

ОПРЕДЕЛИСЬ С ПИЩЕВЫМ ПОВЕДЕНИЕМ!

*Человек живет не тем, что он съедает,
а тем, что переваривает. Это
одинаково справедливо относится как
к уму, так и к телу.*

Бенджамин Франклин

Что вы ели в последний раз? Выбирали наспех или долго, придирчиво решали, что достойно попасть в ваш желудок? Ответы на эти вопросы позволят вам осознать свои пищевые привычки, часть из которых наверняка вызовет скепсис у поклонников мишленовских звезд. Так что вы ели сегодня?

«Что в рот пролезло, то и полезно», — слышу я чей-то протест. Что ж, позвольте вас разубедить. Пищевое поведение на протяжении всей истории было напрямую связано с положением в обществе. Ваш уровень в социальной иерархии отражает не только то, чем вы владеете, где живете и какие бренды носите, но и ваши предпочтения в еде. Как правило, люди высокого статуса могут себе позволить редкие, изысканные и дорогие позиции, в то время как основная масса населения чаще всего питается самыми распространенными и доступными продуктами в регионе. На пищевые привычки влияют четыре основных фактора.

- Биологический: ваш аппетит, чувство насыщения и вкусовые предпочтения.
- Экономический: стоимость продуктов, их доступность для приобретения и ваш доход.
- Физический: ваши кулинарные навыки, наличие времени для приготовления.

- Социальный: культура, традиции, воспитание, обычаи в семье и принятые в обществе схемы питания.

Ученых всегда интересовало, почему люди так помешаны на выборе еды. Одним нужно притупить чувство голода дешевыми углеводами, а другим? Все исследования говорят о том, что с помощью правильно подобранного рациона меняется не только тело, меняется вся жизнь. «Я человек, который ест здоровую пищу в умеренных количествах». Под этим утверждением с удовольствием подписались бы Владимир Путин, Криштиану Роналду, Наоми Кэмпбелл, Мадонна и тысячи других фанатов правильного питания, убежденных в том, что социальный успех немыслим без трезвого анализа своего рациона.

Врачи говорят: «Ты — это то, что ты ешь». Психологи: «Ты — это то, что ты ешь с удовольствием». Нутрициологи: «Ты — это то, что ты усваиваешь». В наше время, когда одной из главных тенденций является биохакинг, популярны молекулярные диеты, исключение определенных продуктов и употребление суперфудов, я попросила сделать обзор самых последних и эффективных тенденций в этой области эксперта и автора серии книг о здоровом питании Наталью Шульгу. Именно она привезла нутрициологию в Россию, получив профильное образование в США и узнав все секреты и технологии обитателей Кремниевой долины. Специально для читателей этой книги мы провели эксклюзивное интервью.

Вопрос: Что делает нутрициолог?

Ответ: Нутрициолог помогает грамотно комбинировать продукты и выбирать время приема пищи, исходя из каждого конкретного случая. Начинается прием с опроса клиента в отношении питания. Полностью собрав анамнез, узнав предпочтения в еде, можно составлять программу. В ней учитываются факторы тайминга приема пищи, как и где именно питается человек — вне дома или практически все время ест домашнюю пищу. Сначала составляется первый набросок плана питания и в течение недели отшлифовывается, чтобы клиенту было максимально удобно и комфортно. Приготовление блюда не должно занимать больше 15–20 минут, а состав продуктов должен быть максимально простым и доступным для усвоения. Нутрициолог работает как стилист, только в отношении

рациона человека. Этот специалист исходит из ваших индивидуальных данных и пристрастий. Словно шьет костюм по вашим меркам. Главное, чтобы и вам было комфортно, и со стороны вы выглядели презентабельно.

Вопрос: Какая еда считается неприличной в обществе? И есть ли какая-то пища, выбрав которую человек может показать свою бедность?

Ответ: В настоящее время неприличными считаются вся рафинированная еда и беспорядочный прием пищи. Не очень красиво, если, приходя на какой-то банкет или прием, человек с жадностью набрасывается на еду. Лучше приходить на такие массовые мероприятия с фуршетом сытым и довольным жизнью. Если вы выбираете, что же именно вам попробовать, то остановите выбор на интересных и оригинальных сочетаниях.

Дома

Каждый из нас перекусывает на ходу, кто-то чаще, кто-то реже. Но уровень внутренней культуры неразрывно связан с манерой приема пищи. Сильно ли отличается сервировка, подача блюд и скорость поглощения еды, когда вы едите в одиночестве или с другими людьми? Чем меньше различия, тем ближе вы к высшему обществу. Варианты, когда вы и при других позволяете себе есть руками и не соблюдать столового этикета, не считаются.

Я всегда обращала внимание, что чем выше человек поднялся в социальной пирамиде, тем чище у него кухня. И это абсолютно не зависит от наличия помощников в доме. К одному успешному предпринимателю мы компанией как-то заглянули на ужин. Все вместе готовили, ели и... убирали. Да, мы не разошлись, пока последняя фарфоровая тарелка не легла на свое место. И хозяин принимал во всем этом самое активное участие! В конце прозвучала фраза: «Терпеть не могу, когда что-то лишнее лежит на столешнице». А люди, у которых нет работы или каких-то хобби, казалось бы, имеют время, чтобы содержать дом в полной чистоте, но на деле все происходит с точностью наоборот. Бардак — это частый признак отсутствия

порядка прежде всего в голове и жизни. Возможно, человек никак не определится с приоритетами или не любит свой дом или профессию, тех, с кем живет, а иногда и все разом. Тогда вы увидите гору грязной посуды, манеру есть чипсы из пачки, оставленные по всему дому грязные кружки и другие признаки хаоса. Безусловно, вы можете сказать, что вам так комфортно и это творческий беспорядок. Да, некоторые художники любят творить среди множества разбросанных предметов, но не жить. Для комфортного существования нам всем необходимо светлое, чистое, тихое, опрятное пространство. Чем лучше мы себя ощущаем, тем больше у нас вдохновения и позитивных мыслей, которые так способствуют успеху! Я знаю, что вы, возможно, считаете, что можно поест тунца прямо из консервной банки над раковиной и на пути из кухни в спальню закусить хлебом, от которого будут повсюду лететь крошки, но нет! Так быть не должно. Прежде всего из-за здорового отношения к себе. Намек вы поняли. Везде должен быть порядок, особенно если вы приглашаете гостей! Это в первую очередь уважение к тем, кто окажется у вас. Вот что просто обязательно нужно сделать.

- Протереть пыль, помыть полы и выбросить мусор.
- Проследить, чтобы вся посуда, приборы и бокалы были чистые, без трещин и сколов. Желательно, чтобы все предметы были из одной коллекции и одинаковые у всех присутствующих.
- Обязательно следите, чтобы у вас дома были салфетки. Высший пилотаж — иметь несколько наборов тканевых салфеток. (Стирать обязательно после каждого использования!)

Я часто наблюдаю, как хозяева, устраивая ужин у себя дома или барбекю (шашлыки), превращаются в поваров или официантов и гостям, которые пришли не только поесть, но и поговорить, совсем не уделяют внимания. Если вы принимаете кого-то, по максимуму подготовьте заранее все возможные закуски, заготовки, сервировку либо, если позволяют средства, закажите кейтеринг или наймите помощников по хозяйству. Таким образом, вы действительно сможете насладиться вечером, пообщаться с приглашенными, а не ждать, когда

же все уйдут, с ужасом думая, сколько вам придется всего убирать и вымывать после.

В гостях

Желательно попробовать все предложенные хозяевами блюда и напитки. Возможно, они потратили на создание меню, приготовление еды и сервировку много времени и энергии. Вы сами знаете, как это неприятно, когда ты готовил что-то, а этого никто не оценил. Если же вы на диете или не едите что-то из предложенного, не обязательно всем об этом заявлять. Вы можете в личной беседе сказать это только хозяевам. Затем положите то, что вам можно или что вы хотите съесть, когда все приступят к еде. Сидеть с пустой тарелкой некрасиво. При этом вас никто не заставляет есть много, но попробовать блюдо и высказать свое мнение хозяевам будет весьма уместно. Отрезайте всегда сначала небольшой кусок. Негласным правилом также является ничего не критиковать, если вдруг вам не понравилось что-то из еды. Ни в коем случае не заявляйте, что вы или ваша мама готовят это намного лучше. Лучше просто не ешьте и промолчите либо дайте оценку в другой день. Не портите никому настроение. Одно из главных правил этикета — стараться поддерживать приятную атмосферу, а агрессивные комментарии явно этому не способствуют. Также следует накладывать себе порцию из расчета, что блюдо должно достаться и остальным присутствующим.

Если хозяева сами готовят и сервируют стол, хорошим тоном является предложить свою помощь. Не стесняйтесь, совместный труд очень сближает.

Считается невежливым уходить сразу после совместной трапезы. По этикету желательно после обеда или ужина провести еще около часа в гостях.

В ресторане или на мероприятии

Прежде всего помните, что поход в ресторан или на мероприятие — это ваше публичное появление. Помимо самого процесса еды, вы демонстрируете себя другим людям. Окружающие заметят:

- как вы одеты;
- как вы себя ведете;
- знаете ли вы столовый этикет;
- как и сколько вы едите.

При этом нужно помнить, что главная цель, особенно в высшем обществе, — не наесться до отвала, а приятно провести время с другими людьми. Ведь это может быть свидание, деловой обед или светский раут. Во всех случаях вам необходимо предстать в выгодном свете и вести интересную беседу, а не сидеть с набитым ртом.

Особенно ответственно нужно подходить к выбору блюд на статусных мероприятиях с присутствием фотографов. (Хотя в наше время, когда у каждого в телефоне есть камера, это относится к любой встрече.) Вот рекомендации на этот случай.

- Не ешьте пиццу. Одна светская леди как-то с большим аппетитом уплетала «Маргариту» на мероприятии в тот момент, когда папарацци решил сделать кадр. Улыбка! Плавленный сыр облепил все зубы и тянулся нитями от верхних зубов вниз. Фото было страшнее фильмов ужасов про мумии.
- Аккуратно ешьте салат или откажитесь от него совсем. Членам британской королевской семьи он запрещен на официальных мероприятиях, так как зеленые листья могут застрять в зубах и на фото очень невыгодно подать улыбку их величеств.
- Если полезное киноа, или семена чиа, или салат все же оказались у вас на видном месте, НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ не пользуйтесь зубочисткой или зубной нитью за столом. Для этого есть уборная. Как бы вам ни казалось, что вы делаете все элегантно и незаметно, ковыряться в зубах неуместно в приличном обществе. Обратите внимание, что прием таблеток и нанесение помады также необходимо делать в туалетной комнате по правилам хорошего тона.

На светском мероприятии, деловом завтраке, званом обеде или ужине забудьте заповедь, которой нас учили в детстве: «Когда я ем — я глух и нем». Беседа — это главная цель вашей встречи, а еда словно

приятный аккомпанемент или сопровождение и ни в коем случае не наоборот. Поддержать разговор — ваша обязанность. Только не переусердствуйте и не забывайте прожевать, прежде чем отвечать на вопрос.

Действуй!

Пересмотри свое пищевое поведение и ознакомься с самыми популярными планами питания на сегодняшний день. Попробуй в ближайшее время несколько из них. Сравни пользу и примени приглянувшийся рацион для начала новой жизни. Используй тему передового подхода к еде в светском общении — и попадешь в топ следящих за своим здоровьем знаменитостей! Правильно подбирать еду для своего стола сегодня не менее актуально, чем умение выбрать смокинг для церемонии вручения «Оскара»!

Говард Шульц (род. 1953)

Старт жизни: Говард родился в Бруклине (США) в небогатой еврейской семье. Его отец был водителем грузовика. Денег семье хватало только на самое необходимое, но не более того. После того как отец сломал ногу, их финансовая стабильность оказалась под угрозой. Тогда Говард Шульц твердо решил, что станет успешным человеком, начав работать с самого раннего возраста.

Чего достиг: Говард — создатель огромной сети кофеен Starbucks. Именно он сделал этот бренд узнаваемым во всем мире. Со Starbucks начался новый концепт кофейной культуры в США. Состояние Говарда Шульца составляет на 2020 год 4,8 миллиарда долларов, что делает его одним из богатейших людей мира.

Что помогло достичь успеха: умение масштабировать идеи и выстраивать перспективу в сочетании с коммуникабельностью и настойчивостью. Starbucks была изначально основана как компания по продаже кофейных зерен. Но Говард Шульц увидел в ней иное будущее. Он хотел расширить ее, модернизировать и увеличить прибыль. Целый год он уговаривал основателей компании взять его на работу. В конце концов его настойчивость и увлеченность покорили их. Так началась эра Starbucks как легендарного бренда.

Интересный факт: формат кофейни Говард Шульц взял на вооружение после путешествия по Италии. Там кофейни были местом, где можно было не только попить кофе, но и пообщаться с друзьями, поработать или встретиться с деловым партнером. Стильный интерьер, качество напитков и дружелюбная атмосфера сделали Starbucks местом, где комфортно каждому. И по сей день кофейни Starbucks собирают по всему миру миллионы людей в своих стенах.

КАКОЙ АЛКОГОЛЬ ВЫБРАТЬ И КАК УПОТРЕБЛЯТЬ

*Вино — это самый короткий путь от
одного человека к другому.*

Сандро Хатиашвили

днажды я решила представить своего знакомого, талантливого русского архитектора, одному из известных французских инвесторов. Большому знатоку вина к тому же. По моей задумке встрече нужно было изначально задать высокий статус, и я назначила ее в баре парижского отеля Ritz — место, где часто видят Мадонну, Донателлу Версаче и Джонни Деппа, как нельзя лучше подходит для этой цели. Отлучившись в дамскую комнату, я переживала, найдут ли общий язык два совершенно разных человека? Моему протезе потенциальная сделка могла принести выход на европейский рынок и большие деньги. Вернувшись, я застала мужчин, увлеченных беседой, за бокалом вина. Представьте мое удивление, когда архитектор вдруг произнес: «Вы не находите этот кариньян нетипичным для южных регионов Франции?!» Одна фраза — и исход встречи был предрешен!

Кариньян, друзья, — это сорт темного винограда, используемого для красных вин. Если вы не знаете этот и другие интересные факты о вине, эта глава будет для вас опьяняюще полезна. Ваше будущее в той или иной степени тоже будет зависеть от результативного общения в приятной светской обстановке. Небольшая доза хорошего алкоголя легко сформирует эффект близости с любым человеком. Мэрилин Монро обсуждала свой первый контракт со студией Paramount в одном из ресторанов Лос-Анджелеса. С бокалом шампанского Piper-Heidsieck! Разбираться в вине, крепком алкоголе и коктейлях давно считается обязательным в приличном обществе.

Этот навык добавит вам исключительности в глазах знатока или менее просвещенного собеседника. Безусловно, вы не должны быть профессиональным сомелье, но знание базовой классификации и самых популярных напитков — признак хорошего вкуса и образованности. Я надеюсь, что сегодняшний тренд на трезвый образ жизни вы поддерживаете полностью или частично, однако тенденции меняются, а умение разбираться в вечных ценностях еще никого не сделало старомодным.

Мне посчастливилось когда-то пройти курс профессионального сомелье и продегустировать огромное количество выдающихся вин и алкогольных напитков. Некоторые из занятий проходили совместно с группой любителей, в которой люди изучают вина для того, чтобы наслаждаться и учиться выбирать правильные экземпляры для своих коллекций. (Вам на заметку: такие курсы — также гениальное место для нетворкинга.) Это обучение не только дало мне знания, но и открыло для меня множество интересных фактов из истории, географии и традиций разных стран. Я узнала, какое вино предпочитал Наполеон, каким восторгался Пушкин, сколько бутылок в Италии дают за рождение мальчика, а сколько — за появление на свет девочки, почему вино должно храниться в подвале, кто определил, что в одной бутылке должно быть 0,75 литра, и множество других интересных фактов. Личный опыт посещения мероприятий высокого уровня позволил мне стать знатоком винного мира и блистать впоследствии своими знаниями в светских компаниях.

В этой главе я раскрою для вас основные понятия алкогольного мира и освещу некоторые вопросы, на которых так часто поскользываются новички. Также я кратко расскажу, как читать винные этикетки и правильно хранить ценные экземпляры алкоголя.

Начну я с обязательной рекомендации: если вы пьете алкоголь, обязательно предлагайте гостям или заказывайте в ресторане воду. Алкогольные напитки часто обезвоживают организм. Водой к тому же вы сможете спасти себя от быстрого опьянения и предотвратить похмелье на следующий день.

Во всем многообразии напитков можно потеряться. Что пить? В какое время? По какому случаю? Даю вам гайд, чтобы вы сразу про-

слыли знающим человеком, когда будете заказывать напиток в баре или подавать своим гостям.

Аперитив

Аперитив в общем понимании — это напиток, который употребляют до еды. Также в европейской культуре аперитив — это формат встречи, начало которой обычно около 19:00. Предполагается, что вы выпьете несколько бокалов и насладитесь легкими закусками (finger food — то, что можно взять пальцами и положить в рот). Часто это орехи, сыр, чипсы, сухофрукты или тапасы (испанские закуски с разными начинками, подающиеся в миниатюрных размерах). В Швейцарии да и во Франции вас могут пригласить на аперитив в свой дом, а для ужина предложить пойти в ресторан.

Идеальными напитками для аперитива считаются те, что вызывают аппетит.

- Белые, розовые и игристые вина
- Апероль шприц (Aperol Spritz) — это коктейль, вкус которого описывают как «лето в Италии», а выглядит он как оранжевый закат. Этому напитку более 100 лет. Италия и Австрия до сих пор спорят о том, где же его создали. Главные ингредиенты: апероль (настойка, основные ингредиенты: горький апельсин, плоды хинного дерева, горечавка, ревень и ряд пьемонтских трав), игристое вино, тоник или минеральная вода и долька апельсина.
- Вермуты, мартини. Вы часто видели в фильмах, как в начале банкета герои пили вермут с оливкой в бокале.
- Водка и джин также могут использоваться в составе коктейлей для аперитивов. Как правило, в небольших порциях.
- Несладкие соки (грейпфрутовый, гранатовый) и минеральная вода.





Рис. 11. Коктейли в баре

Вот несколько классических и самых популярных видов коктейлей из всего вышеперечисленного, о которых вы просто обязаны знать. Их подают в ресторанах и барах по всему миру.

- ☐ Мохито (белый ром, сахарный сироп, содовая, лайм, мята, лед).
- ☐ «Маргарита» (текила, сахарный сироп, лайм, лед).
- ☐ «Пина колада» (ром, ананасовый сок, ананас, сливки).
- ☐ «Лонг-Айленд айс ти» (водка, белый ром, текила, джин, трипл сек, сахарный сироп, лимонный сок, кола, лимон, лед).
- ☐ Кайпиринья (кашаса, сахарный сироп, лайм, лед).
- ☐ «Май тай» (ром, ликер драй оранж, миндальный сироп, сок лайма, лайм, мята, лед).

- «Космополитен» (цитрусовая водка, трипл сек, клюквенный сок, сок лайма, цедра апельсина, лед).
- «Куба либре» (ром, лаймовый сок, кола, лайм лед).
- «Текила санрайз» (текила, гренадин, апельсиновый сок, апельсин, лед).
- «Мартини драй» (сухой джин, сухой вермут, оливки, лед).
- «Московский мул» (водка, сок лайма, имбирное пиво, ежевика, мята, лед).
- «Дайкири» (белый ром, сахарный сироп, сок лайма, лед).
- «Кровавая Мэри» (водка, томатный сок, лимонный сок, сельдерей, соус табаско, соус ворчестер, молотый черный перец, лед).

Помните: игристые вина уже давно не принято открывать так, чтобы пробка выстрелила в потолок. Это признак дурного тона. Наоборот, звук должен быть максимально тихим и напоминать скорее звук поцелуя.

Во время еды

Во время еды вы можете употреблять абсолютно разные напитки, выбор зависит от вкуса и предпочтений вашего общества. Возможно, вы продолжите пить то, что начали на аперитив, или перейдете на более крепкий алкоголь. Вот главные рекомендации для того, чтобы не страдать впоследствии от похмелья.

- Желательно сначала пить более легкие напитки, потом повышать градус, а не наоборот.
- Регулируйте дозу в зависимости от ваших особенностей и самочувствия. Многие говорят, что алкоголь помогает раскрепоститься, заговорить с легкостью на любую тему и показать лучшую часть себя. Будьте осторожны, алкоголь часто играет злую шутку. Потеряв контроль, люди теряют самообладание, уважение и возможность быть принятыми в обществе.

- Не стесняйтесь спрашивать официанта или бармена, что входит в состав коктейля. Лучше предотвратить любые сюрпризы. Особенно если у вас есть аллергия на какие-то ингредиенты.

Напиток, который вы выбираете, также может многое о вас рассказать. Подумайте и о том, что желают пить ваши спутники, ведь бутылку вина чаще заказывают для нескольких человек. Не стесняйтесь интересоваться, кто из них что предпочитает. Возможно, с кем-то из присутствующих у вас совпадут вкусы и вы сможете заказать сразу одну бутылку напитка для нескольких человек. Часто это удобнее и выгоднее, чем брать отдельные порции. К тому же есть напитки, которые подаются только для двух и более человек, например сангрия. Для сопровождения еды вы можете выбрать вино, крепкие напитки, коктейли или пунш (вино с добавлением фруктов и крепкого алкоголя).

Знание вин и умение разбираться в винной карте — необходимый навык в приличном обществе. Но обычные потребители, как правило, далеки от этой информации. Часто люди не пьют вина именно потому, что никогда не вникали, как их пить и какую бутылку выбрать. А признать, что вы абсолютно ничего не знаете о винах, — значит сразу продемонстрировать пробелы в образовании. Если, конечно, вы не отказались от алкоголя по религиозным, медицинским или личным причинам.

Дижестив

Дижестив — это напиток, рекомендуемый после еды. Его задача — помочь пищеварению и перебить вкус съеденного во рту. Желательно, чтобы дижестив сочетался с алкоголем и едой, которые вам подали до этого. Также имейте в виду, что его принято подавать небольшой порцией по 50 граммов, если это крепкий алкоголь. Напиток может быть и безалкогольным. Многие предпочитают заказать черный кофе или чай. Вот что традиционно принято выбирать:

- сладкие ликеры и настойки: лимончелло, самбуку, граппу, кальвадос, егермейстер, бальзамы на травах;
- десертные вина;

- коньяк, бренди, виски;
- крепленые вина, мадеру, портвейн, херес.

Это некоторые моменты, о которых желательно знать любому человеку, употребляющему алкоголь как дома, так и в ресторанах. Далее будет подробнейший рассказ о винах. Полноценного обучения на сомелье вам этот гайд не заменит, но после прочтения вы однозначно будете чувствовать себя комфортно при заказе и сможете блеснуть своими знаниями на светской тусовке. Ведь именно знание вин — один из важных маркеров принадлежности к образованному обществу во все времена.

Вино

Вино — это напиток, полученный в результате полного или частичного спиртового брожения свежего виноградного сусла.

Существует четыре основных вида вин, которые вы встретите в ресторанном меню: белое, красное, розовое и новинка последних лет — оранжевое (янтарное). Сразу проверим знатоков! Как вы думаете, из какого сорта винограда делается розовое вино: из белого, красного или розового? Или, может, это смесь красного и белого? (Так нас пытались подловить на курсах сомелье, пока мы не изучили процесс изготовления вин досконально.) Запомните, розовое делают из красного винограда. Его цвет обусловлен тем, что виноградный сок оставляют в контакте с мезгой (раздавленные ягоды) на менее продолжительный срок, чем при изготовлении красных вин. Соответственно, напиток получается более легким, практически без терпкости и прозрачным по цвету. Исключение составляет розовое шампанское, при производстве которого, как правило, используется смесь белого и красного винограда.

Оранжевые вина делают из белых сортов винограда, но по методу производства красных. Виноградный сок сбрасывают вместе с кожицей, косточками и гребнями. В результате вино получается насыщенного янтарного оттенка и благоухает яркими, необычными ароматами.

Старый и Новый Свет

Пусть в большинстве энциклопедий нет таких официальных понятий, но весь мир уже давно пользуется этим делением. Ведь такое разграничение очень хорошо отражает ситуацию в винной сфере. Обозначение «Старый Свет» позаимствовано из истории. Так называли мир в том виде, в котором он существовал до эпохи Великих географических открытий в XV веке. На карте на тот момент были обозначены только Европа, Азия и Африка. Виноделие зародилось на Ближнем Востоке и в Закавказье. Его эпицентром была и остается Европа. Таким образом, упоминая Старый Свет, как правило, имеют в виду Францию, Италию, Испанию, Германию и другие европейские страны. Именно в такой последовательности они и остаются в мировых рейтингах по сей день.

Новым Светом называются все остальные винодельческие страны: США, Аргентина, ЮАР, Венгрия, Новая Зеландия, Австрия, Австралия, Чили и др.

Вина Старого Света, как классическая музыка, всегда вызывают уважение и прекрасно подходят практически к любому случаю. А новинки, как и современные поп-хиты, могут быть удачными, а могут быть абсолютно провальными. Как и в музыке, все зависит от производителя.

Как читать этикетку

Вот что обязательно должно быть указано на бутылке и часто законодательно закреплено в государствах, производящих вино.

- Категория вина. Во всех странах существует своя система.
- Кто является ответственным лицом за данный продукт. Это не всегда производитель. Иногда на французских этикетках может быть указано *mise en bouteille par* («разлито по бутылкам для...»). И тогда за качество нужно спрашивать с заказчика.
- Адрес, контакты производства.
- Содержание алкоголя в процентах.

- *Объем бутылки*, обычно указывается в литрах или миллилитрах.

Факультативная информация, которую добавляют производители и маркетологи по желанию, такова.

- *Наименование, бренд*. Если раньше любили называть вина только сортами винограда, то сейчас ради высоких продаж вино может иметь на лицевой этикетке абсолютно любое название или бренд. Например, вино 19 Crimes, на этикетках которого изображены преступники. Если вы наведете камеру телефона, отсканировав QR-код в специальном приложении, на вашем экране заключенный начнет рассказывать свою историю преступления!
- *Кто собирал виноград* для этого продукта. (Был ли это сам производитель, или же виноград завезен из другой страны.)
- *Где разлито по бутылкам*. Для особо ценных вин собирается сырье, изготавливается вино и затем разливается в одном месте. Это гарантия качества продукта.
- *Год урожая*.
- *Сорт винограда*.

Тема классификации вин слишком обширная, ведь в каждой стране виноделие развивалось по-своему, по местным сложившимся традициям. Во время обучения мы всей группой возмущались и недоумевали, почему же все так сложно?! Неужели нельзя было сделать единую систему для всех стран! На что нам очень грамотно отвечали лаконичной фразой, которую я стала часто использовать в разных ситуациях, когда нет единого простого ответа: «Так исторически сложилось». И не поспоришь! Чтобы настроить вас на лучшее, дам вам только пару пирамид с классификацией вин Франции и Италии, чтобы вы по нескольким буквам и с первого взгляда определяли, что вам предлагают к столу. К тому же остальной мир часто ориентировался на эти классификации, составляя свои системы. Но берегитесь, даже здесь есть много нюансов, которые вы можете изучить дополнительно по необходимости.

Vin de table — самые простые столовые вина. Виноград может быть привезен из абсолютно разных регионов страны и смешан в различных пропорциях.

Vin de Pays, v.d.P, «Вынь да пе!», как шутят знатоки, — столовое вино с указанием места производства. Элита в этой категории вин!

A.O.C. (Appellation d'Origine Contrôlée) — высшее качество винного производства, всегда обозначается регион. За каждой местностью закреплено не только обозначение на карте, но и определенный сорт винограда и метод производства. Все под контролем, как и указано на этикетке.

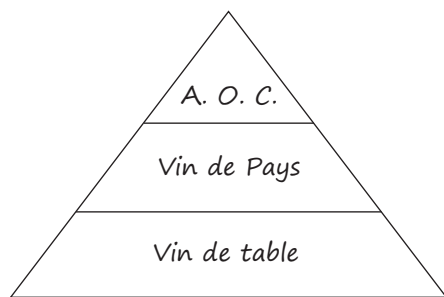


Рис. 12. Классификация вина во Франции

Имейте в виду, что с 2009 года Франция начала проводить масштабные реформы в классификации вин, но изменения вызвали очень много споров и бюрократических сложностей, поэтому индустрия пока придерживается этой системы.

Вот еще несколько обозначений, которые не только не отпугнут вас теперь, а, наоборот, расскажут все секреты происхождения напитка. Самые лучшие вина отличаются тем, что они собраны, изготовлены и разлиты по бутылкам в своем регионе. Это исключает возможность незаконных манипуляций с сырьем и дистрибуцией. Кстати, французы, являющиеся звездными виноделами, настоящие снобы (по крайней мере, старое поколение). Они требуют, чтобы желающий приобрести их вина выучил их язык и общался с ними по-французски. Иногда за этим скрывается патриотизм, иногда просто неумение говорить на иностранном языке. Вот еще фразы, которые вы можете обнаружить на бутылках французского вина.

- *Domaine/château* — владение, винодельческое хозяйство, замок.
- *Propriétaire-recoltant à Fleurie (Rhône)* — владелец-сборщик во Флери (Рона — департамент).
- *Mis en bouteille à la propriété* — полностью произведено, собрано и разлито в частных владениях.
- *Mis en bouteille au domaine/château* — разлито в этой области, замке по бутылкам. Указывается, только если 100 % винограда из этого хозяйства. По закону изображение замка/дома/здания на этикетке должно полностью соответствовать его настоящему внешнему виду.
- *Négociant (негоциант)* — это посредник, который покупает вино или винный материал у производителя и разливает под своим брендом.
- *Vinifié, élevé et mis en bouteille par* — негоциантское, все сделано в хозяйстве этого производителя, кроме винограда, он или его часть куплены.
- *Élevé et mis en bouteille par* — производитель приобрел готовый винный материал, выдержал и разлил по бутылкам. Негоциант — *elever*.
- *Mis en bouteille par* — негоциант купил готовое вино и разлил его под своей этикеткой.

Вы также можете обзавестись вином, изготовленным и разлитым специально для вас, даже если приобрести личную винодельню пока не решились. Как? Благодаря самому известному винному благотворительному аукциону. Вот краткая история его появления. В 1443 году в центре французского городка Бона был построен хоспис *Hôtel-Dieu* для ухода за больными. Несмотря на то что он предназначался для бедняков и в этом регионе только закончилась Столетняя война, архитектуре здания завидовали даже вельможи. За этим учреждением закрепилось название «Дворец для бедных». Такая щедрая благотворительность помогла привлечь внимание многих богатых людей. Они стали жертвовать и дарить *les hospices de Beaune* (Бонской богадельне)

свои виноградники. Монахи и работники госпиталя делали вино. Таким образом, во владении Дворца для бедных оказалось 60 гектаров отменных виноградников. Продукцию стали продавать на аукционе. Он проходит до сих пор, каждый год в третье воскресенье ноября. Любой может приехать и выбрать вино. Оно будет разлито под вашим именем, о чем будет указано на этикетке. (Кстати, во время обучения в «Энотрии»* одна из учениц на курсе для любителей отправилась туда и благодаря посредничеству группы компаний Simple стала обладательницей бочки вина.)

СТЕПЕНИ РАЗВИТИЯ ВКУСА

Существует мнение, что у всех людей смена предпочтений в винах идет по одному и тому же сценарию. Прочтите и выясните, на какой ступени сейчас вы.

Первая стадия. Вы воспринимаете только сладкие красные вина.

Вторая стадия. У вас уже развита чувствительность к кислотности и появилось пристрастие к белым винам и шампанскому.

Третья стадия. Вы вернулись к красным винам, но это северные вина, например бургундские (пино нуар), и уже начинаете понимать старые, выдержанные вина. Вы распробовали их прелесть и ценность.

Четвертая стадия. Вы питаете страсть к сладким винам, но только к тем, в которых достигается вкусовой баланс, например к портвейну.

Пятая стадия. Когда на вопрос «Какое вино тебе нравится?» невозможно ответить что-то одно.

Сочетание вина и еды

Существует множество негласных правил. Белое вино — к рыбе, красное — к мясу, розовое — к китайской кухне, а десертные вина — к сладкому, НО! Мировые эксперты утверждают совсем другое, и я с ними полностью согласна. Абсолютно все рекомендации сочетаний очень субъективны и подвергаются сомнению. У каждого человека свой вкус. К тому же мнение о напитке может кардинально меняться

* Крупнейшая винная школа в Москве. Лучшая на данный момент в России.

в зависимости от внешних обстоятельств и ситуаций, в которых мы его употребляем. Вино, которым вы искренне восхищались, сидя на пляже во время заката с любимым человеком, может вас разочаровать, если вы откроете его зимой в одиночестве на своей кухне. Помните, что вкус может оставаться тем же, но наше восприятие не позволит получить удовольствие, как прежде.

Как выбрать вино в ресторане

1. *Определитесь с объемом: бокал или бутылка?*

Имейте в виду: если ресторан среднего ценового уровня, то в винах по бокалам вы не найдете выдающихся экземпляров. Просто потому, что для хозяина невыгодно держать открытой бутылку очень дорогого вина.

Они могут быть разных размеров. Чаще всего на компанию из 2–4 человек заказывается стандартный объем 0,75 литра. Кстати, мало кто знает, почему именно он распространился повсеместно. Дело в особенностях производства. Винная бутылка не была предметом роскоши, наоборот, ее стоимость должна была быть минимизирована, производство — максимально простым и занимать короткий отрезок времени. Такой объем был обусловлен одним выдохом профессионального стеклодува.



Рис. 13. Размеры бутылок

И пускай большинство бутылок уже давно производятся с помощью специального оборудования, а не человека, стандарт 0,75 литра закрепился на века. Ресторанная норма вина по бокалам, как правило, 0,125 литра. Для двоих можно заказать формат миньон — 0,375 литра.

2. Определитесь с целью.

Хотите ли вы выпить это вино на aperitif, а к основному блюду заказать еще одну бутылку, или же вам достаточно одной и вы хотите продолжить дижестивом покрепче? Также подумайте, что из еды вы хотели бы взять, и решите, что для вас будет приятнее пить с выбранным блюдом. Белое, красное, розовое, или же вы хотите что-то отметить и сделать вечер памятным? Тогда уместно будет шампанское или игристое вино.

3. Вина могут быть распределены в меню:

- по типу: красные, белые, розовые, шампанское;
- по странам, обычно начиная со Старого Света и переходя к Новому Свету;
- по ценам.

4. *Выберите две-три позиции, которые вас интересуют, и, если в ресторане есть сомелье, можете спросить его рекомендации.*

При этом, чтобы упростить ему задачу, опишите ваши предпочтения, например, так:

- ☐ «Я хотел бы легкое, освежающее фруктовое вино. Скорее всего, под него я закажу рыбу».
- ☐ «Я предпочитаю плотные красные вина с мощным послевкусием и терпкими нотами, что можете посоветовать?»

Может быть, вы любите определенный сорт винограда или страну-производителя, тогда скажите об этом:

- ☐ «Что у вас есть из красных итальянских вин?»
- ☐ «Я предпочитаю шардоне, какие производители и страны представлены у вас в винной карте?»

Однажды, делая заказ в парижском бистро, я выбрала «Сансер», поскольку знала, что из представленных вин это был вариант от одно-

го из лучших производителей региона Луары. (В то время русскому бомонду было знакомо лишь шабли.) Тогда официант, принимая заказ от молодой девушки, говорящей еще и с сильным русским акцентом, очень удивился. Его брови резко взлетели вверх, когда же он пришел в себя, я услышала восторженное: «Professionnel!» Что стало лучшим комплиментом моему вкусу!

Что делать, когда приносят вино

Итак, вы оказались в ресторане, выбрали вино, вам подают к столу бутылку.

1. Прежде всего официант должен продемонстрировать вам заказанную вами бутылку лицевой этикеткой. В этот момент вы должны удостовериться, что это именно то вино, что вы выбрали, сверить год, убедиться, что бутылка в хорошем состоянии, этикетка не повреждена и на ней отражена вся важная информация. Здесь вам в помощь правила чтения этикетки, которые я дала выше. Кивком головы или же утверждением в любой свободной форме, вы подаете знак, что подтверждаете ваш выбор и официант может открывать бутылку.
2. Официант или сомелье должен на ваших глазах, прямо рядом с вами или на специальном столике, стоящем неподалеку, с помощью ножа сомелье (специальный нож-отвертка) открыть бутылку. Сначала маленьким острием срезается верхняя часть капсулы, закрывающая пробку, затем в пробку вкручивается штопор и она извлекается.
3. Если вино выдержанное, тогда официант обязан тут же снять пробку со штопора и передать вам на блюде. Делается это, чтобы вы могли определить, правильно ли хранилось вино. Ведь если бутылка была в вертикальном положении, пробка могла высохнуть и пропускать воздух, а это главный враг вина. Если пробка размокла и раскрошилась — это тоже дурной знак. Вы должны осмотреть ее и поднести к носу ту часть, в которой есть след от вина, чтобы ощутить запах напитка. Он должен быть приятным,

что опять же будет свидетельствовать о правильной сохранности алкоголя. Если вы чувствуете кислые запахи или запах, похожий на уксус, вино испортилось и вы можете попросить заменить бутылку.

4. Первым вино наливают для пробы хозяину стола или тому, кто его заказал. В бокал наливают совсем немного, чтобы вы могли продегустировать напиток и убедиться, что его вкус соответствует заявленным характеристикам и оно не испорчено. Делают это для того, чтобы только после вашего визирования разливать вино вашим гостям или спутникам.

Дегустация вина намного проще, чем вам кажется. Вам придется оценить его с помощью зрения, обоняния и осязания.

Визуальная оценка

Вы должны посмотреть на цвет вина, его текстуру, прозрачность. Для этого возьмите аккуратно за ножку бокал и прокрутите вино по стенкам. Вот самые часто встречающиеся, «здоровые» оттенки вина.

Для *красного*: синевато-фиолетовый, красный, вишня, красный с оранжевым ободком, кирпичный, оранжевый, коричневатый, охра, фиолетовый, пурпурный, гранат, рубин, насыщенный красный, рыжеватый.

Для *белого*: золотой, почти прозрачный, желтый с зеленым, зеленоватый, бежевый, насыщенный золотой.

Для *розового*: все оттенки от бледно-розового до насыщенно алого цвета.

Цвет должен быть ровным, вино должно блестеть, отсутствуют посторонние объекты. Безусловно, в выдержанном вине может быть осадок в виде комочков, но задача сомелье — налить так, чтобы он остался в бутылке. Для этого ее могут помещать в специальную корзину.

Вот основные сигналы, говорящие о том, что с вином что-то не так.

В белом вине:

- белые хлопья — иногда знак того, что вино испорчено. НО! Вино может быть нефiltrованным, в хорошем вине из Эльзаса с возрастом может выпадать осадок. На вкусе и аромате это никак не скажется;

- цвет вина не соответствует возрасту. Представьте, что у вас в бокале вино недавнего года урожая насыщенного золотого цвета. Это может быть результатом неправильного хранения.

Для красного вина плохой знак, если вы видите пыльную взвесь, цвет бурый, непрозрачный или матовый. Знайте, что состарившееся красное вино будет светлеть, а белое, наоборот, темнеть.

Нос

Поднесите бокал к носу и понюхайте, ароматы могут быть абсолютно разные. Главное в этот момент — удостовериться, что вино достойного качества и вам не придется глотать уксус. Эти ароматы вы можете ощущать как в запахе, так и во вкусе вина.

Существует семь групп ароматов в вине.

- Фруктовые — запахи ягод, цитрусовых и фруктов.
- Цветочные — ароматы жимолости, акации, нарцисса и лесных цветов.
- Пряные ароматы — например, нотки лавра, мускатного ореха, тимьяна, аниса, фенхеля.
- Древесные ароматы — дубовые нотки влажной древесины. Характерны для вин, выдержанных в деревянных бочках.
- Дымные и «жженные» ароматы — запахи дыма, табака, кофе, оттенки жженого сахара.
- Животные ароматы — запахи кожи, меха, мяса, мускуса.
- Огородно-растительные ароматы — запахи травы, овощей считаются недостатком и говорят о невысоком качестве вина. А запахи картофеля, плуца и помидорной рассады могут быть характерны лишь для определенных вин.

Ароматы могут быть самые разные, ниже вы увидите краткие списки (или же подобные рисунки) тех, что встречаются чаще всего.

Необычное название запаха «пипи де ша» (*pipi de chat*), который буквально обозначает кошачью мочу, является характерной и яркой чертой сорта винограда совиньон блан. Именно он придает этому

вину задорную кислинку и свежесть. Некоторые называют этот аромат запахом смородиновых почек.



Рис. 14. Запахи в белом вине



Рис. 15. Запахи в красном вине

Вкус

Вы пробуете вино и раскладываете его по следующим характеристикам:

- *кислое/сладкое*;
- *текстура вина*: бархатистое, шелковое, тягучее, легкое, водянистое;
- *терпкость/танины*: грубое/мягкое, вяжет, сушит, стягивает, легкая горечь;
- *температура*: теплое (часто у сладких вин с большим содержанием спирта) или холодное (освежающее, хрустящее, легкое).

Обязательно учитывайте, что на вкус вина огромное влияние оказывает бокал, из которого вы пьете. От него зависит, на какую часть языка сначала попадает вино и какие рецепторы включаются первыми. Поэкспериментируйте на досуге. Попробуйте одно и то же вино из разных бокалов и наблюдайте, как будет меняться вкус. Эталонные бокалы можно приобрести у брендов Riedel, Spiegelau и у недавно появившегося бренда Zalto. Помните, что качественные бокалы — отличный подарок истинному ценителю!

Возможно, процесс дегустации вам покажется сложным, но на деле это занимает три секунды: взглянули, вдохнули аромат и попробовали!

Напоминаю: в этот момент официант или сомелье будет стоять рядом, дожидаясь вашего вердикта. Скажите свои замечания или же просто кивните, тогда вино разольют всем вашим гостям. По правилам этикета начинать будут с дам, а ваш бокал наполнят последним. Потом бутылку поставят либо в ведро со льдом, если это белое вино или шампанское, либо рядом на специальный столик.

В ресторанах с высоким уровнем сервиса официант будет следить за тем, как пустеют бокалы, и автоматически подливать в них вино. Когда бутылка закончится, ее поставят в ведро в перевернутом виде, а вам предложат заказать следующую.

Как правильно пить вино

Запомните несколько простых правил.

- Бокал необходимо держать за ножку или основание. Мы же на званом ужине не отпечатки пальцев снимаем, значит, на бокале они совершенно ни к чему. Кроме того, тепло рук не должно нагревать вино в бокале.
- Пить коктейль или вино нужно с одной стороны бокала, а не оставлять красивый узор из помады по всему бортику.
- Если винный бокал без ножки (у фирмы Riedel такие имеются в наличии, очень удобны для пикников), держите пальцы максимально близко к основанию. Касаться краев бокала очень негигиенично.
- Если честь подлить вино в бокал досталась вам, наполняйте его правильно. На $\frac{1}{3}$ для тихих вин, на $\frac{3}{4}$ для игристых.
- Держать одновременно в одной руке бокал, а в другой столовый прибор считается недопустимым. Сначала положите приборы на тарелку, потом берите бокал.

Шампанское

Игристое вино, произведенное в провинции Шампань во Франции по методу шампёнуа. О создании «напитка богов» ходит множество мифов, по одному из них создал шампанское монах Пьер Периньон. На самом деле он скорее усовершенствовал технологию изготовления этого напитка. Братья аббатства Сент-Илер подали ему идею. Они смешивали белое вино с сахаром, закупоривали в бутылки и оставляли на зиму бродить. Половина бутылок взрывалась, другую часть пить было невозможно, а вот оставшиеся превращались в нечто восхитительное. Монахи недолюбливали этот неконтролируемый процесс. А Периньон практически полвека старательно выводил формулу идеального шампанского. Конечно же, этот напиток быстро стал популярным в Европе. Ведь в него сложно не влюбиться!

В России шампанское впервые появилось в 1780 году благодаря французскому виноделу Филиппу Клико. Но из-за войн с Наполеоном

активное распространение «нектара богов» отложилось до 1814 года. Тогда шампанское потекло рекой в Российскую империю. Торговлю им открыл все тот же дом Клико, только переименованный во «Вдову Клико» (Veuve Clicquot). Возглавила фирму молодая вдова Барба-Николь Клико-Понсарден. Разумеется, мужчины наперебой предвещали ей бесславный конец, но не тут-то было! Дама оказалась предприимчивой и знающей, что она делает. Поэтому фирма испытала взлет, который не прекращается и сегодня! Россия была золотой жилой для компании. В 1825 году в нашу страну было продано 252 452 бутылки, что составляло практически 90 % всего производства фирмы.

В настоящее время на рынке представлено огромное разнообразие производителей. Вам желательно знать легендарные истории самых известных брендов. Например, историю шампанского дома Louis Roederer и их шампанского Cristal, потому что она неразрывно связана с Российской империей. Louis Roederer Cristal Champagne (по-русски «Кристалл») продается в хрустальной бутылке с плоским дном. Оно было создано специально для императора России Александра II. В то время он опасался новых покушений на свою жизнь, и для того, чтобы предотвратить возможность спрятать взрывчатку в дно бутылки (традиционно там имеется углубление), была заказана специальная форма для тары с плоским дном из прозрачного стекла. «Кристалл» изготавливается только в определенные годы. Урожай шардоне и пино нуар должен полностью созреть. Минимально шампанское должно выдерживаться шесть лет. А после удаления дрожжевого осадка должно пройти еще восемь месяцев. Революция в России внесла свои коррективы в продажи и распространенность этого напитка. До 1945 года это шампанское не продавалось. С середины 90-х годов оно начало переживать новую волну популярности, благодаря музыкальной индустрии и кино. Они активно стали включать «Кристалл» в выпускаемые продукты, как символ роскошной жизни «по-царски».

Шампанское — любимый напиток многих мировых знаменитостей и политиков высшей лиги. Уинстон Черчилль, например, не раз признавался, что не может без него жить. «После победы я его заслуживаю, а после поражения в нем нуждаюсь», — говорил он. Мэрилин Монро в своей автобиографии писала, что «пила только шампанское,

вдыхая его аромат из бокала, как кислород». Шампанское в России традиционно принято пить под бой курантов в новогоднюю ночь, однако знаете ли вы, что так называемого «советского» шампанского не существует? Шампанским имеет право называться только игристое вино, изготовленное из винограда, выросшего в провинции Шампань во Франции, и произведенное на свет по методу шампенуа. Все остальные напитки с пузырьками не имеют права так называться. Надеюсь, теперь вы будете говорить об этом напитке, подразумевая соответствующих производителей из страны круассанов и роскошного парфюма. Для остальных вин с пузырьками смело используйте обозначение «игристые вина». Определить их вы сможете по форме бутылки и крупной пробке. В разных странах также для них есть свои названия.

- ☐ Во Франции (кроме региона Шампань) это *Cremant*, *Vin mousseux* и *Vin petillant naturel*.
- ☐ В Италии — *Spumante* и *Frizzante* (в зависимости от давления 3,5 и 2,5 атм соответственно).
- ☐ В Испании — *Cava*.
- ☐ В Германии — *Sekt*.
- ☐ В ЮАР — *Cap Classique*.

Главная классификация, которая строится на количестве остаточного сахара:

- ☐ сладкое (фр. *doux*) — более 50 граммов сахара на литр;
- ☐ полусухое (фр. *demi-sec*) — 32–50 граммов сахара на литр;
- ☐ сухое (фр. *sec*) — 17–32 грамма сахара на литр;
- ☐ экстра-сухое (фр. *extra sec*) — 12–17 граммов сахара на литр;
- ☐ брют (фр. *brut*) — менее 12 граммов сахара на литр;
- ☐ экстра-брют (фр. *extra brut*) — менее 6 граммов сахара на литр.

Для вин, содержащих менее 3 граммов сахара на литр или вовсе не содержащих сахара, используется обозначение «дозаж зеро», «брют натюр» или «па дозе» (фр. *dosage zero*, *brut nature*, *pas dosé*).

Как хранить вино

Если вы собираетесь хранить вино непродолжительное время, вам достаточно организовать прохладное и изолированное от света место. Если же вино покупается на длительный срок, нужно создавать специальные условия освещения, температуры, звукоизоляции, влажности и вентиляции. В современных домах и квартирах чаще всего нет специальных погребов, как во французских замках, поэтому идеально подойдут шкафы для хранения вина с функцией климат-контроля. Обратите внимание: вино с традиционной пробкой предпочитает ждать своего часа в горизонтальном положении. Таким образом жидкость омывает часть пробки, и она не рассохнется и не размокнет. В противном случае она начнет пропускать воздух, а это губительно для вина.

Запомните, идеальная температура для хранения вина — 10–12 °С, а для крепких десертных вин — 14–16 °С. Далеко не все вина становятся лучше с течением времени! Большинство белых вин лучше не хранить больше 2–3 лет. Срок хранения красных вин может варьироваться от 2 до 10 лет. Открытое вино хранится не так долго, в основном не больше трех дней.

Ознакомьтесь с конкретными сроками хранения для разных вин, учитывая, что горлышко вы закрыли родной пробкой, специальным стоппером или вакуумной пробкой:

- игристые вина — не более 24 часов (при наличии хорошей пробки);
- белые вина — 1–3 дня;
- розовые вина — 1–3 дня;
- легкотелые красные вина — 1–3 дня;
- полнотелые красные вина — 1–5 дней;
- сладкие и крепленые десертные вина — 7 дней.

Для того чтобы эта глава полноценно охватила все важные аспекты, я взяла интервью у одного из самых знающих профессионалов винного мира в России, члена совета директоров Simple Group Сандро Хатишвили.

Вопрос: На что ориентироваться при выборе вина, если ты в нем совсем не разбираешься?

Ответ: Самое простое — на цену. Достойный продукт не может стоить совсем дешево. Хотя, конечно, не всегда высокая цена — гарантия качества. В каждой стране есть свой ценовой порог, от которого начинается приемлемое вино. Например, в странах, где производится вино, Италии, Франции, Испании и Германии, можно найти вполне приличные экземпляры от 3–4 евро за бутылку. В Англии 5–6 фунтов достаточно, чтобы сопроводить ужин приятным напитком. В России стоимость выше, если не учитывать варианты скидок и промоакций. Это минимум 7–8 евро (около 500–600 рублей) за бутылку.

Вопрос: Идеальное вино для свидания. Что понравится абсолютному большинству?

Ответ: Как правило, это игристые вина. Желательно с минимальным остаточным сахаром. Либо что-то из Нового Света, из южных стран. Выбирайте вина с невысокой кислотностью, которые создают ощущение мягкости и сладости во рту. Хотя очень сложно говорить за большинство, потому что я постоянно наблюдаю следующую тенденцию: люди покупают вино не потому, что оно им очень нравится, а потому, что они знают его, уже пробовали. Боязнь ошибиться с выбором часто не позволяет людям экспериментировать и брать что-то новое, даже если проверенные вина уже давно не впечатляют и не радуют. Так человек избегает неприятных сюрпризов. Безусловно, есть энтузиасты и экспериментаторы, но их, особенно в России, очень мало.

Вопрос: Как среднестатистический покупатель выбирает бутылку в винном бутике?

Ответ: Если складывается удачный диалог с кавистом, покупатель по рекомендации профессионала покупает то, что он хочет. Но в первую очередь человек ориентируется на определенный бюджет и пытается найти по доступной цене что-то знакомое.

Вопрос: Существует ли мода на вина? Если да, то какие тенденции популярны сейчас?

Ответ: Да, конечно! В данный момент среди любителей вина мода на все оригинальное, новое, не мейнстримное. Но здесь тоже есть

ловушка. Часто, желая выделиться оригинальным выбором из одной толпы, люди попадают в другую толпу — не желающих быть как все. Среди винолюбов снова вернулась мода на Европу и классические страны, на производителей с оригинальными методами. Но массовый потребитель как выбирал известные раскрученные бренды, так и остается им верен. Законодателями моды являются сомелье, их выбор в последнее время тяготеет ко всему странному. Чем необычнее, тем лучше. Например, сейчас активно завоевывают рынок оранжевые вина (янтарные). С давних времен так делали домашние вина в Грузии. А сейчас этот метод освоили и на севере Италии, и в Австрии. Еще один тренд, набирающий популярность, — естественные вина. При производстве винодел не добавляет серу, антисептики. Все как в природе. Продукт получается похожим на уксус, сидр или квас, а не на классическое вино. Я считаю, что это временное явление, поскольку любителей таких экспериментальных вин мало, но эта ниша продолжит существовать.

Вопрос: Что сейчас пьет высший свет в Москве? Старую добрую классику — шабли, «Кристалл»?

Ответ: А, все это по-прежнему очень любят, единственно, если в нулевых годах была мода на супертоскану, то сейчас из всего многообразия держатся на прежнем уровне только несколько производителей — Sassicaia, Ornellaia, Masseto. Эстеты считают, что пить такие вина уже немодно. Также вина Старого Света сейчас снова занимают лидирующие позиции. Особенное место в винных картах повсюду нашли немецкие и австрийские вина: «Рислинг», «Гевюрцтраминер». «Грюнер Вельтринер» называют новым «Пино Гриджио» — настолько он популярен, его даже по бокалам можно найти.

Вопрос: Что вообще предпочитают пить в России, изменился ли вкус у любителей вина за последние 10 лет?

Ответ: Да, конечно, все больше людей начинают разбираться в вине. Это признак хорошего тона в достойном обществе. Благодаря этому за последние годы однозначно увеличилось разнообразие вин. Если раньше в «джентльменский набор» входило Chablis, Valpolicella, Chianti, Rioja, то сейчас география признанных в России вин намного шире. Появилось очень много немецких и австрийских вин.

Вопрос: Мои знакомые часто покупают вина как инвестиции. Действительно ли это надежное вложение?

Ответ: Да, я полностью поддерживаю этот тренд. Вина дорожают с каждым годом и по возврату инвестиций стоят рядом с искусством и антикварными автомобилями. Но, предупреждаю, нужно разбираться, во что вкладывать. Моя рекомендация: выбирайте красное бургундское. За последние пять лет это вино выросло в цене на 400–500 %.

Вопрос: Пометка «био» на бутылке говорит о более высоком качестве или полезных свойствах вина?

Ответ: Совсем нет, эта отметка имеет отношение лишь к технологиям производства, которые использует винодел. Это означает, что он заботится об окружающей среде и выбирает более щадящие методы обработки растений и почвы. На вкусе вина это никак не отражается.

Действуй!

Устрой у себя дома вечеринку-дегустацию. Пригласи друзей, пусть каждый принесет с собой бутылку вина. Так за один вечер ты сможешь попробовать несколько видов напитка. Как вариант, предложи слепую дегустацию. С закрытыми глазами попытайся определить, какое вино перед вами. Натренироваться различать запахи легко — нос «качается», словно мышцы. Чем чаще тренируешься, тем более чувствительным он становится. Отличным помощником может стать набор «Нос вина» — это наборы из 6, 12, 24 или (полный) из 54 ароматов, которые можно встретить в этом многогранном напитке. Если ты уже разбираешься в вине, для более глубокого погружения в этот мир пройди курсы в винной школе, сходи на выставку в твоём городе, отправься в специальный тур по винодельням или загляни в хороший винный бар и попроси сомелье устроить тебе небольшую дегустацию. Тренируй свой вкус, благодаря этим знаниям ты сможешь прослыть светским человеком в любой компании. Увидишь Жерара Депардье, задай со знанием дела парочку вопросов о его виноградниках в Бордо. Заслужишь уважение самого известного винодела среди актёров!

Сил (род. 1963)

Старт жизни: будущий певец родился в семье бедных нигерийских студентов в Лондоне. Из-за низкого материального положения родителям пришлось отдать Силу в приемную семью, в которой он прожил несколько лет. Его мама забрала его обратно в Лондон, где она жила после развода, но из-за ее болезни через два года Силу пришлось переехать к отцу в Нигерию. Тот жестоко обращался с сыном, бил его, в доме часто не было еды. Эта школа жизни закалила будущую музыкальную звезду.

Чего достиг: один из популярнейших британских певцов. Обладатель трех премий «Грэмми». Его хиты слушают по сей день, а одна из песен использовалась как саундтрек к фильму «Бэтмен навсегда».

Что помогло достичь успеха: музыка Сила действительно оригинальна. Он не пытается втиснуть себя в какие-то модные рамки. Может, поэтому за всю карьеру он выпустил всего четыре альбома, зато каких успешных! Он не заигрывает с публикой, а остается самим собой. За это его и любят.

Интересный факт: в 11 лет Сил сказал своему отцу, что хочет стать певцом, на что тот отреагировал очень жестко и бескомпромиссно. В 15 лет Силу пришлось бежать из дома и жить самостоятельно. И все-таки он добился того, что хотел, доказав, что главное — оставаться верным мечте.

КАКОЙ АВТОМОБИЛЬ ВЫБРАТЬ

*Никогда не садись в машину
к незнакомым людям! Если это,
конечно, не лимузин.*

Сериал «Южный парк»

«Черный Mercedes G500 с наглухо тонированными стеклами привычно останавливается возле тихого особняка южного Манхэттена. Два охранника в темных Ray-Ban закрывают собой выход пассажира, закутанного с ног до головы в дизайнерский плед. Здесь нет папарацци и назойливых фанатов. Охрана — для личного спокойствия. Анджелина Джоли — “главная стерва Голливуда” — приехала на сеанс к своему психоаналитику».

Да, таблоиды просто обожают, описывая жизнь небожителей, уделять особое внимание их земным колесницам. Образ сильных мира сего неразрывно связан с роскошными автомобилями. Пресса маниакально в курсе автопарков знаменитостей не просто так. Автомобиль давно стал показателем статуса его владельца, демонстрацией личных ценностей или странностей. Скажи мне, какой у тебя автомобиль, и я скажу, кто ты!

Если вы настоящий фанат, знаете о машинах все, посмотрели все выпуски Top Gear и даже прошли курсы экстремального вождения, читайте эту главу особенно внимательно. В ней много упущенных знатоками подробностей! Неважно, есть ли у вас машина сейчас. Даже если вы обычная девушка и ходите пешком, вы просто обязаны знать базовые классы автомобилей и крупнейшие бренды. Без этой информации вы можете однажды оказаться в крайне нелепой ситуации. Одна из моих протееж, попав первый раз в продвинутое общество, услышала, как высокопоставленные мужчины обсуждали «купе», «континенталь» и «гелик». Она не удержалась и спросила о связи между поездом, континентом и воздушным шаром! (Чем и подтолкнула меня дополнительно к написанию этой главы.)

Так! Сейчас во всем разберемся! Но сначала давайте выясним, зачем вообще люди приобретают автомобили.

1. Рациональное средство передвижения.

Машина исключительно как средство передвижения. Имея миллиарды, некоторые покупают автомобили среднего ценового сегмента именно потому, что их не жалко, или ностальгируя: «У моего отца была машина от этого бренда». Плюс приятные бонусы.

Так, один миллионер в Женеве после бизнес-ланча вызвался меня подвезти. К выходу из ресторана подали не лимузин или Bentley, а скромный Fiat. Владелец с гордостью заявил, что благодаря этой машине он может легко найти парковочное место даже на узких улочках старого города. В России известный олигарх имеет несколько автомобилей «Нива» исключительно для рыбалки.

2. Показатель статуса.

В 90-е мы видели, с каким удовольствием владельцы дорогих автомобилей парковались прямо у входа в ресторан или отель, а затем с легкой небрежностью клали ключи (чаще всего с фирменным брелоком бренда) на стол. Чтобы сразу заявить окружающим, что обладают дорогой игрушкой! Вне сомнения, такое выглядит вульгарно и давно считается дурным тоном. Помните: люди, достигшие большого благосостояния, скорее постараются это скрыть, чем выставлять напоказ. Но у России своя гордость! Встречали молодых людей, которые живут на съемных квартирах без мебели, спят на матрасе на полу, при этом имея последнюю модель Mercedes или BMW (взятую, как правило, в кредит)? Как говорится, если бы понты звенели, Москва бы оглохла.

3. Инвестиции и коллекционирование.

Познакомившись со многими владельцами спорткаров и раритетных автомобилей, я была удивлена. Вопреки всеобщему мнению о том, что это дорогие игрушки, большая часть моих знакомых рассматривала обладание уникальной моделью машины исключительно как инвестицию. (Безусловно, Ferrari в их гараже по совместительству служит доказательством успеха хозяев.) Особенно если речь идет о раритетных

автомобилях, которые всегда растут в цене и не предполагают, в силу возраста, частых пробуждений мотора. Богатые и знаменитые с удовольствием коллекционируют машины! Самой грандиозной является коллекция султана Брунея, насчитывающая около 700 экспонатов. Знаменитый Ральф Лорен имеет коллекцию из 60 автомобилей, и 98 % машин в ней — красного цвета. Некоторые творческие люди действительно становятся одержимы страстью к покупке авто. Так, один из музыкантов Jamiroquai, имея 70 редких автомобилей, постоянно находится в поиске новых уникальных экземпляров.

4. Досуг.

Как приблизиться к богатым и знаменитым? Приобретать то, что они ценят! Это не только позволит гордиться обладанием дорогостоящего трофея, но и даст возможность обзавестись полезными связями на мероприятиях, организованных брендом. Я встречала людей, любимой формой досуга которых были автопробеги, организованные клубом поклонников определенного бренда. Ни для кого не секрет, что люксовые бренды как минимум несколько раз в год устраивают мероприятия для своих клиентов. Это дарит шанс продемонстрировать новые модели, повышает лояльность, а также помогает разнообразить досуг в кругу «своих» по уровню заработка и стилю жизни. Ведь выбор автомобиля — отражение характера его обладателя. Даже если дилер ничего не организует, во многих странах есть энтузиасты, создающие подобные клубы. Страстные любители автомобилей собираются в кругу себе подобных, часто говоря, что их «малышке» пора встретиться с «сестрами» и «братьями». Такие клубы — тоже маркер определенного общества и возможность обзавестись выгодными связями.

Что расскажет о вас автомобиль

РАЗМЕР

Люди, громко заявляющие о себе и демонстрирующие свой статус, вряд ли появятся на маленьком скромном автомобиле. Вальяжные Rolls-Royce, лимузины и громадные длинные Hummer — это уровень звезд первой величины и миллионеров. Кстати, для эффектного вы-

хода они редко приобретают такие экземпляры, абсолютно спокойно приезжая на премьеру в арендованном авто с водителем. Любителями больших автомобилей чаще становятся не «объемные» люди, а, напротив, те, чей рост вгоняет человека в комплекс Наполеона и заставляет расширять зону своего присутствия с помощью громадных приобретений. (Об этом стоит почаще напоминать миниатюрному Тому Крузу, замеченному в любви исключительно к спортсменам. Том, добавив себе роста можно не только с помощью высоких каблук!)

В случае с кабриолетами и спортивными машинами чем «эгоистичней» автомобиль, тем элегантней смотрится его обладатель. Ведь когда пассажирское место всего одно, водителю не придется развозить друзей по домам или перевозить что-то крупногабаритное. Эти машины предназначены для ценителей скорости и удовольствия. Поэтому не вздумайте подкатить на таком к Джей Ло. Певица предпочитает передвигаться если не со всем гардеробом, то хотя бы с его малой частью. Размером с лужайку перед Белым домом!

ВЫБИРАЕМ ЦВЕТ

Красный. Амбиции, целеустремленность, энергия, чувственность и желание заполучить все здесь и сейчас. С таким цветом водитель точно уверен в себе и не боится привлекать внимание. Как правило, такие люди очень динамичны и открыты к общению. Познакомиться с ними легко. Но будьте аккуратны, высший свет не признает любителей выставяться напоказ, поэтому, если вы пока еще не миллиардер, выбирайте цвет поскромнее.

Черный. Власть, сила, важность и элегантность с легкой завесой тайны — характеристики людей, предпочитающих этот цвет. Это, как правило, ценители классического стиля, следующие ему и в одежде. Костюм и черный автомобиль — очень частое сочетание. Вам вряд ли удастся манипулировать таким человеком. Также это цвет вечерних выходов, загадочных спецагентов или скрывающихся от paparazzi звезд.

Белый. Цвет для тех, кто нашел баланс в жизни. Белый ассоциируется с чистотой, честностью и тягой к совершенству. Владельцу такого автомобиля нечего скрывать, он искренен и открыт новым идеям, людям, проектам. С такими людьми выгодно вести дела, они

будут стараться сохранить незапятнанными и автомобиль, и свою репутацию. Белый также ассоциируется с инновациями, свежестью и будущим. Поэтому часто футуристические модели выпускают именно в этом цвете.

Серый. Очень практичный, скромный и прямой человек выбирает этот цвет. Он хочет сделать карьеру и идет по заранее заготовленному плану. Такой прагматик вряд ли сядет нетрезвым за руль или отправится в супермаркет без списка. Это цвет осторожности и компромисса. Такие люди предпочитают спокойную размеренную жизнь, а не резкие взлеты или падения.

Яркие цвета: желтый, синий, зеленый, оранжевый, розовый. Главное, о чем кричит выбор владельца такого автомобиля: «Мне плевать, что вы об этом думаете! Мне нравится/удобно/спокойно/комфортно жить в таком цвете, и это мой личный выбор». Как правило, это оптимисты с девизом: «Хочешь быть счастливым — будь им!» По профессии это чаще предприниматели, а не офисные работники, боящиеся выделиться из толпы.

Стиль вождения

Лучше любого психоанализа о характере человека вам расскажет стиль его вождения. Прокатитесь с новым знакомым на его авто — и сразу разберетесь в личности водителя.

Рафинированные эстеты водят элегантно. С ними можно смело красить ногти на заднем сиденье! Вас не опрокинет в сторону на повороте, а торможение будет безупречно плавным. Любителей скорости ничто не сможет остановить на пути к их цели. Они знают, куда движутся, чего хотят и когда им это нужно. Целеустремленность и решительность в их характере — несущие конструкции. При каждом удобном случае сигналият на дороге люди нетерпеливые и тщеславные. Им важно в любой ситуации обращать на себя внимание. Им же просто необходимо открыть окно и переброситься парой слов на светофоре с водителем тормознувшей рядом бэхи. Сонное и слишком осторожное вождение присуще неуверенным и довольствующимся малым людям. Отсутствие уверенности не дает им выжать педаль газа в пол.

Ловелас будет демонстративно лихачить, намекая на острые ощущения в постели, если вам, конечно, повезет до нее доехать. Если же водитель нецензурно обсуждает поведение других на дороге, ждите, что и о вас он замолвит словечко, как только вы «подрежете» его в чем угодно. Он же выставит вам счет за испорченную обивку кресла прежде, чем вы со своим «чертовым капучино» из Starbucks посягнете на место в его «пontonовозе».

Понаблюдайте за собой или своими друзьями и убедитесь в точности этих выводов!

Стереотипы и особенности

Президентский лимузин — такой же знак власти, как и Конституция. Крупнейшие мировые лидеры стараются ездить на отечественных производителях. Так, американские президенты уже давно передвигаются на Cadillac One по прозвищу «Зверь». Этому специально сконструированному лимузину не страшны ни дождь, ни град, ни пули, ни бомбы. Дно автомобиля защищено стальной пластиной, которая спасет президента в случае наезда на мину. Получается, это настоящая крепость. (Кстати, даже если все-таки что-то произойдет, в машине найдется не только аптечка, но и донорская кровь группы важнейшего пассажира.)

Российские главы государств после распада СССР передвигались исключительно на немецких автомобилях Mercedes-Benz S-класса. Но несколько лет назад отечественный автопром совершил прорыв, и теперь президент ездит исключительно на модели Aurus Senat Limousine (41231SB). Это также бронированный автомобиль, заглянуть внутрь которого не позволяли даже журналистам во время Женевского автосалона в 2019 году. Я делала репортаж об этой выставке, и мне пришлось узнавать о «начинке» этого авто со слов инженеров. Теперь Владимир Путин часто берет свое транспортное средство в поездки.

Глава церкви патриарх Кирилл также обьезжает Москву с молебнами в комфортных автомобилях представительского класса Mercedes-Benz. А мировой религиозный лидер буддистов далай-лама XIV менее

притязателен в выборе машины. Его часто видят в скромных Toyota и Mitsubishi.

Криминальную славу заслужили в России автомобили Brabus. Это тюнингованные Mercedes-Benz Gelendwagen AMG, агрессивного вида джипы. На них в лихие 90-е любили ездить самые крутые парни или же их охрана. Ласково они стали звать эту модель «гелик». Также хулиганскую славу имеет так называемый «Бумер», идеальной рекламной кампанией для которого стал одноименный фильм.

Из других ярких ассоциаций: Audi как автомобиль супермена, Chevrolet Camaro как инопланетный робот-трансформер, Aston Martin как верный помощник Джеймса Бонда. Автомобили Bentley имеют в России репутацию автомобиля «рублевских жен», так как в лихое перестроечное время московским дамам очень полюбились плавные линии дизайна. Эту марку стали часто приобретать в подарок на 8 Марта.

Если вам пока сложно определиться с тем, какая машина сможет отразить ваш характер, статус, а заодно будет удобным помощником на каждый день, отправляйтесь на автомобильные выставки. Там за несколько часов вы сможете изучить ассортимент, посидеть внутри и прислушаться к своим ощущениям, «примеряя» авто разных брендов. Самая знаменитая и громкая презентация новых моделей проходит ежегодно в Женеве. Ее организуют традиционно в марте или апреле. Идеальным вариантом будет попасть в первые дни открытия, в так называемые пресс-дни. Туда сложнее получить пригласительные билеты, зато не будет огромного наплыва посетителей. Рассматривать автомобили вы будете вместе с представителями СМИ и самыми «дорогими» клиентами автомобильных брендов. Позаботьтесь о билетах и бронировании отеля заранее. Многие поклонники этого события делают бронь за несколько месяцев, а то и за год. Еще один плюс автомобильных выставок в том, что вы можете заглянуть в будущее. Некоторые компании представляют на них свои передовые разработки. Помимо презентации в Женеве, престижными считаются Paris Motor Show, New York Auto Show, Chicago Auto Show, Dubai International Motor Show и Salon Auto Moto.

Действуй!

Определись, какое впечатление ты хочешь произвести. Какой автомобиль отразит твою индивидуальность? Закрывай книгу и срочно звони в салон, где продается машина твоей мечты. Какой бы бренд ты ни выбрал(-а), договаривайся о тест-драйве. Посиди за рулем минимум пять минут. Ощути качество кожи руля, нажимай цветные кнопки или проверь, как работает тачскрин основного управления. Представляй, что ты приобретаешь это авто, у тебя есть еще пара вариантов и ты не спеша думаешь, какая модель достойней. Обещаю, ты получишь удовольствие, а значит, приблизишь свою мечту к осуществлению. (Заодно поинтересуйся, устраивает ли дилер в твоём городе мероприятия или автопробеги для владельцев этой марки.) Если в ближайшее время у тебя нет возможности попасть на автосалон, узнай все, что возможно, о своем выборе в интернете: характеристики, историю бренда и цену. Поставь фото своего фаворита на заставку телефона. Пусть оно будет регулярным приятным напоминанием о твоём блестящем будущем. Рассматривая картинку, воображай себя за рулем и дави на газ к своей мечте!

— Алек Монополи (род. 1986) —

Старт жизни: Алек родился в Вестхемптон-Бич (США) в семье со средним достатком. Его мама, художница, передала ему ценные знания о технике рисования. Хотя она и была представителем классической школы, полезные навыки помогли Алеку в карьере граффити-художника. Ему не потребовалось профильное образование.

Чего достиг: узнаваемый стиль Алека Монополи собирает миллионы поклонников со всех стран. Его Мистер Монополия, Скрудж Макдак, Богатенький Ричи путешествуют по всему миру в виде граффити и картин. Алек работает арт-консультантом

известного швейцарского бренда часов TAG Heuer. Благодаря ему преобразаются торговые площадки бренда и появляются новые коллекции часов, вдохновленные стрит-артом.

Что помогло достичь успеха: упорная работа и разработанный узнаваемый почерк стрит-мастера. В своем продвижении Алек активно использует социальные сети. Репосты и лайки делают свое дело, и вот уже фанаты бегут запечатлеть на свои смартфоны новое произведение.

Интересный факт: всемирно известный псевдоним художника, Алек Монополи, возник из-за его самого узнаваемого персонажа, Мистера Монополии, из одноименной игры. Идея изображать именно его возникла после того, как во время игры в «Монополию» Алек увидел в новостях известного бизнесмена Бернарда Мейдоффа, которого судили за махинации в особо крупных размерах. Образ созрел и был очень понятен публике во время финансового кризиса в 2008 году. Это и стало пусковым механизмом всемирного триумфа.

ЧТО ЧИТАТЬ НА СТАРТЕ

Чтение хороших книг — это разговор с самыми лучшими людьми прошедших времен, и притом такой разговор, когда они сообщают нам лучшие свои мысли.

Рене Декарт

Сколько книг в год вы обычно читаете? Можете назвать последнюю? Сегодня многие воспринимают чтение как напрасную трату времени. Это вошло в норму настолько, что некоторые успешные бизнесмены умудряются хвалиться тем, что ни разу не прикасались к книгам после школы. Да, деловая хватка берется точно не из книг, с этим мы уже разобрались. Но чем вы блеснете, оказавшись в обществе не только богатых, но и начитанных собеседников?

Не иметь дома ни одной книги — позор для светского человека. Не каждый становится книжным коллекционером и хранит дорогие сердцу экземпляры за стеклом дубового шкафа, но иметь хотя бы несколько печатных изданий в доме непременно нужно! И очень рекомендую эти красивые книги в твердой обложке прочесть.

Для того чтобы срочно стать книгоманом и изучить сотню самых известных романов, возможно, у вас времени и не найдется. Но ознакомиться с необходимым минимумом — дело принципа. Знание крылатых фраз облегчит ваше общение со светскими интеллектуалами, а личная точка зрения на замысел автора продемонстрирует собственное мышление и уровень культуры. Ниже список книг, которые лично я предлагаю для обязательного чтения. Я сразу пометила те произведения, к которым уже есть экранизации. (Конечно, фильм не сможет заменить вам чтение, но если вы совсем не любите читать, то хотя бы посмотрите сюжет на экране.) Писать аннотацию к каждой книге смысла не вижу, лучше кратко поделюсь своими впечатлениями и эмоциями.

1. «Чайка по имени Джонатан Ливингстон», Ричард Бах.
Вдохновляет выйти из зоны комфорта и найти свою индивидуальность.
Фильм: «Чайка по имени Джонатан Ливингстон» (1973).
2. «Алхимик», Пауло Коэльо.
О том, что никогда не угадаешь, где твое счастье. Просто продолжай искать.
3. «Преступление и наказание», Федор Достоевский.
Глубокие душевные терзания, которые затрагивают экзистенциальные вопросы. Почувствуйте глубину души.
Фильм: «Преступление и наказание» (1969).
4. «Война и мир», Лев Толстой.
Это не книга, а машина времени, полное погружение в другую эпоху. Также много информации о высшем обществе того времени и масонских ложах.
Фильм: «Война и мир» (1965–1967).
5. «Легкое дыхание», Иван Бунин.
Короткий рассказ о неуловимой и притягательной женственности.
Фильм: «Посвящение в любовь» (1994).
6. «Алиса в Стране чудес», Льюис Кэрролл.
Книга, разобранная на цитаты и фразеологизмы. Необходимо прочесть, чтобы знать, почему «необходимо бежать, чтобы только оставаться на месте» и как попасть в кроличью нору.
Фильм: «Алиса в Стране чудес» (2010).
7. «Алые паруса», Александр Грин.
Одна из самых известных инструкций по реализации желаний! Главный совет — рассказывать людям о своих мечтах и безоговорочно верить, что они сбудутся!
Фильм: «Алые паруса» (1961).
8. «Над пропастью во ржи», Джером Сэлинджер.
Автор написал всего один роман, такой же загадочный, как и он сам, и удалился от мира.

9. «Анна Каренина», Лев Толстой.

История женщины, которая не боится любить, ошибаться, менять свою жизнь и противопоставлять себя высшему обществу.

Фильм: «Анна Каренина» (1967).

10. «Империя ангелов», Бернар Вербер.

Альтернативная история об устройстве мира. Особенно порадует тех, кому интересно, что происходит, когда мы умираем.

11. «Ночь нежна», Фрэнсис Скотт Фицджеральд.

Увлекательное приключение на Лазурном Берегу Франции в богемной компании, где переплетаются судьбы богатых людей и так называемых «из грязи в князи» персонажей. Угадайте, кто будет себя держать достойней?

Фильм: «Ночь нежна» (1962).

12. «Великий Гэтсби», Фрэнсис Скотт Фицджеральд.

Этот роман может стать для вас настольной книгой об истории успеха одного мальчика, который хотел попасть в высший свет так же, как и вы! Читайте внимательно и подчеркивайте карандашом, что ему удалось и в какие моменты его репутация рисковала рассыпаться как картонный домик.

Фильм: «Великий Гэтсби» (2013).

13. «Три товарища», Эрих Мария Ремарк.

Проникновенная история о дружбе и любви, о надежде и неожиданных поворотах судьбы.

Фильм: «Три товарища» (1938).

14. «Евгений Онегин», Александр Пушкин.

Легендарный роман в стихах, который читается на одном дыхании.

Фильм: «Онегин» (1999).

15. «Ромео и Джульетта», Уильям Шекспир.

Вечная сказка о любви. Будьте осторожны! После этого произведения захочется говорить стихами. Не сдерживайте себя, потренируйте рифмы.

Фильм: «Ромео и Джульетта» (1968).

16. «Суламифь», Александр Куприн.

Мудрость царя Соломона и нежная история любви к простолюдинке. Хотите знать, чем может закончиться связь людей из разных социальных слоев?

17. «Маленький принц», Антуан де Сент-Экзюпери.

Детская сказка, в которой за каждым образом спрятаны очень глубокие и взрослые мысли. После прочтения обязательно посмотрите расшифровку этого произведения психологами.

Мультфильм: «Маленький принц» (2015).

18. Рассказы О. Генри.

Добрый юмор и захватывающе неожиданные развязки. Невероятно, что тюремное заключение автора подтолкнуло его к написанию таких позитивных и вдохновляющих историй.

Фильм: «Вождь краснокожих и другие...» (1952).

19. «Портрет Дориана Грея», Оскар Уайльд.

Много философских вопросов и крылатых фраз. Главная дилемма очень актуальна в наш нарциссический век: что же является более важным — красота внешняя или внутренняя?

Фильм: «Дориан Грей» (2009).

20. «Двенадцать стульев», Илья Ильф и Евгений Петров.

Когда есть большая мечта, нужно сделать все для ее осуществления. Главный герой — предприимчивый молодой человек — стремится к лучшей жизни. Книгу можно разбирать на цитаты. А сатира в ней остра, словно скальпель хирурга.

Фильм: «12 стульев» (1971).

21. «Золотой теленок», Илья Ильф и Евгений Петров.

Сатирический роман, в котором искусно высмеяно большинство человеческих пороков. Каждый соблазн воплощен в невероятно харизматичных персонажах. Главный герой — идеальная иллюстрация желающего попасть в высший свет мошенника, которому

прекрасно удается прятать свои истинные желания за выгодным образом.

Фильм: «Золотой теленок» (1968).

22. «Пигмалион», Бернард Шоу.

Книга о преображении простой девушки в истинную леди. Показан путь от простолюдинки до настоящей дамы из высшего общества, с чувством достоинства и изящными манерами.

Фильм: «Моя прекрасная леди» (1956).

23. «1984», Джордж Оруэлл.

Роман-антиутопия о жизни в обществе государственной диктатуры, цензуры и тотальной слежки. Справочник для выживания в трудные времена.

Фильм: «1984» (1984).

24. «Мастер и Маргарита», Михаил Булгаков.

Главный русский бестселлер XX века на Западе. Книга-афоризм. Книга-загадка.

Фильм: «Мастер и Маргарита» (1994).

Действуй!

Составь план знакомства с книгами и экранизациями. Моя идеальная формула: прочесть произведение, а потом посмотреть фильм. Во время чтения ты представишь более полную картину и яркие образы. Просматривая фильм, ты дополнишь плод своего воображения замыслом режиссера, продюсера и актеров.

Перед тобой список книг на два года. Одну книгу в месяц ты вполне сможешь осилить! Не любишь читать? Слушай аудиоверсии. Пополняй свою культурную копилку и не забудь блеснуть при случае крылатыми фразами, чтобы прослыть литературным гурманом и знатоком актуальной классики!

Джоан Роулинг (род. 1965)

Старт жизни: Джоан родилась в Йейте (Великобритания) в обычной семье и получила классическое университетское образование. В молодом возрасте она отправилась в Португалию преподавать английский язык, где познакомилась со своим мужем. Но счастья брак не принес. Физическое и эмоциональное насилие вынудило Джоан бежать вместе с ребенком в Англию, где она и закончила свою первую книгу о Гарри Поттере. Развод был серьезным испытанием для Джоан. Отсутствие работы и стабильности привело к затяжной депрессии.

Чего достигла: Джоан Роулинг стала первой долларовой миллиардершей, которая заработала состояние писательством. По ее книгам сняты кассовые фильмы. Произведения Роулинг имеют миллионы поклонников во всем мире! В настоящий момент Джоан активно занимается и благотворительностью.

Что помогло достичь успеха: сублимация и эскапизм, бегство от ужасающей действительности. Всю свою боль и депрессию писательница решила не копить внутри, разрушая себя. Она написала свое произведение в самый сложный период жизни и верила в него. Двенадцать раз ей отказывали все известные издательства в публикации первой рукописи. Сколько упорства нужно, чтобы не разочароваться, а раз за разом отправлять свой труд в издательства, когда одна за другой следуют неудачи.

Интересный факт: идея книги о мальчике-волшебнике пришла довольно неожиданно во время четырехчасового стояния поезда на пути из Манчестера в Лондон. Правда, тогда автор не смогла найти ручку, чтобы сразу начать писать. А попросить у других пассажиров она постеснялась.