

ТАТ R®

МАЙ 2017

АЙШАТ
КАДЫРОВА

ПЕРВОЕ
БОЛЬШОЕ
ИНТЕРВЬЮ

ЧЕЛОВЕК
из
ЦАО

10

ПРИЗНАКОВ
НОВОГО
МОСКОВСКОГО
СНОБА

НА
ИЗМЕНЕ

ЗАЧЕМ МУЖ
ВЕДЕТ ЛЮБОВНИЦУ
в ОЧЕНЬ СВЕТСКИЙ
РЕСТОРАН?

СОЛНЕЧНЫЙ
ЗАИЧКА

МАРИНА ЛИНЧУК С ЮНЫМ БОЙФРЕНДОМ
ЧИСТИТ ПЛЯЖ НА МАЛЬДИВАХ

ISSN 1996-6091 17005
9 771996 609775

Я много раз признавалась в любви к системе Анри Шено. И не потому, что в ней есть что-то уникальное или особо затейливое, хотя умный доктор умеет навести мистическую древнекитайскую тень на довольно простой западный плетень. В его системе мне как раз простота и нравится. Я могу прожить без массажей по меридианам и биоэнергетических процедур (хотя допускаю, что они кому-то помогают). Но вот диета в сочетании с обертываниями, ваннами и прекрасными меранскими декорациями всегда действовала на меня безотказно.

Самое замечательное в системе Шено — в отличие от множества детоксов, испробованных мной, — это то, что ей легко следовать. Я считаю аюрведу гениальной и мощной наукой, но выдерживать ее правила в суматошной западной жизни не просто. То же и с макробиотикой — адепты вынуждены так или иначе становиться асоциальными персонажами и слишком фанатично следить за тем, что и как они едят и пьют (вообще-то они почти не пьют).

Шено не запрещает простые радости жизни. Разрешает и пару бокалов красного вина, и тарелку пасты с красным соусом, и — о ужас! — даже кусок красного мяса в красный день календаря. В его дворце-клинике невероятно вкусно кормят, не мучают голодом, не изводят утренними клизмами, отправляют гулять вдоль горной речки по маршруту императрицы Сиси и варят красивый капучино из цикория. Налицо не только магия системы, но и магия тирольского местечка, куда мы все так или иначе любим возвращаться.

Новость об открытии Chenot Palace в Азербайджане привела меня в некоторое замешательство. Шено? В Азербайджане? Не в волшебном Тироле? А как же горная речка? Императрица Сиси? Итальянские помидоры?

Меня успокоили: горы будут, причем круче и выше меранских. Нога императрицы сюда, конечно, не ступала, но зато одновременно со мной новый спа в курортной горной Габале собирается посетить президент Алиев с женой Мехрибан, не жужжухнул. Итальянских помидоров не обещаю, но чем бакинские хуже?

А как же обаяние старого дворца? Ну да, все в Габале построено заново, но почему вас тянет на европейскую дворцовую пыль? В Азербайджане все новое, с иголки, выстроенное именно как современный просторный спа, а не конвертированное в клинику, как в столетнем Мерано. А про медицинское оборудование в Габале и вовсе рассказывали чудеса: последнее



Учение Габалы

Доктор Анри Шено, пригвоздивший свет к детоксу, открыл клинику в Азербайджане. Составит ли она конкуренцию его дворцу в Итальянских Альпах?

ТЕКСТ: *Карина Добротворская*

слово техники, диагностика на грани фантастики и все такое. Долго уговаривать меня не пришлось. Система есть система, она должна работать независимо от вида из окна и сезона (а за окном предполагалась холодная снежная зима).

Самое, пожалуй, утомительное — это дорога в габальское чистилище. Три с половиной часа по не самой ухоженной дороге (иногда очень красивой, иногда довольно раздолбанной, иногда серпантинной, но всегда — совсем не быстрой). К моменту прибытия вас уже слегка подташнивает и не хочется ничего, кроме как залечь в кровать. Что я и сделала, тем более что за окном была непроглядная тьма. А когда проснулась утром и раздвинула шторы, то просто обомлела. Здесьние виды — покрытые снегом горы и синеватые ели, озеро прямо под окном, ветвящиеся протоптанные дорожки — пожалуй, бьют меранские. Если задача спа — очищение, то идею чистоты тут довели до абсолюта. Минималистская современная архитектура: дерево, камень, чистые линии, функциональный декор, огромные свобод-

ные пространства, всюду окна в пол, большой бассейн — частью закрытый, а частью открытый, прямо посреди снегов. Белый цвет и цвет дерева доминируют. По сравнению с Мерано все в разы просторнее. Воздух и там, и там — чистейший, но, пожалуй, Габала даст фору, у здешнего — какой-то особый, чуть терпкий сосновый аромат, вдыхая который, вы почти физически ощущаете, как вас накачивают каким-то энергетическим концентратом. Никакие озонные процедуры тут не нужны, хотя они, разумеется, представлены в меню — кислородная терапия тут идет постоянно. И да, аппаратура, которую главврач всех клиник Шено грек Джордж Гаитанос выбирал по всему миру, выискивая самое новое и самое эффективное. Это и диагностические аппараты — одного прикосновения к вашей руке или позвоночнику достаточно, чтобы получить полную клиническую картину. И тренажеры, имитирующие высокогорные условия или позволяющие бежать почти в невесомости. И криосауна, состоящая из трех совмещенных кабинок (я малодушно выскочила из второй,



1. Chenot Palace Health Wellness Hotel в предгорье Большого Кавказского хребта на берегу озера Нохур. 2. Тренировки проходят в бассейне, залах и на свежем воздухе. 3. В двухуровневом президентском ските есть зона отдыха с хаммам, тренажерами, сауной и джакузи.



2



3



В ресторане сервируется исключительно диетическое меню.

не добравшись до самой главной, с температурой минус сто двадцать по Цельсию). Говорят, что только в оборудованные лаборатории вложили больше ста тысяч долларов. Охотно верю, здесь все и правда кажется занесенным из мира будущего. Причем врачей и персонал здешние технические чудеса, которые они активно осваивают, явно удивляют не меньше пациентов.

Сам Джордж уверяет, что задача габалинского проекта — не просто создать идеальный центр превентивной медицины, но и спровоцировать все защитные силы организма, дать телу мощный толчок к самооздоровлению. Инвазивные методы здесь не поощряют. То есть анализ крови сдать, конечно, можно, но только если попросите. В Габале уверены, что точная диагностика проводится более тонкими способами. А еще тут гордятся докторами, свезенными со всего света, — и греки, и итальянцы, и местные, и турки —



Массажные масла Actif Yang и Actif Detox, CHENOT COSMÉTIQUE.

у каждого доктора есть медицинская степень.

Теперь минусы — а они есть, как и в любом свежем месте. Про дорогу я уже написала. Скоро появятся прямые рейсы из Москвы и Дубая прямо в Габалу. Если это случится, то резко увеличит конкурентные шансы нового дворца Шено. Еда. Мы все помним, как замечательно кормят в Мерано, как красиво сервированы блюда, как они пахнут и т. д. В Габале следуют тем же рецептам, но результат получается скучным и пресным, несмотря на шефа-итальянца, привезенного из Мерано. Шеф храбро сражается с местными продуктами, но итальянского качества и итальянских вкусов пока добиться не может. В Мерано об этом знают и над этим работают. Не буду упоминать и некий организационный хаос — это нор-

мально через несколько недель после открытия. Я скучала по групповым спортивным занятиям и аквааэробике, которых много в Мерано, — здесь пока предлагают только персональные тренировки в невероятных размеров зале с застекленными стенами. Есть и проблема языка. Габалу позиционируют как «Палас Шено», где говорят по-русски. Это и так, и не так. Молодой местный персонал русского уже почти не знает, а большинство докторов — иностранцы. С английским тоже не у всех гладко. Впрочем, проблемы это не составляет, тем более что все услужливы, эффективны, улыбки и очевидно горды своей космической клиниккой. Ничего не могу рассказать про прогулки — было слишком холодно, чтобы меня тянуло гулять. Говорят, есть прекрасные пешеходные маршруты. Но выходить за границы территории не очень хочется — вокруг этого минималистского чистилища течет предсказуемо скромная провинциальная жизнь во всех ее скромных и нескромных проявлениях.

Главный вопрос после любого детокса: и как результат? Так вот, результат ровно такой же, как и в Мерано. В моем случае ушло два килограмма за шесть дней, но расставание с лишним жиром стабильно продолжалось после отъезда. С собой я увезла пухлую папку диагностических бумаг, снабдивших меня нужным и ненужным знанием о потенциальных и реальных проблемах. Мешок с витаминами и пищевыми добавками, целебные чаи, несколько многообещающих кремов — ну это святое, это мы вывозим с каждого детокса. Но главное — ощущение, что легкие прочистили какой-то мощной пескоструйкой. Нигде мне так легко не дышалось.

На вопрос «Мерано или Габала?», который задают друзья, я отвечаю: «Оба!» Мерано летом, Габала зимой. Может быть, там и летом замечательно, не проверяла. Но есть что-то родственное в идее снега и идее чистоты. ❖