

Когда слышишь имя Г. Вицина, в памяти всплывают пьяницы, балбесы и пр. И вдруг я узнаю, что Георгий Михайлович — йог. Правда ли это? Как он совмещает занятия и творчество?

С. Б е в з, Москва

АРГУМЕНТЫ И ФАКТЫ — 1991 — № 10/1243
Наш корреспондент А. САРГИН встретился с народным артистом СССР Г. ВИЦИНЫМ и задал ему этот вопрос.

ЙОГ — громко сказано. Просто я интересуюсь этим, знаю, что мне с утра надо «слепить» себя, чтобы быть живым, ходячим. Нужно осознать, поверить, что определенные упражнения приносят пользу именно тебе. Наверное, каждый может выбрать что-то

для себя из йоги, из других учений. Помню, как-то в командировке я жил в одной гостинице с Крамаровым и видел, что он занимается пыхтя, без удовольствия. Уезжая в США, Савелий отдал мне материалы по йоге и сказал, что у него от нее «стала голова болеть».

В молодости, когда поллитровка стоила 3 руб. 62 коп., меня всегда брали «четвертым», так как знали, что 50 г мне будет достаточно. Так и в йоге нужна достаточность. Иной встал на голову — и отдал концы. Больше никаких забот! Если нет веры, начинать не стоит. Я приобретал ее почти 15 лет.

Могу сказать, что я трусливый йог, дилетант. Делаю все осторожно, но с удовольствием, по 1,5—2 часа в день.

Йога помогает мне вжиться в образ. Как актеру мне достаточно дать себе команду, чтобы стать старше или моложе, стать тем или иным. Так что эти занятия не мешают моему творчеству, а очень и очень способствуют.