэмбо.

«Твоя жена — это твоя страна», — говорится в Коране. И Мустафа следил за тем, чтобы его нива всегда была «вспахана». Каждую ночь. Всегда.

Корр. А если у вас не было настроя?

Дуррани. Тогда он бил меня.

Корр. Вы всегда были покорны ему?

Дуррани. Вначале да.

Корр. Избивающие своих жен мужчины в Пакистане — в порядке вещей? Возможно, что и премьер-министра Беназир Бхутто муж «наказывает» за закрытыми дверями?

Дуррани. Очень многие женщины в Пакистане терпят побои от своих мужей. И скрывают их следы от посторонних. И я так тоже поступала годами. Но на одном званом обеде я сняла с глаз темные очки, и все увидели мое избитое лицо. «Кто это сделал, что с тобой?» — начали спрашивать у меня. «Мустафа избил меня», — ответила я.

Корр. И как прореагировали гости?

Дуррани. Они молча смотрели в свои тарелки. Мустафа начал оправдываться перед ними: «Она непослушная, наглая, перечит мне». Никто не стал возражать ему.

Корр. Где вы взяли мужество противостоять ему в одиночку?

Дуррани. Это было страшное озлобление, которое подгоняло меня. Когда я сняла очки, я как бы пригласила его разделить со мной унижение. Это было началом моего освобождения.

Однажды, когда он ударил меня, я бросила в него тарелку с горячим супом. Я переиграла для него столько ролей: была прилежной школьницей, половиком для вытирания ног, терпеливой партнершей. Я испробовала все, за что он хвалил своих

предыдущих жен. Единственная роль, которую никто из них не играл до меня, была эта фурия с тарелкой.

Корр. И как вы себя чувствовали в этот момент?

Дуррани. Я чувствовала одновременно мужество и страх. Он был моим законным повелителем, абсолютным авторитетом. Я думала: он убьет меня. Но это сошло мне с рук.

Корр. В какой ситуации вы сказали себе: «Теперь я уйду»?

Дуррани. Когда он вступил в любовную связь с моей 13-летней сестрой Адилей. Я поняла, что, если сейчас не положу этому конец, просто попаду в психиатрическую лечебницу.

Корр. В своей книге вы описали политические интриги своего мужа. Вы не боялись гнева Мустафы?

Дуррани. Нет. Я не думала о себе. Я это сделала для других угнетенных женщин. Я горда тем, что смогла противостоять мужскому террору.

Корр. И какова была реакция официального Пакистана?

Дуррани. Многие называли мою книгу непристойной, порнографической. Но почти каждый прочел ее. Мои родители отказались от меня и с тех пор не поддерживают со мной отношений. Но я получила и тысячи писем от мужчин, которые писали мне: «Я не хочу быть таким мужем».

Корр. Ваша книга во многих странах стоит в списке бестселлеров. Вы заработали на ней много денег?

Дуррани. Вначале нет. Меня обманул мой издатель в Пакистане. Здесь нельзя было проверить, сколько книг продано. Через два года я получила первый гонорар — во Франции. Это не ахти какие миллионы, но жить можно.

Корр. Как протекает сегодня ваша жизнь в Лахоре?

Дуррани. Моя дверь всегда открыта. Много шума и смеха. После четырех из школы приходят дети, и мы обедаем. Их друзья, мои друзья приходят к нам. Каждый занимается тем, чем хочет. Много свободы.

Корр. Мустафа Кхар оставил вас в покое?

Дуррани. Как властный политик, он представляет для меня опасность. Недавно снова пытался отобрать у меня детей.

Корр. И вы тем не менее продол-

жаете жить в Лахоре.

Дуррани. Я люблю Пакистан. Это моя родина. Моя книга издается во всем мире. И Мустафа побоится посылать мне в дом наемных убийц, потому что реакция международной общественности не замедлит сказаться и он может лишиться своих постов.

Корр. Вы думаете, Мустафе безразлично, какой жизнью вы живете сейчас?

Дуррани. Думаю, да. Тем более, что у него все в порядке. Он недавно женился в девятый раз, ей 25, ему 61. Он очень поправился и по-прежнему каждый день занимается йогой.

Корр. Что вы намерены предпринять дальше?

Дуррани. Я хочу показать женщинам, исповедующим ислам, что им несправедливо выделена низшая ступень по сравнению с мужчинами. На самом деле, Коран дает женщинам довольно много свобод. Столетиями Коран толковали так, будто он написан специально для ублажения мужчин. Женщины должны понять, что это было просто полосканием мозгов. Я не верю, что именно Коран предписал мужчинам иметь четырех жен.

Корр. Почему же Коран не говорит однозначно: женись только на одной?

Дуррани. Потому что мы должны не только читать, но и задумываться над прочитанным. Когда я читаю Коран, он меняет мое сознание. Я понимаю: все мужчины склонны к полигамии.

Корр. А женщины — нет?

Дуррани. И женщины тоже. Ты больше не любишь своего мужа? Уйди от него. Ислам разрешает это. Это очень просто. Полюбила? Выйди замуж опять. И опять, пока ты хочешь и можешь. Ты свободна.

Корр. Но ведь в Коране сказано: «Твой муж — твой Бог на земле».

Дуррани. Об этом все время говорил Мустафа. Но что означает: «твой Бог на земле»? Бог — хороший, справедливый, добрый. Если твой муж не таков, ты не должна подчиняться ему. К счастью, я поняла это вовремя.

По материалам
зарубежной прессы
подготовила Алла КРАСИНСКАЯ.

РУССКИЙ «ОТ КҮТЮР»



Елена ПЕЛЕВИНА



В одном из залов музея Метрополитен в Нью-Йорке выставлена оригинальная коллекция русского костюма. В музее прикладного искусства на Делегатской в Москве — вторая часть этой коллекции. Впрочем, от русского костюма здесь только орнамент. Все остальное — от покроя до фасонов — остроумно, актуально, современно.

Автор этого великолепия — художник-модельер Елена Пелевина. Ее стиль называют «русский от кутюр», и еще — одеждой, пропущенной через мировоззрение.

— Даже если искусственная ткань красива, я не буду работать с ней, потому, что все, что надето на человеке, и все, что его окружает, должно быть



естественным, не вызывающим аллергии, — говорит художница.

Три года назад на Комсомольском проспекте в Москве открылся авторский салон Елены Пелевиной. Убогое ателье за это время превратилось в сказочный теремок. Здесь все — от вытканых дорожек и гобеленов на стенах до куклы Анастасии, — сделано руками сотрудников Пелевиной.

— Я никогда не смотрю журналы мод, — говорит художница, — не хочу отвлекаться на чужое, успеть бы воплотить свои собственные идеи, которые буквально рвутся изнутри.

В основе ее работ — лоскутная техника, ручная роспись по шелку и хлопку, ткачество. Ткани она использует только натуральные.

...С именем Пелевиной ассоциируют русскую моду за рубежом: в Париже, Нью-Йорке, Риме. «Русский от кутюр» завоевывает мир. Скоро откроется и ее «Театр моды».

Алла КРАСИНСКАЯ



Фото Николая МАТОРИНА



Домашний калейдоскоп

Клуб здоровья

ЕЩЕ НЕ ВЕЧЕР



Задумывались ли вы о том, почему в последнее время у вас часто бывает плохое настроение? Вам кажется, причина этого — в пасмурной погоде, в школьных проблемах детей, в финансовой нестабильности страны и вашего кошелька, в трудном характере начальника и не более легком характере мужа... Стоп. А если заглянуть в себя? Может быть, здесь и начинаются все ваши проблемы?

Ответьте на несколько вопросов сами себе. Давно ли у вас появился лишний вес, когда вы махнули на него рукой и он стал расти, утяжеляя вашу походку и подавляя жизненную энергию? Когда вы перестали следить за своей кожей и не заметили, как потух свет в глазах? Когда появилось это странное чувство дискомфорта, загрязненности всего организма и вы стали сами источником постоянного раздражения, которое, конечно же, выплескивается на окружающих?

Новую жизнь начать просто. Куда сложнее продолжить ее изо дня в день. Но если вы приняли такое решение, ДК вам поможет, как помогает всегда в чисто женских делах. В «Клубе здоровья» есть уникальный препарат для сбавления веса — благодаря ему у вас снизится аппетит, исчезнет тяга к сладкому, нормализуется содержание сахара и холестерина в крови, возникнет равновесие между потребностями организма и количеством потребляемой пищи. Если же ваш вес в норме и вы просто хотите эффективно очистить свой организм, мы предложим вам чай «Калли». Кстати, этот чай многим помог

избавиться от курения, от привычки пить кофе. Есть и другой чай — он очистит ваш организм не только от шлаков, но и от жировых клеток.

О «жемчужинах» мы уже писали (см. № 10), и, если вы хотите, чтобы кожа вашего лица стала такой же фарфоровой, как у китайских императриц, купите жемчуга — и... выпейте их!

Есть у нас препарат и для **укрепления иммунной системы организма** — его можно принимать и для профилактики, и для лечения. Кроме всего, этот препарат прекращает рост опухолевых клеток.

Думаем, что кого-то заинтересуют и другие препараты: например, помогающие организму избавиться от вредных привычек (пристрастия к алкоголю, курению, сладкому).

Как вы уже, наверное, догадались, все эти уникальные препараты стоят недешево. Но все эти затраты обернутся для вас самой большой прибылью — здоровьем. Многие фирмы проводят через журнал маркетинговые исследования, просят нас предложить свою продукцию читателям «Работницы».

Итак, вы решили начать новую жизнь? Звоните, мы поможем вам! 250-11-93, «Клуб здоровья».



НОЯБРЬ '94

Самая большая комната

ПАЛЬТО С НАКИДКОЙ

При составлении комплекта молодежной одежды нет определенного рецепта. Новый стиль предполагает фантазию и творчество каждого, кто хочет быть одетым модно и современно.

Предлагаемый комплект состоит из пальто и накидки, выполненных из шерстяной ткани в клетку. Пальто трапецевидного силуэта, рукава покроя реглан, небольшой отложной воротник, карманы в боковых швах. Укороченная длина пальто спереди плавно переходит на удлинение сзади. Обтяжные пуговицы из бархата дополняют модель. Небольшие подплечники подчеркивают четкость силуэта.

Накидка с капюшоном отделана тесьмой в тон пуговиц. Тесьму можно заменить бахромой, выдернутой из полосок этой же ткани. Существует много вариантов носить накидку так, как она может драпироваться. Перекиньте два конца ее на плечи; один конец на плечи, один лежит свободно; застегните булавкой; завяжите, как платок.

Накидка может быть выполнена из плащевой ткани и защитить вас от дождя; с отделкой из искусственного меха она укроет от снега.

Расход ткани 170-96-104 — 3 м 20 см при ширине 150 см; накидка, размер 170-92-100 — 1 м 90 см при ширине 150 см.

Как пользоваться чертежами

Чертежи даны без припусков на швы и подгибку. Все цифровые обозначения указаны в сантиметрах. Построение деталей начинают с построения прямого угла, на котором откладывают указанные величины. Построение рукавов начинают с двух взаимно перпендикулярных линий.

Условные обозначения:

пунктирная линия спинки указывает сгиб; долевая нить обозначена стрелками, тонкая линия по переду полочки и накидки — середину деталей. Штрих-пунктирная линия по низу спинки обозначает ровную линию низа.

Все детали выкройки даны без припусков на швы и подгибку.

Перед раскроем необходимо ткань продекотировать, то есть проутюжить через мокрую ткань.

При раскрое необходимо дать припуски:

- на стачивающие швы 1,0—1,5 см;
- на втачивание рукавов — 1,5 см;
- на подгибку низа — 1,5—2,5 см;
- на подгибку низа рукавов — 3—4 см.

На ткани с ворсом детали располагают в одном направлении, в связи с этим увеличивается метраж ткани.

Обязательно соблюдайте при раскрое направление долевой нити.

Необходима примерка, подгонка изделия по фигуре и основка низа пальто.

Перечень деталей кроя

1. Спинка — 1 дет.
2. Полочка — 2 дет.
3. Передняя часть рукава — 2 дет.
4. Локтевая часть рукава — 2 дет.
5. Воротник — 2 дет.
6. Капюшон — 2 дет.
7. Накидка — 2 дет.

— Мешковина кармана — 4 дет.

— Подборт пальто — 2 дет., кроить по лекалу полочки, ширина его по плечу — 4 см, ширина внизу — 8 см.

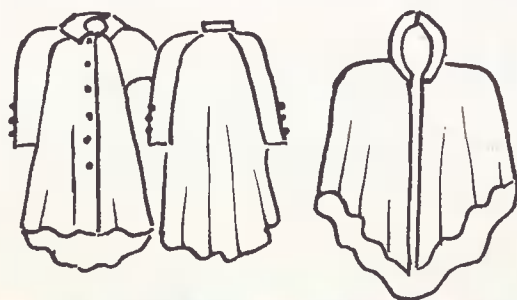
Последовательность пошива пальто

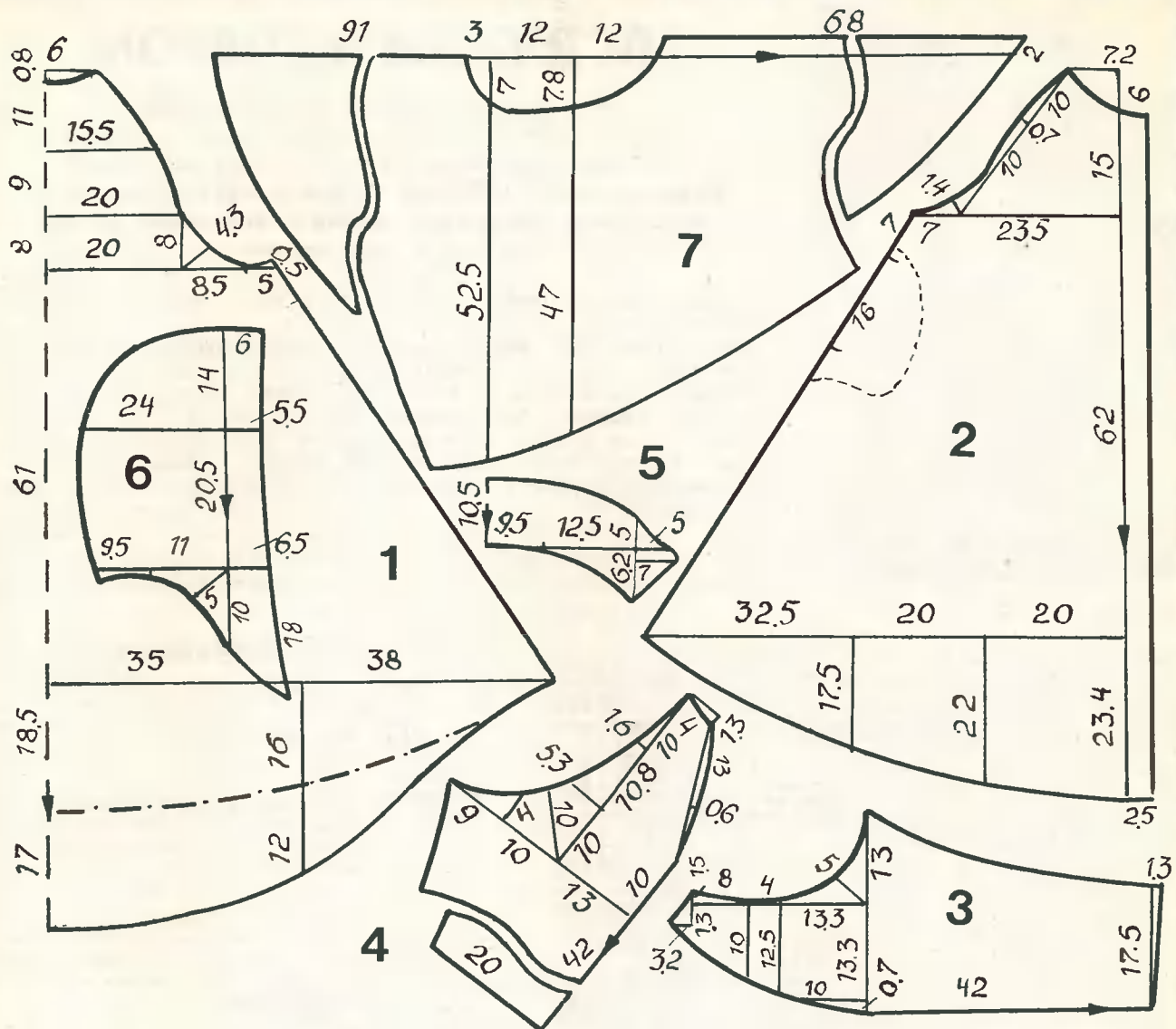
— Перенесите линии обведенных лекал с одной стороны на другую при помощи «силков».

— Проложите кромку шириной 1,0 см по краю пройм спинки и полочек.

— Притачайте локтевые части рукавов к проймам спинки, передние части рукавов к проймам полочек. Швы разутюжьте.

— Притачайте мешковины карманов (скроены они из основ-





ной ткани) по намеченным надсечкам к спинке и полочкам. Швы заутюжьте в сторону направления карманов, то есть в сторону переда.

- Стачайте средние швы рукавов, разутюжьте.
- Проложите прокладку в низки рукавов.
- Стачайте одновременно нижние швы рукавов и боковые швы до начала карманов, далее строчку продолжите, стачивая мешковины карманов, боковой шов до низа изделия. Боковой шов прострочите вверх до надсечки входа в карман. Швы заутюжьте в сторону переда.
- Выметайте кант входа в карманы. Приутюжьте.
- Проложите прокладку по подбортам и верхнему воротнику.
- Обтачайте борта полочек подбортами, выметайте кант, приутюжьте.
- Верхний воротник на 0,3 см по краям больше нижнего воротника. Обтачайте нижний воротник верхним, выверните, выметайте кант, приутюжьте.
- Втачайте воротник в горловину, вкладывая его между подбортами и полочками. Швы разутюжьте.
- Пришейте к плечевым швам подплечники.

- Пальто повесьте на вешалку-плечики на 1—2 дня, за этот период оттянутся самые косые места.
- Необходимо выровнять низ изделия.
- От пола линейкой отметьте кругом одну величину, лишнее отрежьте.
- Обметайте низ изделия, подшейте и приутюжьте.
- Обтачайте пальто подкладкой.
- Обметайте петли.
- Отутюжьте пальто, пришейте пуговицы.

Накидка

- Стачайте средний шов спинки и средний шов капюшона швом в «замок» — с закрытым срезом.
- Приутюжьте.
- Втачайте капюшон в горловину. Обметайте и проложите строчку на 0,7 см от края или закройте шов тесьмой.
- Отогните края накидки и капюшона на лицевую сторону и настрочите отделочную тесьму.
- Отутюжьте изделие.

Конструктор
З. ГРАБКОВСКАЯ

ОСЕННИМ ВЕЧЕРОМ

Чем можно заняться, когда за окном
накрапывает дождик, телевизор надоел безумно,
ваш благоверный мирно похрапывает на диване?
Конечно, собой, любимой. А лучше всего собственным
гардеробом. Например, связать симпатичный жакет.
Мы вам в этом поможем.



Размер этого уютного теплого
жакета 46—48.

Вам потребуется 800 г белой
шерстяной пряжи (150м/100 г),
прямые спицы № 4 и № 3 и круго-
вые № 3. Резинка: попеременно
1 лиц. п., 1 изн. п. Узор «длинный
рис»: 1 лиц. п., 1 изн. п., петли ме-
нять местами каждые 2 р. (основ-
ное вязание).

Узор «косы» вязать на передних
полочках по схеме 1 и 2.

Будьте внимательны: во всех

изн. р. вязать петли по узору полот-
на.

В высоту повторять раппорт. Рас-
чет дан, без кромочных петель.

Спинка: на спицы № 4 набрать
70 п., провязать 1 р. и перейти на
спицы № 3, вязать резинку 5 см.
В последнем изнаночном ряду рав-
номерно прибавить 10 п. и вязать
узором «длинный рис». На высоте
45 см от нижнего края спинки за-
крыть по 7 п. с каждой стороны для
пройм рукавов. Далее продолжать

Схема 1

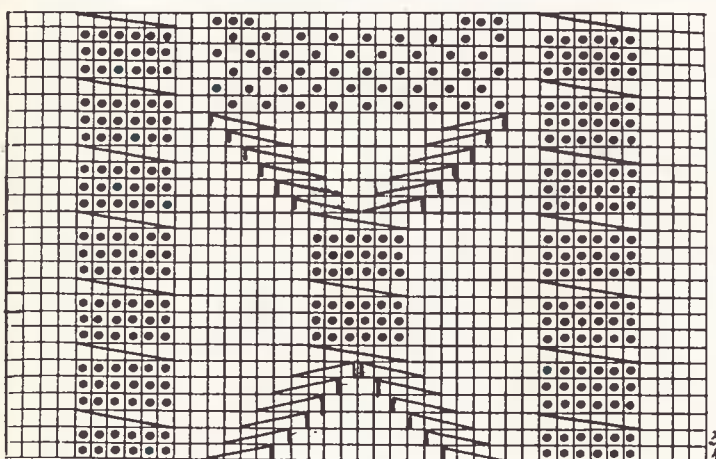
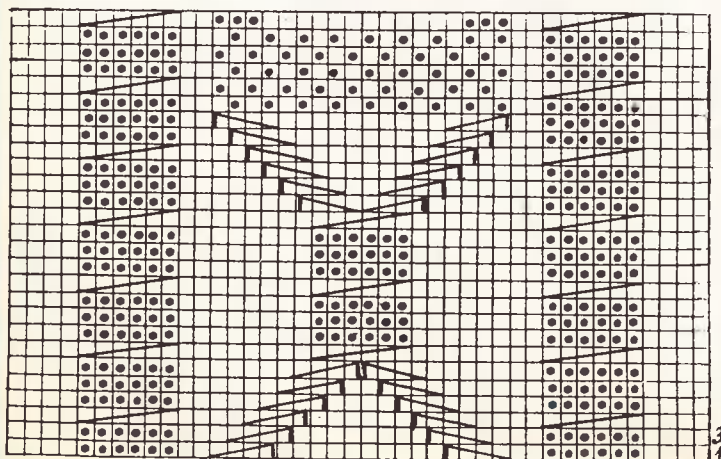


Схема 2



УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ

□ — 1 изн. п.

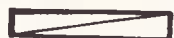
● — 1 лиц. п.



— 4 п. перекрестить вправо: 1 п. оста-
вить на вспом. спице за работой,
3 лиц. п., затем провязать изн. п. со
вспом. спицы



— 4 п. перекрестить влево: 3 п. оста-
вить на вспом. спице перед работой,
1 изн. п., затем провязать лиц. 3 п. со
вспом. спицы



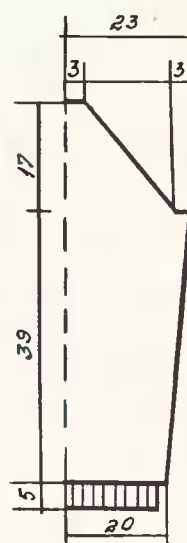
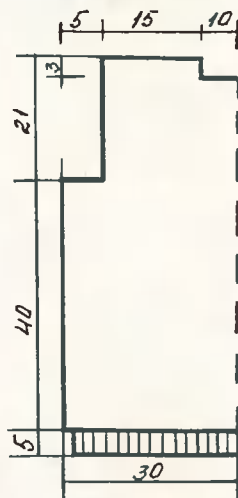
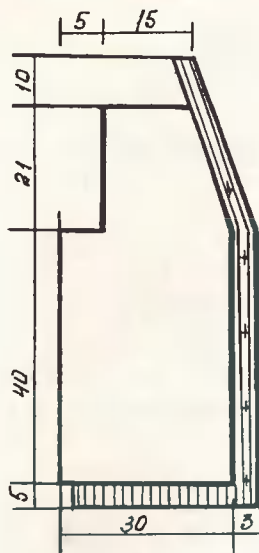
— 6 п. перекрестить вправо: 3 п. оста-
вить на вспом. спице за работой,
3 лиц. п., затем провязать лиц. 3 п. со
вспом. спицы



— 6 п. перекрестить влево: 3 п. оста-
вить на вспом. спице перед работой,
3 лиц. п., затем провязать лиц. 3 п. со
вспом. спицы

СОКРАЩЕНИЯ

лиц. — лицевая
изн. — изнаночная
п. — петля
вспом. — вспомогательная
р. — ряд



вязать по прямой. На высоте 63 см закрыть для выреза горловины средние 30 п. и обе стороны закончить отдельно.

Правая передняя полочка: на спицы № 4 набрать 60 п., провязать 1 р., перейти на спицы № 3 и вязать резинку 5 см. В последнем изн. р. равномерно прибавить 10 п. и далее вязать 11 п. «резинка», 42 петли узор «косы» по схеме 1, 17 п. узор «длинный рис» (см. рис. 1). На высоте 45 см от нижнего края полочки закрыть 7 п. для проймы рукава. Начиная от проймы для оформления скоса выреза горловины, убавляйте

по 2 п. в каждом изн. р. со стороны проймы рядом с рельефной полосой «косы». Благодаря такому приему рельефная полоса располагается параллельно вырезу горловины. На высоте 66 см закрыть 44 п. плеча. Провязать в высоту 10 см «резинки» для оформления выреза горловины. Не забудьте отверстия для пуговиц.

Левая передняя полочка: вязать симметрично правой, выполняя узор «косы» по схеме 2.

Рукава: на спицы № 4 набрать 40 п., провязать 1 р., перейти на спицы № 3, вязать резинку 5 см. В по-

следнем изнаночном ряду равномерно прибавить 20 п. и вязать узором «длинный рис», прибавляя с двух сторон в каждом 4 р. по 1 п. На высоте 44 см от нижнего края рукава закрыть 4 п. с каждой стороны и далее вязать вверх, убавляя в каждом изн. р. по 1 п. с каждой стороны.

Сборка: сшить плечевые и боковые швы. Оформить вырез горловины, пришив полоски из «резинки» от передних полок к спинке. Вшить рукава. Пришить пуговицы.

Г. ЧИБЕРЕВА.

Советы домашнего ВЯЖЕМ БЕЗ ОШИБОК

Иногда в процессе работы происходят досадные ошибки: спущенная петля, захвачена вместе с петлей нитка предыдущего ряда, вместо целой провязана половина нитки (расщепилась), вместо лицевой петли связана изнаночная или наоборот. Эти погрешности можно исправить, не распуская всей вещи. Из перечисленного чаще всего случается спуск петли. Если ошибка обнаружена не сразу, то над спущенной петлей окажется несколько провязанных рядов, и тогда появляется дырочка на полотне. Особенно это заметно на чулочном вязанье. Исправления на нем делают так:

распускают петельный столбик (вертикальный ряд), в котором ошибка, до спущенной петли, с лицевой стороны работы подхватывают крючком спущенную петлю и втягивают в нее первую протяжку, то есть вывязывают лицевую. Затем точно так же провязывают каждую следующую протяжку, пока не восстановится весь вертикальный ряд. Если ошибка происходит в узоре со сложным переплетением нитей, то распускают все ряды до спущенной петли и один ряд после нее. Растягивают его медленно и осторожно: сначала вводят спицу острием на себя поочередно в каждую петлю

ряда, расположенного под тем, который нужно распустить, и только после этого выплетают нить из петли (иногда это может быть не одиночная петля, а группа петель или петля с накидами, тогда вводить спицу нужно особенно внимательно). Распустив последнюю петлю, определяют, какой именно ряд прерванного узора оказался на спице, и продолжают работу.



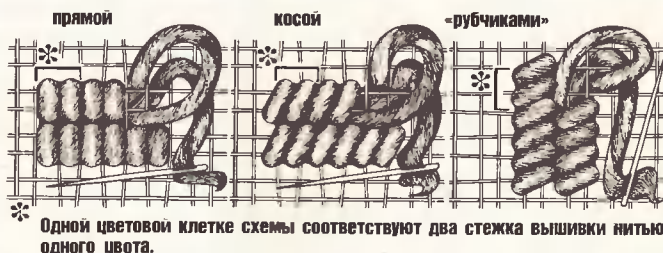
Рукоделие

«ЛЕСНОЙ ХУТОРОК»

ТРАДИЦИОННЫЕ ГОБЕЛЕНОВЫЕ ШВЫ

Продолжая знакомить вас с техникой гобеленового шитья, предлагаем вашему вниманию широкие гобеленовые швы (см. рисунок). Каждому из рассмотренных нами ранее гобеленовых швов соответствует свой вариант широкого шва. Этой техникой стоит воспользоваться, если схема вышивки вам очень нравится и вы хотите изготовить по ней укрупненную работу. Линейные размеры вышивок при переходе на широкий шов удваиваются, увеличивается вдвое и количество стежков (площадь вышивки станет больше в четыре раза). Приемы выполнения стежков остаются те же (см. предыдущие номера журнала).

Любым из широких швов можно выполнить работу по схеме автора статьи «Лесной хуторок». Вы, конечно, обратили внимание, что одной цветовой клетке могут соответствовать два или даже четыре стежка нитки одного цвета. Дело в том, что для традиционных гобеленовых швов разрабатывают специальные схемы. В них цветовые клетки представляют собой прямоугольники с размерами сторон 2:1, для широких швов — 4:1. Такой клетке соответствует один стежок. Мы даем схемы в квадратах. Они универсальны. По ним можно изготовить вышивку в любой технике. Например, если вы опытная вышивальщица и отлично работаете обычным крестиком — вышивайте крестиком. Если понравились гобеленовые швы, выбирайте любой. Чаще всего вышивальщица работает в одной излюбленной технике, добиваясь качественного выполнения стежков, формируя и совершенствуя свой «почерк». Если вы решили осваивать широкие швы, для выполнения предлагаемой работы вам скорее всего не хватит размеров ваших пялец. Посчитайте по клеткам канвы — каких размеров



ШИРОКИЕ ГОБЕЛЕНОВЫЕ ШВЫ



будет вышивка. В качестве пялец удобно пользоваться подходящей по размерам рамкой из мягкой древесины. Канву можно укрепить на ней кнопками. Если провиснет во время работы — легко подтянуть. Чтобы канва не перекосилась, под нее можно подкладывать любую другую ткань, через которую легко проходит игла. Однако это усложняет процесс вышивания.

Н. ХАРИТОНОВА

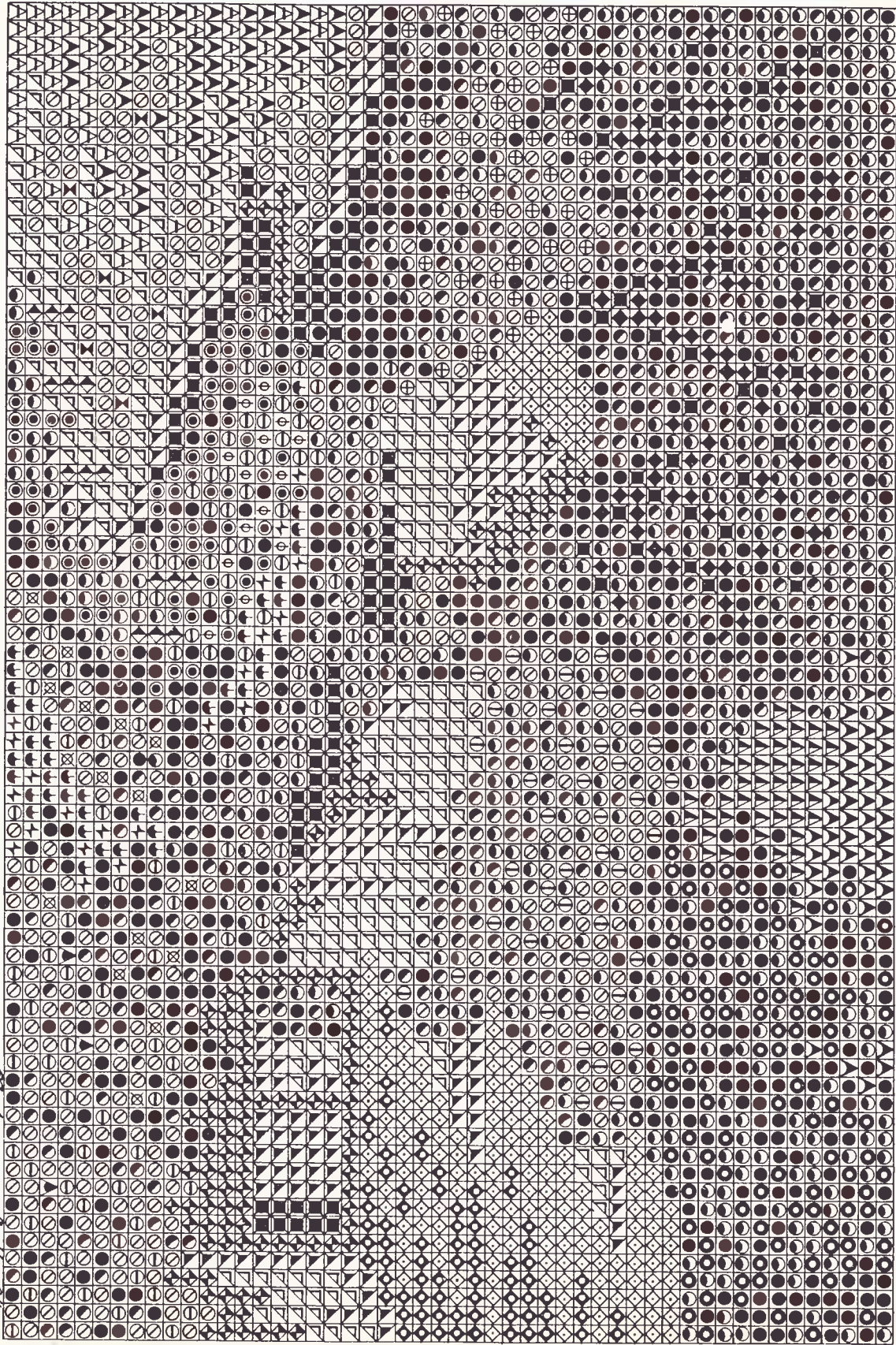
УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ ЦВЕТОВ

-  — розовый светлый яркий
-  — желтый светлый с розовым оттенком (телесный)
-  — желтый светлый блеклый
-  — желтый яркий золотистый
-  — желтый темный (песочный)
-  — коричневый яркий
-  — коричневый среднего тона
-  — коричневый темный
-  — коричневый темный с красным оттенком
-  — бежевый светлый тусклый с розовым оттенком или розовый с серым оттенком
-  — серый светлый
-  — серый темный
-  — синий яркий

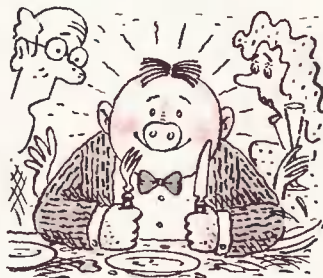
-  — лиловый светлый
-  — голубой лазурный
-  — голубой светлый блеклый
-  — зеленый светлый с голубым оттенком
-  — зеленый светлый салатный
-  — зеленый светлый (травянистый)
-  — зеленый светлый с желтым оттенком
-  — зеленый светлый хаки
-  — зеленый средний хаки
-  — зеленый темный хаки
-  — зеленый средний (травянистый)
-  — зеленый темный изумрудный
-  — черный



С. 100 - 94



ЕСЛИ ВЫ ПРИШЛИ В ГОСТИ



Если вы пришли в гости с опозданием и все приглашенные уже сидят за столом, не совершайте второй ошибки — не обходите с рукопожатием всех присутствующих, поздоровайтесь лишь с хозяйкой и извинитесь за опоздание.

● Если, получив приглашение, вы не можете им воспользоваться, постарайтесь известить об этом тех, кто вас пригласил.

● В гости приходите в назначенное время.

● За столом не принято читать, говорить о болезнях и неприятностях.

● В гостях не принято говорить о том, что вам не нравятся еда и напитки, не принято хвалить кулинарные способности своей жены.

● За столом не заводите разговор с человеком, сидящим слишком далеко от вас, это может быть утомительно для окружающих. Хороша та беседа, которая ведется вежливо, без перехода к выяснению отношений.

● Не затрагивайте темы, которые неинтересны, непонятны другим участникам застолья. Также недопустимо шептаться и многозначительно переглядываться.

● За столом не следует уделять внимание своей внешности, туалету.

● Не следует за столом откидываться на спинку стула — это некрасиво выглядит со стороны.

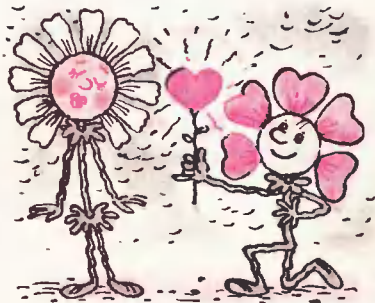
● Не кладите локти на стол — они будут мешать вашим соседям. На столе должны находиться только кисти ваших рук.

● Мужчины не должны забывать, что женщина, сидящая рядом, особенно по правую руку, имеет право рассчитывать на внимание независимо от того, представлены вы друг другу или нет.

● За столом не принято обращать внимание на крошки на скатерти и жестикулировать столовыми приборами.

● Отказывайтесь от какого-либо блюда вежливо, но без объяснения причин.

ЦВЕТОЧНЫЙ ЭТИКЕТ



Цветы приятно получать в подарок и приятно дарить. Но дарить цветы нужно, учитывая характер того человека, кому они предназначены.

✂ Букет для подарка должен быть полностью упакован. Перед тем как войти в дом, куда вы приглашены, необходимо снять бумагу с цветов или открыть их наполовину. Целлофан с цветов можно не снимать.

✂ Если мужчина сопровождает женщину, то он передает цветы хозяйке после того, как женщины поприветствуют друг друга.

✂ Мужчина сначала держит цветы в левой руке, после своего приветствия он переносит их в правую руку и вручает хозяйке правой рукой. Во время вручения букет надо держать цветами вверх.

✂ Если при посещении дома поздравляют молодую девушку, то цветы дарят и девушке, и ее матери.

✂ Получив в подарок цветы, сразу ставят их в вазу на видное место.

✂ Вазы для цветов должны соответствовать их размерам: крупные, тяжелые цветы требуют большой устойчивой вазы, цветы на длинных стеблях — высоких ваз, а низкие букетики из ландышей или фиалок — маленьких вазочек.

✂ Стебли цветов нужно подрезать острым ножом под водой, некоторые цветы, такие, как астры или хризантемы, лучше ломать, а не срезать.

✂ Листья с той части стебля, которая будет находиться под водой, обрывают. Вода для цветов не должна быть очень холодной.

В старинной книге о правилах хорошего тона говорится, что цветы — это символы выражения чувств и мыслей. И в самом деле: где мы можем найти более нежного, более поэтического истолкователя наших самых сокровенных дум и чувств, как не в тихом, чудном мире цветов! Существует целая наука о значении цветов и даже язык, при помощи

которого любящие сердца неслышно, но понятно друг для друга могли изъясняться в своих чувствах.

Интересно значение окраски различных цветов:

розовый цвет — любовь, **красный** — огонь и страсть, **светло-голубой** — вера, **синий** — верность, **лиловый** — покорность, **фиолетовый** — дружба, **оранжевый** — гордость и кокетство.

Букет, составленный из цветов, не считаясь с их значением, может быть иногда источником неприятностей и обид.

Во Франции, например, были бы шокированы, если бы молодая девушка выбрала себе для украшения ярко-красные цветы, например, гвоздику или мак. Это цветы пламенной страсти, но не украшение невинной юности.

Растения с древнейших времен служили различными символами. Так, например, известно, что мирт и померанцевые цветы достойно украшают голову невесты; лавром увенчивают храброго воина и прославленного поэта; оливковые и пальмовые ветви — символы мира.

ЛЕКАРСТВО ПРОТИВ СТРЕССА

Плачущие дети, требовательные руководители и непоплаченные счета не исчезают. Но есть несколько способов, помогающих справиться со всеми проблемами.

Стресс... Его бремя мы делим с нашими соседями, коллегами по работе, семьей и друзьями.

Рвота и семья — два самых очевидных источника появления стресса, но даже те сферы нашей жизни, где мы ищем утешения (отдых, дружба, любовь), могут, наоборот, вызвать рост беспокойства. Помимо всего прочего, стресс причиняет вред нашему здоровью. Постоянное ощущение тревоги, страха, по словам Рида Московица, директора медицинской службы по изучению стресса из Нью-Йорка способствует развитию ряда недугов, включая мигрени, заболевания желудочно-кишечного тракта, боль в мускулах, болезни сердца, хроническую усталость, гипертонию и бесплодие.

Но от стресса можно избавиться. Главное — контролируете ситуацию.

вас нет дома, но и когда вы обедаете или отдыхаете всей семьей.

Согласуйте семейный бюджет. Денежные проблемы — один из источников стресса во многих семьях.

С БЛИЗКИМ ЧЕЛОВЕКОМ

Найдите время для разговора. Выкроите из своих средств сумму для няни. Хотя бы раз в месяц сходите вместе в кино, в театр, на теннисный корт — куда хотите.

Говорите обо всем, включая работу, расспрашивайте друг друга. Будьте уверены, что на вашу няню можно положиться! Эти беседы поддержат вас в трудные времена.

Возьмите мини-отпуск, отдохните 1—2 дня без детей. Прогулки наедине помогут почувствовать обоюдную близость.

Говорите, говорите, говорите. Не упускайте ни одного создающего напряжения вопроса. Избежание дискуссий может казаться менее болезненным, но часто это, наоборот, вызывает рост страха и тревоги.

Правильно выбирайте время для выяснения отношений. Обед на столе, плач детей только усугубят ситуацию. Поговорите в спокойном месте.

Делайте друг другу сюрпризы. Повод не обязателен, как и экстравагантность. Цветы, галстук, забавная кружка — всякий пустячок поможет вам не забывать о ваших чувствах.

НА РАБОТЕ

Делайте пометки. Не важно, какая у вас работа, постоянно делая записи, вы будете чувствовать себя более уверенно. Не полагайтесь на свою память: в нужный момент она может вас подвести.

Если вы опаздываете — расслабьтесь. Не смотрите на часы каждую минуту — это сделает вас более собранной.

Помните: помимо работы, у вас есть личная жизнь. И если ваши коллеги задерживаются, не чувствуйте себя виноватой, что уходите в пять, чтобы сходить на соревнования, в которых участвует ваш ребенок.

Выбирайте окольные пути. Например, отправляясь на встречу, идите мимо магазинных витрин — для небольшого расслабления.

Делайте дыхательные упражнения. Элен Врюмберг, автор книг о красоте, рекомендует: «Я повторяю «расслабляюсь», делая ударение на «рас-», и выдыхаю на «-слабляюсь».

Не позволяйте накапливаться бумажной работе. Нагоняйте упущенное в поезде, автобусе, машине, за утренним кофе.

Избегайте часа пик. Постарайтесь выходить на полчаса раньше или позже. Если вы в машине попали в «пробку» — откройте окна, включите кондиционер и спокойную музыку.

Путь до работы пешком поможет вам собраться с мыслями на весь предстоящий день. Даже десятиминутная прогулка во время перерыва на обед успокоит вас.

Если возможно, берите работу на дом.

ДОМА

Предоставьте детям больше самостоятельности. Это уменьшит их зависимость от вас. Дошкольники постарше могут делать маленькую уборку, собирать мусор.

Заведите семейный календарь. Пусть он будет большим, повесьте его на виду, чтобы не забыть о визитах к врачу, юбилеях, днях рождения, гостях, важных встречах и т. д.

Всегда заготавливайте еду на случай, если приготовить что-нибудь не представляется возможным.

Посещайте родственников. Это поможет избежать упреков «мы-вас-никогда-не-видим» и других неприятных сюрпризов. И приглашайте гостей.

Купите автоответчик. Пользуйтесь им не только когда



С ДРУЗЬЯМИ

Общайтесь по телефону. Это экономит время, силы и деньги. Когда вы понастоящему заняты, оставляйте сообщения на автоответчиках.

Разберитесь в своих друзьях.

Обменивайтесь записками. Этот старомодный обычай поможет поддерживать общение и займет времени меньше, чем вы думаете.

Пригласите друзей на кофе и десерт. Не оставляйте гостей одних, попросите мужа уложить детей спать.

Протяните друг другу руку помощи. Помогая другим, вы отвлекетесь от собственных проблем.

НАЕДИНЕ С СОБОЙ

Найдите хобби. Вышивание или танцы — не имеют значения. Главное — посвятите себя тому, что находите приятным. Это успокоит вас.

Делайте себе маленькие сюрпризы. Маникюр, цветы, хорошенький флакон

с ароматизированным маслом. Оставайтесь чуть-чуть ребенком. Катаясь на велосипеде вдоль реки, вы почувствуете себя девочкой.

Читайте любовные романы, смотрите телесериалы, медитируйте, наслаждайтесь музыкой.

Обзаведитесь домашними животными, если у вас хватает времени и средств.

Соберите вокруг вещи, которые невольно вызывают вашу улыбку. Веселая фотография, рисунок вашего ребенка, поздравительная открытка помогут обрести твердую почву, когда сложно устоять на ногах от навалившихся проблем.

Загрузите себя работой, иногда это помогает избавиться от стресса. Даже домашние заботы заставляют вас почувствовать, что жизнь не так уж плоха.

Подготовила Ю. БАЗДЫРЕВА



«И ХОРОШЕЕ НАСТРОЕНИЕ НЕ ПОКИНЕТ БОЛЬШЕ НАС...»

Вам, конечно, знакомо это чувство — все вокруг серо и мрачно, кажется, уже ничто и никогда не спасет вас от унылой ненависти к жизни. Что делать, чтобы настроение улучшилось? Хорошему настроению можно научиться. Такого мнения исследователей из университета г. Трира (Германия). Оказывается, существует четыре фактора, при помощи которых самого заядлого пессимиста можно обратить в оптимиста.

Фактор первый — мимика. Улыбка — лучшее лекарство от плохого настроения. Доказательства? Группе испытуемых предложили взять в рот обыкновенные карандаши и зажать их между губами. Другой группе было предложено зажать карандаши в зубах. Затем обеим группам показали смешную карикатуру. Веселились больше те, кто держал карандаши в зубах. Объяснение этого феномена весьма просто: у испы-

туемых второй группы в отличие от первой активизировалась мимика «смеятельных» мускулов, поэтому они с самого начала были настроены лучше.

Фактор второй — осанка. Как вы сидите, как стоите, как ходите. Оказывается, эти мелочи тесно связаны с настроением. Сидите прямо и свободно, и вы автоматически ощутите себя более сильным и самоуверенным. Прямая и ровная походка способствует хорошему настроению. Согнутая спина, опущенная голова, шаркающая походка гарантируют вам состояние черной меланхолии.

Фактор третий, «мысленный». Хорошие мысли улучшают ваше внутреннее состояние. Подумав о счастливых днях детства, о приятном путешествии или еще о чем-то хорошем, мы как бы заново переживаем эту ситуацию и «консервируем» наше ощущение.

И, наконец, последнее.

Хорошее настроение приходит через желудок.

Если в вашем рационе много углеводов — хлеба, картофеля, орехов, ваша талия, безусловно, оставит желать лучшего, но вот настроение будет превосходным.

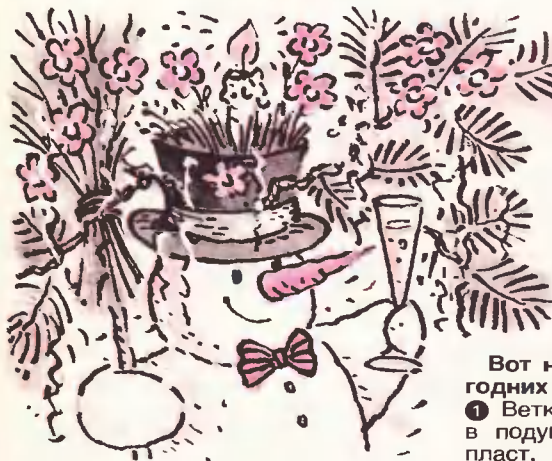
Ешьте шоколад, и вы вновь начнете радоваться жизни. Этому способствует серотонин — гормон, продуцирующий в организме сахар.

Из пряностей обратите свое благосклонное внимание на красный перец. Вы почувствуете себя абсолютно счастливой, щедро посыпав пищу этой незатейливой приправой.

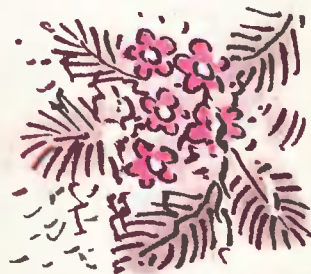
Не злоупотребляйте кофе. Самое большее — три чашки в день. Кофеин в больших дозах «поможет» вам впасть в депрессию.

Научитесь этим нехитрым правилам — и хорошее настроение вам гарантировано.

П. СУШАНСКАЯ



ИЗ ВЕТОК СОСНЫ И «ДОЖДА»



Если вы хотите к Новому году удивить гостей и сделать что-то необычное, вам пригодятся собранные в лесу летом или осенью куски корней, сухие ветки, кора, срезы деревьев, капа и трутовики.

К ним только нужно добавить елочные игрушки и «дождь». Такие композиции украсят ваш праздничный стол.

Их можно также повесить на стену или поставить на журнальный столик или просто на пол.

Вот несколько вариантов новогодних композиций.

1 Ветки ели или сосны вколите в подушечку из мха или в пенопласт, к ним добавьте живые или сухие цветы. Живые (цикламен, фрезия) поставьте в пробирку с водой и закройте мхом или поместите в небольшие емкости на игольчатых держателях. В пенопласт с неровными краями хорошо вкладываются любые веточки. Если стебли мягкие, укрепите их с помощью проволоки. Измельченным пенопластом — «инеем» — посыпьте смазанные клеем веточки.

3 На прочное основание из переплетенных между собой при помощи проволоки небольших сухих веток берез или сухих корней прикрепите подушечку из мха. Если она небольшая, привяжите ее к веткам проволокой, если большая, прибейте гвоздиками (вместо мха можно использовать кусок пенопласта). К веткам примотайте проволоку с выпущен-

ными на 2—3 см концами, на которые прикрепите свечи.

3 Подвесные и настенные новогодние украшения могут быть на любых основаниях: плоских досках, коре, керамике, на лентах, плетении из соломки. Чтобы свечу легче было насадить на конец проволоки, ее надо нагреть. Если в подушечку из мха трудно вставить ветку или стебли травы, то их сначала прочно привяжите к толстой проволоке, а затем проволоку вколите в подушечку. Пенопласт прикрепите к основанию столярным клеем. Так же закрепляют грибы-трутовики, куски мха, отдельные веточки.

Если основанием для композиции вы выбрали плетеную корзиночку, то ее необходимо выстелить полиэтиленовой пленкой, затем положить держатель и собрать букет.

Такие композиции приятно делать всей семьей, а елочные игрушки и «дождь» придадут им неповторимый новогодний оттенок.

Спальня

**ПОЧТИ
«ПЕРСИДСКИЙ»**



Из остатков от вязания шерстяной пряжи можно сделать мягкий коврик. Это несложно. Возьмите любую плотную однотонную ткань и вырежьте из нее любой формы — квадратную, прямоугольную, круглую — основу. Размер зависит от количества пряжи. Остатки пряжи длиной 8—10 см подберите по цвету, расположите на ткани парал-

лельно друг другу и прошейте посередине. Свободные концы, обращенные к центру коврика, поднимите и вплотную к первому шву уложите таким же образом второй ряд пряжи. Прошейте посередине. И так далее, по всей ткани. Когда коврик будет готов, встряхните его и расчешите щеткой.

Мужчины, засучите рукава

МАСТЕРСКАЯ В КУХОННОМ ШКАФУ



Если у вас есть старый кухонный столик-тумбочка, то не спешите выбрасывать его при покупке новой мебели. Его можно превратить в универсальный шкафчик-верстак для хранения различных инструментов и материалов, для работ по дому или на даче — столярных, слесарных, малярных и других.

Начем с крышки столика. Ее необходимо укрепить для большей прочности, используя как верстак. Для этого хорошо найти лист оцинкованного железа по размерам больше крышки на 6—8 см. Вырезав углы листа на 3—4 см, положите его на крышку и деревянной киянкой или молоточком загибайте края листа вниз и еще раз — под крышку, привинчивая снизу небольшими шурупами в заранее сделанные отверстия через 10—15 см. Если нет железа, то положите сверху лист толстой фанеры — 6 мм. Эту же фанеру можно использовать для изготовления ящичков тумбочки. Край столика лучше укрепить по периметру металлическим уголком на шурупах. К такой крышке можно крепить стационарные или съемные тиски (рис. 1).

Верхний ящик (А) вы разделяете перегородками на 4 больших и 4 меньших отделения, в которые кладете различные материалы для работы, мелкие инструменты: гвозди, шурупы, сверла, иглы, проволоки, бечевки, нитки, клей, пробки, крышки для банок и т. д. (рис. 2). У каждого хозяина в доме должен быть набор необходимых инструментов и материалов: молотки, пилы, топоры, рубанки, электродрель, долото, стамески, отвертки, клещи, плоскогубцы, гаечные ключи, паяльник. Кроме того, должен быть запас различных материалов для работы: бруски дерева, куски брезента, кожи, пластика,

наждачная бумага, веревки и т. д. Желательно запастись банками с краской, резиновым клеем, растворителями, олифой.

Эти материалы и инструменты разместите в нижнем отделении верстака и на дверцах внутри. Это отделение разделено на 2 части по вертикали: слева — 2 полки для крупных предметов, справа — 3 ящика для более мелких (Б). Эти ящики можно сделать из досочек 15—20 мм толщиной и фанеры, соединив их с помощью брусочков 20×20 мм на гвоздях или шурупах. Ящики — выдвижные, на полозьях из тех же брусочков 20×20 мм (рис. 3).

На дверцах изнутри прибивайте ремни и карманы из брезента, в которые заложите кисти, отвертки, стамески и другие инструменты, материалы.

Снаружи верстак покрасьте масляной краской или эмалью по вашему вкусу: или однотонно, или в разные яркие цвета. Такой верстак можно держать в помещении или на балконе. Необходимо только предохранять его от сырости, чтобы не портились и не ржавели инструменты и материалы.

А. ФЕДОРОВ, архитектор

Рис. 1

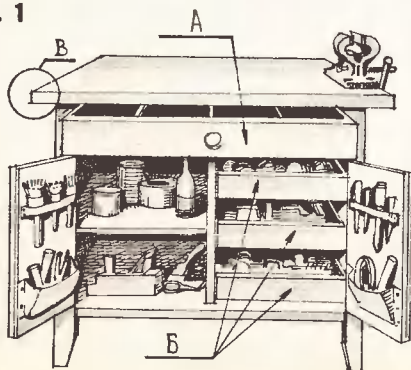
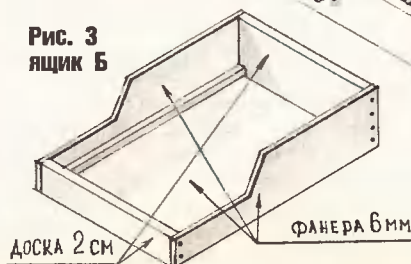


Рис. 2
ящик А



Рис. 3
ящик Б





НОВОГОДНИЕ СЮРПРИЗЫ



Обычно в каждой семье к праздничному столу готовятся так называемые «коронные блюда». Со временем, правда, и эти блюда становятся привычными, и хочется чего-то оригинального.

Я попробую помочь вам взглянуть на привычные понятия с необычной стороны. Вот, например, что такое, на ваш взгляд, ТОРТ или ЭКЛЕРЫ? Это много крема, сахара, глазури и т. п. А можете ли вы себе представить слоеный закусочный торт, в котором вместо сладкого крема начинка с грибами? Или эклеры с рыбным кремом? Попробуйте, это очень вкусно. Кстати, для закусочных тортов можно использовать обычный пшеничный или ржаной хлеб прямоугольной формы. Вот несколько советов:

1 Разрежьте хлеб вдоль на 3—4 части.

Намажьте нижний кусок хлеба столовым хреном, посыпьте петрушкой и уложите поверх зелени тонкие (как можно тоньше) кусочки отварного мяса (первая начинка).

Укройте следующим куском хлеба, на который нанесите смесь из полчаши густой сметаны, 2—3 чайных ложек горчицы, тертого на крупной терке небольшого яблока и 2—3 размельченных лесных ореха (вторая начинка).

Закройте следующим куском хлеба. Положите слой первой начинки и укройте последним куском хлеба, который нужно украсить. Для этого обмажьте верхнюю и все боковые стороны торта хреном, обсыпьте зеленью. Сверху уложите листики салата, свернутые бутончиками кусочки мяса и сыра.

3 Для рыбного закусочного торта можно также разрезать на

3—4 части прямоугольную булку белого хлеба.

В качестве первой начинки можно использовать смесь из полчаши сыра с половиной чаши густой сметаны (или майонеза).

Вторая начинка готовится из одного мелко порубленного крутого яйца, креветок (нужно всего 250 граммов неочищенных креветок) или 100 граммов кальмаров, половины чаши густой сметаны, 2 столовых ложек майонеза и 2 столовых ложек зелени укропа.

Для украшения этого торта обмажьте верхнюю и все боковые его стороны майонезом, обсыпьте зеленью, а сверху положите несколько тонких-тонких кусочков красной рыбы холодного копчения, несколько креветок и долек лимона.

3 Для закусочного торта можно использовать как белый, так и черный хлеб. Попробуйте чередовать не только начинки, но и сорта хлеба. Например, так.

Возьмите 2 куска белого и 2 куска черного хлеба, разрезанного вдоль, как это делалось в предыдущих случаях. На черный кусок хлеба намажьте печеночный паштет и посыпьте небольшим количеством зеленого сладкого перца, нарезанного мелкими кубиками. Сверху положите кусок белого хлеба, на который намазывается плавленый сыр и укладываются кружочки редиски. Следующий слой закусочного торта будет снова из черного хлеба. Его надо намазать сливочным маслом, а сверху уложить мелко порезанную вареную колбасу и кружочки огурца. Закройте торт куском белого хлеба, смазать небольшим количеством плавленого сыра или сливочного масла и украсить овощами и зеленью.

Закусочные эклеры

50 граммов маргарина

1 стакан воды

1 стакан муки

3 яйца

Подогреть воду и маргарин в кастрюле, постепенно всыпать муку и интенсивно перемешивать деревянной ложкой до того момента, когда масса станет отходить от стенок кастрюли. Снять с огня и аккуратно добавить яйца, вбивая их в массу по одному и тщательно перемешивая каждый раз. При помощи кондитерского мешка или шприца выдавить на пергаментную бумагу 20—25 порций полученного теста (каждая порция — величиной с грецкий орех). Выпекать при температуре 200 градусов около 20 минут. Очень важно не открывать духовку в процессе выпекания эклеров. Остудить эклеры на решетке.

Закусочные эклеры наполняются начинкой непосредственно перед подачей на стол. Для этого надрезается небольшая крышечка.

Начинки

— 200 граммов консервированной рыбы в собственном соку размять с 2 столовыми ложками густой сметаны или майонеза, чайной ложкой лимонного сока и добавить немного перца.

— 200 граммов густой сметаны или майонеза перемешать с тертым сыром, добавить икру минтая и зелень укропа по вкусу.

В качестве начинки в закусочные эклеры можно предложить любой салат с рыбой или мясом. Только для начинки необходимо более мелко шинковать ингредиенты.

Ольга ПАРХОМЕНКО

ПОД ЗВОН БОКАЛОВ

Новый год считается по праву самым любимым праздником. Зеленые пушистые лесные красавицы, украшенные игрушками, стоящие почти в каждой квартире, и неповторимый аромат хвои создают праздничную атмосферу. Хозяйки готовят новогодний стол.хлопотное это дело, но приятное. И каждая старается приготовить такое...

Салат из свежей капусты и чернослива

400 г капусты, 100 г чернослива, 50 г моркови, лимонная кислота, петрушка, сахар и тмин по вкусу.

Свежую капусту нарежьте соломкой, посыпьте сахаром, потрите руками до появления сока, который отожмите. Положите в воду чернослив, чтобы он набух, затем выньте косточки и нарежьте его брусочками. Очищенную и вымытую морковь натрите на крупной терке. Все перемешайте, добавьте специй и в небольшом количестве воды лимонную кислоту. Украсьте салат целым черносливом и зеленью петрушки.

Салат из тыквы

Тыкву и яблоки в равных количествах натрите стружкой, добавьте тертую цедру 1 лимона, лимонный сок, 100 г тертых орехов и мед по вкусу. Все перемешайте и посыпьте орехами.

Цветная капуста с ветчиной

Очистите 1 кочан цветной капусты средней величины, промойте его и разберите на мелкие кочешки. Мелко нарежьте 200—250 г ветчины и натрите на крупной терке 150 г сыра.

Капусту отварите в подсоленной воде, добавив немного сливочного масла. На небольшой противень положите слой цветной капусты, ветчины, сыра и снова капусты. Сверху посыпьте молотыми сухарями и положите кусочки сливочного масла. Запекайте в средненагретой духовке примерно 20 мин. Затем выньте противень и залейте цветную капусту яично-молочной смесью из 3 яиц и 1 1/2 ст. молока, снова запекайте.

Плация из индейки

Разрубите на порционные куски 1 кг молодой индейки, залейте их горячей водой и доведите до кипения. Затем посолите и прибавьте 2 моркови, половину корня сельдерея, нарезанные кружочками, а через 15—20 мин. 5—6 головок нарезанного репчатого лука, 6—7 зубчиков чеснока, 1 лавровый листик и 15—20 горошин черного перца. Тушите на слабом огне до полуготовности, а затем выложите на противень, прибавив 1 ст. л. (без верха) муки, разведенной в 1/2 стакане вина. Уложите сверху 4—5 нарезанных кружками помидоров и несколько кружков лимона. Посыпьте мелко нарезанной зеленью петрушки и запекайте в средненагретой духовке. Подавайте в холодном виде.

Новогодние голубцы из гуся

Отделите мякоть от костей и нарежьте мелкими кусочками 1 кг гусятин и приблизительно 300 г жирной свинины. Прибавьте 1 кофейную чашечку риса, 1 головку репчатого лука, слегка обжаренного в 2 ст. л. масла, соль и черный перец.

Фарш хорошо размешайте и заверните в капустные листья. Голубцы уложите в кастрюлю, на дно которой положите слой мелко нашинкованной капусты. Сверху

голубцы покройте целыми капустными листьями, залейте горячей водой и капустным рассолом (в равных частях). Если рассол очень кислый, уменьшите его количество, а если очень соленый — меньше солите мясо.

Морт с апельсинами

Апельсины — 3 шт., мука 200 г, яйца 4 шт., сливочное масло — 200 г, сахар — 250 г, апельсиновый ликер — 50 г, сахар 250 г.

Масло и сахар взбейте в пышный крем. По одному вводите желтки, а затем муку и натертую цедру одного апельсина. Замесите тесто и влейте в него взбитые в крепкую пену белки. Выложите в форму, покрытую пергаментной бумагой или калькой. Запекайте 30 мин. в умеренно нагретой духовке. На испеченный корж уложите нарезанные кружками апельсины, перед этим обваленные в сахарном песке, и пеките еще 10 мин. После остывания выньте торт из формы.

Желе из ягодного варенья

Варенье — 1 ст., сахар — 1/2 ст., желатин — 25 г, ликер — 2 ст. л.

Варенье разведите 2 1/2 ст. кипятка, размешайте и выберите ягоды в отдельную посуду. Сироп варенья влейте в кастрюлю, положите в него сахар, желатин. Помешивая, доведите до кипения, влейте ликер, процедите и слегка охладите. Ягоды разложите в формочки, залейте желе и хорошо охладите.

Лимонад «праздничный»

Апельсин — 2 шт., компот из консервированных слив — 1 банка, лимон (для сока) — 1 шт., яблочный сок — 1 л, минеральная вода — 2 бутылки, сахарная пудра — 2 ст. л.

Все жидкости хорошо охладите и смешайте вместе. Апельсины очистите от кожуры, порежьте, удалите косточки, пересыпьте сахарной пудрой. В бокалы положите по одной сливе, по два ломтика апельсина, по кусочку льда и залейте приготовленным лимонадом.

Домашнее шампанское

Тонко нарежьте 7 лимонов средней величины и с каждой дольки снимите цедру. Внутренность долек очистите от белой кожицы и семечек. Добавьте к лимонам 400 г чистого перебранного изюма и 400 г натурального меда. Все тщательно перемешайте, чтобы из лимонов вышел сок и мед разошелся. Потом залейте смесь 15—20 л воды, положите, вскипятите. Отдельно приготовьте чашку дрожжей, которые разведите жидким тестом из лучшей пшеничной муки, что обычно используют для блинчиков, когда тесто поднимется, перелейте его. Готовый лимонный сироп немного остудите и по немногу залейте в кадку, постоянно помешивая. Напиток оставьте бродить до того времени, пока изюм, цедра и лимонная мякоть не поднимутся на поверхность. Сразу их выньте, а воду разлейте по бутылкам. В каждую бутылку положите по 2 изюминки и по кусочку цедры. Как можно плотнее закупорьте напиток (желательно засмолить пробки) и поставьте в холодное место, но не доводите до замерзания. Через три недели можете попробовать: если шампанское «играет», оно готово, если нет — дайте постоять еще немного.

Если сладости будет недостаточно, прежде чем пить, добавьте сахар (на 1 ст. — 1 ч. л. сахара)

Спортзал

ДОМАШНИЙ БАССЕЙН

Все мы знаем, как полезно плавать. Гимнастика в ванной частично может заменить плавание, если вы не можете, по тем или иным причинам, ходить в бассейн. Упражнения несложные, а эффект дают хороший, если выполнять их ежедневно не меньше месяца. Каждое упражнение повторите несколько раз.

① Возьмитесь руками за края ванны и отклонитесь назад. Поднимите ноги, затем одну медленно согните в колене и вновь распрямите. Сделайте это же движение другой ногой.

② Сядьте в ванне. Ноги выпрямите.левой рукой возьмитесь за край ванны и как бы тяните его к себе, правой же рукой отталкивайтесь от края. Выполняйте упражнения, держась правой, потом левой рукой.

③ Завяжите голову платком. Оба его конца возьмите в руки и тяните вперед, одновременно с этим наклоняя голову назад.

④ Поднимите левую ногу, постепенно выпрямляя ее вертикально. Одновременно двумя руками обхватите икру и тяните ногу к себе. Колени, не сгибайте. Повторите это упражнение другой ногой.

⑤ Возьмитесь за края ванны двумя руками и подвинувшись назад как можно дальше, поднимите руки вверх и наклонитесь вперед, слегка ударяя ладонями о поверхность воды.

⑥ Упритесь ногами в дно ванны, возьмитесь руками за края и приподнимитесь на руках.

Перед зеркалом

ОРУЖИЕ НАСТОЯЩЕЙ СКОМРОНИЦЫ



«В человеке все должно быть прекрасно» — вы, конечно, помните эту хрестоматийную истину и — день ото дня — стараетесь выглядеть все восхитительнее.

Никто не спорит и с другим высказыванием насчет того, что женщину украшает скромность. Но скромным дополнением к вашему потупленному взгляду послужит изысканный, почти незаметный макияж и со вкусом подобранная одежда.

Метаморфозы внешности начнем, пожалуй, с... косметических кисточек. Рембрандт рисовал не пальцами, примите это к сведению. Необходимо иметь пять кисточек: для

пудры, теней, помады, румян. Весь этот арсенал необходимо мыть один или два раза в месяц. Делается это так. Налейте на ладонь каплю шампуня, обмакните в шампунь кисточку, вымойте ее и тщательно прополощите. Оставшуюся влагу стряхните и дайте кисточке просохнуть. Лучше всего «стирать» кисточки вечером, чтобы уже утром они были сухими.

Не покупайте косметику впрок. Тушь следует менять раз в три месяца, тон служит вам полгода, а пудра и губная помада — год.

Теперь приступим к собственному макияжу. Начать следует с нанесения **тонального крема**. Безымянным пальцем (в данном случае кисточка не пригодится) нанесите тон

желтоватого оттенка по направлению от внутренних углов глаз к внешним. Никогда не наносите тональный крем на морщинки — подобным способом вы лишь подчеркнете их.

Очередь за фоном. Нанесите его при помощи чуть влажной губки по направлению к вискам и линии подбородка.

Для макияжа на целый день мы советуем вам прибегнуть к полупрозрачной пудре. Излишки пудры обязательно удалите при помощи специальной пушистой кисточки. Внимание! Кисточка для теней абсолютно не подходит для этой процедуры.

Принимайтесь за тени. На веко накладывайте тени среднего оттенка из выбранного вами цвета, чуть более светлые — на подбровье. Под глаза нанесите густой слой пудры, чтобы собрать частички теней, упавшие с кисточки.

Тонкую линию темных теней нанесите по контуру века, чтобы подчеркнуть глубину и выразительность вашего взгляда. Если ваши брови кажутся вам чересчур редкими, проведите по ним кисточкой для теней, используя при этом тон чуть темнее естественного цвета ваших бровей.

Возьмите в руки тушь. Чтобы ресницы не слипались, снимите излишки туши с щеточки о край флакона, затем аккуратно промокните ее кусочком ткани. Помните, что два легких слоя туши предпочтительнее, чем один насыщенный.

Румяна нанесите с учетом формы вашего лица. Излишки не забудьте снять пуховкой.

Припудрите губы, обозначьте их

контур (увеличивая или уменьшая размер), наложите помаду при помощи тонкой кисточки.

Если в течение дня ваша кожа начнет лосниться, пройдите по ней пуховкой без пудры.

Теперь очередь за одеждой. Сделайте цвет доминирующим акцентом. Помните: сочетание двух цветов гармонично, трех — сносно

(если они подобраны в одном ключе), но более может сделать вас похожей на клоуна.

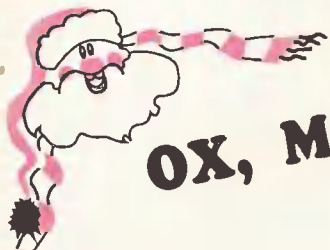
Чем меньше предметов одежды вы комбинируете, тем легче составить целый ансамбль.

Поработайте с тканями. Соедините крупный рисунок с мелким (синтез двух крупных выглядит убийственно), цветочный с геометриче-

ским. Оригинальна комбинация противоположных и контрастных рисунков: клетка и горох, белый горох на черном фоне и наоборот. Если же вы используете 3 вида рисунка, то убедитесь, что два из них похожи.

А теперь посмотрите на себя в зеркало и убедитесь в собственной неотразимости.

Ю. ИВАНОВА



ОХ, МОРОЗ, МОРОЗ, НЕ МОРОЗЬ МЕНЯ

Не все задумываются о том, что уход за кожей лица зимой отличается от летнего. Если в теплую погоду пользоваться днем увлажняющими кремами полезно, то в холодное время года этого делать нельзя — вместо пользы нанесете вред. Поэтому умывайте лицо за час до выхода на улицу. А в сильные морозы протирайте лицо косметическим молочком, затем, осушив его, нанесите питательный крем, не забывая о коже под глазами.

● Если у вас нормальная или сухая кожа, то после снятия грима сполосните лицо прохладной водой и протрите кожу настойкой из трав: 1 стол. л. корня мальвы, 1 стол. л. липового цвета, 1 стол. л. меда залейте стаканом холодной воды, доведите до кипения и кипятите на слабом огне 10 мин. Затем снимите с огня, настаивайте 10 мин. и, процедив, перелейте в бутылочку. Настойка хранится в холодильнике несколько дней.

● На ночь сполосните лицо про-

хладной водой и вотрите камфорный крем, который делается так: 50 г камфорного масла и 50 г несоленого жира. Жир растопите на пару и тщательно перемешайте с камфорным маслом. Перелейте в баночку и охладите.

● Если кожа лица жирная и угреватая, умывайте ее утром прохладной водой с сапунным мылом, а вечером протирайте отваром хвоща: 1 ст. л. хвоща залейте 1 ст. холодной воды, кипятите 20 мин., затем процедите. Чтобы зимой цвет лица был свежим, а кожа светлее, сделайте творожную маску: 2 ст. л. свежего творога хорошо разотрите с сырым желтком и несколькими каплями перекиси водорода. Масса должна быть негустая и без комков.

Наложите ее на лицо и шею на 10—15 мин., затем смойте прохладной водой. Дрожжевая маска сделает вашу кожу более упругой. Мелко измельчить 30 г дрожжей. Несколько капель меда слегка подогрейте в ложке и хорошо разотрите с дрож-

жами. Если кожа сухая, добавьте несколько капель оливкового масла. Маску наложите на лицо на 10—15 мин., затем смойте маску сначала водой комнатной температуры, а потом холодной.

● Прекрасный результат дает компресс из снега. С балкона наберите полную ладонь чистого снега, высыпьте в салфетку, концы ее закрутите, а среднюю часть сильно приложите к лицу и шее, пока кожа не замерзнет. Этот компресс делайте утром, сразу после сна, или на ночь.

Советы домашнего

● Подержите руки 5 минут в воде, слитой с отвара картошки, или в отваре 1 корешка сельдерея. Варите его полчаса в 1 литре воды.

● Делайте попеременно контрастные ванночки — то горячие, то холодные.

● Прежде чем выходить на улицу в сильный мороз, вотрите в кожу рук крем.

Советы домашнего

РАЗМОРОЗИМ ХОЛОДИЛЬНИК

Если вы хотите разморозить холодильник и сделать это быстро, есть несколько способов.

● Освободив холодильник от продуктов, поставьте в него большую кастрюлю с кипятком и закройте дверцу. Остывающую воду надо постоянно менять на кипяток и процедуру повторять до полного оттаивания холодильника.

● На другой способ потребуется не более получаса. Пластмассовую бутылку с небольшим отверстием в пробке наполняют горячей водой и обильно обрызгивают ледяную корку морозильника. Лед крошится на кусочки, которые нужно выбросить, не дожидаясь, пока они превратятся в воду.

После оттаивания внутренние стенки холодильника вымойте теплой водой с добавлением пищевой соды (2 ч.л. на 1 л воды), чтобы устранить запахи, затем промойте чистой теплой водой и вытрите насухо.

● Некоторые продукты впитывают посторонние запахи. Храните их в закрытой посуде или в целлофановых пакетах. Если запах появился в холодильнике, протрите камеру изнутри тряпкой, смоченной в растворе из небольшого количества винного уксуса и воды, и положите на полку кусочек черного хлеба.





Информработница

ПРИДАЙТЕ ВКУС ВАШЕЙ ЖИЗНИ!

(тайны ведической кухни)



Мы уже 11 лет живем на Севере. Летом муж был в командировке в Москве, купил книгу «Ведическое кулинарное искусство» и несколько специй к ней на пробу.

У всех северян авитаминоз, но у моих детей он был уж какой-то сильно выраженный. У меня чувство вины возникало — может быть, я неправильно их кормлю? Но, когда в доме появились специи, все изменилось: мои мужчины бегут теперь на кухню на запахи (раньше я и не догадывалась, что у них может быть такой аппетит). Дети стали резвые, мордашки посвежели, глаза блестят. Я и сама в себе чувствую жизненную силу. Мы даже забываем, что живем на Севере, — лето как будто задержалось в нашем доме.

Семья Черепановых,
г. Кировск Мурманской области.

Редактор международного издательства БиБиТи **Татьяна МАСС** вытаскала это письмо из вороха подобных писем.

— Похоже, у нас начинается бум на специи, подобный тому, который переживала Европа, когда специи появились там впервые.

В середине века пряности заменяли золото при платежах. Корица считалась изысканным и дорогим подарком для самого короля или папы. Венецианских дождей могли обвинить во взятке, если они принимали в дар необычно ценный шафран. Во Франции за подделку пряностей закрывали торговлю с конфискацией имущества и арестом обманщика, а в Германии фальсификатора сжигали или закапывали живьем.

Даже европейцы не могли устоять перед натиском новых, неожиданных, возбуждающих аппетит вкусов.

Уникальность специй состоит в том, что они выявляют скрытые вкусовые оттенки обычных продуктов. Например, рис с асафетидой и куркумой — сытное второе блюдо, а тот же самый рис с корицей и ванилью — уже легкое третье. Творог с красным перцем и асафетидой — пикантная закуска, а с ванилью и мускатным орехом — приятный десерт.

Основатель империи моголов Бабур, живший в XVI веке, писал в своих мемуарах: «Если бы мои соотечественники так же владели искусством использования пряностей, как им владеют индусы, я бы завоевал весь мир».

Специи делают питание совершенным даже в микродозах. Например, годовая норма шафрана на одного человека 1 грамм. **ШАФРАН** называют «королем пряностей». Это сушеные рыльца крокуса шафранового (*saffron sativus*). В каждой цветке крокуса только три шафрановые жилки, поэтому для получения одного килограмма шафрана требуется около 300 000 цветов, причем жилки выбираются вручную. Шафран стоит очень дорого, но даже самое малое количество его в еде достаточно ощутимо. Чтобы не спутать его с дешевым заменителем, я бы советовала вам покупать и шафран, и другие специи через наше издательство, которое поставляет специи от фирм-производителей с мировым именем. Согласно «Аюрведе» шафран обладает тонизирующими и болеутоляющими свойствами. Он делает кожу чистой, укрепляет сердце и незаменим при мигрени и язве желудка. Лечит кашель, насморк, анемию, применяется при нервных заболеваниях. Шафран дает жизненную силу, но его действие может быть настолько интенсивным, что эту специю не рекомендуется употреблять беременным женщинам.

«У меня хронический гастрит. Можно ли мне пользоваться специями?»

«Аюрведа» говорит, что тело человека создано природой как идеальный механизм с огромным запасом прочности. В отличие от западной медицины восточная ориентировалась на

внутренние резервы организма, его природную способность к самолечению. И большое значение при этом отводилось специям, которые выявляют не только скрытые вкусы обычных продуктов, но и скрытые силы нашего организма, мягко приводя их в действие.

Людям с хроническими заболеваниями важно знать «свои» специи. При заболеваниях желудочно-кишечного тракта «Аюрведа» предписывает:

Асафетида (ароматическая смола растений *ferula asafoetida*), которая является ценной пряностью. Асафетида — это мощный пищевой агент. Она очищает кишечную флору, выводит из организма твердые скопления, образовавшиеся из-за переизбытка и употребления недоброкачественной пищи. Асафетида рассеивает кишечный газ, облегчает спазмы и боль, облегчает переваривание пищи. Если вы страдаете несварением желудка, добавляйте в овощные блюда и супы щепотку этой специи — и ваши проблемы закончатся.

Фенхель (семена растения *foeniculum vulgare*). Семена этой пряности являются одним из лучших травянистых средств для улучшения пищеварения, особенно хорошо употреблять фенхель при слабом пищеварении детям и пожилым людям.

Применение специй — это древнейшее искусство, отточенное тысячелетиями, которое требует знаний и навыков. В книге «Ведическое кулинарное искусство» дана самая полная информация о специях — их целебных свойствах, дозировках и правилах применения. Воздержитесь от лишней самодеятельности!

Наш адрес: 125284, Москва, Хорошевское шоссе, 8/3, Международное издательство «БиБиТи».

Телефоны: 945-48-12, 945-33-76.

Издательство «БиБиТи» принимает заказы на книгу и специи почтой.

1. По предварительной оплате стоимость книги «Ведическое кулинарное искусство» — 9,5 долларов США, цена набора из 10 ценных индийских специй (1 кг — примерный запас на полгода для семьи из трех человек) — 15 долларов США, из 20 специй (2 кг) — 28 долларов США. Все цены указываются с расходами по пересылке. Оплата производится в рублях по курсу ММВБ на момент отправки перевода. Заполнив бланк почтового перевода на необходимую сумму, отправьте его по адресу: **125284, Москва, Хорошевское шоссе, 8/3, «Бхактиведанта», филиал Инкомбанка «ИНКОМ-ЗНАНИЕ» г. Москвы, р/с 095467806, МФО 998736, уч. 5 С.** В переводе не забудьте указать свой адрес, фамилию и что вы заказываете. Квитанцию почтового перевода сохраните до получения заказа.

2. Вы можете оформить заказ и наложенным платежом. В этом случае его стоимость увеличивается на 35 процентов.

СПАСИБО БАЛЬЗАМУ!



Здравствуйте, уважаемые сотрудники фирмы «Фитомед»!

Получила журнал «Работница» за июль, в нем вы даете рекламу и просите заполнить анкету.

Вы знаете, мы с дочкой благодарим вас за то, что вы рекламируете такое чудодейственное лекарство, хочется пожелать вам здоровья, счастья и долголетия.

Отвечаем на вашу анкету:

1. Какое время мы пьем «бальзам Биттнера»?

В 1993 году весной мы выпили 4 флакона по 50 г. В 1994 году бутылочку 500 мл — весной уже закончился. Очень помог мне от остеохондроза, от воспаления десен, дочке от почек и печени, пьем мы его по десертной ложке утром натощак, делала дважды натирание поясницы.

2. Чувствуете ли вы улучшение здоровья?

Да, особенно при полоскании горла и аппликации десен, натирании и от гастрита, дочке помогает от печени.

3. Вот конкретный ответ и на третий вопрос.

Огромное вам спасибо за такой прекрасный препарат.

Белых Валентина Митрофановна,
Белых Наташа,
г. Хабаровск.



Здравствуйте, дорогая «Работница» и фирма «Фитомед»!

Я жительница Калининграда, мне 39 лет. Вот уже 5 лет страдаю язвой кишечника и болями в желудке. Два месяца назад боли стали просто невыносимы. Бросила работу. И вот прочитала про «бальзам Биттнера», купила и принимаю уже пятую неделю. Результаты просто чудесные. Боли стали редкими, сон нормализовался, дыхание стало ровным. Днем я не ощущаю усталости. Снова устроилась на работу. Спасибо вам, фирма «Фитомед», за то, что вы занимаетесь таким нужным делом.

Дорогие граждане, если вашему здоровью ничего не помогает, принимайте «бальзам Биттнера», и вы сами ощутите его целительную силу.

С уважением Мироедова Ирина Владимировна,
г. Калининград.



Уважаемые сотрудники фирмы «Фитомед». Решила написать вам письмо. Моей маме 77 лет, она болеет с 1968 года инфекционным неспецифическим полиартритом с нарушением опорно-двигательного аппарата, гипертонией, стенокардией, аритмией сердца и пиелонефритом. Лежала в больнице в очень тяжелом состоянии. Мы выписываем журнал «Работница» много лет, там прочитали о вашем лекарстве. Решили купить. Мама принимала «бальзам Биттнера» по чайной ложке 2 раза в день с чаем утром и вечером. Почувствовала себя лучше. Потом выпила еще 3 бутылочки. И вы не поверите: моя мама, инвалид I группы, поднялась, ходит по комнате с палочкой. Летом даже сходила к папе на кладбище.

Фирма «Фитомед» просит всех, кто пьет «бальзам Биттнера», ответить на следующие вопросы анкеты:

1. Какое время вы пьете «бальзам Биттнера»? Принимаете ли его регулярно или время от времени? В каких дозах?
2. Чувствуете ли вы улучшение здоровья?
3. От каких болезней вам помог бальзам?
4. Ваш адрес и Ф.И.О.



Это была сенсация!

Улучшились анализы крови, мочи. Улучшилось самочувствие, сон, стало лучше настроение.

Спасибо вам за чудесный «бальзам Биттнера».

С уважением Башзина Л. К.,
г. Киров.



Здравствуйте, уважаемые сотрудники фирмы «Фитомед»!

Я благодарен тем, кто начал важное дело — поставки «бальзама Биттнера». Болезни пожилого возраста (а мне 70 лет) дают о себе знать. На помощь пришел «бальзам Биттнера». Если раньше страдал от болезни печени, то благодаря «Биттнеру» нвчинаю забывать об этом. Болели сосуды на руках, ногах. И здесь атеросклероз отступил — спасибо фирме «Фитомед» и «Биттнеру». Улучшилось общее самочувствие, укрепилась нервная система. Жене также нравится бальзам. Он помог ей отрегулировать иммунную систему, повысить сопротивляемость организма.

«Бальзамом Биттнера» пользуется ася семья — я, жена, сын. Принимаем «Биттнер» систематически по одной чайной ложке два раза в день на 50 мл чая. Улучшение наступило заметное после недели-двух. Вот почему так важно регулярно его принимать.

Принято вкладывать деньги в недвижимость, акции. Но я считаю, что вложение денег в «бальзам Биттнера» вполне себя оправдывает. Хорошо организовать лотерею здоровья, где выиграшем будет «бальзам Биттнера», лекарственные травы и др. фирмы «Фитомед».

Спасибо коллективу «Фитомеда» за заботу о нашем здоровье.

Пенсионеры

Духневич Бернارد Иосифович,
Духневич Татьяна Германовна,
Духневич Станислав,
г. Москва.

Отаеты на вопросы и свои отзывы о приеме «бальзама Биттнера» направляйте по адресу: 109147, г. Москва, а/я 111, фирма «Фитомед».

ТЕ, ЧЬИ ОТЗЫВЫ БУДУТ НАПЕЧАТАНЫ НА СТРАНИЦАХ ЖУРНАЛА, ПОЛУЧАТ БУТЫЛОЧКУ «БАЛЬЗАМА БИТТНЕРА» БЕСПЛАТНО!

Умел дитя родить — УМЕРИ И НАУЧИТЬ

Сегодня мать сетует: ребенок совсем от рук отбился — никакой управы на него.

Педагоги спорят: как лучше воспитать в детях любовь к труду? Родители волнуются: наказывать сыновей и дочек за дурные поступки или нет?

Подобные проблемы не стояли перед нашими предками: в деле воспитания они не мудрствовали лукаво. Семейная педагогика впитала в себя вековые

традиции и опыт народной жизни. Едва ребенок мог обходиться без помощи матери, его приобщали к занятиям взрослых. В основе семейного воспитания, да и всей жизни, лежал труд. Работы по дому, по хозяйству, по уходу за младшими братьями и сестрами. А в семьях, особенно крестьянских, было по многу детей — минимум шесть-семь. Встречались иногда такие большие семьи, что даже современников поражали. В XVIII столетии власти Шуйского уезда заинтересовались местным крестьянином Я. Куриловым. К 70 годам он имел... 72 ребенка. От первой жены 57 детей — четыре четверни, семь тройняшек и

десять двойняшек. И от второй 15 человек — шесть двойняшек и тройня.

Юное поколение воспитывалось в духе смирения и послушания Богу и родителям. Авторитет последних был непререкаем, а власть их беспрекословна. Дети помнили слова христианской заповеди: «Чти отца твоего и мать твою, да благо ти будет и долголетен будеши на земле». Да и уголовное право в допетровской Руси стояло на защите родительской власти. Избави Бог злословить отца или мать, а тем более поднять на них руку. Таких чад нещадно били по суду кнутом. И жаловаться на родителей запре-



Рисунок В. ДЕНИСОВА.



щалось. Сунулся в суд с челобитной — получи порцию ударов кнутом. Об убийстве же родителей (не редкость для нашего времени) и говорить не приходится. «Смерть безо всякия пощады» (без разбора обстоятельств преступления). А вот родители за убийство своего чада наказывались годичным тюремным заключением и церковным покаянием.

С воцарением Петра I в детях признали личность. Запрет «прекословить» родителям не был теперь абсолютным. Сын мог высказать свое мнение, но «благополучно, учтиво, вежливо». На зов родительский отзывался словами: «Что изволишь, государь батюшка (или государыня матушка)?»

Впрочем, в крестьянской среде все шло по старинке. Родителей уважали и подчинялись им во всех делах, как хозяйственных, так и личных. Отец решал: отдавать сына в учение, внаем, отправлять ли на заработки. Женились и выходили замуж по воле родителей. Без отцовского разрешения нельзя было оставить отчий дом.

Без родительского благословения не предпринималось ни одного ответственного дела. Не зря в народе говаривали: «Родительское благословение на воде не тонет, на огне не горит». Рассказывают, что на Вологодчине в прошлом веке сын, уходя в бурлаки, просил благословения у матери, с которой постоянно ссорился. «Даром что в ссоре жили, — вспоминала старушка, — а попросил благословения: не смел без него уйти».

Большое значение придавали родительской молитве. «Она и со дна моря поднимет», — сказывали люди. На проклятых родителями детей смотрели в деревне как на отверженных. Такие оказывались во власти нечистой силы, их ожидали беды и несчастья.

С малых лет детей приучали уважать старших, относиться к ним с почтением. В воспитательных средствах недостатка не было. Это игры, сказки, нравоучительные беседы и, конечно же, пример старших. «Ребенок выпросит у матери обрывок отцовской сети, — вспоминал один крестьянин, — развесит его где-нибудь в огороде и с нетерпением поджидает, не попадет ли в его сеть какая-нибудь рыба. Домашние тайком от ребенка запутают в его

сеть мерзлую рыбу, пошлют его посмотреть сеть, и он бежит с добычей, показывает домашним пойманную им рыбу, и радости его описать невозможно».

Детей в крестьянских семьях любили, но не баловали. Лет с шести-семи начиналось их приобщение к хозяйственным работам. Мальчишки стерегли летом лошадей, загоняли скот из общего стада во двор, пригоняли гусей. Девочки помогали матери и старшим сестрам по дому. Лет с одиннадцати учились прясть, а позднее вышивать, шить рубахи, доить корову, грести сено, жать, вязать рожь в снопы. К восемнадцати годам девушка считалась работницей. Умела ко всему прочему стряпать и хлеб испечь. Парень к этому возрасту мог лапти плести, косить, пахать, сеять рожь, овес, гречиху. В 20 лет он был уже полноценным работником.

Не умевших плести лапти ребят дразнили безлапотниками. А девочек-подростков, не способных прясть, — непряхами. Тут поневоле от стыда соришь, научишься работать. Над неумехами насмехались:

*Она воду понесет — обольется,
За соломой пойдет — волокется,
За дровами пойдет — разобьется,
Она блины станет печь —*

обожжется,

Блинов напечет — обожрется!

По воспоминаниям одного из крестьян, на сенокосах и пашнях работали уже такие мальчишки, что для того, чтобы поднять их с постели, нужно прибегать к какой-нибудь уловке; например, кладут ребенку в голову два испеченных яйца и говорят: «Вставай, Петя, курочка в головах тебе два яичка снесла».

Летом все, от мала до велика, находились на полевой работе, под палящим солнцем, осаждаемые роями насекомых. Ни днем, ни ночью не знали покоя. Дети с восьми лет и младше, старики, убеленные сединами, — все участвовали в тяжелой работе.

По мнению крестьян, если ребенок сызмальства не приучался к работе по дому, к сельским занятиям, он в дальнейшем уже не имел к ним «усердствующей способности».

К пятнадцати годам детство заканчивалось. Вчерашние мальчишки и девочки вступали в пору зрелости.

Виктор ТЕРЕХОВ

Окончание. Начало на стр. 14—15.

А мой если в чем и понимает, так не в тряпках.

— Бывают мужики толковые, — возразила Неля. — И в моде ориентируются, и на тебя только глянет — сразу скажет, в каком месте у тебя какой размер. Но если я своего пошлю, — она фыркнула, — он еще в поезде все деньги пропьет. Пусть дома сидит. Нам тоже надо вырываться из своего вечного круга. Вчера вон даже песни пели, дома-то все некогда. Проводница раза три в дверь стучала. Хорошо посидели, правда, Люд? — толкнула она задумавшуюся подружку.

— Да я смотрю: погодка ничего, — очнулась она. — Упарюсь. Коля мой условие поставил: в Москве, говорит, заморозки будут, или едешь в теплых колготках, или не едешь совсем.

— Какой заботливый! — удивилась Яя.

— Ага, заботливый, — как-то странно согласилась она. — Три последних года.

— А до этого? — Не поняла ее...

— Тошно вспоминать. Через два месяца после свадьбы точно кто сглазил мужика. Я и уходила, он через день прибегает, прощения просит. Вернемся с дочкой — все сначала. Потом... здоровые у него кончили, бросил и пить, и гулять. Меня на руках носит. Все говорят: хорошая семья! Хорошая. — Она опять сузила глаза. — Только у меня на работе в шкафу пакет лежит. А там и минн, и бикини. На всякий случай.

— А шрамы от старых побоев ты на этот случай тоже в шкафчике прячешь? — жестко сказала Неля.

Километра три мы ехали молча. Потом Неля сказала, что пора переходить к салу. Кабанчиков она воспитывает, видимо, правильно: сало было розовым, с прожилками. После завтрака достали зеркала. Я спросила у Луды, как отпустил ее ревнивый муж с такой большой косметичкой, но она только махнула рукой, мол, не мешать.

— За километр будет видно, — восхищенно сказала я ей через полчаса.

— В Каменске я, правда, заметная, когда при параде. — Она опять развеселилась. — А в Москве всегда теряюсь в толпе.

— Moda здесь другая, — объяснила Неля. — Зимой мы приехали в норковых шапках, у нас это шик. А москвичи непокрытые ходят. Кто в шапках — те из провинции. Ой, Люд, — со смехом сказала она. — Да у тебя валюты полно. Сейчас и приоденешься.

Уже Москва. Я спешила, и выскочила из вагона, пока он полз с черепашей скоростью. Через сколько-то метров оглянулась. Платформу залила толпа, выплеснувшаяся из двух составов. Среди тюков и баулов не различить было ни Нелю, ни Веру, ни Людю.

...С такими героинями выдержим все, конечно.



ЗАГАДКИ МУЖСКОЙ ДУШИ

Мы начали эту рубрику в №9 материалом «Хочешь быть счастливой — будь!». Он основывался на нашем опыте. А вот что думают наши зарубежные коллеги.

Интересовались ли вы когда-нибудь: почему мужчины, заблудившись, предпочитают часами кружить в поисках дороги, вместо того, чтобы остановиться и спросить, как проехать?

Интересовались ли вы когда-нибудь, почему мужчинам так трудно дается сближение с вами?

Интересовались ли вы когда-нибудь, почему мужчины так раздражаются, если стараются сосредоточиться на чем-либо, а вы пытаетесь привлечь их внимание к себе?

Если вы положительно ответили на большинство из этих вопросов, то вы не одиноки. Каждой женщине знакомо ощущение растерянности и недоумения, когда она, наблюдая за мужчиной, которого любит, чувствует, что не может понять, почему он именно такой, какой он есть.

Первое, что вы должны знать:

Мужчины таковы не потому, что хотят довести жен-

щин до бешенства; они таковы потому, что их учили быть такими тысячи лет.

Мужчины до сих пор «помнят» первобытные инстинкты — быть всегда готовыми к обороне, никогда не показывать своей слабости, всегда держать себя в руках — и так действуют в своей ежедневной жизни. Посмотрите-ка эту схему; надеюсь, она многое вам объяснит.

Каким учили быть мужчину	Каким мы хотим, чтобы он был
Недоверчивым и подозрительным	Доверчивым и открытым
Скрывающим свои чувства	Показывающим свои чувства
Внешне сильным и непобедимым	Обнаруживающим свою уязвимость
Конкурирующим	Сотрудничающим
Знакомом внешнего мира	Знакомом внутреннего мира
Независимым (одиноким)	Чувствующим потребность в нас

Элеонора и Адам только что вернулись из ресторана и вошли к себе в квартиру. Элеонора говорит:

— Адам, мне нужно поговорить с тобой.

— Сейчас? — спрашивает Адам. — Сейчас уже поздно.

Голос Элеоноры начинает дрожать, и она отвечает:

— Да, сейчас.

— Хорошо, — говорит Адам нетерпеливо. — Что случилось?

— Ты как-то отдалился от меня, — начинает Элеонора. — Я знаю, что ты очень занят сейчас на работе, но мы не занимались любовью уже неделю, я так по тебе скучаю.

Сказав это, она смотрит на Адама, надеясь, что он пожалеет ее и успокоит. Адам смотрит на Элеонору, нервно ерзая на стуле, и молчит.

— Ну, — спрашивает Элеонора, — что ты об этом думаешь?

— Я выслушал тебя, — говорит Адам. — Мне очень жаль, что ты расстроена.

— И это все, что ты хочешь мне сказать? — говорит обиженно Элеонора.

— Ну, понятно, — говорит Адам. — Ты уже приготовила в своем воображении мой ответ, но, если он не соответствует тому, что я сказал, зачем же набрасываться на меня?

— Я совсем не набрасываюсь на тебя. Я просто хотела почувствовать, что ты со мной, — плачет Элеонора.

— Я здесь, — холодно отзывается Адам. — Я что, ухожу куда-нибудь?

— С таким же успехом ты мог бы не быть здесь, — говорит Элеонора, всхлипывая. — Ты сидишь, как холодное каменное изваяние, и это именно тогда, когда мне так нужна твоя любовь.

— Послушай, — кричит Адам, — ты испортила нам весь вечер, начав обсуждать проблемы на ночь глядя! Ты такая чувствительная: ты вечно все преувеличиваешь! Если бы ты не была такой неврасценичкой, у нас всегда был бы мир! Я не хочу больше слушать эту чушь!

Адам выскакивает из комнаты, оставив жену плакать в одиночестве, а Элеонора никак не может понять, как он может быть таким бесчувственным и бессердечным человеком.

Наблюдая подобные ситуации, выслушивая рассказы семейных пар, я спрашивала себя: почему мужчины ненавидят, когда женщины нервничают, плачут? Многие специалисты утверждают: дело в том, что мужчины в подобных ситуациях испытывают психологический дискомфорт, чувствуют себя уязвимыми. Я считаю, что это общее наблюдение лишь часть проблемы. Я думаю, что ключ к разгадке этого мужского секрета лежит немного глубже, в мужском характере.

В мужчинах с детства воспитывают чувство ответственности за состояние дел.

«Когда вырастешь, сынок, ты будешь главой семьи».

«Нужно помочь папе грузить вещи в машину, сынок».

Эти маленькие мальчики вырастают в мужчин, абсолютно убежденных в том, что, если он настоящий мужчина, он должен все уметь, он должен заботиться о своей жене.

Когда вы делитесь с мужчиной своими проблемами, которые расстраивают вас, он не слышит, что вы говорите. Он слышит: «Помоги мне!», «Спаси меня!», «Сделай это для меня!».

А вы, как любая женщина, хотите, чтобы вас успокоили, пожалели, обняли, выслушали, утешили и сказали, что все будет хорошо.

Вы хотите любви; он отвечает вам логикой. Вы хотите, чтобы он повел себя с вами, как «мама», а он скорее играет роль отца.

Когда ваш мужчина видит вас расстроенной, у него в голове включается «автомат» и он думает: «Решение... решение».

Кроме того, мужчины часто принимают вашу нервозность за истерику, оценивают ваше состояние гораздо серьезнее, чем оно есть на самом деле, и пугаются, что, раз вы уж начали рыдать, вас не остановить.

Вам, может быть, потребуется всего-то пять минут любви, а они ведут себя так, будто вы собираетесь в двенадцатичасовой эмоциональный марафон.

Мужчины не понимают, что женщина, которая только что плакала, может в следующий момент быть готовой заняться любовью. Только что мы злились, а через минуту уже все простили. Самим им нужно гораздо больше времени, чтобы перейти из одного эмоционального состояния в другое.

Поэтому, когда вы чем-то расстроены, скажите своему мужчине **точно**, чего вы от него хотите. Это избавит вас от многочасовых споров, непонимания, разочарования.

Дамы, я ненавижу говорить об этом, но мы должны всегда помнить, что у мужчин вызывают жуткое раздражение наш небрежный вид и плохие привычки. Впрочем, то же самое чувствуют и женщины в отношении неаккуратности мужчин. Мужчины могут не говорить вам о том, что их раздражает ваш внешний вид; более того, они даже могут отрицать это. Но, поверьте мне, это так. Список жалоб, которые высказывали мне мужчины, когда я собирала материал для этой книги, удивил меня. Он включал:

небритые подмышки и ноги,

запах изо рта,

«усы»,

немодная одежда,

нездоровое питание,

неестественные волосы (слишком откровенно выкрашенные или завитые и т. д.),

изношенные вещи или бесформенные халаты дома,

неприятный вагинальный запах,

дряблость тела,

плохая кожа, скрывающаяся косметикой,

несвежий запах тела,

облупившийся лак на ногтях.

Задайте себе вопрос: а если бы я была мужчиной, понравилась бы я себе?

Почему женщины допускают это? Ну, что я могу сказать, дамы. Потому, что мы ленивы или жалеем денег, чтобы купить себе красивое белье, или потому, что поставили на себе крест и не ожидаем встретить мужчину и когда-либо заняться сексом вновь и носим эти старые панталоны, не зная, что через несколько часов кто-то будет «любоваться» ими.

Выкиньте свое старое, растянувшееся, застиранное белье. Купите себе такое, в котором вы будете чувствовать себя красивой. Совсем необязательно покупать бикини. Подберите себе подходящий фасон, на рынке сейчас большой выбор разнообразного белья.

Кстати, если ваш муж также имеет этот «грех», скажите ему, как отталкивающе это выглядит, и заставьте выбросить рваные трусы и растянувшиеся майки.

Даже если вы одиноки, носите белье, которое даст вам возможность чувствовать себя сексуальной. В конце концов никто не знает, где и когда встретите своего избранника. Будьте готовы к этому всегда!

По страницам книги американского психолога Барбары Де Анджлис «Секреты о мужчинах»

ЛЕСНОЙ ДЬЯВОЛ

Николай ГУМИЛЕВ

Николай Гумилев (1886—1921). Любимец читающей России, расстрелянный чекистами по абсурдному обвинению, человек романтической и трагической судьбы. Поэт, прозаик, филолог, белый офицер, путешественник.

Несколько раз он совершал путешествия в Африку, в самые малодоступные места Абиссинии. В его стихах и рассказах — аромат экзотики этих стран. Как писал В. Брюсов, поэзия Гумилева «живет в мире воображаемом и почти призрачном. Он как-то чуждается современности, он сам создает для себя страны и населяет их им самим сотворенными существами: людьми, зверями, демонами».

Предлагаем вашему вниманию один из рассказов Н. С. Гумилева.

По густым зарослям реки Сенегал пробегал веселый утренний ветер, заставляя шумно волноваться еще не спаленную тропическим солнцем траву и пугливо вздрагивать пятнистых стройных жирафов, идущих на водопой. Жужжали большие золотистые жуки, разноцветные бабочки казались подброшенными в воздух цветами, и, довольные, мычали гиппопотамы, погружаясь в теплую тину прибрежных болот. Утреннее ликование было в полном разгаре, когда ядовитая черная змея, сама не зная зачем, так, в припадке минутной злобы, ужалила большого старого павиана, давно покинувшего свою стаю и скитавшегося в лесах одиноким свирепым бродягой. Бешено залавая, он схватил тяжелый камень и погнался за оскорбительницей, но скоро остановился, решив лучше искать целебной травы, среди всех зверей известной только собакам и их дальним родственникам, павианам. Он давно знал уединенную лошину и не сомневался в своем спасении, если только не разлился лесной ручей и не отделил его от желанной цели.

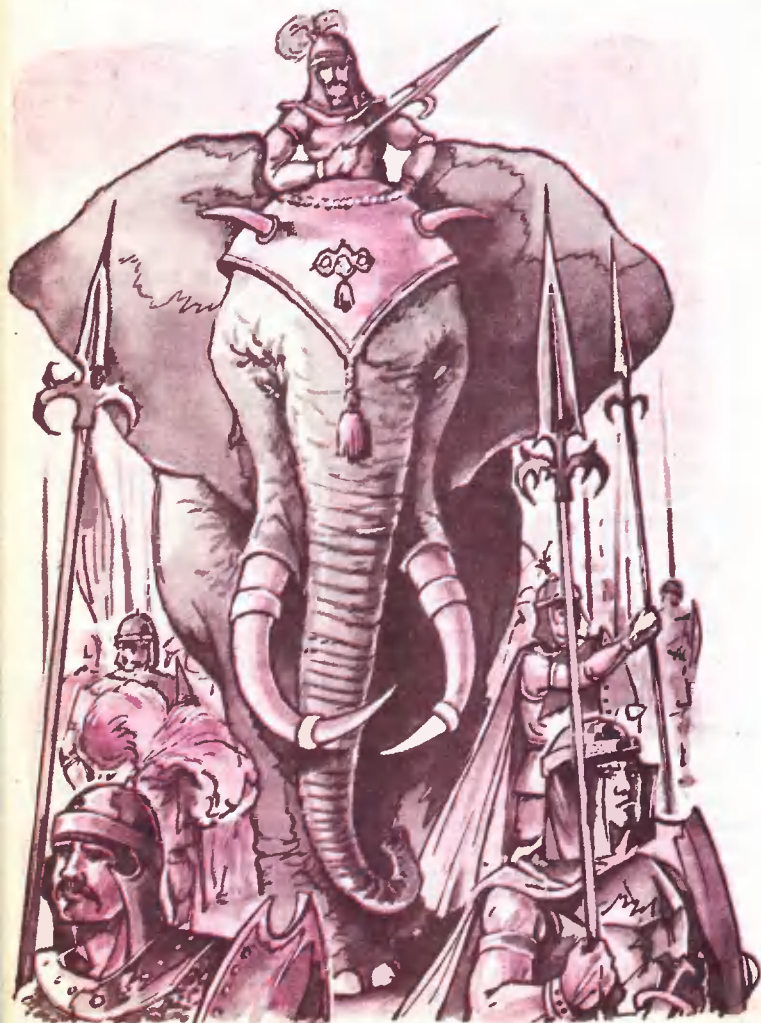
Во всяком случае, надо было попробовать, и павиан, со злобным рычанием припадая на больную лапу, отправился в путь. При звуке его шагов мелкие звери прятались в норы и огненные фламинго стаями кружились над лесом, взлетая от синих молчаливых озер. Один раз даже запоздавшая пантера насторожилась и уже выгнула свою гибкую атласную спину, но, увидев, с кем ей придется иметь дело, грациозно вспрыгнула на дерево и притворилась, что собирается спать. Никто не осмелился тревожить раздраженного лесного бродягу в его стремительном беге, и скоро перед ним, сквозь густо сплетенные ветви, засинела полоса воды. Но это был не знакомый ему ручей, а клокочущий мутный поток.

Опасения павиана оправдались: зимние дожди сделали свое дело. Правда, вниз по течению находился брод, который не размывали самые-самые сильные грозы. Поняв, что это единственное спасение, встревоженный павиан снова пустился в путь. На зверей змеиный яд действует медленно, и пока он только смутно испытывал характерное желание биться и кататься по земле. Укушенная нога болела нестерпимо. Но уже близок был желанный брод, уже виден был утес, похожий на спящего буйвола, который лежал, указывая его место, и павиан ускорил шаги, как вдруг остановился, вздрогнув от яростного изумления. Брод был занят.

Искусно сложенные стволы деревьев составили широкий и довольно удобный мост, по которому двигалась нескончаемая толпа людей и животных. Вглядевшись, можно было заметить, что она разделяется на стройные отряды.

За четырьмя рядами слонов, сплошь закованных в бронзу и блестящую медь, следовал отряд копыеносцев, сильных и стройных, с позолоченными щитами и золотыми наконечниками копий.

Дальше медленно и грузно шел носорог, опутанный массивными серебряными цепями, которые черные рабы натягивали с обеих сторон, чтобы он мог двигаться только вперед. Дальше на кровном коне гарцевал начальник отряда, окруженный толпой помощников, большей частью юношей из богатых семейств, подкрашенных и надушенных. Под их защитой ехала группа девушек и женщин, сидящих вместо седел в затейливо



устроенных корзинах. Отряд замыкал повозки с палатками, съестными припасами и предметами роскоши. Около них суетились рабы. Потом все начиналось сначала. Отряд следовал за отрядом, и трудно было сказать, сколько прошло их и сколько скрывалось еще в глубине леса. Все люди, кроме рабов, имели кожу светло-желтого цвета, того благородного оттенка, который отличает жителей Карфагена от прочих обитателей Африки. Роскошные одежды, масса золота и серебра, шелковые палатки и пленные носороги указывали на богатство и знатность вождя этих отрядов. И точно, прекрасный Ганнон, брат Аполлона, как называли его лживые греки, был первым властителем первого по славе города — Карфагена. Теперь, в сопровождении всего двора, он ехал на таинственную реку Сенегал, с берегов которой ему и его предкам издавна привозили драгоценные камни, удивительных птиц и лучших боевых слонов.

II

Павиан понял, что он погиб, если будет дожидаться конца шествия, и им овладело яростное беспокойство. Мало-помалу оно перешло в то дикое бешенство, когда глаза заволакиваются черной пеленой, кулаки сжимаются со страшной силой и зубы сами находят врага. Почувствовав такой припадок, он попробовал удержаться, но было поздно.

Миг — и могучим прыжком он очутился на шее одного из проезжавших коней, который поднялся на дыбы, пронзительно заржал от внезапного ужаса и бешено помчался в лес. Сидевшая на нем девушка судорожно схватилась за его гриву, чтобы не упасть во время этой неистовой скачки. Она была одета в красную шелковую одежду, а ее обнаженная грудь, по обычаю богатых семейств, была стянута сеткой, сплетенной из золотых нитей. Ее юное надменное лицо было бы прекрасно, если бы неестественно раскрытые глаза и бледные губы не делали его воплощением ужаса. И конь был стройный, дорогой, с голубыми жилами, проступающими сквозь его белую шкуру, и видно было, что он умчался бы от всякого врага, если бы этот враг не сидел на нем. Его бег становился все медленнее и медленнее, несколько раз он споткнулся и, наконец, тяжело застонав, упал с горлом, перегрызенным страшным зверем. С ним вместе упали и его всадники. Девушка быстро вскочила, но от ужаса, не будучи в силах бежать, прислонилась спиной к дереву, напоминая статую из слоновой кости, которые ставят в храме Истар. Павиан стал на четвереньки и хрипло залаял. Его гнев был удовлетворен смертью коня, и он уже хотел спешить за своей целебной травой, но, случайно взглянув на девушку, остановился. Ему вспомнились молодая негритянка, которую он поймал недавно одну в лесу, и те стоны и плач, что вылетали из ее губ в то время, как он бесстыдно тешился ее телом.

И по-звериному острое желание владеть этой девушкой в красной одежде и услышать ее мольбы внезапно загорелось в его мозгу и легкой дрожью сотрясло уродливое тело.

Забывшись и змеиный яд, и необходимость немедленно искать траву. Не спеша, со зловонной пеной желания вокруг безобразной пасти, начал он подходить к своей жертве, наслаждаясь ее ужасом. Ее губы вздрогнули, как у ребенка, видящего дурной сон, но изогнутые брови гордо нахмурились, и, протянув вперед с запрещающим жестом свои нагие красивые руки, она начала говорить быстро и повелительно. Она обещала подходящему к ней зверю беспощадную месть богини Истар, если только он посмеет коснуться ее одежд, и говорила о безжалостно метких стрелах слуг великого Ганнона.

Кругом шелестели деревья, бесечно кричали птицы, и спасения не было ниоткуда. Но змеиный яд делал свое дело, и, едва павиан схватился за край шелковой одежды и разорвал ее наполовину, он вдруг почувствовал, что какая-то непреодолимая сила бросила его



Рисунки В. ДЕНИСОВА.

навзничь, и он судорожно забился, ударяясь головой о камни и цепляясь за стволы деревьев. Иногда неимоверным усилием воли ему удавалось на мгновение прекратить свои корчи, и тогда он приподнимался на передних лапах, с трудом поворачивая в сторону девушки свои невидящие глаза. Но тотчас же его тело вздрагивало, и с силой перевертываясь через голову, он взмахивал в воздухе всеми четырьмя лапами.

Почти обнаженная девушка, дрожа, смотрела на это ужасное зрелище. «Истар, Истар, это она помогла мне», — шептала она, озираясь, как будто страхась увидеть прекрасную, но грозную богиню.

И когда приблизились посланные на розыски карфагеняне, они нашли ее лежащей без чувств в трех шагах от издохшего чудовища.

III

Велик и прекрасен могучий Ганнон. Это к его шатру привели судить найденную девушку.

Двенадцать великих жрецов стояли на ступенях его переносного трона, и сорок начальников отрядов окружали его рядами. Спасенная девушка, связанная, но по-прежнему гордая, предстала перед судилищем. Женщины бросали на нее злые взгляды, девушки отворачивались, и только одни дети, улыбаясь, протягивали ей цветы. Да, сам Ганнон был спокоен и ясен, как обыкновенно, и ласково гладил своей изнеженной тонкой рукой маленькую ручную обезьянку, приотвешившуюся на его коленях. Один из жрецов встал и, потрясая рукавами своей хламиды, на которой были вышиты звезды и тайные знаки, начал речь: «О прекрасный Ганнон, возлюбленный богами, вы, жрецы Амона и Истар, и ты, знаменитый народ карфагенский! Все вы знаете, что сегодня лесной дьявол в образе страшного зверя умчал далеко в лес эту девушку, дочь великого вождя. Найденная, она лежала без чувств на траве, и ее одежда была разорвана, обнажая тело. Нет сомнения, что ее девственность, которой домогались столько знатнейшей юношей, досталась страшному зверю. Ни из древних папирусов, ни из рассказов старцев мы не знаем случаев, чтобы дьявол владел девой карфагенской. Эта первая должна умереть, тело ее — быть брошено в огонь и память о ней — изгладиться. Иначе ее дыхание смертельно оскорбит достоинство богини Истар». Он закончил, и одобительно наклонили головы другие жрецы, потупились начальники, недовольные, но не знающие, что возразить, и в дикой радости завыл народ. Всегда приятно посмотреть на прекрасное девичье тело, окруженное красными змейками пламени. Но не так думал Ганнон.

По выражению глаз и по углам губ связанной девушки он видел, что жрец был не прав и что лесной дьявол не успел исполнить своего намерения. Его опытный взгляд изысканного сластолюбца не мог ошибиться. Но открыто противоречить жрецам было опасно, следовало употребить хитрость. Мгновение он был в нерешительности, но вот его глаза засветились, на губах заиграла загадочная улыбка, и, слегка наклонясь вперед, он сложил руки на груди, как бы предвкушая какое-то удовольствие. «Великие жрецы, знающие самые сокровенные тайны, и вы, доблестные военачальники, в дальних странах прославившие имя Карфагена, я удивлен свыше меры вашей печалью. Почему вы думаете, что богиня оскорблена? Разве она не явилась на помощь любимейшей из своих дочерей? Лесной дьявол был найден мертвым, но на его теле не было ни одной раны. Кто, кроме богини Истар, поражает без крови, одним дуновением своих уст? Мудрые предки учили нас, что только для достойнейших боги покидают свои небесные жилища и вмешиваются в земные дела». Он подумал и неожиданно для самого себя добавил с грациозной улыбкой и красивым движением руки: «И эту девушку, отмеченную милостью богини, я, Ганнон, властитель всех земель от Карфагена до Великих Вод,

беру себе в жены». И он не раскаялся в своих словах, увидя, каким нежным румянцем внезапно покрылись щеки его избранницы, какой радостный и стыдливый огонь зажегся в ее прежде надменных, теперь смущенных и благодарных глазах. Народ снова завыл от радости, на этот раз восторженной и громче, потому что, хотя прекрасное зрелище и ускользнуло от него, он знал, какими великолепными подарками, какими царскими милостями будет сопровождаться свадебное торжество. Хмурые жрецы не осмелились возражать. Если Ганнон опасался их влияния, то они чувствовали перед ним прямо панический ужас.

IV

Быстро упала на землю темная, страшная африканская ночь, и дикие запахи бродячих зверей сменили запах цветов и трав. словно грохот падающих утесов, неслось рыканье золотогривых голодных львов. Отравленные стрелы нубийских охотников держали их в стороне от лагеря. Иногда раздавался мгновенный пронзительный стон схваченной во сне лани, и ему вторил хохот гиен. Над лесом видно было большую желтую луну. Неслышно скользила она и казалась хищником неба, пожирающим звезды. Свадебный пир был окончен, факелы из ветвей алоэ потушены, и пьяные негры грузно валялись в кустах, возбуждая презрение воздержанных карфагенян.

В белом шелковом шатре ожидал Ганнон свою невесту, тело которой искусные рабыни умачали волнующими индийскими ароматами. Золотым стилем на восковых дощечках он описывал пройденный им путь и отмечал количество купленной и отнятой у туземцев слоновой кости. Мечтать и волноваться в ожидании первой брачной ночи было не в его характере. Медленно, отпустив рабынь, шла юная невеста, направляясь к заветному шатру. Волнуясь и краснея, повторяла она про себя слова, которые должна сказать, войдя к своему жениху: «Вот твоя рабыня, властитель, сделай с ней все, что захочешь». И мысль о том, что будет дальше, розовым туманом застилала ее глаза и, как пленную птицу, заставляла биться сердце. Внезапно перед ней зачернел какой-то странный предмет. Подойдя ближе, она поняла, в чем дело. Озлобленные карфагеняне отрубили голову у мертвого павиана, и, воткнутая на кол, она была выставлена посреди лагеря, чтобы каждый проходящий мог ударить ее, или плюнуть, или как-нибудь иначе выразить свое презрение. Тупо смотрели в пространство остеклевшие глаза, шерсть была испачкана запекшейся кровью, и зубы скалились по-прежнему неистово и грозно. Девушка вздрогнула и остановилась. В ее уме снова пронеслись все удивительные события этого дня. Она не сомневалась, что богиня Истар действительно пришла ей на помощь и поразила ее врага, чтобы сохранилась ее девичья честь, чтобы не запятнал древний род, чтобы сам прекрасный, как солнце, Ганнон взял ее в жены. Но в ней пробудилось странное сожаление к тому, кто ради нее осмелился спорить с Необорной и погиб такой ужасной смертью. Над какими мрачными безднами теперь витает его дух, какие леденящие кровь видения окружают его? Страшно умереть в борьбе с богами, умереть, не достигнув цели, и навсегда унести в темноту неистовое бешенство желаний.

Порывистым движением девушка наклонилась свои побледневшие губы к пасти чудовища, и мгновенный холод поцелуя остро пронзил все ее тело. Огненные круги завертелись перед глазами, уши наполнились шумом, подобным падению многих вод, и, когда наконец она отшатнулась, она была совсем другая.

Не спеша, по-новому спокойная и задумчивая, она продолжала свой путь. Ее щеки больше не пылали, и не вздрагивало сердце, когда она думала о Ганноне. Первый девственный порыв ее души достался умершему из-за нее лесному дьяволу.

В 8-м номере мы открыли новую рубрику: «Хорошие манеры». Зачем они? И нужны ли они вообще? Нужны! И очень. (Это подтвердили первые ваши отклики.) Потому что умение вести себя не только облегчает общение с окружающими, но и помогает ярче проявить собственную индивидуальность, чувствовать себя среди других свободней и уверенней.

1-е занятие было посвящено умению правильно выбрать и носить костюм.

РОСКОШЬ ОБЩЕНИЯ

Занятие 2-е.

«Единственная настоящая роскошь — это роскошь человеческого общения». Антуан Сент-Экзюпери.

«В хорошей беседе ума наберешься, в дурной — свой потеряешь», — говорит русская пословица. И верно. Беседа, разговор, диалог — естественные и самые распространенные формы общения. В них проявляются наши характер, знания, вкус. В беседе мы получаем возможность как бы посмотреть на себя со стороны, сравнить с другими, понять свои достоинства и недостатки (и этим облегчить их одоление).

Но спросите себя, умеете ли вы вести беседу? Что для вас главное: высказаться самой или на равных с собеседником обменяться с ним мнением по какому-то вопросу? Если первое, то не стоит и вступать в беседу, если второе, то умеете ли вы слушать, следить за ходом мыслей своего собеседника, не уходя мысленно в свои личные проблемы, не имеющие отношения к теме разговора. Умение слушать другого очень важно для полноценного и полезного общения. Правда, для этого надо иметь свое мнение, быть искренней, заинтересованной, вникать в то, что вам говорят. Иначе сплошь и рядом получается то, что в народе метко определили как разговор слепого с глухим.

Искусством общения можно овладеть. Хорошо бы обращать внимание на выражение лица собеседника — ведь оно порой красноречивее слов. Это вам поможет уловить тот момент, когда гаснет интерес к ва-

шему повествованию. Тогда стоит срочно перестроиться: сократить свое изложение, переключиться на другую тему.

В любом диалоге важны интонация, сила голоса. Иногда разговаривают двое, а со стороны кажется, что они бурно ссорятся. На самом же деле беседа имеет мирный, даже дружеский характер, только оба говорят на повышенных тонах. Между тем, мы нередко забываем, что силой голоса никого нельзя убедить в своей правоте, напротив, горячность лишь сбивает с мысли и мешает слышать собеседника. Хорошо бы приучить себя к ровному, скорее даже тихому, спокойному тону, тогда и слушать вас будут внимательнее. Ведь грубость чаще всего свидетельствует о беспомощности, об отсутствии аргументов. Гораздо больше толку в том, чтобы постараться понять мотивы и аргументы того, с кем вы разговариваете. Внимание к собеседнику поможет вам угадать его настроение, а интуиция подскажет, что в данный момент важнее для него: быть слушателем или самому поведать о чем-то. Доброжелательность и чуткость к другому — основа прочных человеческих отношений, залог вашего душевного комфорта.

Из всего сказанного вовсе не следует, что надо отказываться от своих позиций в угоду другой стороне. Лучше научиться отстаивать свою точку зрения, особенно в споре. Для этого надо досконально продумать и обосновать ее. Но, если в ходе спора выясняется, что ваш собеседник убедительно доказал справед-

ливость своего суждения, имейте мужество признать, что вы были не правы, ошибались. Проявите терпимость и уважение к чужому мнению. Ведь именно терпимость служит убедительным доказательством внутренней культуры.

Нередко самое трудное — начать разговор, произнести первую фразу. Нас преследует опасение показаться слишком банальной, быть неправильно понятой, получить нежелательный ответ. Не говорит ли в таком случае наша неуверенность в себе, робость? Надо ее преодолеть. А для этого — делать над собой усилие, чаще вызывать к жизни чувство собственного достоинства, решительно и смело вступать в общение. И вы обретете веру в свои возможности, непременно открывая в себе новые качества.

Подобно тому, как мы стараемся тренировать свое тело, цивилизованный человек обязан тренировать свой интеллект, расширять кругозор. Самым действенным источником формирования внутреннего душевного мира издавна были литература, искусство. Ведь все искусство основано на сопереживании, на сочувствии. Именно сочувствие наиболее проверенный способ воспитания в себе духовности — исконного качества россиянина. Тогда общение с вами будет приносить другим несравненную радость.

«Человеческая душевная беседа — одно из самых глубоких и тонких наслаждений в жизни...» — писала Марина Цветаева. Будем помнить об этом.

Ведущая рубрики Галина ГРИНЕВА



ФОТО В. ВАНИНА.

ОСЕНЬ, ОСЕНЬ...

Привет! За то время, что мы с вами не виделись, события прямо задавили. Закрылся мой любимый «Секстон Фо. З. Д.», правда, обещано, что не с концами. Разродились очередным альбомом поредевшие «Секреты». Попался мне на глаза и замечательный альбом из серии «UNPLUGGED» — в этот раз не кто иные, как сами ветераны русского рока из «Машины времени» решили поработать в этом модном стиле. Результат налицо: компакт-диск с записью концерта, состоявшегося в АПН, уходит «влет».

Осень ознаменована рядом интереснейших гастролей. Поняв, что ждать милости от «Рос-госмос» и прочих концертов не стоит, за дело взялась одна из самых мобильных музыкальных корпораций — «Фили-рекордз». Сразу два светила западной рок-музыки заявили в Москву. Это нынешний корифей тяжелой независимой музыки Генри Роллинз с командой, а вслед за ним один из моих любимейших музыкантов, экс-рулевой великой американской группы «Talking Heads» — Дэвид Бирн. Оба музыканта работали с «разогревающими» российскими командами. Роллинз и его «бэнд» с московскими хэдлинерами «Ва-Банка», Бирн подогревался своим старым поклонником, другом энд учеником Б. Г. с отреставрированным «Аквариумом». Кстати, первые, то бишь «Ва-Банк», выпустили новый альбом «Так надо» — команда заметно утяжелила свое звучание.

Порадовали очередным компакт участники московской вандал-рок-банды «Бахыт Компот», с успехом выступившие на концерте в честь Дня города в сентябре, в одной обойме с «Ногу свело» (интервью с ними в ближайшее время), «Тайм Аут» и «Наив».

Да, чуть не забыл: начиная с этого номера, мы проводим конкурс на знание поп- и рок-музыки. Включайтесь!

Алексей ПЕВЧЕВ



В полный рост

РАССЕКРЕЧЕННЫЙ МАКСИМ

Их любили все. От пятнадцатилетних школьников до старичков пенсионеров, и редко кто не напевал в те годы их симпатичные песенки. «Привет», «Алиса», «Именины у Кристины», «Последний час декабря» — они звучали в каждом доме, пластинки расходились огромными тиражами. Словом, у них было, пожалуй, все, о чем может мечтать музыкант. Вы, конечно, догадались, что речь идет о знаменитом бит-квартете «Секрет». У меня лично «Секрет» ассоциируется со школьными годами, которые пришлись на самый пик его популярности. Помню огромный стадион Лужники и, наверное, самое первое большое выступление группы в Москве вместе с «Машиной времени».

В этот раз они тоже играли вместе — концерт на Красной площади посвящался 25-летию «Машины». Да, они вновь были вместе, вот только из первородных «секретовцев» оказались там лишь Максим Леонидов и Николай Фоменко. Максим уже несколько лет живет и работает в Израиле, играет все тот же рок-н-ролл, живет неплохо и приехал специально для участия в юбилейном концерте. Улучив момент, я задал ему несколько вопросов.

— Максим, какая публика вам больше по душе: наша или израильская?

— Она везде одинаковая. Правда, если здесь на концерты приходила в основном молодежь, то там — от мала до велика. Мне в общем-то все равно, для кого играть, если люди хотят слушать и принимают тепло, стало быть, все в кайф!

— Ваша программа звучит на иври-

те. Совместим ли этот язык с рок-н-роллом?

— Ха, еще как!

— Что из себя представляет ваше новое творчество — что-то схожее с «Секретом»?

— Хочу я того или нет, мое имя все равно ассоциируется с этой группой. В том, что представлял собой «Секрет», была и моя доля, поэтому отзвуки «Секрета» проявляются в моей работе и сейчас. Хотя ребята, с которыми я выступаю там, в основном коренные израильтяне.

— Максим, вы сами видите, что у вас и у того давнего «Секрета» масса поклонников. Есть ли у них шанс вновь увидеть вас вместе?

— Мне кажется, этого не произойдет. Я бы не против, но, к сожалению, это зависит не только от меня.

На прощание Максим пожал мне руку и сказал: «Не грусти, старик, увидимся!» Очень бы хотелось, чтобы эта чудесная четверка встретилась с нами хотя бы еще разок. ведь потребность в тех идеалах, которые проповедовали «секретовцы» в своих песнях — дружба, верность и честь, — никогда не ослабевает.

P. S. Интервью с Максимом Леонидовым удалось взять во время концерта «25 лет «Машины времени» на Красной площади в Москве. Тогда же продавалась кассета с его новым альбомом «Шоссе воспоминаний», записанным в Израиле.

А. П.

НЕКОТОРЫЕ ЛЮБЯТ... ПОТЯЖЕЛЕЕ

Когда речь заходит о каком-нибудь новом музыканте, от которого у всех «съезжает крыша», я скептически улы-

баюсь и ставлю на проигрыватель какой-нибудь старенький альбомчик вроде «Velvet Underground», а лучше дедушек из «Rolling Stones». Но на этот раз...

Генри Роллинз — писатель, журналист и, конечно же, музыкант — впервые появился в России. К сожалению, у нас не опубликован еще ни один его полноценный труд, исключения — разве что небольшие подборочки в газете «Hot Rock». Мой совет: почитайте. Короче, дядька крайне неординарный...

Свою команду Генри сколотил в 1987 году, когда, устав от бесконечных тусовок со всяческими друзьями-знаменитостями, он звякнул своим корешам, и они-таки решились...

Музыку, которую играет Роллинз и его группа, трудно отнести к какому-либо стилю. Я предпочитаю называть это «тяжелая альтернатива». Возьмите немного

«Nirvana», приправьте это «Black Sabbath», добавьте «Beastie Boys» или еще какого-нибудь тяжелого рэпа и сдобрите смесь едкими текстами — я готовлю это так. Роллинз много гастролирует и работает ток-шоу. Среди его коллег по концертам: «The Red Hot Chilly Peppers», «Sypress Hill», «Peal Jam» и даже сам дедушка панк-рока Игги Поп. С ним Генри вообще сплавивает крепкая дружба, они вместе работали над песней Игги «Wild America».

Новый альбом был записан в максимально сжатые сроки. Для этого Роллинз решил отойти от привычной студийной работы. Арендовали дом в отдаленном месте Невады и за месяц дело завершили. Помимо работы с группой, Роллинз еще снимается в кино (вместе с Чарли Шином в фильме «Погоня»), пишет книги, на сегодняшний момент их

одиннадцать, недавно основал музыкально-издательскую фирму «Human Pitbl». Кроме того, его статьи публикуют такие издания, как «Melody Maker», «Spin», «Sounds». Каждый участник команды Роллинза занят еще и собственными проектами.

Концерты Роллинза и его группы «Rollins Band» прошли в ДК Горбунова вместе с «Ва-Банком», исповедующим сейчас приблизительно такой же стиль.

Джеф БИСТИ

Попробуй выиграть

Посидели мы тут с авторами «Бит-стрит» и решили-таки замутить чего-нибудь такого-этакого, да еще с пользой для вас. Конкурс, в общем. Проводиться он будет с этого ноября до того мая. Три победителя, проявившие завидную осведомленность, получат подврки в виде кассет, компакт-дисков, маечек любимых групп, а самый-самый знающий, ответивший на все вопросы, будет награжден... Нет, пока не скажу чем, мало ли что... Кроме того, предусмотрены и маленькие промежуточные поощрительные сюрпризы. Для того, чтобы стать этими счастливицами, нужно всего лишь: внимательно читать «Бит-стрит», отвечать на вопросы конкурса и покупать периодически конверт с маркой. На конверте стоит поставить надпись: «Бит-стрит». Конкурс.

Итак вопрос № раз.

С какой песней (Ф. И. О. автора) дебютировали на большой сцене славные девчата из группы «Лицей»:

- когда это было,
- как она называлась,
- как называется фирма, взявшая

за «раскрутку» этой группы («Лицей», конечно).

ВСЕМ УДАЧИ!

Хорошего — понемногу

● Экс-менеджер «Rolling Stones» Эндру Олдэм закончил книгу о супергруппе 70-х «ABBA». Озаглавлен сей труд «Thank You For The Music» и скоро выйдет в свет. Интересно, что сами участники группы отказались помогать в написании книги.

● Майкл Джексон планирует записать дуэт с Полом Маккартни. Стоит напомнить, что их предыдущая совместная работа — хит «Say, Say, Say», — пользовалась всемирным успехом. О реакции Маккартни не сообщается. Сомнительно, что экс-битл простил этому петрушке американской поп-сцены то, что он учил с правами на песни «Битлз».

● Клэптон, совершенно спокойно отнесшийся к тому, что его место в легендарной группе «The Cream» занял Гарри Мур, отправляется в свое первое турне по Северной Америке. Оно продлится два года (!!!) и охватит кучу городов. Начало турне в городе Квебеке.

Подготовил Леня КАЗАКОВ
и агентство «Intermedia»



HENRY ROLLINS



Виталий ПРАВДИЦЕВ

ТАИНСТВО ПЕРЕХОДА

Сразу в нескольких письмах, поступивших в рубрику «Сокровенные знания», прозвучал один и тот же вопрос: можем ли мы, живые, помочь умирающим и умершим близким? А если можем, то как? И еще. В. Н. Денисова из Краснодарского края просит рассказать подробнее, что такое 3, 9, 40 дней после смерти.

Интерес естественный. Долгое время в нашем обществе проблемы смерти старались не замечать. Вроде бы она и есть, а вроде бы ее и нет. Но рано или поздно, своя или чужая, смерть обязательно приходит ко всем, и мы оказываемся к ней совершенно не готовы. Не понимаем, что делать, как себя вести. А ведь так важно знать хотя бы то, что знали наши предки... Но знания эти в наши дни приходится собирать по крохам. Молодые и старые, в расцвете сил и неизлечимо больные люди уходят из жизни по-разному, и различны их посмертные пути. Сегодня мы поговорим о том, как умирают больные. Кроме советов австралийского врача П. Калиновского, воспользуемся «Тибетской Книгой Мертвых», религиозными, а также некоторыми нетрадиционными источниками.

Умирать трудно в любых условиях, пишет П. Калиновский в своей книге «Переход», но в безличной и неудобной обстановке больницы, при ярком свете, в суете и шуме, среди чужих и безразличных лиц, это особенно тяжело. Поэтому после необходимого пребывания в больнице больному лучше возвратиться домой. Умирать дома, в родной обстановке, в окружении любящих людей, легче. Человек хочет сохранить свое достоинство до самой смерти. Поэтому продлите ему возможность трудиться, заботиться о семье, участвовать в решении семейных вопросов.

Иногда спрашивают: надо ли давать лекарства безнадежно больному? Ответ может быть продиктован только милосердием — постарайтесь устранить у него боли. Из обезболивающих средств лучше таблетки и микстуры, чем инъекции. Не следует давать никаких успокаивающих (транквилизаторов), голова больного должна оставаться ясной. Не бойтесь его привыкания к лекарствам. Заставлять человека по этой причине страдать от боли на пороге смерти жестоко и не нужно.

О чем говорить с безнадежно больным? Можно ли говорить о болезни и смерти? Можно, но не всегда. Иногда, особенно в начале, когда он узнал о своей неизлечимой болезни, больной находится в состоянии шока и отказывается понимать ужасную для него правду. В этот момент говорить о смерти нельзя. Лучше постарайтесь сохранить и укрепить у больного надежду на выздоровление. И это не обман. Известны случаи выздоровления даже безнадежных раковых больных. Расскажите ему о них.

Позднее, когда больной уже хоть частично принял неизбежное, можно и нужно говорить открыто. Он ведь все время думает об этом. Можно рассказать, что сейчас известно науке о жизни после смерти тела. О том, что смерти нет, а есть лишь переход в другое, тоже разумное, состояние. Неплохо дать ему прочитать что-нибудь об этом.

Ослабевших больных часто начинает тяготить одиночество. Особенно длинными ночами в больнице. Постарайтесь быть рядом. Даже если больной спит, забылся или без сознания, он все равно чувствует, что вы близки. Говорите с ним, даже если кажется, что он вас не понимает. Не призывайте больного стойко переносить угнетающую правду, держаться и быть сильным. Ему это не нужно. Лучше посочувствуйте. Он очень нуждается в этом. Хорошо, если больной поплачет. Не мешайте ему. Иногда больному полезно и рассердиться на кого-нибудь, даже на вас. Не обижайтесь.

Есть еще одна причина не оставлять умирающего одного. Трудно предугадать момент смерти. Больной может умереть, когда вас не окажется рядом, и вы потом будете упрекать себя — сделали не все, что могли.

Сознание умирающего постепенно отрывается от нашего мира. Слабнет зрение, слабеет слух, все вокруг становится неважным и неинтересным. Внимание все больше обращается к новым образам, он видит и воспринимает что-то нездешнее. Он уже примирился и готов покинуть этот мир и перейти в другую.

Дети знают, что они умирают, но знают это сердцем, а не головой. Они говорят об этом, не боясь и умирают очень спокойно.

Чем младше ребенок, тем больше он знает. Черты лица незадолго до смерти принимают выражение покоя, отвлеченности и будто внимания к чему-то. Это, как правило, роковой признак, предвещающий близость смерти. Дети в это время могут видеть уже умерших, особенно тех, кого они любили. Если родители ребенка уже умерли, скажите ему, что они ждут и встретят его.

Христианская литература настоятельно советует в преддверии смерти молиться. Лучше родственникам и больному вместе. Постарайтесь обеспечить умирающему исповедь и причастие. Если он достиг мира душевного, попросите его молиться за вас в загробном мире.

«Тибетская Книга Мертвых» советует умирающему в это время не бороться, не стараться что-то делать, а спокойно наблюдать, как переходишь в иное состояние, ждешь появления света. При спокойном ожидании и наблюдении не будет неразумного страха смерти. Более того, древние советовали умирающему в момент смерти изо всех сил постараться, чтобы душа в виде теплой волны вышла из тела через верхнюю часть головы, через темя. Это значительно облегчит ее посмертную участь.

Но вот близкий нам человек умер. Как помочь ему после смерти? Первые сутки или двое нужно полностью посвятить умершему, видеть его, даже говорить с ним. Если при умирании вы были с ним, закройте ему глаза, подвяжите челюсть и сложите руки на груди. Тело нужно убрать и одеть. Постарайтесь сделать все сами, в последний раз. Если слишком трудно самим, пусть кто-нибудь из знакомых сделает это. А вы потом побудьте у тела. Наши предки, как правило, тело держали в доме, проводили ночь рядом, молясь или просто сидя возле него. Ушедший от вас не умер, его душа с вами и думает о вас. Она близко, и ей не все равно, видит ли она свое тело замороженным в ящике морга или любимых людей, молящихся возле него. Дети тоже непременно должны видеть умершего и проститься с ним.

Есть мудрость в том, как раньше прощались с умершим. Не скрывали своих чувств, плакали и горевали открыто. Когда-то пророк Магомет,

на глазах которого умер его сын, единственный потомок мужского пола, со слезами на глазах говорил: «Я запретил вопли и крики, я запретил уродовать лица и рвать одежды, считая это за дьявольское внушение; но слезы, проливаемые от горя, являются бальзамом, исцеляющим сердца, и посланы нам, как милость».

Горе после смерти любимого человека, если оно очень глубоко и продолжительно, может отразиться на психическом равновесии и подорвать здоровье. Иногда, жалея и не зная, чем помочь, стараются избавить от лишних переживаний и уговаривают близкого человека не провожать тело на кладбище. Это неправильно. От горя невозможно спрятаться, его нужно пережить. Потеря должна быть воспринята не только умом, но и сердцем, эмоциями. Без этого горе будет продолжительным, может привести к хронической депрессии и тяжелым болезням. Нужны достойные проводы и похороны. Последнее целование, участие в засыпании могилы, поминки — все это помогает родственникам в изживании горя. Подумайте о том, что душа умершего продолжает жить, что она в это время находится вблизи тела и видит вас и все что происходит!

Первая стадия горя — шок, бесчувственность. Осознать потерю еще невозможно. Все делается автоматически. Нет сна, нет аппетита, рассеянность и уныние, все пусто и не нужно. Но задумайтесь — умерший вряд ли бы хотел, чтобы вы все время горевали. Примите активное участие в выполнении всех формальностей. Попросите в церкви отслужить панихиду. Гроб должен быть простым. Дорогой гроб иногда служит искуплением вины у родных. Если есть такое чувство, его нужно искупить иначе — участием в погребении, молитвами. Постарайтесь молиться за душу умершего — это нужно и ему, и вам. Если почему-то пришлось хоронить без священника, возьмите немного земли с могилы и принесите ее священнику для отпевания, а после этого верните землю на могилу.

Пройдет некоторое время, и постепенно эмоциональный баланс начнет восстанавливаться. Поминки помогут изжить горе и одиночество, вернуться к повседневной жизни. После этого можно продолжать горевать и молиться, но надо начи-



нать работать и быть на людях, а не уединяться. Горевать лучше открыто. Нехорошо смягчать горе лекарствами, его нужно изжить. Неизжитое горе уходит внутрь.

Не нужно превращать умершего в фетиш, хранить все его вещи, одежду и прочее. Ему нужно дать умереть. Это не безразличие и не эгоизм. Не нужно забывать умершего, но жить нужно без депрессии, без постоянного «горького горя», сохранив себя для жизни с друзьями.

Время от времени просите священника отслужить панихиду, особенно на 3-й, 9-й и 40-й день, а затем в каждую годовщину смерти. В эти же дни постарайтесь сходить на могилу. И молитесь.

Так что же это за дни: 3—9—40, о которых можно услышать у самых разных народов? Раньше мы говорили об «эфирном человеке», который вместе с душой и Духом в момент смерти отделяется от своего плотного тела. Через какое-то время еще соединенные друг с другом душа и Дух (эту связь иногда называют «астральным телом» или «астральным двойником») отделяются и от эфирного тела, возносясь в более тонкие невидимые энергетические сферы («астрал») Земли. Чтобы не разрушиться от мощной энергии высших планов, астральное тело поднимается «вверх» не сразу, не резко, а как бы по ступенькам: 3—9—40 дней. На ум приходит сравнение с водолазом, которого из-за опасности кессонной болезни («закипания» крови) нельзя быстро поднимать из морских глубин.

Что же это за ступеньки? Древняя эзотерическая традиция говорит, что душа окончательно покидает эфирное тело на 3-й день после смерти. В этот день разрушаются связи покойного с земным окружением. Он освобождается от земных пут. Его астральный двойник «поднимается вверх», а оставленное им «внизу» бездушное эфирное тело постепенно распадается.

На 9-й день, если считать земными мерками («наверху» время иное), «астральный человек» отключается от своего знака Зодиака. Точнее, от того аккорда космических энергий, который был «впечатан» в человека в момент его рождения и помогал в течение всей жизни нарабатывать Духу вполне определенные недостающие качества.

С девятого по 40-й день происходит переработка опыта, который душа получила за свою земную жизнь. Чаще всего этот процесс очень болезненный — идет как бы выжигание негативной информации, приобретенной за жизнь. Как в доменной печи из десятков тонн руды выплавляются килограммы ценного металла, так и из всего земного опыта выплавляется то самое ценное, что обогатит наш Дух. И, конечно же, чем больше негативного опыта, грязи, коросты грехов, тем труднее идет процесс очищения души, тем ниже «коэффициент полезного действия» от прожитой жизни...

Таким образом, в «астральном теле» человек обычно пребывает около 40 дней.

Примерно об этих же стадиях говорит и христианская традиция. Св. Макарий Александрийский оставил нам «ангельское откровение» о посмертной судьбе души. По его свидетельству, в течение первых двух дней после смерти душа еще пребывает на земле и в сопровождении ангелов посещает привычные ей места. И только на ТРЕТИЙ день она возносится на небеса для поклонения Богу. В этот день, который называется ТРЕТИНАМИ, поминуют усопшего, молятся за его душу (служат панихиду) и предают его земле. В этот же день душе предстоит пройти так называемые «мытарства» — падающие духи («мытари») пытаются перехватить восходящую к Богу душу, уличая ее в совершенных (и несовершенных) грехах. А грехов у каждого немало — пустословие, ложь, клевета, чревоугодие, лень, воровство, жадность, зависть, высокомерие, злоба, убийство, блуд, прелюбодеяние, жестокость... Во время осознания своих грехов, падений и уклонений — своеобразного суда над собой — душе очень важно не отдалиться в отчаянии падающим духам — наставникам всякого зла на Земле. Поэтому ей так нужны защитники не только небесные, но и земные — люди, которые любят почившего, помнят его добрые дела. Молитвы родственников и близких с просьбой о прощении грехов умершего помогают душе легче пройти эти испытания в «поднебесной стране» — в жилище злых духов, бесов.

Искренним покаянием соделанные грехи уничтожаются и уже нигде не упоминаются.

После такого тяжелого восхожде-

ния следует поклонение Богу. По Его указанию следующие шесть дней душа умиротворяется рассмотрением «райских обителей», забывая на время скорби своего земного существования. На ДЕВЯТЫЙ день после разлучения с телом она вновь предстает перед Богом. И оставшиеся на Земле благодаря своим молитвам вновь выступают в роли «адвокатов». После второго поклонения Богу душе на протяжении 30 земных дней показывают ад со всеми его муками. И наконец в Сороковой день душа в третий раз предстает перед Богом, и праведный Судья определяет по делам ее земным дальнейшее местопребывание. Таким образом, сороковой день, или «Сорочина», — это день частного суда, на котором определяется участь души в загробной жизни. Другими словами, в этот день усопшие завершают свой жизненный путь и получают воздаяние — свой загробный жребий. И в этот день им очень важна помощь Церкви и родственников.

Информрабoтннц

ЭКЗАМЕНЫ сдадим вместе!!!

Высылаем сборники с экзаменационными сочинениями издательства «БРАТЯ ГРИНИНЫ» (8 сб.). ДЛЯ ВУЗов: № 1 (сочин. по программ. произведениям); №№ 2, 3 (современная лит-ра, свободные темы). ШКОЛЬНИКАМ: 9—11 кл. № 1 (программ. произведения); 9—11 кл. № 2 (новые авторы: КУПРИН, БУЛГАКОВ и др.). Отдельно 9, 10, 11 кл.

Также высылаем: БИОЛОГИЯ, ХИМИЯ, ФИЗИКА (ответы на билеты. 11 кл. — ВУЗы). ХИМИЯ, ФИЗИКА, МАТЕМАТИКА (способы решения экзаменационных задач. 11 кл. — ВУЗы). МАТЕМАТИКА №№ 1, 2, 3, ХИМИЯ № 3 (способы решения основных экзаменационных задач. Поступающим в ВУЗы). АНГЛИЙСКИЙ ЯЗ., НЕМЕЦКИЙ ЯЗ. (темы с переводом. 11 кл. — ВУЗы). МАТЕМАТИКА 9 кл., РУССКИЙ ЯЗ. 9 кл.

Цена одного сборника — 5000 руб.

Оплата при получении на почте.

АДРЕС: 400067, Волгоград, п/о № 67, а/я 04/11. Тел.: (8442) 42-34-97.

СМИРНОВ УТОЩАЕТ «ПЕТЕРБУРГЕРАМИ»

Несколько время назад ленинградский инженер Андрей Константинович Смирнов создал аппарат для электроконтактной обработки сырых фаршей. Открытие Смирнова положило начало новому поколению кухонных аппаратов. Это не жарка, не варка, не гриль и даже не СВЧ. Без преувеличения: впервые в истории человечества создан принципиально новый метод приготовления пищи. При помощи смирновских приборов любая хозяйка приготовит обед... за 1,5 минуты, в 15 раз быстрее, чем в СВЧ.

Замечательное изобретение Смирнова не осталось пылиться в шкафу. Более того, вскоре родилась и кулинарная новинка — пельменники, которые готовятся с помощью изобретенных аппаратов.

Звучит похоже на гамбургер, но это нечто совершенно особенное. Петербургер — горячий многослойный бутерброд с комбинацией овощных, мясных, куриных, рыбных фаршей и соусов, приготовленных по оригинальной рецептуре. На сегодня придумано более 300 его разновидностей. Петербургером уже успели полакомиться не только в Петербурге, но и во многих других городах России. Он гораздо дешевле (себестоимость 700-1200 рублей на сентябрь) успевших завоевать популярность продуктов «Мак-Дональдса» и «Пиццы-хата» и лучше по вкусу и качеству. Попробовав петербургер, гамбургера не захочешь. Вкусный, сочный, тает во рту. Более того, не-

обычайно короткий срок приготовления (25-40 секунд) позволяет сохранить в петербургере витамины и аминокислоты, не образуются и канцерогенные вещества. Даже цвет овощей не меняется.

СИСТЕМА БЫСТРОГО ПИТАНИЯ



Петербургеры®

... Сегодня в корпорации «Смирнов и сыновья» работает более 300 человек. Создание системы быстрого и качественного питания по всем регионам России — такова их сегодняшняя задача. В основе распространения системы — создание региональных структур на паях с местными организациями для производства полуфабрикатов, оборудования и сопутствующих товаров.

Затем — продажа прав и оборудования населению по методу франчайзинга. Это означает, что каждый желающий имеет право получить лицензионную грамоту. Имея ее, вы получаете в руки практически готовый бизнес. Корпорация гарантирует

участникам системы все, от оборудования до фирменной атрибутики (лотков, посуды, одежды, тентов, упаковки), обеспечения полуфабрикатами.

Стоимость полного комплекта окупится в течение 3-4 месяцев при хорошо поставленном деле.

За качеством полуфабрикатов, условиями приготовления и продажи «петербургеров» намерен жесткий контроль, вплоть до отзыва лицензии, которая выдается первоначально на 5 лет.

Кроме «петербургеров» «Смирнов и сыновья» по собственной технологии производит разного рода кулинарную продукцию (пельмени, биточки и т.д.), колбасу, возрождает рецептуры русских квасов.

«Наша главная задача? Конечно, накормить всю страну», — говорит Смирнов. — В нас нуждаются и промышленные предприятия, и школы, и вузы, и техникумы. Будем продавать и абонементы на быстрое питание для малоимущих и пенсионеров. При помощи нашей системы мы создадим огромное количество рабочих мест, до полумиллиона по России. В ближайшем будущем откроем рестораны и фирменные магазины.

Вы заинтересованы? Заинтригованы? У вас есть деловые предложения? Звоните!

Тел. в Санкт-Петербурге
(812) 166-98-79; (812) 166-60-09;
факс: (812) 166-61-09

АБИТУРИЕНТ-95!

МАТЕМАТИКА, ФИЗИКА, ХИМИЯ, БИОЛОГИЯ, ЛИТЕРАТУРА, ИСТОРИЯ, ГЕОГРАФИЯ

По этим предметам вы сможете подготовиться в любой вуз на наших подготовительных курсах с помощью квалифицированных преподавателей и оригинальных методик. За время обучения вы получите комплекты методических разработок, включающих теоретический материал, разбор не менее 200 вопросов и задач, предлагавшихся на вступительных экзаменах в ведущих вузах в 1994 году. При успешном окончании курсов выдается свидетельство установленного образца. Мы сделаем все возможное, чтобы ваше поступление в вуз превратилось из мечты в реальность!

Наши цены доступны для всех! Инвалидам и детям-сиротам предоставляется скидка на 50%. Вся информация высылается бесплатно.

Мы ждем ваши заявки по адресу:

117463, Москва, а/я 300, Учебно-информационный центр.
Не забудьте вложить в письмо конверт с вашими Ф. И. О. и обратным адресом.

СЕМЕНА — ПОЧТОЙ

Семена овощей по почте: огурцы, томаты, перец, баклажаны, кабачки, свекла, морковь, лук и многое другое. В том числе семена фирмы «Royal Sluit» (Голландия).

Семена цветов: астры, циния, целлозия, василек, календула, матиолла и многое другое.

Для получения полного БЕСПЛАТНОГО каталога с указанием сортов, цен и условий пересылки вышлите конверт с вашим адресом:

121614, а/я 73. Тел./факс: (095) 412-12-90.

СЕМЕНА ЛУЧШИХ ГОЛЛАНДСКИХ СОРТОВ ЕВРОПЕЙСКОГО КАЧЕСТВА

Высокую всхожесть и сортность гарантируем.

Огурцы (засолочные):

«Эркс» (холодоуст., откр. грунт), 1 уп., 100 сем. — 1500 р.

Пчелоопыляемые гибриды открытого грунта:

«Левина» F1 (болезнеустойчивый, урожай), 100 сем. — 3000 р.

«Наф-Фанто» F1 (б/у, кистевой), 100 сем. — 3000 р.

«Аннушка» F1 (б/у, самый ранний), 100 сем. — 3000 р.

Самоопыляющиеся закрытого грунта (парник, окно, балкон):

«Клавдия» F1, 50 сем. — 4000 р.

«Кристина» F1, 50 сем. — 4000 р.

«Маринда» F1, 50 сем. — 6000 р.

«Дарина» F1, (салатный, вкусный), 50 сем. — 6000 р.

Редис раннеспелый для открытого и закрытого грунта:

«Саммерэд», 500 сем. — 2000 р.

«Новирэд», 500 сем. — 2000 р.

Капуста белокочанная: «Галакси» F1 (лежкость 1 год), 100 сем. — 2000 р., «Ринда» F1 (среднеранняя, засолочная, до 8 кг), 100 сем. — 2000 р.

Капуста цветная: «Сьерра» F1 (крупная, плотная), 100 сем. — 2000 р., «Андес» F1 (ранняя, плотная), 100 сем. — 2000 р.

Фасоль кустовая спаржевая, с длиной стручка до 18 см: «ВИН» 10 сем. — 1000 р.

Лук (крупный, лежкий):

«Опоро» 1000 сем. — 1000 р., «Динаро» F1, 1000 сем. — 1500 р., «Булкато» F1, 1000 сем. — 1500 р.

Морковь: «Самсон» (крупн., лежк.), «Миникор» (скороспелая), «Форто» (ранняя, лежк.), 1000 сем. каждого сорта — 1000 р.

Свекла: «Детройт Неро» (крупн., лежк.), «Детройт Рубидус» (ранняя), «Цилиндра» (темная, сочная, крупная), 500 сем. каждого сорта — 2000 р.

Салат кочанный: «Криспино» (крупн., сочный), 100 сем. — 1000 р.

Помидоры (сверхурожайные): «Марманде», 25 сем. — 1000 р., «Нарита» F1 (крупноплод., среднеросл.), 25 сем. — 3000 р., «Лима» F1 (засолочн., среднеросл.), 25 сем. — 3000 р., «Сидония» F1 (высокоросл., крупный), 10 сем. — 5000 р., лучшая европейская новинка «Резисет» F1 (высокоросл., ровный, до 15 кистей), 10 сем. — 6000 р.

Сладкий перец: «Калифорния вондер», 50 сем. — 3000 р., «Едино» F1 (ранний), 10 сем. — 3000 р.

Цены на 1 ноября. Почтовые расходы — 50% от стоимости заказа.

Вкладывайте конверт.

103225, Москва, К-225, а/я 1.

Яркий русский художник Константин Алексеевич Коровин (1861—1939) родился в Москве. К сожалению, большую часть своей жизни, уже после революции, он провел в Париже.

По отношению к Коровину «художник» — уместнее слова «живописец». Он — замечательный художник слова. Книга, над которой он работал и которую выпустил в последний год своей жизни, — «Шалыпин. Встречи и совместная жизнь». Десять чужбинных лет посвятил Коровин литературному творчеству: издавал сказки, очерки, рассказы.

Очерк*, отрывки из которого видите вы перед собой, писал семидесятилетний Коровин. В нем изображены близкие художнику люди. Конечно, свести в крошечной журнальной публикации две ипостаси крупного дара Коровина — художество и писательство — возможность условная.

* «Детство». Газета «Возрождение», Париж, 7 февр. 1932.



Автопортрет.

И рипоминаю... весь большой наш дом и подле огромный сад, выходящий на Дурновский переулок. В длинном деревянном заборе — маленькая калитка. Вдоль забора бузина. Сад прекрасен, в нем — большая оранжерея, где так сладостно пахнет землей, и старая беседка с колоннами: окна у нее в цветных стеклах, внутри, как войдешь, — все светло и зелено; а у стен кушетки, покрытые зеленым сукном.

В этом саду приказчик Ечкин, высокий и стройный, в длинном сюртуке, поднимает меня на руки, позволяя рвать большие желтые сливы, которые я тут же и ем. Другой приказчик, молодой еще Ларион Прянишников (впоследствии известный художник) устраивает мне в зале корабль: опрокидывает стол, делает парус из скатерти, а я сажусь и еду

САМОЕ НАСТОЯЩЕЕ

КОНСТАНТИН
КОРОВИН



За чайным столом. Дом-музей Поленова. 1888 г.

в другие страны... А то Анна Остапова, моя тетка, молодая красавица восточного типа, в пышном кринолине и в локонах, читает мне стихи, а моя мать у окна играет на арфе...

Шести лет я был смертельно влюблен в тетю Аню. Ах, как мне нравилось гулять с ней в Кускове, где у нас была большая дача! От тети Ани упоительно пахло духами... Помню церковь, толпу людей и ее, в тюлевом платье, покрытую тюлем, с белыми искусственными цветами... Она наклонилась и поцеловала меня. В руках у нее была большая свеча, перевязанная золотом, с широкими лентами. Какой-то человек водил ее кругом перед священником. Это был Ларош (как я узнал позже), ставший довольно известным музыкальным критиком. Тогда он мне не понравился... А долго спустя, — мне было уже больше двадцати, — я встретил его в трактире Малый Ярославец. Он пил водку и закусывал икрой в обществе композитора Чайковского... Тогда-то Ларош и сказал мне, что покойная жена его была моей тетей Аней Остаповой...

...Как нравилось мне то, что рисовала мать! Она рисовала в маленьком альбоме все больше зиму да избушку. И так хотелось мне жить в такой избушке, около занесенной снегом ели... Милый, бедный, замороженный край! Когда мать рисовала, я и брат Сергей смотрели, любили смотреть. Как-то вошел в это время отец и, сидя около, ключом надавливал на морозное окно. Он был печален и сказал матери:

— Я разорен. Все ямщики пропали.

Позже раскрылась для меня картина этого разорения. Ямское дело, которое наследовал отец от деда и прадеда, вовсе зачахло с проведением железной дороги из Москвы до Троице-Сергиева и Нижнего. Это были дороги деда...

Живем мы в деревне, в двух комнатах с печкой. Куда беднее, чем прежде. Но мне все равно. Потому что ничего нет лучше на свете деревни. Главное — товарищи! Вот это и есть самое настоящее, чудесное. Целый день до самой ночи — бегать, драться, возиться, ходить на Лосиный остров за грибами и ягодами, ловить корзинкой рыбу. А потом еще чудо — собаки. Собаки — самое лучшее, что есть в жизни. Собак у меня восемь.

Ну и попало мне от отца за собак! Весь хлеб стащил — кормить их. Хорошо еще, что и друзья-мальчишки приворовывали, а то бы подошли они с голоду. Зайцев ловить я им не велел. Жалко зайцев! Но лося до того гонял, что захворал горячкой. Говорили мне потом — чуть не помер.

И еще есть удовольствие. Вот какое: нарисовать картину, как месяц ночью из-за избы выходит, а собака Шарик сидит и воет. Трудно, но до чего соблазнительно! А еще — гонять лошадь в ночное, к пастуху и сидеть потом у тепленки, слушать рожок деда-пастуха да рассказы его о лесовых, домовых, как он заводит. Жутко, — один-то потом ночью ни за что не пойдешь, а вместе — хорошо... От чертей вместе быть надо, в дружбе. Мы-то, мальчишки, знали это. А вы знаете? Кажется, что нет.

Но, бывало, отец в Москву увезет, — пустое дело. Что Москва? Пылица, трава не растет, месяц не выходит, дедушки Семена-пастуха нет...

Учитель Федор Афанасьевич в Мытищах говорил мне: — Ты рисовать и петь первый. А вот хлеб* через «е» пишешь, болван. Нарисуй мне картину — «Ученые свет, а неученые тьма».

Вот до чего трудно, — подумал я. Невероятно! А рисовал-таки. Долго рисовал. Вот так: Ленка — друг мой, мальчишка, как и я, — шагает по дорожке, и у него книжка в руках. Читает ее, значит. А одну ногу он в черную яму занес. Другой же мальчик — Сережка, тоже мой друг, — остановился у ямы и стоит.

— Хорошо, — говорит Петр Афанасьевич, — только ведь надо наоборот. У тебя, дурака, ученый в яму сыплется, а неученый, глядишь, жив останется.

— Верно, — подумал я. — Это я промахнулся.

Так начиналась моя рисовальная наука.



Бумажные фонарики. Гос. Третьяковская гал. 1895 г.

* До орфографической реформы 1917—1918 годов «хлеб» писали через «ять».

КВАРТИРА — МЕТР ЗА МЕТРОМ

Жилье — это, в сущности, одно из главных условий нормальной жизни семьи. И оно у нас — проблема! Пожалуй, проблема №1. Разрешить ее в определенной степени и взялся «Жилтоварищ». Вы скажете: фантастика из области «обещали посулить». Нет, на этих страницах вы прочтете интервью одного из наших акционеров, уже получившего квартиру. Но сначала о целях, средствах и возможностях Специализированного жилищного чекового инвестиционного фонда социальной защиты «Жилтоварищ» расскажет его Управляющий Лев Николаевич МАТЕРОВ.

— Специализированному жилищному чековому инвестиционному фонду социальной защиты «Жилтоварищ» от роду полтора года. Он возник на стыке самых выгодных секторов российской экономики: рынка ценных бумаг и рынка недвижимости. Начали мы с одного миллиона рублей, собранного по крохам москвичами — жилищными товариществами и комитетами самоуправления, а теперь размер оплаченного уставного капитала — три миллиарда. К январю он составит 5 миллиардов.

«Жилтоварищ» стал крупнейшим акционером Международного негосударственного пенсионного фонда, Ипотечного акционерного банка, членом Ассоциации ипотечных банков России, Российской гильдии риэлторов, Ассоциации инвестиционных фондов «СКИФ», учредителем Межрегионального инвестиционного банка.

Фонд действует в рамках государственной программы «Жилище». Существуют различные фонды, имеющие свои жилищные планы, но они рассчитаны на приобретение квартир или на аукционах, или на выигрыш в лотерею. Первое при нынешних ценах на жилье для простых трудящихся неподъемно, а второе — несерьезно.

У нас в Уставе зафиксирована главная цель — улучшение жилищных условий акционеров. Причем речь идет о людях, которые имеют средний достаток или даже ниже среднего — живут на зарплату, на пенсию. И у них всех есть реальные жилищные перспективы. Мы не альтруисты и не из тех виртуозов, кто делает деньги из воздуха. Участвуя в сделках на ведущих биржах страны, зарабатываем средства, чтобы внебюджетно финансировать жилищную сферу.

Основа нашей работы — это разработанная специалистами Фонда финансовая накопительная технология, в соответствии с которой квартира обходится акционерам в 80% ее рыночной цены и получить ее можно через 6 месяцев после завершения накопления определенного пакета акций Фонда.

Нет, мы не изобрели чудо! Просто сформирована оригинальная финансовая система, позволяющая акционерам не только уйти от инфляции, но и полу-

чить мощные стимулы для накопления.

Однокомнатная квартира «стоит» у нас 1600 акций, двухкомнатная — 2400 акций, трехкомнатная — 3200 акций. Причем Фонд старается мобилизовать все возможные ресурсы семьи. Принимает не только «живые деньги», но и ценные бумаги-облигации государственных и муниципальных займов, акции приватизированных предприятий и чековых фондов, банковские сертификаты и тому подобное. И накапливать пакет акций можно постепенно — 5, 10, 100 штук и т. д. Вот что означает наш принцип «Квартира — метр за метром». При получении жилья в собственность акционер должен оплатить сумму, равную 80% рыночной стоимости выбранной им квартиры, уплатить налоги. Учитывая, что большинство акционеров Фонда имеют весьма скромные доходы и им не по карману не только внести указанную сумму, но даже оплатить полную стоимость коммунальных услуг, наши специалисты пришли к выводу о необходимости введения **арендной системы жилья**. Кстати, это самый распространенный в Западной Европе способ проживания, да и россияне семьдесят лет имели над головой не свою, а государственную крышу.

Почему мы это сделали и что это такое? Только за девять месяцев этого года активы Фонда увеличились в 6 раз. Курсовая стоимость акций возросла с 10 до 27 тысяч рублей, однако цены на жилье росли еще быстрее. Сейчас стоимость 1 квадратного метра в Москве превышает 2 миллиона рублей и продолжает увеличиваться. В результате оказалось, что накопленные акционерами пакеты акций покрывают всего 28—42% стоимости квартир. Поэтому встал вопрос: как быть с теми, кто приобрел полные пакеты акций, но не в состоянии в ближайшее время набрать необходимую для покупки квартиры сумму? Откладывать новоселье в долгий ящик? Покупать квартиры за счет остальных акционеров, тем самым ставя под удар весь Фонд? Тогда мы создали на базе Фонда **финансовый кондоминиум, то есть финансовое жилищное товарищество**. Теперь Фонд является акционерным обществом, активы которого используются с целью улучшения жилищных условий и социальной защиты акцио-



Л. Н. Матеров беседует с акционером.

неров, для объединения на долевой основе их имущественных и финансовых прав. Фонд на средства акционеров покупает на рынке квартиры и сдает их в аренду владельцам определенных пакетов акций. Те, кто накопил полный пакет акций, имеют право получить жилье в аренду через 6 месяцев, меньше пакет — больше срок ожидания.

На наш взгляд, разработанная нами система может заинтересовать людей с различным уровнем дохода. Так, наименее обеспеченных, безусловно, привлекают скидки на содержание квартир и другие льготы, которые мы предоставляем акционерам — арендаторам. Чем больше пакет акций, тем они весомее. Наиболее существенны льготы для тех, кто приобрел полный пакет акций.

Такой акционер может пользоваться квартирой неограниченное время. При этом с ним заключается договор, согласно которому Фонд производит частичную оплату коммунальных платежей акционера, раз в 5 лет осуществляет текущий ремонт квартиры, беря половину затрат на себя.

Причем с акционером не случится аналога «партнеров МММ» — все договора, как и сам пакет акций, страхуются на случай возникновения любых непредвиденных обстоятельств, даже банкротства Фонда, Международной страховой компанией «ВЕРА», работающей под патронажем Русской Православной церкви.

Самое же главное преимущество такой формы предоставления квартир (которое, думаю, оценят и достаточно состоятельные граждане) — возможность постоянно улучшать свои жилищные условия. Ведь по нашей схеме, чтобы получить квартиру большую, лучшую или разменять жилплощадь, достаточно пополнить до нужного размера пакет акций. И при этом в любой момент можно оформить квартиру в собственность, но

в этом случае льготы для акционера заканчиваются.

При оформлении жилья в собственность налоги на имущество составляют треть его полной стоимости, а при подписании договора аренды их платить не надо — инвестиционные фонды освобождены от налога на имущество.

Что будет с теми, кто не в состоянии накопить даже двести акций? Навсегда распрощаться с надеждой зажить по-человечески? Да нет же! Около трети россиян приватизировали свои квартиры — это большое богатство, которое, к сожалению, из-за того, что не принят закон об ипотеке, использовать сложно. В схеме финансового кондоминиума эти квартиры можно включить в оборот и заставить работать. Каким образом? Приватизированные квартиры можно оценить в акциях и сдать Фонду, получив взамен соответствующий пакет ценных бумаг. При этом акционер продолжает жить в своей квартире, пользуясь льготами, то есть получая скидки на оплату коммунальных услуг, дивиденды и накапливая акции для того, чтобы переехать в большую квартиру на правах собственника или арендатора — как позволить средства.

Эта схема, на наш взгляд, тоже может привлечь людей с самым разным уровнем дохода: как наименее обеспеченных, у которых ничего нет, кроме собственной квартиры, которую они не могут содержать, так и достаточно состоятельных, которые хотели бы быстро улучшить свои жилищные условия с минимальными затратами. К тому же, думаю, уже в ближайшее время мы сможем предложить нашим акционерам жилье по более приемлемым ценам. Не опрометчивы обещания? Нет, они основаны на кон-

кретных действиях, которые мы сейчас предпринимаем по максимальному снижению затрат акционеров на приобретение жилья. С одной стороны, мы стараемся минимизировать издержки, выбирая наиболее выгодные организационно-правовые формы, с другой — если раньше мы ориентировались в основном на покупку жилья у частных лиц, а также на аукционах, то сейчас намерены участвовать в таких инвестиционных проектах, которые при минимуме вложений обеспечат создание прорывных строительных технологий, дешевых материалов и средств обустройства жилых домов.

Фонд выделил определенные категории акционеров, которые имеют право пользоваться особой защитой, — одинокие пенсионеры, на счету которых меньше пяти акций, инвалиды труда и детства, бывшие блокадники и репрессированные, «афганцы», «чернобыльцы», многодетные семьи. Двадцать процентов активов расходуется на нужды самых незащищенных. Кроме этого, разрабатываются оригинальные проекты ценных бумаг для обеспечения их жильем за счет внебюджетного финансирования: «Достойная старость» (один из вариантов пожизненной ренты), «Жилищный сертификат для детей-сирот», «Жилищный сертификат для молодоженов». В будущем — сертификаты для семей, имеющих детей-инвалидов, для военнослужащих.

Кстати, офицеры и сейчас считают «Жилтоварищ» своим фондом. Дело в том, что государство оплачивает 75% стоимости жилья для офицеров, а так как Фонд предоставляет квартиру при оплате 80% ее рыночной цены, то офицерам нужно вложить в жилье лишь ПЯТЬ ПРОЦЕНТОВ личных средств.



К сожалению, для Министерства обороны работа со столь неординарными финансовыми институтами, как Фонд «Жилтоварищ», слишком нова, поэтому возможность, где каждая пятая квартира для офицера была бы бесплатной для военного ведомства, не используется.

У нас «прозрачный» фонд — мы намеренно посвящаем желающих в свою деловую кухню. Материалы о деятельности Фонда постоянно публикуются на страницах еженедельника «Бизнес МН», в «Деловой Москве» и других изданиях. Для акционеров создана юридическая служба, издан подробный «Справочник акционера». Открытость — лучший способ завоевать доверие, превратить акционеров в сознательных партнеров. В конечном счете мы работаем для всех россиян, которые давно своим долготерпением и трудом заслужили нормальную человеческую жизнь. Поэтому мы пришли со своими проектами в «Работницу», на страницах которой будем регулярно сообщать обо всех новостях «Жилтоварища».

Адрес Фонда «Жилтоварищ»: Россия, 121019, Москва, ул. Маркса-Энгельса, 7/10. **Телефоны для справок** (095) 451-09-37, 164-09-08, 159-09-35 (с 11 до 19 часов). **Факс:** (095) 291-61-30.

КЛЮЧ МНЕ ВРУЧИЛ «ЖИЛТОВАРИЩ»

Доходы нашей семьи самые скромные, да и откуда взяться большим деньгам! Я работаю в бюджетной организации, жена тоже, а всего нас четыре человека — еще дочь-студентка и первоклассник-сын. Так что сами посудите, могли ли мы надеяться когда-нибудь выбраться из своей крайне малогабаритной квартиры? И хотя пару лет назад жене в наследство досталась комната в коммунальной квартире, за это время нам так и не удалось устроить какой-либо обмен — очень хлопотное это дело! Да еще, оказалось, требующее немалых средств.

И тогда судьба привела меня в «Жилтоварищ», и как раз в тот момент, когда преимущества новой системы — финансового кондоминиума — разъяснял акционерам сам Управляющий Фондом. Общение с ним и привело меня к выводу принять окончательное решение — стать, так сказать, «товарищем «Жилтоварища». Я купил акции на все свои сбережения, и уже через четыре месяца квартиру подобрали и купили, а я подписал договор на получение ее в аренду с правом последующего выкупа в собственность при оплате 80% ее рыночной стоимости.

А что же касается выкупа квартиры — мы будем вносить средства по мере своих возможностей, может, постепенно докупим акций и до двухкомнатной.

Итак, в мае 1994 года «Жилтоварищ» вручил мне ключи от новой квартиры. Москва

В. КРАСОВСКИЙ



Красовский с семьей и... ключом.



СЮР



Рубрику ведет В. АЛЬБИНН

Кто не знает песен Юлия Кима? Только те, кто думает, что их написал Юлий Михайлов. На самом деле это один и тот же человек — поэт и остроумец, певец и музыкант. Вспомним его песни хотя бы из кинофильмов «12 стульев», «Обыкновенное чудо», «Дом, который построил Свифт»... Таких фильмов были десятки. А путают Кима с Михайловым не случайно: ему однажды пришлось на время (довольно смутное) сменить фамилию, хотя и не по своей прихоти...

Зато потом все закончилось хорошо! Ким стал снова Кимом. И еще у него вышла книжка песен для театра и кино под названием «Летучий ковер».
С чем Сюр его и поздравляет!

ГУСАРСКИЙ РОМАНС

Отогнув уголок занавески,
Смотрят барышни в каждом окне.
Как в расшитом седле и черкеске
Я гарцую на резвом коне.
Конь горячий резов, но послушен
И гордится своим седоком.
Отчего же седок равнодушен
К нежным взорам

за каждым окном?
Как лорд Байрон,
рукой подбоченясь,
Как Печорин, кручу я свой ус.
Неподвижная нижняя челюсть
Говорит об отсутствии чувств.
Кто на женщин взирает

бесстрастно,
Тот готовит для них западню!
Так что все это — просто гримаса,
И не верьте ни мне, ни коню.

РОМАНС ПОРУЧИКА РЖЕВСКОГО

Легко взорвать
Любую крепость.
Но надо знать,
В чем ее крепость.
Найми шпионов,
Скачи в объезд —
Нет бастионов
Без слабых мест!

Пусть цитадель
Смущает взоры —
Найдется щель
Внизу опоры.
Без промедленья
Вставляй фитиль!
Прошу прощенья
За грубый стиль.

Владимир АЛЬБИНН

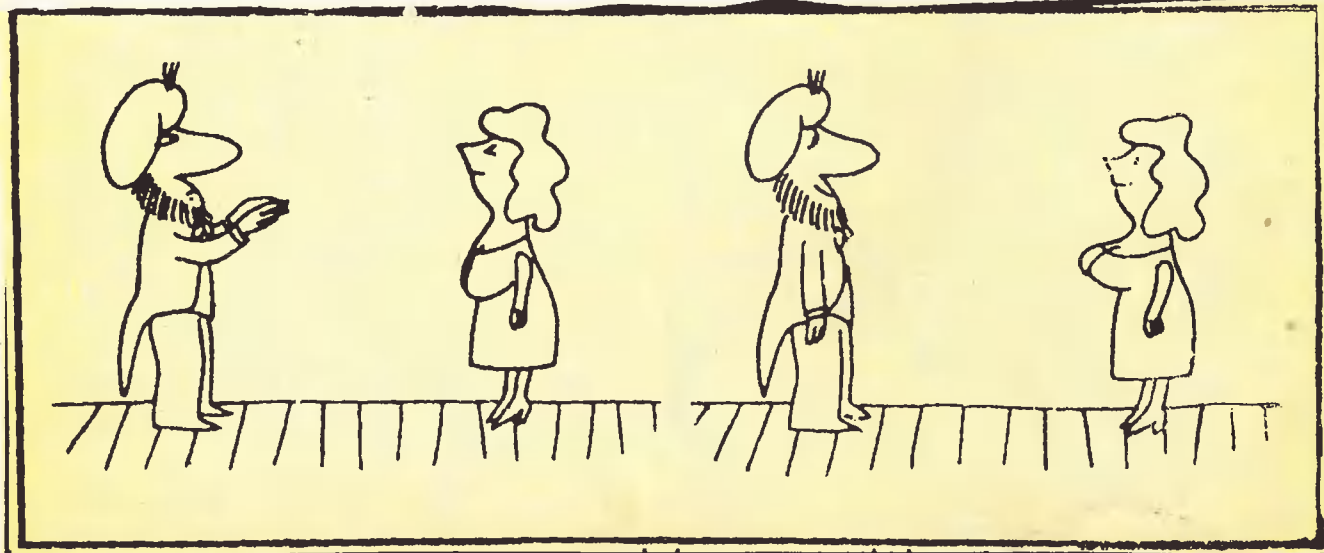
ИСТОРИЯ ЛЮБВИ

— Кто это у нас такой холесенький, а? У, какой крепенький. Ножками, ножками, ути как славно! А кому папка погремущку купил? Не знаешь? Знаешь. Вон какой фонтанчик от радости устроил. Молодцом! Мать, слышишь, почему у тебя ребенок мокрый лежит? Непорядок. Ужин готов?..

— Ну — рассказывай, как в саду. Какие новости? Воспитательница на ежа села? Молодцом! Твоя работа? Смешно. А где ты так вареньем куртку загваздал? Мать, что у нас с ребенком? Мы будем его воспитанием заниматься или он у нас как гриб растет?.. А ты — молчи! Я в твои годы кошке «брысь» говорить стеснялся...

— Ну, и какие же мы курим? С фильтром, значит. Сам догадался или кто подсказал? В журнале «Здоровье» прочитал. И что же там пишут? С фильтром полезнее. А папиросы? Хуже. Ну-ка, угости отца своими. Ого, «Мальборо»! Мать, ты куда смотришь? Он же «штуку» в день на сигареты тратит! Я в его годы и сигарет таких не знал! А ты — молчи! Еще раз увижу — всю пачку отберу...

— Обрадовал, нечего сказать! Люди сначала аттестат зрелости получают, а потом уже женятся. Что я? Ты на меня пальцем не показывай. Тогда другое время было. Кормить-то ее чем будешь? Что — полный холодильник?! Это мой холодильник. Ты — тоже мой?.. Мать, слышишь, у тебя растет демагог! Он



ведь точно женится. Я по глазам вижу: быть тебе бабкой уже в этой пятилетке! А ты — молчи! Я в твои годы думал, что Мопассан — композитор...

— Не папаша, а отец! Не ладно, а все равно не получишь. Я же рядовой мясник, а не академик. Нет у меня таких денег. Мать, ты слышишь, что он говорит отцу? У меня в твоём возрасте уже сын был. У тебя — три? Так покажи хоть одного... Сам не видел. Правильно. Дети не футбол, пусть ими матери любят! Сотни «шук» хватит? А я, между прочим, в твои годы и денег таких в руках не держал... В твоих тоже не задержатся? Верю... Бери ещё пятьдесят — и чтоб глаза мои тебя не видели!..

— Вот и старость пришла... Слышишь, мать? Старость, говорю, пришла. А сынок не пришел проводить на пенсию. Сколько людей пришло! А он говорит: на пенсию — не в армию, сам доберешься. Пиши, говорит, с дороги. Только подробнее: что ел, с кем пил... Да, воспитали, спасибо не скажешь. За кефиром послать некого... Ну, не плачь, не плачь, соседский Вася сбегает...

Владимир Слуцкий ВЫЗОВ

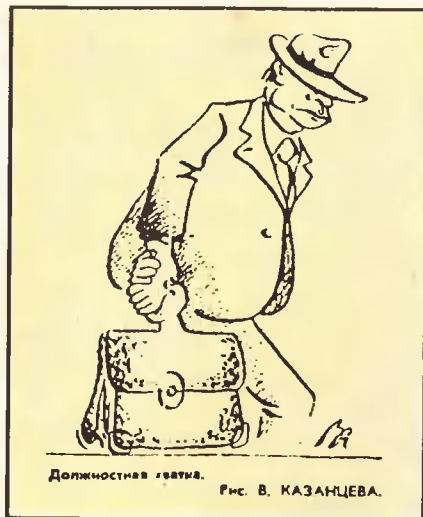
Больше так продолжаться не могло. Я позвонил и вызвал отца нашей учительницы в школу. В назначенный день дверь приоткрылась, и в класс вошел пожилой человек. Уроки давно кончились, и мы были одни.

— Здравствуйте! — сказал я. — Фамилия моя Колокольчиков. Зовут Васей.

— Очень приятно, очень приятно, — залебезил старичок. — Много о вас слышал от дочери.

— Да, я пользуюсь некоторой популярностью, — скромно признался я. — Но не будем об этом. Разговор нам предстоит трудный. Дело в том, что ваша дочь безобразно ведет себя на уроках. Все время придирается, слово соседу не дает сказать, наконец, просто «двойки» ставит. В общем, сплошное наказание. А ведь она вроде бы из благополучной семьи?

— Конечно, конечно. Мы с женой недавно серебряную свадьбу спра-



вили. За всю жизнь ни одной ссоры, ни одного скандала.

— Откуда же у нее тогда такая озлобленность? Ведь за последние два года я от нее ни одного ласкового слова не услышал, ни одной хорошей оценки не получил.

— Но может быть, Вася, вы действительно на хорошую отметку не знаете? — робко возразил отец Натальи Петровны.

— Это не оправдание. Раз не знаю, два не знаю, а она мне все время «двойки» ставит. Да и потом: должна же она ко мне индивидуальный подход применить, разобраться в моей психологии, заинтересовать, наконец. Спрашивается, чему ее в институте учили?

— Мне кажется, у нее времени не хватает, — начал робко оправдываться отец. — Муж, ребенок маленький, стирка, уборка, да и потом, сами знаете, работает.

— Ну и что? Могла бы репетитора, то есть няню пригласить. Сейчас все так делают.

— Да вы себе представить не можете, как сейчас тяжело с нянями. Мы бы рады...

— Ну, просто не знаю, что вам еще посоветовать. Попробуйте поговорить с ней. Вы ведь все-таки отец. Объясните ей ситуацию. Скажите ей, что, если все будет продолжаться по-прежнему, я вынужден буду остаться на второй год в ее классе. А вы понимаете, что это для нее значит?

— Я не враг своей дочери и сде-

лаю все, что в моих силах, — взволнованно ответил отец.

И он сдержал свое слово. Больше мы с ним не встречались. Прошли годы. Теперь я уже на втором курсе педагогического института. Но я до сих пор с благодарностью вспоминаю симпатичного пожилого человека — отца Натальи Петровны.

Евгений ТАРАСОВ

ЖЕНСКАЯ ДИАЛОГИКА

— Я вышла за Ивана Степановича не из-за денег!

— Конечно, конечно, милочка, — из-за дачи и машины.

— Вы знаете, у меня очень внимательный муж.

— От моего тоже никуда не спрячешь заначку!

— А эта ваша собака умная?

— Настолько, что, как и я, предпочитает не быть замужем!

— Мой муж решил повести меня завтра в Исторический музей.

— Ну, мой бы не позволил себе делать такие намеки на мой возраст!

— Послушайте, дорогая, почему вы позволяете своему мужу так много пить?! Ведь с похмелья у него трясутся руки!

— Зато как он тогда вытрясает ковры!..





Подумаем на досуге

ЛИТЕРАТУРНЫЕ ПОДРОБНОСТИ

Образ вампира Франкенштейна и творимые им ужасы холодят кровь в жилах многих поколений читателей и зрителей. Кто бы мог подумать, что персонаж этот вышел из-под пера женщины — английской писательницы, близкой к изысканнейшему кругу поэтов-романтиков конца XVIII — начала XIX века. В 1818 г. ею был написан роман, который с появлением кинематографа стал основой для создания сериалов (в основном голливудских) фильмов ужасов с Франкенштейном во главе.

КАК НАЗЫВАЕТСЯ ЭТОТ РОМАН И КТО ЕГО АВТОР?

ПОРТРЕТНАЯ ГАЛЕРЕЯ

Сказочные, былинные, мифологические образы всегда занимали большое место в творчестве этого русского живописца. Одна из подобных картин родилась под впечатлением оперы-сказки замечательного русского композитора 2-й половины XIX в. Художник сделал декорации для постановки оперы в 1900 году, а исполнение одной из партий также тесным образом связано с его личностью. Вопросы возникают много: **НАЗОВИТЕ ИМЯ ЖИВОПИСЦА И ЕГО ПОЛОТНА, КОМПОЗИТОРА И ЕГО ОПЕРУ И, НАКОНЕЦ, ПАРТИЮ И В ЧЬЕМ ИСПОЛНЕНИИ ОНА ПРОЗВУЧАЛА?**

ОТВЕТЫ НА РУБРИКУ «ПОДУМАЕМ НА ДОСУГЕ» В № 10—94

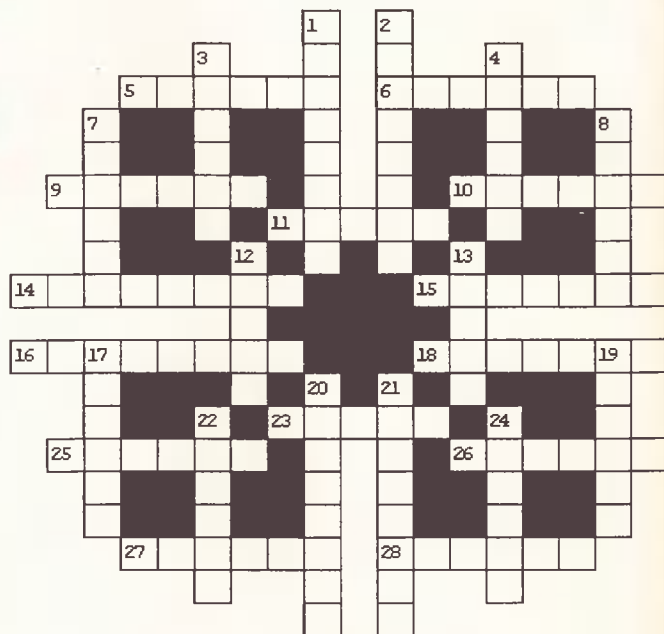
ЛИТЕРАТУРНЫЕ ПОДРОБНОСТИ
Лев ТОЛСТОЙ

НА МУЗЫКАЛЬНУЮ ТЕМУ
Опера «Армида»

КРОССВОРД

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 5. Твердая зернистая горная порода. 6. Сценарист телесериала «Дикая роза». 9. Вес товара с упаковкой. 10. Итальянский живописец эпохи Возрождения. 11. Соцветие злака. 14. Недвижимое имущество, земельный участок. 15. Вид горнолыжного спорта. 16. Спиртной напиток, возбуждающий аппетит. 18. В греческой мифологии — пища богов. 23. Яркий метеор. 25. Сорт мороженого. 26. Минеральная лечебная вода. 27. Шторы или ставни из пластинок. 28. Съедобный гриб.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Отбивная котлета из говядины. 2. Известный журналист и телеведущий. 3. Сухое печенье из пресного теста. 4. Оратория Г. Генделя. 7. Городская птица. 8. Иностранная денежная единица. 12. Российский киноактер. 13. Единица массы. 17. Река в Западной Сибири. 19. Драгоценный металл. 20. Лесная ягода. 21. Мясное блюдо. 22. Герметически запаенный сосуд. 24. Домашнее животное.



ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД № 10—94

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 2. Шарень. 8. Каскетка. 9. Алгоритм. 10. Алмаз. 14. «Асса». 15. Луна. 17. Леви. 18. Фарт. 19. Шпик. 21. Стул. 23. Плут. 24. «Нива». 28. Ребус. 29. Сандалии. 30. Лабиринт. 31. Волокно.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Закуска. 3. Грабли. 4. «Ералаш». 5. Зарница. 6. Шариков. 7. Утруска. 11. «Аспарух». 12. Сувенир. 13. Клуша. 16. Утиль. 20. Истукан. 22. Тангенс. 23. Паводок. 25. Ассорти. 26. Сериал. 27. Бублик.

НАУЧНО — ПОПУЛЯРНАЯ ГАЗЕТА

НЕОБЪЯВЛЕННЫЙ

ПРИШЕЛЬЦЫ, ЦИВИЛИЗАЦИИ, МИСТИКА

Подписка во всех отделениях связи



1(3)'95

ВИЗИТ

Индекс 32330

ФУРНИТУРА

Литые пластмассовые и металлические застёжки «молния» и другая фурнитура для швейной, кожгалантерейной, бельевой и обувной промышленности. Кружевная и отделочная лента.

Женское нижнее бельё.

А/О «АРТУМ»

(095) 280-39-71, 280-16-68

Астраханский пер., д 1/15.

ЖИТЕЛЯМ РОССИИ!

АО "Си Ай Ти"

предлагает

супермодную, не имеющую аналогов
«обливную» дубленку с универсальной застежкой
как на мужскую так и на женскую сторону.

Цена — 149900 руб, что в десять раз дешевле натуральной.

Оплата почтовых услуг при получении посылки составит около 30 % от стоимости товара.

Возможно наши дубленки вы уже видите на прохожих и ваших знакомых и хотите обладать такими же.

Вам предоставляется уникальный шанс приобрести наш товар по оптовой цене, что намного ниже розничной. Мы работаем напрямую, без посредников, избавляя покупателя от наценок торговых баз и магазинов.

Наша дубленка импортного производства выполнена из искусственных меха (внутри) и кожи (снаружи). Их качество настолько велико, что нашу дубленку практически нельзя отличить от натуральной.



ФАСОН:

- универсальная застежка, пуговицы и петли на обоих полях дубленки, что позволяет застегнуть ее как на мужскую, так и на женскую стороны;
- отложной воротник «шалька» и манжеты отделаны мехом;
- прямой силуэт;
- карманы накладные;
- длина — до середины бедра.

ЦВЕТ:

- черный;
- коричневый.

РАЗМЕР: 46 — 52.

Если вас заинтересовал наш товар, пожалуйста заполните подписной талон, где укажите:

- количество;
- цвет;
- ваш адрес и телефон;
- Ф. И. О.

Наклейте талон на открытку и направьте по адресу: 103045, г. Москва, а/я 2

Если вы находитесь в Москве, то можете приобрести наш товар по адресу: ул. Мясницкая, д. 25, здание Главпочтамта, вход по вторую арку, напротив магазина «Чай», вывеска «Элита», во двор. Магазин работает с 10 до 18 часов, без обеда, выходной — воскресенье. Проезд до станции метро «Чистые пруды».

Тел.: (095) 925-34-83, 925-55-07

"ДУБЛЕНКА"		Куда: Москва, а/я2
Кол-во: _____	Размер: _____	Кому: АО "Си Ай Ти"
Цвет: _____		Адрес отправителя:

103045		"Работница" _____

«ЦЕНТЕР»

ДУМАЕТ ЗА ВАС О ВАШЕМ ЗДОРОВЬЕ

Кто-то из западных ученых подсчитал, что если человечество будет продолжать так же легкомысленно к себе относиться, то перестанет существовать как биологический вид уже через девять поколений. Конечно, можно с недоверием отнестись к такому предсказанию, но нельзя не заметить, что на Западе здоровый образ жизни прочно вошел в моду. Дошла это волна и до нас... Вдумайтесь в крылатые выражения: «Здоровье не купишь», или «Было бы здоровье — остальное мы все купим». Может, лучше было бы купить все для здоровья? Часто бывает так, что лубых денег не жалко, но поздно уже...

Как таковые болезни сами собой не появляются. В большинстве случаев — это результат неумения сохранить в продуктах целебные свойства и витамины, данные от природы. Каждая хозяйка знает, что питательная ценность блюд, а также их внешний вид в значительной степени зависят от кулинарной обработки. Согласно научным исследованиям, наименее устойчивы витамины С, группы В и каротин (провитамин А). Витамины разрушаются при длительном нагревании и варке. Например, в вареной моркови каротин вдвое меньше, чем в сырой. В жареных на жире овощах на 40 процентов сокращается содержание витамина В₁. Подвергшиеся тепловой обработке жиры (как растительного, так и животного происхождения) превращаются в малополезные продукты. Особенно если термообработка была длительной. Витамин С разрушается при соприкосновении очищенных овощей и плодов с медью и железом.

Можно еще долго говорить о всех недостатках термической обработки. «Но позвольте, — скажете вы, — не в каменном веке живем, чтобы есть мясо сырым. Есть же какой-то выход. Наверняка ученые придумали, как с этими недостатками бороться». Выход действительно есть: специалисты швейцарской фирмы «Центер» разработали высокотехнологическую посуду, придав уникальные свойства обычным, казалось бы, вещам: сковородкам, чашкам, мискам... Каковы они, эти свойства?

Во-первых, вся посуда фирмы «Центер» изготовлена из благородной медицинской стали — сплава хрома и никеля, что делает посуду нейтральной по

отношению к пище, увеличивает срок ее годности (кстати сказать, на все изделия фирма дает пожизненную гарантию), не дает ей окисляться и подвергаться коррозии. Сплав очень плотен и обладает необычайной стерильностью — на единице поверхности остается в 400 раз меньше бактерий, чем у какого-либо другого металла!

Второй секрет посуды «Центер» — это



особая конструкция термоаккумулирующего дна. Благодаря ему вы можете жарить без жира и варить без воды. При такой термообработке экономия электроэнергии составляет 70 процентов. Каким же образом это получается? 5-7 минут при температуре 70-95 градусов дно набирает необходимую энергию и дольше может готовить само, выполняя функции плиты. Экономия электроэнергии еще и в том, что на одной конфорке можно приготовить до пяти блюд одновременно! Конструкция позволяет ставить одну посуду на другую, и получается так называемая «Центер-система». Это очень удобно для хозяйки. Представьте себе: вы закладываете продукты для горячей закуски, первого, второго, третьего и десерта. Через несколько минут, когда стрелка термометра, находящегося на крышке посуды, переходит на зеленое поле, вы убираете посуду с плиты. Дальше «Центер-система» готовит сама, а вы можете спокойно идти на работу, не терзая себя мыслью о том,

кто подогреет обед ребенку, пришедшему домой после школы. Что интересно, блюда в «Центер-системе» могут быть совершенно разные, и запахи не перемешаются.

Важно заметить, что так называемую «белую смерть» — натрий и хлор в виде поваренной соли — добавлять совсем не обязательно. В посуде Центер сохраняются после термообработки все необходимые организму соли и минеральные вещества.

В-третьих, физиологами фирмы «Центер» в конструкции всех видов производимой продукции — от посуды 14 литров до чайной ложки («Центер» выпускает также и столовые приборы) — учтено все. Вспомните, например, сколько хлопот доставляет хозяйке «убежавшая» каша или молоко! В посуде «Центер» этого недостатка нет. К тому же, ручки у посуды всегда холодные.

Термоконтролер может быть использован и для поднятия крышки, а лучшей подставки и быть не может. Причем, как ни раскачивай посуду, она не упадет.

Конечно, может возникнуть вопрос: почему же этой посуды нет в магазинах, даже самых престижных? Это действительно так, несмотря на то, что фирма на российском рынке уже почти полтора года и успешно работает. Дело в том, что посуда распространяется только путем презентаций. Что это значит? В дом к вам или вашим знакомым приходит представитель фирмы «Центер» с образцами посуды, рассказывает все о ее преимуществах и наглядно их демонстрирует.

Надо отметить, что презентация проводится за счет фирмы, а устроитель презентации — хозяин квартиры — получает ценный подарок стоимостью до 150 долларов США. Задача презентанта сводится не только к тому, чтобы продать вам уникальную посуду, но и к тому, чтобы научить вас правильно питаться. Можно сказать, что презентанты — это своеобразные миссионеры здорового образа жизни.

Посуда фирмы «Центер» не только облегчает нелегкий ежедневный труд хозяйки, но и приносит радость. Она сама думает о Вашем здоровье.

Представительства фирмы «Центер»:

Москва:

(095) 208-82-79, (095) 208-95-24.

Санкт-Петербург:

(812) 290-46-85



Вы любите игрушки? Что за вопрос! Да кто же их не любит? А вот Наталья и Александр Фроловы, орловские умельцы, не просто любят игрушки, но и возродили забытый народный промысел, известный еще с 17 века, — плешковскую игрушку.

Среди лесов на прогалинке — «проплезине» — в Ливенском районе Орловской области стоит деревня Плешково. Отсюда родом и знаменитая игрушка.

Из розовой глины лепили старые мастера кокетливых барышень, веселых гармонистов, фигурки зверей, обжигали и расписывали особым образом. Секреты мастерства переходили из поколения в поколение. Чудом сохранились они в семье Фроловых, от Натальиной прабабушки. И вновь, как в давние-стародавние времена выходят из под умелых рук и игрушки на потеху, и горшки, и квасники.

Фото Валентины Павловой



ПЛЕШКОВСКАЯ ИГРУШКА



Original großer Schweden bitter

Только Оригинальный
Большой Шведский горький
бальзам БИТТНЕРА фирмы

БИТТНЕР

произведен по оригинальной
рецептуре и зарегистрирован
Министерством
Здравоохранения России.



Продаётся только в аптеках

индекс 70770
Лаборатория