



ВАЛЕРИЙ ЛЕОНТЬЕВ: «ДУША ПРОСИТ МОРЕ...»

ЛЕТОМ все звезды усиленно гастролируют по югам, и, хотя море и пляж в этих поездках, как правило, рядом, по-настоящему отдыхать почти ни у кого из гастролеров не получается. Другое дело Валерий Леонтьев. У него дом во Флориде, и он при каждой паузе в гастролях улетает туда.

«Городом сыт по горло»

- У меня дом в Майами, весьма просторный, но не навороченный, - поведал певец «Смене». - Там постоянно живет моя жена Люся. Прилетаю домой и первую неделю просто плохо хожу, прихожу в себя.

- Плохо ходите - как понять?
- Мне просто не хочется ходить. Медленно-медленно поднимаюсь по лестнице, медленно-медленно спускаюсь, мне не хочется вставать, не хочется разговаривать... Проходит пять-семь дней, и вдруг ловлю себя на том, что уже лечу через две ступеньки. Хватит отлеживаться, вперед. Если я побежал вместо того, чтобы спокойно подняться, значит, все, пришел в норму. Останавливаться надолго в жизни ведь тоже нельзя. Недаром трудоголки, когда им становится нечего делать, начинают на глазах хворать и хиреть. То есть надо находиться в рабочем режиме и своем привычном графике как можно дольше.

- О каком отдыхе вы больше всего мечтаете?

- Уйти бы на недельку куда-нибудь на яхте, к островам! У меня один знакомый в Америке купил яхту и уговорил как-то с ним немножко поплавать. Мы проехали несколько мелких островов близ Майами, удовольствие получили огромное. А ведь можно и в открытый океан выйти, и там, оказывается, есть места, где глубина по пояс и можно бросить якорь. Открытый океан - это романтика, которая сидит во мне с детства. Яхта - это ведь совсем другое, чем путешествие на круизном лайнере, где бар, каюта, палуба с бассейном, тьма народу, шум, гам - плавающий город с империей развлечений. А я городом сыт по горло...

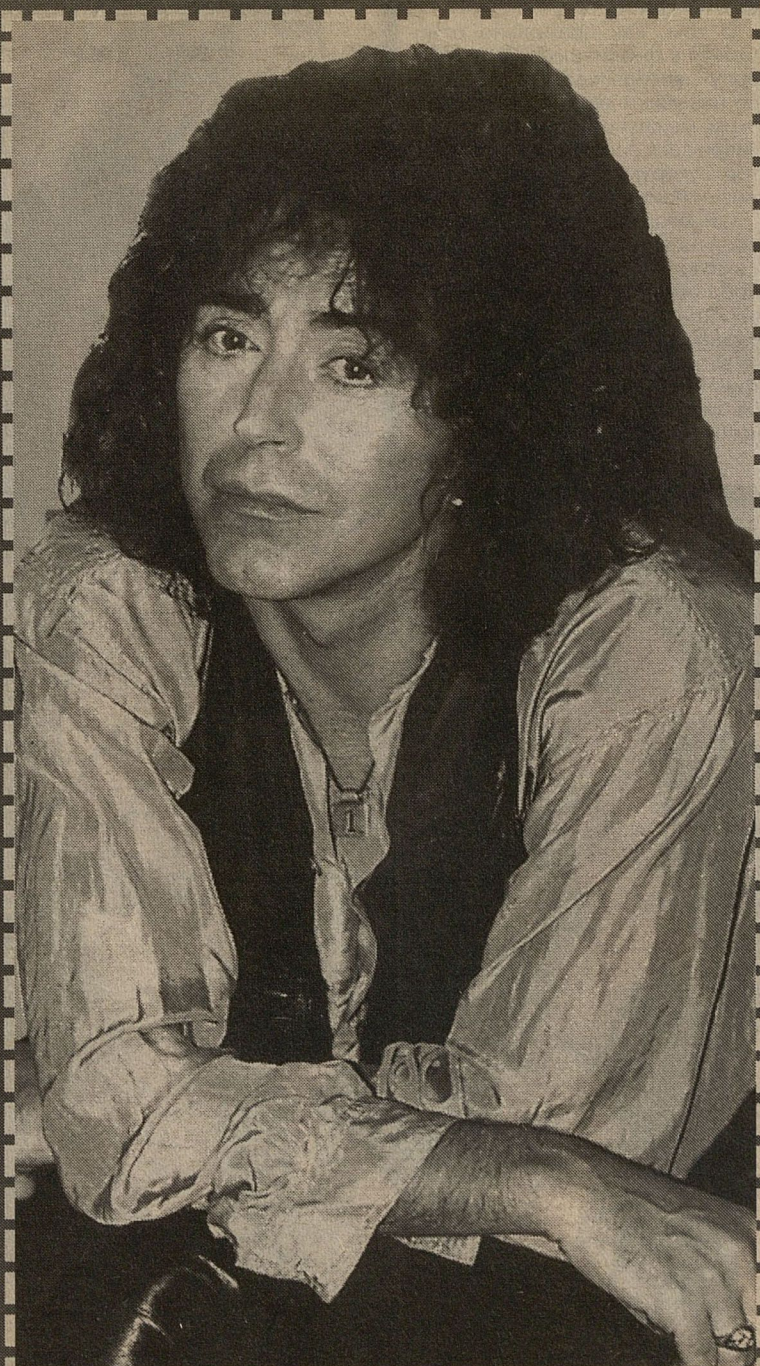
- Не знал, что ваша душа просит моря... И давно?

- Еще со школы. Начитавшись Жюль Верна, я построил подводную лодку. Из полена выточил корпус, под которым крепилась резинка. Потом она хорошенько закручивалась. К концу резинки присоединялся винт, вырезанный из консервной банки. Сначала я проводил испытания в корыте, потом - в лужах, затем вышел на открытые водные пространства, и могу похвастаться, некоторые мои модели проплыли довольно большие расстояния под водой...

«Пью виски, закусываю салом»

- Осев в Майами, вы не полюбили столь уважаемый

Чтобы быть поближе
к водной глади,
народный артист России
и Украины купил себе дом
в Майами и все свободное
время проводит именно там



американцами виски?

- Только в качестве добавки в чай - как антипростудное народное американское средство, позволяющее как следует пропотеть ночью.

- Ну а русские народные средства вы забыли?

- Если только травматолог - Михаил Иванович Лисицын, который много раз залезал в мой сустав. Он работает в Центре восстановления человека.

- Какие диеты вы предпочитаете?

- Я из еды культа не делаю.



- Малина, мед, теплые носки, свитер, побольше одеял - очень даже хорошо, проверено веками. Травы и настои от кашля тоже помогают.

- Пользуетесь услугами народных врачей?

- Стараюсь избегать.

- А говорят, у вас в подругах ходит украинская целительница Мария-Стефания...

- Да, но я никогда не просил ее лечить меня. Просто она сама по себе очень забавная, колоритная личность. «Каждый день трава зысты вот такой шматочок сала! И ничего тебе не будет, и горилки можно выпить вот стилики - ну, грамм сто!»

- Судя по всему, вы приверженец здорового образа жизни...

- Здоровый образ жизни и профессия артиста (по крайней мере, гастролерского) - вещи, которые никак не стыкуются. Человек, живущий дома, по сравнению с вечно спешащим артистом, имеет куда больше возможностей заботиться о своем здоровье. Здоровый образ жизни предполагает прежде всего наличие режима. Ведь народная мудрость гласит: вставать надо рано и ложиться рано. А как этого добиться? Я завидую тем, кто постоянно живет дома. У них столько возможностей для занятия фитнесом, спортом, регулярных визитов к врачам.

Чтобы быть здоровым, находясь всю жизнь на маршруте, надо хотя бы успевать высыпаться и как можно меньше употреблять крепких алкогольных напитков, потому что это влечет за собой похмелье, упадок сил, потерю энергии и прочее.

- Так вы совсем отказались от спиртного?

- Красное полусухое вино, а также грузинские вина по-прежнему в моем меню. А вот полтинник коньячка перед выходом на сцену уже исключен.

- А витаминизированные энергетические новомодные напитки не пробовали?

- Попробовал - толку никакого.

«Если б не сцена, был бы толстяком»

- Есть ли у вас персональный доктор?

Мету все с удовольствием. Сейчас в Москве, как утверждают специалисты, самые вкусные и навороченные рестораны в мире. Некоторые гурманы специально летают в Москву, чтобы отведать того, что ни в одной другой стране мира не сыщешь. Жалко, у меня в столице не бывает времени на походы в рестораны. Приехал - надо сумку перетряхнуть, поменять одежду, сделать пятьдесят звонков, ответить на звонки с автоответчика - падаешь с ног...

А в отпуске я себя сознательно ограничиваю... На отдыхе же расслабляешься, никуда не спешишь, отлеживаешься. Энергии деваться некуда. Стоит полежать недельку на диване, как мой вес начинает зашкаливать. Поэтому в отпуске не ем после шести вечера.

- Выходит, если бы не сцена, мы бы знали другого Леонтьева?

- Вполне вероятно. Если большую часть суток лежать и вкусно кушать, телевизор да видик глядеть, то катастрофа неминуема. Однажды я в течение полутора месяцев так жил в своем доме на Майами. Результатом стали шесть лишних килограммов!

Самое страшное в жизни - суета

- Приходилось отменять концерты по состоянию здоровья?

- Народ в такие отмены не верит. Сразу начинают говорить: «Да он загулял, нажрался, пьяный валяется!» А еще суперстар называется! Отмена концерта - самое плохое, что может случиться с гастролером. Один раз отменил, в другой раз можешь не ехать - не поверят! Поэтому я всеми силами стараюсь избегать отмен. Ползком, с высокой температурой, но все равно добираюсь до сцены. А там уж море по колено. Сцена, как известно, все болезни лечит, и это не просто красивая фраза.

- Что вас в жизни больше всего выводит из себя?

- Когда много людей одновременно хотят от меня чего-то. Самое страшное и утомительное в жизни - суета.

Михаил САДЧИКОВ
Фото Славы ГУРЕЦКОГО

77.08.04
Леонтьев Валерий