

ПРЕДИСЛОВИЕ

АРНОЛЬДА ШВАРЦЕНЕГГЕРА

В марте 2013 года покинул этот мир человек, оказавший большое влияние на мою жизнь, — Джо Уайдер. Он был для меня почти как отец, а не просто наставник. Когда его не стало, человечество потеряло одного из самых великих представителей фитнеса и бодибилдинга.

Именно он вдохновил меня посвятить жизнь бодибилдингу и содействовал переезду в США, чтобы я стал ближе к своей мечте. Именно Джо Уайдеру я обязан своей более чем сорокалетней карьерой в фитнес-индустрии.

Чтобы почтить память наставника и поведать миру о его вкладе в жизнь общества, я решил позвать на поминки легенд бодибилдинга — Франко Коломбо и Лу Ферриньо — и попросил их выступить с речью. Но еще мне хотелось увидеть там новое поколение актеров и спортсменов, чья физическая форма являлась бы доказательством огромного влияния на них Джо Уайдера.

В начале карьеры, когда я только начинал продвигать фитнес в массы, спортзалы были своего рода подземельями, спрятанными от глаз большинства людей. Народ шепотом обсуждал тренировки с железом, будто те, кто качался, были неведомыми чудовищами. Теперь же спортивные залы — на каждом шагу, а тягать железо рекомендуют даже врачи.

Когда я задумался, кто из молодых со всем уважением отнесся бы к наследию Джо Уайдера и стал бы новым знаменосцем в области фитнеса, выбор оказался очевиден, и я позвонил своему другу Джо Манганьелло:

— Джо, поминки Джо Уайдера будут в эти выходные. Хочу, чтобы ты рассказал, что он для тебя значил.

— Арнольд, ты уверен? — смущенно спросил он. — Там будут величайшие чемпионы по бодибилдингу. Не знаю, достоин ли я вещать им что-то с трибуны.

— Увидимся в воскресенье, — ответил я.

Я ни капли не сомневался в том, что он достоин.

Когда мы вместе работали над фильмом «Саботаж», то страсть Джо к тренировкам и здоровому образу жизни сразу бросилась мне в глаза. Ну, это не совсем правда. Сперва я заметил его мускулистые руки и огромные плечи.

Мы с ним почти каждый день обедали вместе, и оказалось, что у нас много общего. Прежде чем стать известным, он вкалывал в строительной компании. В свое время я тоже работал в строительстве со своим другом Франко, пока бодибилдинг не начал приносить прибыль.

Так что, если с работой станет совсем туго, сможем организовать собственную строительную фирму.

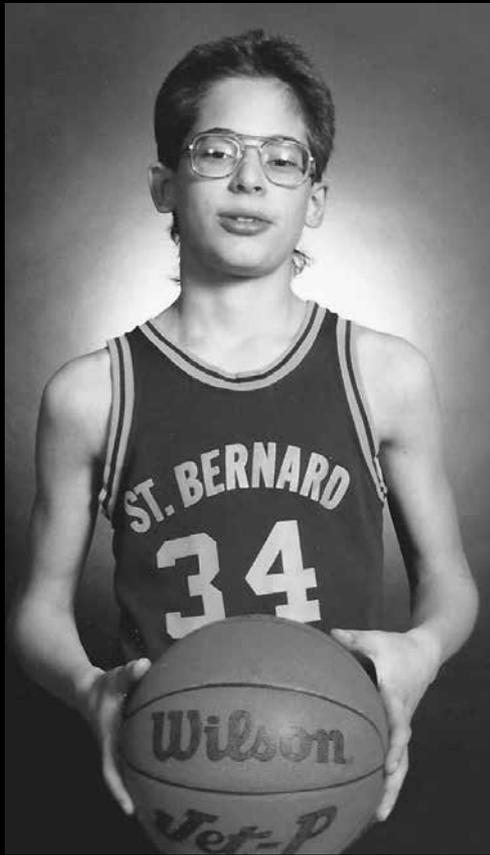


Stadium Seating donated by

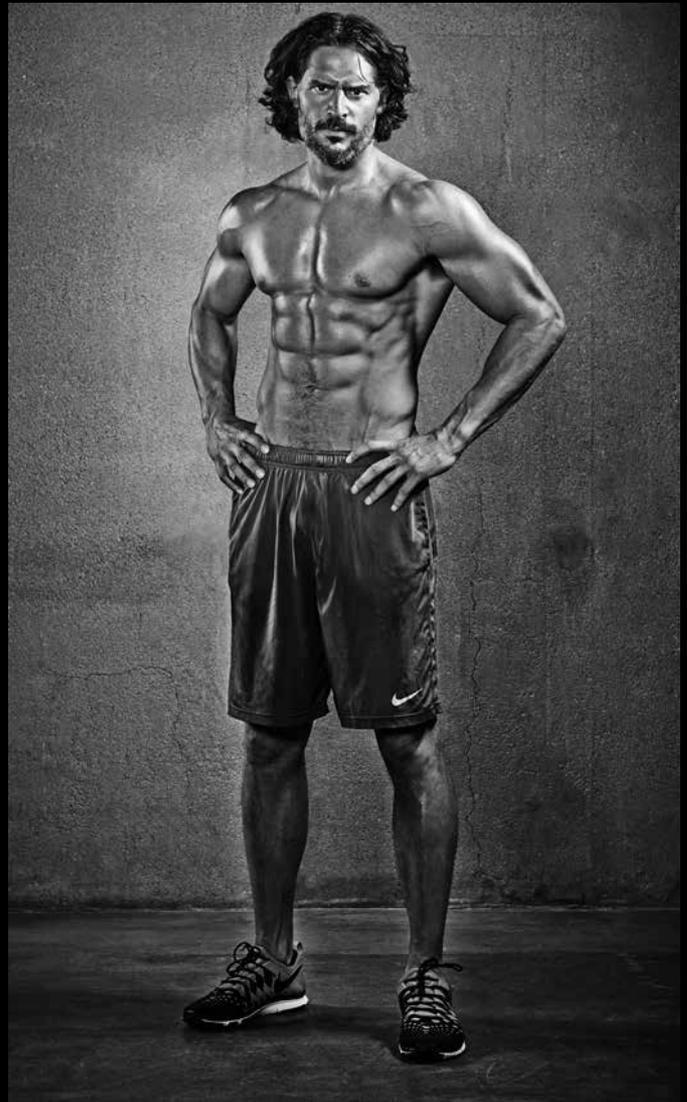
Joe Weider

**THE FATHER OF
BODYBUILDING**

ЭВОЛЮЦИЯ



Это я раньше



Это я сейчас