

## ДВА ИНТЕРВЬЮ ВАШ ВЫХОДНОЙ

### НА ВОПРОСЫ:

Как вы обычно проводите свой выходной день?

Стараетесь ли вы полностью отключаться от вашей работы?

Чередуете ли виды отдыха?

Меняются ли ваши привычки с возрастом?

Какими соображениями об отдыхе вы готовы были бы поделиться?

#### **А. ДЖИГАРХАНЯН,**

актер Московского  
академического театра  
имени Вл. Маяковского

◆ Вообще-то в нашем театре выходной—вторник. Но, поскольку существуют киносъёмки, пробы, поездки и прочее, что мы, актеры, в шутку называем «многостаночностью», выходные у меня не планируются и готовиться к ним невозможно. Каждый мой выходной — своего рода импровизация. Чаще всего — дома, с семьей, с детьми, книгами, музыкой или идешь в кино, в театр (в другой, не в свой, театрходишь и сразу становишься зрителем).

◆ Не представляю, как можно полностью отключиться от работы. Вот, говорят и пишут, у иных деятелей театра устроены дома вроде бы мастерские и они отдыхают за верстаком или станком, полностью отключаясь. Но как же это? Допустим, водишь рубанком по доске, но думаешь-то при этом о чем? Волея-неволей (обычно волей) о своем деле, о театре, о съемках, о роли. Отдых — это смена ритма (не я это открыл, но абсолютно разделяю такое мнение). Можно ведь провести месяц в санатории и не отдохнуть... Смена ритма! Скажем, сейчас я из редакции «Известий» пойду пешком в театр и в этом переходе отдохну.

◆ Привычки с возрастом... Я сейчас репетирую Сократа в новой постановке (пьеса Э. Радзинского), там есть такие слова: «Ибо меняются и времена, и человек, и оттого могут меняться рассуждения о нем». Мои привычки... Знаете. Ну, словно я с годами тяжелею.

◆ Какими соображениями? Я так думаю: не нужно суетиться. То есть, конечно, лежать — это слишком примитивный отдых. Шумные компании, походы, пикники, веселье — наверно, неплохо... Но я, вероятно, в силу специфики профессии, вижу особую ценность, особое отдохновение — в уединении, в том, чтобы остаться один на один с природой и тишиной, в размышлении, если можно так определить — в «активном покое».