

концерт для этих людей. Были угрозы, но они меня только подстегнули. Может быть, если бы их не было, я бы не поехал. Плохо мне было уже после концерта: страшные головные боли, бессонные ночи. Но я выдержал целых шесть концертов, включая питерские. А в Архангельск уже не смог ехать. В Москве врачи сказали, что я сумасшедший, положили меня в больницу.

«КРЕЙЗИ РАШН»

- Ты бывший гимнаст. Этот вид спорта, наверное, и сегодня для тебя самый любимый?

- Еще не так давно я мог на улице, если рядом никого нет, от избытка чувств, какого-то азарта или просто хорошего настроения перепрыгнуть через голову. Но сейчас мне больше всего нравятся горные лыжи и футбол. Осваиваю тихонечко большой теннис. Еще ролики, подводное плавание. Пом-

ню, как опробовал дайвинг на Сейшельских островах.

- Не страшно было?

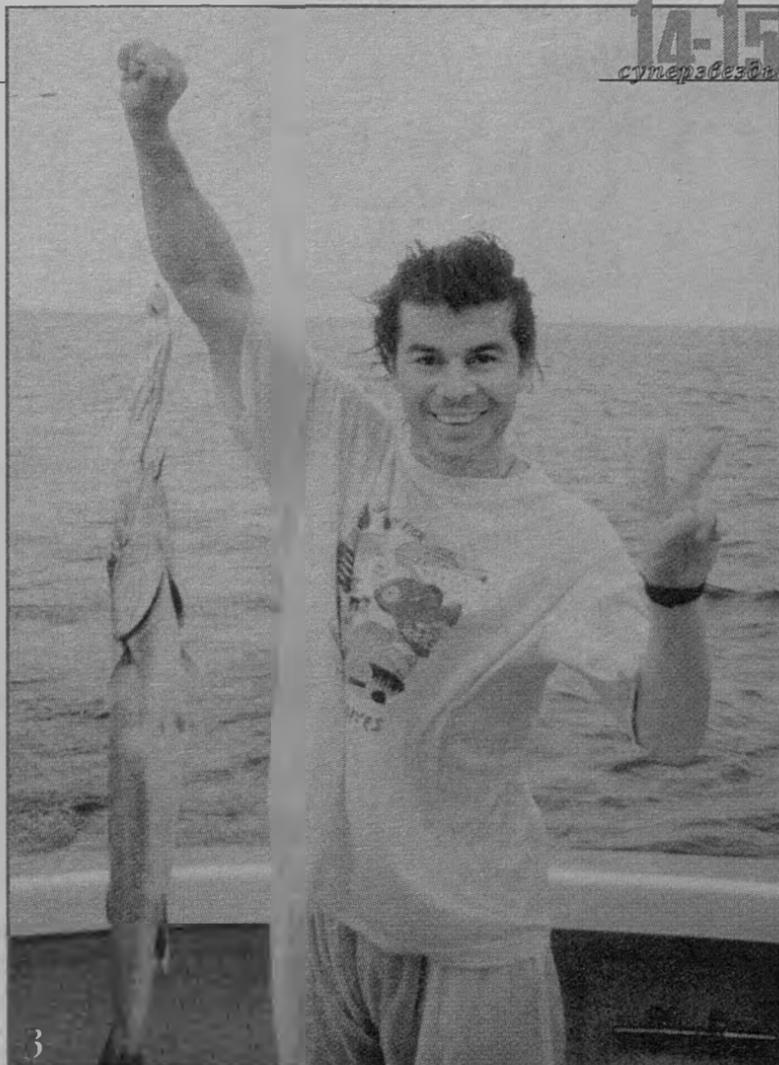
- В первый раз, честно сказать, было страшновато, потому что был шторм и сильное течение. Одного из итальянцев - а я погружался с итальянской группой - унесло, и его долго искали. А я попал на глубину 23 метра. Это довольно прилично. Теоретически я был хорошо подготовлен, а практически - на уровне бассейна. Мелькнула мысль: "Я буду очень медленно погружаться и не делать необратимых поступков". Под водой был где-то около часа. Когда все закончилось, я довольно неуклюже вылез на борт, тренер посмотрел на меня и спросил, который раз я погружаюсь. Я ответил, что первый. Он покрутил пальцем у виска и сказал: "Крейзи рашн". А итальянская команда мне аплодировала. Во время второго погружения мне показалось, что я уже все знаю и умею, но тут в маску стала интенсивно попадать вода. Я умею продуть маску, не всплывая. Но там вода такая соленая... И я думаю: "Дай-ка всплыву". А погрузился уже метра на четыре. По правилам так нельзя делать - все свои проблемы надо внизу решать. Но я как-то автоматически всплыл. В результате второе погружение прошло гораздо хуже, чем первое.

- Форму удается сохранить благодаря спорту?

- Моя физическая форма несколько идеализирована средствами массовой информации. Правда, в моем возрасте действительно выгляжу моложе многих. Могу порекомендовать только одно: больше двигаться, движение - это жизнь. Я за концерт теряю до 3 кг веса. Никаких особенных диет у меня нет, я не вегетарианец. Ем, когда хочу есть. Но если хочу, а есть нечего, то ничего не ем. Короче, я свой организм не балую. Я считаю, что очень трудно проверить, что лучше: быть вегетарианцем или мясоедом. Для этого необходим чистый эксперимент: взять двух одинаковых по всем параметрам людей и дать возможность прожить им в точности одинаковую жизнь в одних и тех же условиях с одной лишь разницей - один должен быть вегетарианцем, другой - мясоедом.

ВЫСОКО ПОДПРЫГНУТЬ И ГРОМКО ЗАОРАТЬ

- Ты человек легко возбудимый, а следовательно, наверняка нервный. Если ты сильно



нервничаешь, чем пытаешься успокоить себя?

- Я действительно достаточно нервный. Творческие люди вообще должны быть нервными. Я ничем не успокаиваюсь. А зачем? Я не принимаю никаких таблеток-транквилизаторов. Честно, я вообще не люблю таблетки и уколы. Ну, не послал сутки, потом поспишь, ничего страшного. Мне кажется, если почувствуешь страх или что-то такое, от чего адреналин так и выплескивается, нужно высоко подпрыгнуть и громко заорать. Это в порядке шутки, но в каждой шутке есть доля истины. В самом деле, если выделяется адреналин, нужно его куда-то использовать, правильно? Например, отжиматься от пола. Кстати, недавно я записывал новый альбом "Мои ясные дни". Сутками не вылезал из студии, ослаблялся - упал, отжался.

- Ты обращаешься к врачам или стараешься обходиться без них?

- "Если я заболю, к врачам обращаться не стану, позову я друзей, не считите, что это в бреду". Конечно, нужно обращаться к врачам, но в последнее время доверие к ним по-

дорвано, и не без постоянных усилий самих врачей. Мне кажется, очень много зависит не только от профессиональных возможностей врача, а от душевного подхода к каждому человеку. Моя мама всю жизнь проработала врачом-терапевтом. Огромное количество людей, которых она вылечила, долгие годы писали ей письма, приходили к нам домой. Я это очень хорошо помню. И она со своими пациентами всегда подолгу разговаривала. Мы же знаем, что есть бабки, которые заговаривают болезни. Что это? Энергетика, биополе, как модно сейчас говорить, - не знаю. Но теплое отношение тоже лечит. Сейчас, к сожалению, его почти не встретишь. Вообще, я считаю, если организм не в стадии агонии и сильно не вмешиваться, он обязательно сам справится с болезнями. Я предпочитаю средства народные, испытанные уже тысячелетиями. Очень многое зависит от воды, которую мы пьем. Мы же процентов на восемьдесят из нее состоим. Какая в тебе вода - так ты себя и чувствуешь. У меня есть фильтр. Питьевую воду стараюсь покупать.

- Ты страстный человек? Это тоже признак молодости...

- Да, я живу страстями, очень увлекаюсь. Мои глаза всегда останавливаются на том, что мне нравится. А так как мне нравится многое в этой жизни, то я все время вращаю глазами. На сцене я впадаю в безумие. И это самая большая страсть для меня. Но у меня неизбежно слово "страсть" переходит в слово "любовь". Страстно делать гадости невозможно. Можно страстно любить окружающий мир. Вдохновение - это тоже страсть. Когда оно меня посещает, я пишу стихи. Раньше я писал запоями, неделями. К сожалению, сейчас это случается не так часто, как мне хотелось бы. Огромное количество дурацких забот убивает творчество. Я бы проводил меньше концертов, но, для того чтобы наша группа выжила, мне приходится это делать. Я даю много благотворительных концертов, хотя знаю, что часто деньги не доходят по назначению. Но даже если из ста концертов средства дойдут только с нескольких - это хорошо. Вообще же я с возрастом понял, что единственное, что имеет значение в нашей жизни, - это все-таки то, как страстно и сильно мы любим. Любовь между мужчиной и женщиной - венец всех отношений. Все остальное, включая работу, - это только декорации для наших чувств.

Марина ЗЕЛЬЦЕР

Фото В. Мышкина, С. Мальцева, О. Дьяченко

На фото:

1. С Михаилом Задорновым. Кто лучше накачан?

2. Гимнастика не забыта.

3. Рыбалка - тоже спорт.

