

добрый попутчик

ПОЧЕМУ-ТО меня считают одним из старейших болельщиков нашей страны. Так во всяком случае объявил диктор на Центральном стадионе имени В. И. Ленина в день открытия спортивного сезона. Тогда мне предстояло сделать первый удар по мячу в футбольном матче на первенство Советского Союза.

«Старейший болельщик Михаил Иванович Жаров», — сказал диктор.

А я, выйдя на поле, увидев огромное количество зрителей на трибунах, заволновался. Это было хорошее волнение — такое испытываешь, когда стоишь за кулисами и ждешь выхода на сцену. Спортсмены поймут меня — это знакомо им перед стартом.

И вспомнилось мне...

ТОГДА я еще был мальчиком, учился в школе. Как и все, увлекался спортом и особенно футболом. И вот первый футбольный матч с соседней школой. Признаться, нервничал я крепко. Еще бы, ведь ребята доверили мне защищать ворота. Я старался как мог. Но, увы! Результат оказался плачевным — четырнадцать мячей пришлось вынуть мне из сетки.

Мрачные мысли обуревали меня тогда. Никудышный из меня вратарь получился. Очевидно, теперь уже придется распрощаться со спортом. А ведь я так мечтал стать настоящим спортсменом!

...И вот с тех пор прошло много-много лет. Я стал артистом. Но в день открытия большого футбола, когда я ударил по мячу, почувствовал я себя настоящим спортсменом. Именно спортсменом, а не болельщиком.

И, может быть, поэтому, беседуя с товарищами по профессии, я всегда говорил им, что спорт в моей жизни занимает совсем не последнее место. Он мой добрый попутчик, мой верный друг.

С тех пор как я помню себя, утро каждого нового дня начинается с зарядки. И это не может отменить ни усталость, ни позднее возвращение из театра. Я уже предвижу улыбки скептиков — подумаете, открыл Америку — ежедневная гимнастика. Но я заявляю во весь голос — зарядка помогает мне всегда находиться в форме, быть здоровым, подтянутым, жизнерадостным.

Помню, был такой случай. Вечером играть спектакль. Кажется, «Власть тьмы». Вернулся я днем из театра — голова раскалывается, чувствую, что заболела. И пусть не покажется смешным или странным — сделал несколько упражнений, размялся, как говорится, и разошелся. Сыграл спектакль как ни в чем не бывало.

ХОЧЕТСЯ мне поговорить еще вот о чем. Может быть, вы обратили внимание на то, что артисты старшего поколения порой выглядят значительно моложе своих лет. Их фигуре, подвижности некоторые молодые актеры позавидовать могут. Они играют по два спектакля в день, заняты в концертах, снимаются в кино. Непосильная, кажется, нагрузка. Но на поверку оказы-

вается, что здесь так называемые «старички» могут дать фору молодежи. Почему это так? Думается, оттого, что мы приучили себя к строгому режиму, обязательному ежедневному тренингу. Мы хорошо знаем, что это залог бодрости, здоровья, хорошего настроения.



И потому мы все так любим спорт. Не как наблюдатели, а как страстные приверженцы того или иного вида. Не случайно же, что большинство актеров отдает ему свой досуг.

Вот мне, например, приходилось заниматься боксом, акробатикой, греблей, фехтованием, прыжками, конной ездой. Вот только разве в теннисе никогда не играл. Я уже не говорю о том, что все это пригодились мне в творческой жизни — на сцене, в кино. Из восьмидесяти кинофильмов, в которых я снимался, в доброй половине нужно было скакать на коне или драться на саблях, или... одним словом, выполнять те или иные спортивные элементы. Вот первые пришедшие на память картины: «Степан Разин», «Петр Первый», «Оборона Царицына».

НЕ СОВСЕМ согласен я с писателем Валентином Петровичем Катаевым, который, выступая на страницах «Советского спорта», говорил о том, что нам, покилым, остались лишь прогулки в лесу, гигиеническая гимнастика. Конечно, это замечательно прогуляться по чудесному, тронутому осенней позолотой лесу. Но, пожалуй, я лично получаю большее удовольствие от того, что зимой

пройду километр-другой по заснеженной лыжне, а летом поплаваю в реке, поиграю в волейбол. Я за активный спорт, который является лучшим другом не только молодежи, но и нас, людей старшего поколения.

Для актеров спорт — жизненная необходимость. Артист не может по-настоящему владеть своим телом, подчинять его себе, если он не дружит со спортом. Поэтому, мне думается, совершенно правильно, что в программу занятий театральными вузов включены ритмика, фехтование, гимнастика, акробатика и т. д. А потом, привыкнув к этому, как-то не замечаешь, что спорт стал неотъемлемой частью твоей жизни.

Но ведь не только актеру нужно быть молодым, красивым, гармонически развитым. Человек любой профессии должен стремиться к этому. И токарь, и шахтер, и врач, и педагог. И дело совсем не в том, чтобы каждый добивался высоких результатов в каком-то из видов спорта, ставил рекорды. Речь идет о том, чтобы спорт прочно вошел в жизнь каждого советского человека, чтобы он помогал ему отлично трудиться, гармонически развиваться, быть счастливым.

Нужно только крепко любить этого нашего верного друга, и он отплатит вам сторицей.

Я С ОГРОМНЫМ интересом слежу за спортивной жизнью страны. Успехи наших спортсменов глубоко радуют, волнуют. Помню, с каким нетерпением в дни римской Олимпиады ждал я свежих газет, слушал радио. Каждый новый успех наших олимпийцев был моим успехом, успехом нашей Родины. И я думал: в Риме побеждают не просто сильные. Пальма первенства приходит к самым красивым, самым ловким, самым молодым. Я имею в виду возраст не как юридический фактор. Разве я ощущаю его? И мне думается, что спорт в нашей стране — источник молодости.

Вот почему, мне кажется, все члены нашего коммунистического общества обязательно будут спортсменами — статными, гордыми, красивыми.

*Дорогие друзья
Меню Аты, кроме всего прочего
Красивыми, сильными, ловкими!
А для этого надо быть не
только «болельщиком» а Активным
Спортсменом!*

*Михаил Жаров —
нар. арт. СССР*

25 ДЕК 1960

«СОВЕТСКИЙ СПОРТ»
г. Москва