



## «Давайте общаться!»



У нас в гостях талантливая актриса театра и кино - **Марина Сергеевна Коняшкина.** Она родилась в Минске, училась в театральном институте в Москве, здесь и построила карьеру актрисы. На счету Марины Коняшкиной более 50 работ в кино, интересные театральные работы в МХТ им. А.П. Чехова. Мы расспросили Марину Сергеевну о её творческом пути, дальнейших планах и любимых городах.



- **Марина Сергеевна, расскажите, пожалуйста, как приняли решение стать актрисой и переехать в Москву?**

- Знаете, можно сказать, что актрисой я стала из-за желания путешествовать. (Улыбается) Я не мечтала об актерской профессии, у меня «классическая» семья: папа - военный, мама - педагог. Актёров в роду не было. Мы жили скромно. Да и на дворе были «суровые» девяностые. В свои 14 лет я расстраивалась, что ни разу не летала на самолете. А мне так хотелось! Девочка из моей школы занималась в театральной студии, они много ездили, даже в Париже были. Она также как и я, была дочерью военного. Я подумала, значит, нужно идти в театральную студию. В 9 классе пришла туда. Мы съездили в Санкт-Петербург, Витебск - это было здорово. В студии мне сразу сказали, что театр - это моё. Я «заболела» театром, кино и решила поступать в Минске в театральную академию.



Фото из спектакля «Ундина».

И чтобы «потренироваться», поехала на вступительные экзамены в Москву. В итоге поступила и не вернулась обратно.

- **Какие у Вас были впечатления в первые годы обучения в Театральном институте им. Б. Щукина?**

- Да, сумасшедшие, только сейчас «отхожу» и понимаю, что уже 10 лет прошло, как закончила. Эмоций ещё много осталось. Я попала в театральную студию, заканчиваю школу, поступаю учиться в институт, перевезжаю в Москву. Это один большой день! Жизнь меняется на 360 градусов. Обучение вызывало только восторг. Четыре года быстро пролетели. Это была бешеная энергия, которая долго не отпускает.

- **На своей странице в Инстаграм в одном из постов Вы писали, что самый любимый раздел в институте был самостоятельный показ. Почему он привлек больше всего, чем остальные предметы?**

- Самостоятельный показ - это когда студенты сами находят отрывки, выбирают партнеров, подбирают костюм, грим, режиссируют. Тебе даётся две недели. Желательно сделать два разных отрывка. Например, что-то дра-

ООО "ИД "Диамирк" +7(495) 739-22-00 [www.diamirka.ru](http://www.diamirka.ru) [info@diamirka.ru](mailto:info@diamirka.ru)

*Витамины в каждой ложке!*



*Варенье без сахара  
с цельными ягодами!*



**«Мне нравятся положительные эмоции людей, их отклики. Это неподдельный восторг. Ты делаешь добро и видишь радость людей. Это очень приятно.»**

**Кадр из сериала «Пятый этаж без лифта».**

Когда оканчивала 4 курс, мы выпускали дипломный спектакль и мне предложили пройти кастинг в Московский Художественный театр. Меня взяли, в марте сыграла первый раз. Выйти на большую сцену в трехчасовом спектакле, в главной роли очень ответственно. «Ундина» Жана Жироду - это пьеса, со сложной драматургией. Это было серьезное испытание. Рада, что прошла его.

**- Как Вы считаете, есть ли разница в подготовке к роли в кино и к роли в театре? Или перевоплощение и подготовка проходят одинаково?**

- Все отличается. Театр и кино - это абсолютно разные вещи, как опера и балет. Кино - это «здесь и сейчас», сцену отыграл и забыл. Хорошо, когда попадают проекты, где действительно нужно готовиться, тренироваться, дополнительно репетировать. К спектаклю можно готовиться от 3-х месяцев до года. Это ежедневные репетиции. Все в более спокойном темпе.

**- Марина Сергеевна, а были в Вашей практике роли, к которым необходимо готовиться**

**заранее, получать новые навыки?**

- На Первом канале должен выйти сериал «Близнец». Мне очень понравилась моя роль. Была необходима супер спортивная подготовка. Я сыграла женщину-следователя ГРУ. До начала съемок встречалась с каскадерами, отработывала трюки, тренировалась. Занялась бегом. До роли ходила на бокс еще, старалась очень активно включить спорт в свою жизнь. Считаю, чем ты начинаешь заниматься, то и притягиваешь в свою жизнь. Вот и роль пришла такая.

**- Какие у Вас на данный момент творческие планы? Ожидается новый спектакль или фильм с Вашим участием?**

- В театре пока, к сожалению, не занята. Но вот недавно закончила проект у Елены Цыплаковой. Мы снимали три месяца в Калининграде. Параллельно еще один проект у режиссера Ильи Хотиненко в этом же городе. С января приступаю к съемкам в сериале о декабристах, где сыграю Екатерину Трубецкую.

**Кадр из сериала «Хрустальная ловушка».**



**- Какие Вы испытали ощущения, когда впервые вышли на сцену театра МХТ им. А.П. Чехова в постановке «Ундина»? Помните это момент...?**

- Нужно начать с того, что первый спектакль, который я посмотрела в Москве, когда приехала поступать - это была «Ундина»! Запомнилась прекрасная музыка и режиссура



**- На своей странице в Instagram во время карантина у Вас был пост о сотрудничестве с благотворительным фондом «Дети бабочки». Вы занимаетесь благотворительностью постоянно? Если да - то с какими фондами Вы сотрудничаете? Поделитесь, пожалуйста, этим опытом.**

- Это также случай, когда этого очень хотела и притянула. Думала об этом много. Мой друг Митя Совелов живет в Лондоне, занимается петициями «Change.org». Он позвал меня на мероприятие «Meet for Charity». После мне написал фонд «Дети бабочки». Сейчас мы разговариваем для благотворительной газеты. Если мне что-то такое предлагают, никогда не отказываюсь. К сожалению, сейчас много мошенников, нужно все проверять. Когда это реальная история, всегда с вниманием отношусь к проблеме. И благодарна, что меня расценивают, как человека, который может помочь.

**- Марина Сергеевна, что Вас лично мотивирует заниматься благотворительностью? Что она для Вас?**

- Желание делиться. Мне нравятся положительные эмоции людей, их отклики. Это неподдельный восторг. Ты делаешь добро и видишь радость людей. Это очень приятно.

**- Как Вы лично пережили карантин? Удалось ли в это непростое время посвятить время себе,**





- Бытует мнение, что актеры очень суеверны, что у каждого есть свой ритуал или секрет для настроения и вдохновения? Марина Сергеевна, поделитесь с нашими читателями, как настраиваетесь на роль, что Вас вдохновляет?

- Для меня лучший способ вдохновения - это наблюдения за людьми. Поэтому в поездках, да и в Москве, чаще использую общественный транспорт. Так же люблю долгие пешие прогулки. И конечно, живопись! Мне кажется, артисту, важно, как можно больше бывать в музеях.

- А какой город или страна поразили Вас больше всего?

- В августе первый раз посетила Рим, а потом через две недели Париж. В Риме удалось провести 5 дней. Особенно хотелось посмотреть этот город после просмотра фильма «Великая красота» Паоло Соррентино (итальянский кинорежиссёр и сценарист - Прим. ред.). Конечно, мы сразу отправились на поиски фонтана Аква-Паола, с которого начинается фильм. Это восторг. Вернулась в Москву и снова появилось свободное время. Всю жизнь мечтала поехать в Париж. Но думаю, как после Рима поеду туда,

ведь впечатления еще не улеглись? Но поехала. Мы жили в районе Маре. Когда вышли из метро на улицу, у меня сразу «кольнуло» в сердце. Это была любовь с первого взгляда. (Улыбается.) Рим, как один большой музей, а Париж - город для общения.

- Марина Сергеевна, что Вы можете пожелать нашим читателям в такое непростое для всех нас время?

- Меньше сидеть в тишине. Во время карантина поняла, что сила в людях, в личных встречах, эмоциях. Нужно чаще ходить в гости, приглашать к себе. Мы ведь совершенно забыли об этом. Недавно встречалась с подругой - актрисой, спрашивали друг у друга, какие планы на Новый год. Хочется, чтобы кто-то пригласил в гости. Все вместе что-то готовили, отмечали. Тогда хандра исчезнет. Так что давайте общаться! И пусть новый год принесёт только хорошее, светлое и доброе!

Беседовала Диана Ключко  
Фотографии предоставила  
Марина Коняшкина

## Рецепт черемухового торта от Марины Коняшкиной.

### Ингредиенты:

- Яйца — 4 шт.;
- Сода - 5 г;
- Мука - 150 г;
- Мука черемуховая - 135 г;
- Мука миндальная - 75 г;
- Сахар тростниковый — 230 г;
- Разрыхлитель — 5 г;
- Сметана 25% — 280 г.

В чаше взбейте яйца (4 шт.) с тростниковый сахаром (230 г) до пышной пены, на это уйдёт от 5 до 10 минут. Далее добавьте все сухие ингредиенты: муку (150 г), муку миндальную (75 г), муку черемуховую (135 г), соду (5 г) и разрыхлитель (5 г). Перемешайте всё на низких оборотах миксера или даже лопаткой. В конце идёт жирная сметана (270 г). Тесто будет достаточно жидким. Если хотите, чтоб коржи были ещё нежнее, добавьте растительное масло (80 г). Три металлических кольца на 16 см оберните фольгой и разделите тесто поровну. Выпекайте на режиме верх-низ, при температуре 145-155 градусов до готовности. Готовые коржи оберните пищевой плёнкой горячими. Уберите в холодильник на 8 часов. После этого соберите торт, промазав каждый корж кремом.

### Рецепт крема:

- Масло сливочное 82,5% — 100 г;
- Пудра сахарная — 100 г;
- Натуральный экстракт ванили — 5 г;
- Творожный сыр — 300 г.

Для начала порубите холодное масло (100 г, из холодильника) на кубики в 5-9 мм, добавьте сахарную пудру (100 г). Используйте пудру с добавками, они помогают избежать комочков, она не сваливается и остаётся рассыпчатой. Взбивайте пудру и масло на высокой скорости до состояния однородной пасты. Добавьте экстракт ванили. Когда размешаете экстракт, добавьте творожный сыр (300 г). Добейтесь однородности миксером. Крем готов к использованию.

Приятного аппетита!

