

ТЕПЕРЬ НАДО *жить*

РАЗВЕ МОГЛА ОНА ЗНАТЬ, ЧТО СТАНЕТ ОЛИМПИЙСКОЙ ЧЕМПИОНКОЙ УЖЕ ПОСЛЕ ТОГО, КАК УЙДЕТ ИЗ БОЛЬШОГО СПОРТА? ЧТО, ВЕРНУВШИСЬ В РОССИЮ ЧЕРЕЗ МНОГО ЛЕТ, БУДЕТ ЛЮБИМА ПУБЛИКОЙ БОЛЬШЕ, ЧЕМ КОГДА-ЛИБО? ЖИЗНЬ – ШТУКА НЕПРЕДСКАЗУЕМАЯ. ГЛАВНОЕ В НЕЙ – ТЕРПЕНИЕ И УМЕНИЕ ПРИСЛУШИВАТЬСЯ К СЕБЕ. ЖИЗНЕННАЯ ФИЛОСОФИЯ ТАТЬЯНЫ НАВКИ, ЕЕ РАДОСТИ И ПЕЧАЛИ, МЫСЛИ ПО ПОВОДУ И БЕЗ – В БЕСЕДЕ С ИЛЬЕЙ АВЕРБУХОМ.





ФОТО ОЛЬГА ЛАВРЕНКОВА

*Платье Antonio
Marras;
единственный
в Москве кабрио-
лет Hudson Eight,
1936 г., США*

*Платье Alberta
Ferretti; босоножки
Barbara Vui; бусы
Jean-Paul Gaultier;
велосипед
«Паук» XIX в.,
Великобритания*



Т

ЛИЧНОЕ ДЕЛО

Татьяна Навка родилась 13 апреля 1975 г. в Днепропетровске. Фигурным катанием начала заниматься в 1980 г. Первый тренер – заслуженный тренер России Н. Дубова. Выступала за Белоруссию в 1993–1998 гг. в дуэте с Самвелом Гезаляном, Николаем Морозовым. С 1998 г. начала выступать за Россию с Романом Костомаровым, но спустя год дуэт распался. Татьяна ушла из спорта, вышла замуж и родила дочь, а он стал кататься с Анной Семенович. Однако спустя два года Татьяна и Роман вновь решили кататься вместе. Наставником дуэта стал супруг Татьяны, в прошлом известный фигурист Александр Жулин. Мастер спорта международного класса. Серебряный (2000, 2001) и бронзовый (1999) призер чемпионатов России; чемпионка России (2002, 2003, 2004); бронзовый призер чемпионата Европы (2003); чемпионка Европы (2004, 2005); чемпионка мира (2004, 2005); победитель (2004, 2005) и серебряный призер (2003) финалов соревнований серии Гран-при; олимпийская чемпионка (2006). Долгое время проживала и тренировалась в Монтклере (Нью-Джерси, США). С началом проекта «Звезды на льду» вместе с мужем и дочерью вернулась в Москву. 6 сентября 2008 г. в паре с профессиональным танцором Александром Литвиненко приняла участие в конкурсе бальных танцев «Танцевальное Евровидение», где заняла второе место.

роект помог нам с Романом переосмыслить отношение друг к другу. Жаль, что его не было в то время, когда мы выступали в спорте. Глядя на то, как Рома общается со своими партнершами по «Ледниковому», я понимаю, что у него кардинально изменился подход. То же касается и меня – мы изменились оба. Научились прислушиваться к другому человеку, прощать многие вещи. Раньше, по молодости, я часто думала, что права. Если делала все правильно, а элемент не получился, виноват был партнер. На самом деле это не так. Порой нужно отступить, чтобы победить.

Вы с Романом оба – лидеры. А два лидера в паре – как два скорпиона в банке.

Зато какая получилась пара! Все это повлияло и на наши выступления: было видно, что катаются две сильные личности. Я на год старше Ромы, к тому же рано начала выступать в большом спорте. Была уже опытной, созревшей спортсменкой – на чемпионатах мира и Европы занимала четвертое-пятое места, в то время как мой будущий партнер ходил в юниорах. Он был младше, слабее – так мне в то время казалось. Начни мы тренироваться сейчас, отношения сложились бы по-другому. Я бы слушала его беспрестанно, чаще уступала... Сейчас он созрел для того, чтобы быть лидером. Пришел к тому возрасту, когда мужчина лучше понимает женщин. Говорят, что умный учится на чужих ошибках, а дурак – на своих. На самом-то деле мы все учимся только на собственных ошибках, чужие мало кому помогают.

Так или иначе, мы с ним дополняли друг друга – совпадали, как два элемента пазла. Мои сильные стороны уравнивали слабые его, и наоборот. Мы оба хоть и вспыльчивые, но отходчивые. Никогда друг на друга долго не злились. Даже если ссорились, вечером на тренировке все забывалось. У нас даже не два, а три лидера было! Третий – Саша, но

он чаще отступал. Наверное, поэтому, что был мудрее.

С каждым новым партнером ты другая, и всегда это гармония. Трудно ли почувствовать дружого человека, понять, что нужно именно ему?

Все началось со «Звезд на льду». Марат очень тонко и с юмором обходил все острые углы – многому меня научил в плане психологии и отношений в паре. Многие считают – и я с этим согласна – он помог раскрыться моей индивидуальности. Каждый новый партнер – это целый отдельный мир, отличный от других. Порой он говорит вещи, которые я не могу понять: все по-другому видит! Мы изматываем друг друга психологически, эмоционально. Привыкли к одному, а приходится учитывать мнение человека, который иначе понимает жизнь. **Много требуется времени для того, чтобы притереться друг к другу?**

Первые две недели – цветочно-букетный период, когда между нами все замечательно. Потом начинаются трения... Это как в семье: ты встречаешь человека, возникают флюиды, потом – призывание, ты начинаешь видеть не только положительные стороны, но и отрицательные. Все как в жизни! Бывает, дочка мне говорит: «Ну, мам, ну отстань!» А я, вместо того чтобы обидеться, вспоминаю: то же самое я говорю своей маме! И это вовсе не означает, что я ее не люблю. Мы часто выплескиваем негативную энергию на близких людей – это нельзя воспринимать всерьез. Обидно, конечно, но надо терпеть. Я учусь прощать, забывать обиды, давить в себе амбиции – в этом смысле проект преподал хороший урок.

Думаю, нам с Романом потону и удалось добиться результата в спорте, что мы оба умеем терпеть. Теперь я понимаю, что успех в семейной жизни – это тоже терпение. Мы без конца что-то преодолеваем и терпим, терпим, терпим... У кого не хватает терпения, тот сдастся и проигрывает.

Твоя жизнь после спорта сильно изменилась?

Конечно. Я долгие годы шла к олимпийской медали: работала и все ждала, когда он наступит, этот момент, — мои мучения закончатся. Приходилось каждый день преодолевать себя. Думала: достигну высшей планки в спорте, и начнется райская жизнь. Внутри росло нетерпение — уж поскорей бы! И вот я достигла цели. Блаженство скоро прошло, и я поняла: жизнь-то только начинается! Теперь и надо жить!

Я обязательно найду занятие, которое будет меня питать. Я бы, например, с удовольствием поработала на телевидении, могу заняться бизнесом. Жизнь — это коридор, и в нем тысяча дверей. Многие готовы открыться перед человеком. Но не стоит идти в первую попавшуюся дверь — надо найти ту единственную, свою, не пройти мимо. Передо мной много дверей открывается, но я интуитивно знаю, куда идти, а куда не стоит. Невозможно предсказать, что будет. Главное — не потерять интерес к жизни. Талантливый человек, целеустремленный, с позитивной энергетикой всегда добьется своего.

Приходилось выбирать не ту дверь?

На первый взгляд так могло показаться, но в конечном счете становилось ясно: все правильно. Вот, пожалуйста, пример. Много лет назад я была очень близка к пьедесталу. Передо мной стоял выбор: ехать с любимым, то есть с Сашей Жулиным, к нему или отправляться со своим тогдашним партнером на другой конец света делать карьеру. «Если любит, пусть сам едет за тобой», — говорила мама. И была права, я бы своей дочери сказала то же самое. Но Саша пообещал: все будет хорошо, и я ему поверила. Поступила неразумно, бросила все — партнера, карьеру — и поехала с ним. И никогда об этом не жалела! Кто знает, поступи я иначе, может быть, стала бы олимпийской чемпионкой на много лет раньше. А может, не стала бы вообще.

Пошла наперекор родителям?

Мама у меня очень сильная и властная — так давит, что порой невозможно терпеть. Я с пеленок испытывала на себе это давление и всегда делала по-своему. Боялась ее расстроить, но все равно поступала так, как считала нужным. Моя мама — настоящая мама. Она выкладывалась полностью, по одному звонку решала любые вопросы. Руку могла за меня отдать. Между нами существовало абсолютное доверие — со всеми своими проблемами я бежала именно к ней. Бывали моменты, когда мне казалось, что жизнь кончена, а поговорю с мамой — и все становится на свои места. Сейчас ее энергия уходит на внучку.

«Я БОЯЛАСЬ РАССТРОИТЬ МАМУ, НО ВСЕ ВСЕГДА ДЕЛАЛА ПО-СВОЕМУ»

Дочь похожа на тебя характером?

Она, как и я, с пеленок знает, чего хочет, и все делает по-своему. Настолько мудрая девочка, что уже сейчас понимает, что, где и как можно говорить. Иногда я общаюсь с ней как со взрослой двадцатилетней девушкой.

Она профессионально занимается теннисом, у нее для этого есть все данные. Саша вообще очень талантливый человек — и слух у нее великолепный, и голос, есть способности к языкам и к математике, рисует хорошо. Чего ни коснись, все получается. Намного лучше, чем у меня. *(улыбается)* И с бешеным юмором — в папу, наверное. Тьфу-тьфу-тьфу... Я считаю, что в ребенка необходимо закладывать как можно больше — он же, как губка, впитывает. Пока молодой, пока есть силы, добивайся! Бог увидит твоё стремление и впоследствии даст тебе больше, чем другим.

Я сама в детстве была как маленькая лошадка. Не могу сказать, что обожала фигурное катание

и стремилась на тренировки. Во мне словно работала некая программа — шла потому, что понимала: так надо. Помню, на каком-то дне рождения я уснула за столом в школьной форме. Родственники сказали родителям: «Зачем вы мучаете ребенка? У нее же нет детства!» А оно было! Я ездила и в пионерские лагеря, и к бабушке на дачу, и с мамой на море... Играла в казаков-разбойников, в брызгалки, гоняла по двору на велосипеде, на горках зимой каталась... Но не с утра же до ночи этим заниматься! Просто у меня была цель. Я знала, что ерунде могу посвятить один день в неделю, не больше. И у моего ребенка есть детство — еще больше, чем у меня. Она и на

теннис-то начала ходить, потому что в парке «Сокольники», где проходят тренировки, живет стая собачек. После тренировки дети кормят этих собак, гуляют с ними, дружат.

А почему дочь отдала в теннис, а не в фигурное катание?

Мы с Сашей решили, что хватит в семье фигуристов — попробуем что-то другое. Теннис разносторонне развивает. Потом, если что-то не получится, можно будет играть для себя — поддерживать форму. Фигурным катанием «для себя» не будешь заниматься. В любом случае спорт учит преодолению.

Когда ты еще тренировалась в Москве, у Добовой, я много раз слышал: «Какая хорошая девочка Таня Навка! Она далеко пойдет!». Ты уже тогда чувствовала, что рождена чемпионкой?

Любовь к фигурному катанию родилась во мне не сразу, хоть я и понимала, что у меня есть данные. Огромное наслаждение от работы стала получать уже



*Платье Alberta
Ferretti; туфли
Giuseppe Zanotti;
автомобиль
«Грозная птица»
Thunderbird, семей-
ство Ford, 1936 г.,
340 л. с., 8 л.*



*Сверху: платье
Alberta Ferretti;
бусы Jean-Paul
Gaultier.
Справа: платье
Alberta Ferretti;
автомобиль
«Грозная птица»
Thunderbird*

ФОТО ОЛЬГА ЛАВРЕНКОВА





в зрелом возрасте. Саша привил мне эту любовь. А тогда бывали очень тяжелые моменты. Помню, я звонила маме и плакала: «Мне тяжело, я больше так не могу!» Хотела, чтобы меня пожалели. «Все, — моментально реагировала моя мама, — завтра же заберу твои документы. Поедешь обратно в Днепропетровск, будешь жить как нормальный человек». Помню, я ей тогда сказала: «Нет. Не надо этого делать. Ты мне помощник или враг?»

Я уже тогда понимала, что это и есть мое призвание, нравится оно мне или нет... С другой стороны, я пришла в фигурное катание именно потому, что мне понравилось — за шкирку никто не ташил. Увидела по телевизору Елену Водорезову и решила, что буду такой же.

И вот ниточка твоей судьбы оборвалась — ты перестала кататься с Ромой. Неужели ты тогда верила, что уходишь из спорта навсегда?

Когда я забеременела, то решила, что Бог дает мне ребенка взамен чемпионства, которое я так и не получила. Но мама моя продолжала верить, что рано или поздно я буду стоять на пьедестале почета, — даже тогда! «Особо не поправляйся, — говорила она мне, — ты еще будешь чемпионкой!» А я смеялась: какой спорт?... Был момент, когда я действительно не хотела больше кататься. Но потом решила, что всю жизнь себе этого не прощу, и опять вышла на лед. Когда пришел черед Олимпийских игр, никто не верил, что мы победим. Но выходя на лед в Турине, я была уверена в себе, в том, что мы будем олимпийскими чемпионами. Тем более что на трибуне находились самые главные люди в моей жизни: моя мама, моя дочь и мой муж. Хотя, наверное, каждый спортсмен прошел тяжелый путь к своей Олимпиаде, но вера была дана мне свыше.

Вернемся к детству. У большинства людей оно заканчивается лет в восемнадцать, не раньше.

А ты в четырнадцать лет уже уехала жить в Москву, причем совершенно одна, без родителей.

Я не понимала, что это тяжело. Просто знала, что так нужно. Нравится или нет, но я должна ходить на тренировки. Почему-то должна это делать, и все! Это сейчас я думаю: не дай бог, мой ребенок пройдет через такое... Как-то спросила у мамы: «Почему ты меня отпустила?» — «Была уверена, что с тобой ничего не случится: ты не вляпаешься в историю, не попадешь в дурную компанию...» Вот таким я была ребенком!

Вначале я жила у чих-то знакомых. Платила деньги, и меня кормили, стирали и гладили одежду. В одной семье, потом в другой

Да, маме. В основном по телефону, хотя она, как только была возможность, мчалась в Москву из Днепропетровска. Мне было очень одиноко в то время, правда. Зато теперь я весьма общительный человек! Так долго жила без родных, что восполняю пробел: много общаюсь и с мамой, и с сестрой. *Ты чувствуешь, что повзрослела?* Конечно, совершенно другие мозги! Я зрею не по дням, а по часам, внутренне очень сильно меняюсь. Говорят, тридцать три — это возраст Христа. Человек в этом возрасте начинает понимать жизнь. Мне кажется, это со мной и происходит. Я только сейчас превращаюсь из девушки во взрослую женщину. Не потому, что старею, просто становлюсь более мудрой.

«Я ТОЛЬКО СЕЙЧАС ПРЕВРАЩАЮСЬ ИЗ ДЕВУШКИ ВО ВЗРОСЛУЮ ЖЕНЩИНУ»

семье... Потом в Подлипках с дочерью маминой подруги, которая училась в МГИМО, — как и я, из Днепропетровска. Тренировка — школа — тренировка — дом. У меня не было друзей — только подружки на льду. Никаких компаний, тусовок, дискотек — вообще ничего! Шла своей дорогой, ни на кого не смотрела, никого не слушала — пахала в одиночестве. Только став постарше, я начала ходить в театры.

Испытывала дефицит общения? Конечно! Какое-то время было очень тяжело. Я скучала по семье, по своим близким и боялась выходных дней. Помню, красиво одевалась и шла гулять по Подлипкам, покупала мороженое... У меня было несколько подружек на катке, иногда они приглашали меня к себе домой. *А эмоции куда сбрасывала — маме звонила?*

Хотел поговорить о твоём характере. Как ты считаешь, он у тебя простой или сложный? Интересный вопрос! А что значит «непростой характер»? Ты как думаешь, Илья, у тебя простой или нет? Я считаю, что у нас у всех сильные и непростые характеры. Невозможно добиться успеха с простым характером. Да, я требовательная, но в первую очередь к себе. Если делаю что-то, то на сто процентов. Не могу выйти, допустим, на лед и работать вполсилы — лучше вообще не браться. Получится, не получится — другой вопрос. Не всегда получается, но я пытаюсь и борюсь. И ребенка своего так воспитываю: ну нельзя тяп-ляп писать в тетрадке! Надо красиво. Не знаю, может быть, это чересчур... Но я такая и по-другому уже не могу. Есть такое слово — перфекционист, так вот Саша считает, что я к этому очень близка.

Я требовательна к тем, от кого завишу в работе, — в том числе к своим партнерам по «Ледниковому периоду». Потому-то у нас и получается хорошо. Не люблю обижать людей, но и юлить не буду, врать, придумывать что-то. Да, могу сорваться, но обязательно потом извинюсь, если виновата.

А если не виновата?

Даже если не виновата, могу извиниться, чтобы не испортить отношения. Тяжело, конечно, переступить через себя, остается осадок. Поэтому я все равно потом расставлю точки над *i* — прогнусь, помирюсь, но обязательно вернусь к этому вопросу в более благоприятное время. Объясню своему партнеру, что он был неправ. Тогда камень с души упадет. Недомолвки ненавижу!

Со своим настроением умеешь справиться?

Я стараюсь, но иногда у меня все на лице. Когда выхожу на лед, моментально обо всем забываю. Есть только я, партнер и зрители. Иногда звоню подругам — это помогает забыть, уйти от проблемы. Прячусь в семью. В Америке меня выручала шоппинг-терапия. Если тренировка прошла неудачно — я прямиком в магазин! Домой возвращалась довольная, счастливая, с шикарным настроением. В Москве так не выходит. Здесь я не получаю удовольствия от магазинов — не знаю почему.

Я каждую неделю хожу в баню — это помогает избавиться от стресса. Люблю русскую баню, на дровах. Особенно хорошо зимой, где-нибудь в Сибири, когда ты выскакиваешь из парной — и сразу в прорубь или в снег. Потрясающие ощущения! Иногда выручают тренировки, вообще спорт. Стоит только войти в фитнес-клуб, начать заниматься, и плохая энергетика уходит. А летом, на лошадах? Обожаю это ощущение полета...

Когда у нас с Сашей только начинались отношения, он говорил: «Счастливый человек, ты еще можешь радоваться!» Тогда, в восемнадцать лет, я этого не понимала...

«РЯДОМ ДОЛЖЕН БЫТЬ МУЖЧИНА, ИНАЧЕ Я БЕЗ РУК, БЕЗ НОГ»

Прихожу в Диснейленд и радуюсь. А как иначе? Это качество сохранилось во мне по сей день. Думаю, что люди, которые умеют находить в жизни радостные моменты независимо от возраста, счастливые люди. Наверное, поэтому я собираю клоунов — дома сделала для них специальную витрину. Смотрю на них, и у меня сразу же создается праздничное настроение.

Конечно, бывают черные дни, когда ничто не радует. Тогда наступает паника, и я думаю: «О боже! Подождите, жизнь-то продолжается! В ней столько прекрасного!» Я, например, люблю с утра подойти к окну и отдернуть шторы, чтобы в лицо ударили солнечные лучи... Обожаю весну!

Где тебе больше нравится жить — в Америке или в России?

С одной стороны, Америка больше держит семьи. Там спокойствие, быт, цивилизация, где люди не существуют, а живут. Но возможностей для самореализации там меньше. Здесь, в Москве, мне кажется: если не пойду на встречу, упущу что-то очень важное. Одна возможность, другая — и так до бесконечности. Расти конечно хорошо, но нужно уметь останавливаться, отличать главное от второстепенного. Но мне и это нравится! Для меня идеально было бы и там, и здесь.

Что для тебя мужчина?

О! (смеется) Какой коварный вопрос ты задаешь мне, Илюша! Для меня это все. Я не могу без мужчины, несмотря на то что такая сильная. Мне необходима его энергетика. Нужно, чтобы мужчина заботился обо мне, чтобы было кому отдать свою заботу. Просто чтобы он был рядом — до старости. Человек, с которым можно делать все — ругаться, плакать, смеяться, смотреть кино, заниматься лю-

бовью... Я никогда не ставила во главу угла карьеру, семья для меня на первом месте. Рядом обязательно должен быть мужчина, иначе я без рук, без ног.

Что для тебя главное в отношениях с мужчиной?

Уважение, терпение и, конечно же, юмор. Без юмора вообще невозможно жить на свете.

И где находится предел твоего терпения? Простишь зубную пасту на зеркале?

Прощала и прощаю. Обычно неделю терплю, потом спрашиваю: «Ты можешь вытерпеть?» — «Ой, да, конечно, прости...» Вытер, и опять всю неделю я поднимаю полотенца с пола в спальне и несу их в ванную на вешалку. На восьмой день терпение заканчивается, и я говорю: «Ты можешь повесить сам?» Пару дней все в порядке — и по новой... Но, конечно же, для меня это не главное в отношениях. Все мамы говорят своим детям: «Вымой руки перед едой, почисти зубы». У нас женщин, это в крови. Наверное, так же выглядит и с мужчинами. Ко всему нужно относиться с юмором. Так что я не буду молчать — скажу, но не в форме ультиматума. Зубная паста не повод, чтобы испортить отношения.

О чем ты мечтаешь?

Помню, когда была маленькая, на Новый год к нам приезжали родственники со всей Украины. Полный дом гостей! Папа и мама переоделись Дедом Морозом и Снегурочкой. Стихи, танцы, все выпивают, поют песни... Счастье! Во многих семьях так. Но дети взрослеют, и семьи почему-то распадаются... Редко кто может удерживать это счастье на долгие годы. Я хочу. Моя мечта — это дом, камин, рядом старый дед и куча внуков.

Записала Лада Ермолинская

*Платье Alberta
Ferretti; босоножки
Barbara Vui; бусы
Jean-Paul Gaultier*

*Фото: Ольга Лавренкова
Стили: Елена Новикова
Визаж: Марина Сафронова,
Дарья Горобец
Прическа: Олег Родин*

*Выражаем благодарность Музею
ретроавтомобилей на Рогожском валу
и лично его руководителю Дмитрию
Октябрьскому за помощь в проведении
съемки*