**Ирина Хакамада: «Раз в год я устраиваю истерику»**

Она была готова к разговору ровно во столько, во сколько и договаривались: в десять утра. Время, когда многие из знаменитостей ещё сладко спят.

Ирина Хакамада – политик, писательница, телезвезда, красивая женщина, мама, жена…

**Всегда встаете рано?**

Часов в девять. Ложусь – в два, так что сплю нормально – семь часов.

**Первым делом – кофе и новости?**Я сначала пью воду, только потом кофе. Потом чуть-чуть занимаюсь спортом – на тренажере типа велосипеда. Одновременно смотрю РБК, получаю все новости. Душ, легкий завтрак – и по делам.

**Мы недавно всей редакцией повампирили – просмотрели море интервью с вами «за жизнь». Подпитались вашей энергией и силами. Как восстанавливаетесь после публичных выступлений?**

Любой человек, который делает то, что ему нравится и делает так профессионально, что это нравится другим, получает энергию. Главное, чтобы эти две вещи совпадали. Можно, конечно, написать роман, но он годится только в мусорный ящик. Можно снять фильм, который никто не смотрит. Можно читать лекции, которые никому не нужны. Или лечить людей так, чтобы их калечить. А когда вам самому все по кайфу, тогда и энергия будет.

**Вы производите впечатление крайне сильного человека. Совместимо ли с вами понятие «женская истерика»?**

Раз в год я устраиваю истерику. Чтобы поставить все на свои места. Я стала настолько мудрой, что самой уже тошно… И люди привыкают к этой мудрости. И думают, что могут делать что угодно, а «мудрая Ирина» все как-то сгладит. Периодически нужно быть слабой и устраивать истерики. Для близких, конечно. После этого все становится на свои места. Все понимают, что я тоже слабая. Что мне тоже нужна помощь. Меня тоже нужно беречь. Но это раз в год! Если устраивать истерику два раза в месяц или каждую неделю, тогда вы точно истеричка, и никто не станет обращать на вас внимание.

**Вы достаточно строго воспитывали сына… Запал в память случай, когда вы оставили в его спальне мусорный пакет на ночь, потому что он его не вынес. Или это придумали журналисты?**

У меня было двое парней: родной сын, и еще я взяла ребенка мужа, воспитывала его с пяти до восемнадцати лет. За ними было закреплено выносить мусор. Жили тогда бедно, кругом тараканы, крысы, и делать это следовало регулярно. И вот никак! Какой-то ночью я поставила два мешка с мусором в их комнату и закрыла дверь. Утром они встали – обалдели! И стали выносить мусор без напоминаний.

**Резко!**

А не надо много говорить. Нужно создать ситуацию, в которой человек принимает решение. Сколько можно талдычить: «Как тебе не стыдно!» Они не слышат! У них уши в этот момент отключаются. А у мам такой типичный спич, на который никто не обращает внимания. Поэтому полезно периодически совершать поступки, на которые прореагируют.

**Вы вообще строгая мама?**

Я мама ответственная. Очень! Ласковая. Я люблю хвалить своих детей. Но если мне что-то не нравится, пытаюсь говорить с ними, как со взрослыми людьми. Даже если ребенок маленький. Я не курица, которая сидит на яйцах. Я пытаюсь их научить защищать себя. Создаю условия, в которых готовлю их к самостоятельной жизни.

**Переживали, когда сын уходил во взрослую жизнь? Было материнское ощущение пустоты?**

Нет, потому что у меня росла маленькая Маша. У них с сыном разница в двадцать лет.

**Хороший, кстати, рецепт!**

**Ирина, вы когда-то признавались, что совершили ошибку, оформив квартиру в стиле минимализма. Переделали дизайн?**

Да, оформила все на свой вкус. Я жутко люблю путешествовать, мне очень нравится Азия, я много времени провожу в восточных странах и обожаю фильм «Индокитай». Поэтому теперь у меня в квартире неоколониальный стиль, я перемешала Европу с Азией, во мне ведь тоже две половинки…

**И -- ваше любимое место в доме?**

Диванчик напротив телевизора. Я киноман! У меня целая кинобиблиотека. А еще мы скачиваем фильмы. Плюс у нас всевозможные «тарелки». Поэтому, если есть возможность, я с утра до вечера смотрю фильмы.

**Кустурицу? Детективы?**

Ну нет! Киноманы смотрят все! Классику, авангард, авторское кино…

**А народный сериал «Сваты»?**

Сериалы, которые идут днем по федеральным каналам, я не смотрю. Только ночные, это обычно серьезные работы.

**Последний фильм, который оставил сильное или теплое впечатление?**

Я не понимаю здесь слова «теплое». Кино – это не подушка, и не одеяло… Последний фильм, который произвел сильное впечатление – «Левиафан» Звягинцева. Вначале, когда уходишь после просмотра, понимаешь только поверхностный план, а потом фильм забирает полностью, и вдруг начинают проявляться третий, четвертый планы… Там заложено очень много о взаимоотношениях маленького человека с большим миром.

**О чем спорите с мужем? Или уже вообще не спорите?**

О политике! В последнее время из-за Украины и Крыма стали заходить очень далеко, невозможно утихомирить… Я надеюсь, разума хватит всем, и постепенно этот ужас закончится.

**У вас жизнь была не такой уж легкой, хватало трудных моментов. Нажили свой собственный способ выходить из стресса, депрессии?**

Уйти от стресса -- значит переключить сознание. Для этого надо:

1. Иметь какое-то хобби. Любое, но лучше связанное с мелкой моторикой. Я, например, рисую иероглифы.
2. Впустить в свою душу какую-то параллельную иллюзию. Посмотреть фильм, сходить на спектакль, причем не занудный, не социальный, про принцессу Грейс, например.

 Мужчинам тоже полезна мелкая моторика, пусть собирают что- нибудь. А если хотят ехать на рыбалку или охоту, надо отпускать, пусть едут, ради бога. Это единственный для них способ с помощью адреналина убрать свой стресс.

1. Когда стресс переходит в депрессию, и силы покидают тебя, лучше всего уйти в паузу: я не боюсь этого стресса, я его приветствую. Наступил момент, когда можно отключиться. Лучше всего уехать одному на дачу, да куда угодно! И в тишине пережить, а главное – разложить стресс на микроэлементы, чтобы от него ничего не осталось. Препарировать. Потом сказать, что сам во всем виноват. Потом себя простить, всех простить и просто лежать, отдыхать, слушать музыку. И – получать удовольствие, что ты в одиночестве, вся такая несчастная… Это как болезнь. Когда человек заболевает, к нему приходят выдающиеся мысли. Потому что он наконец перестает носиться! И организм сам выходит из тупика.

**Вы стильная женщина. Это у вас природное или вы работали над собой?**

Нет, нет и нет: ничего природного! Я росла девочкой без вкуса. И даже написала об этом книгу «В предвкушении себя». Она как раз о том, как я себя совершенствовала.

**Не боитесь неизбежного? Возраста, например?**

Если вы хорошо выглядите, занимаетесь тем, что вам нравится, вы позитивны, вас окружают мужчины, которым вы симпатичны, которые вас уважают… Ну какой дурак будет думать о возрасте?! Нужно радоваться тому, как прекрасен сегодняшний день! Я не думаю о будущем, потому что мне пока нравится настоящее.

**Интервью: Ирина Торпачева**