

25 ТОНН

**БОДИБИЛДЕРУ
ЗА ТРЕНИРОВКУ
ПРИХОДИТСЯ
ПОДНИМАТЬ
ПОРЯДКА
25 ТОНН
ЖЕЛЕЗА.**

**Двукратный чемпион Европы штангист Вячеслав Ивановский:
«Моя норма – 25 тонн в день. При этом я никогда не считал
себя пахарем-фанатиком. Можно поднимать и больше,
но в этом уже нет смысла. Есть опасность «запахаться».**

**Вячеслав Ивановский в пятый раз стал чемпионом страны и обновил при этом
два рекорда России в весе до 105 кг – в толчке (235,5 кг) и сумме двоеборья (430,5 кг).*

ЭКСКЛЮЗИВ:
официальное письмо ФББУ

Звездный ШОУ-БИЗ

*Арнольд Шварценеггер,
Ирина Аллегрова,
Ксения Собчак*

**ОТРЫВКИ
ИЗ БУДУЩЕЙ
“РОДОВОЙ КНИГИ”**

**ГОЛОВОЛОМКА
с Президентом**

**Сенсация месяца:
ИНТЕРВЬЮ
С ИМЕНИННИКОМ**

**MEN'S HEALTH
MAN' 2012**





Національна федерація бодібілдингу України

р/р 26007034480001
в АКБ "Індустріал банк", м. Запоріжжя
МФО 313849; код ОКПО 25742317

Офіс Федерації бодібілдингу України:
03028, Україна, Київ, вул. Столетова, 16
e-mail: ufbb@i.ua
www.fbbu.com.ua

Президент

Ігор Делієв (Київ)

Почесний президент

Андрій Долгокір (Запоріжжя)

Перший віце-президент

Сергій Панадій (Вінниця)

Віце-президенти

Олег Чернієвський (Київ)

Вадим Митрюшин (Севастополь)

Ольга Матвієвська (Київ)

Генеральний секретар

Ірина Делієва (Київ)

Суддівський комітет

Віктор Поліщук – голова
(Донецька обл.)

Олександр Єрьомін (Миколаїв)

Ліана Зубатенко (Запоріжжя)

Тренерський комітет

Віталій Талавера – голова
(Донецьк)

Олексій Меркушев (Одеса)

Олександр Білоус (Київ)

Ігор Шепітко (Вінниця)

Анатолій Кудлай

(Дніпропетровськ)

Антоніна Оробець (Черкаси)

Технічний комітет

Сергій Танчик – голова (Суми)

Володимир Кобзистий (Суми)

Медичний комітет

Валерій Стеценко (Київ)

Ревізійна комісія

Анатолій Леонтєв (Миколаїв)

Володимир Горошко (Луцьк)

Сергій Танчик (Суми)

Ветеранський комітет

Валерій Пономаренко

(Запоріжжя)

Комітет зі ЗМІ

Олександр Крикун (Київ)

Радник Президента

Владислав Вавілов (Київ)

Ув.Павел!

От имени Национальной федерации бодибилдинга Украины поздравляю Вас с 25-летием!

Желаю здоровья, счастья и успехов в спорте!

P.S. Мы надеемся, в скором будущем, увидеть Вас в рядах соревнующихся спортсменов! Желаем занять достойное место в «алее славы» украинских бодибилдеров!

С наилучшими
пожеланиями,

Президент ФББУ

И.А.Делієв

Ув.Павел!

Желаю быть целеустремленным, последовательным, верить в себя, идти к своей цели, но чтоб здоровый смысл вас не покидал при этом и здоровье не подводило.

И чтоб был надежный тыл в виде семьи, который мог бы понять и поддержать в любое время!

Александр Белоус



АЛЕКСАНДР БЕЛОУС
Украинский бодибилдер №1
Чемпион Европы
Чемпион Мира
Чемпион VIII всемирных игр
Многочисленный победитель
международных турниров.
Контактная информация:
тел: (050) 346-07-17;
e-mail: mail@abelous.com



«НАС ЕДИНИТ СИЛА ДУХА!»

Арнольд ШВАРЦЕНЕГГЕР:

«Мы, культуристы, – люди особые. У нас все начинается внутри. Можно говорить об особой нации людей, решительных, не умеющих отступать. Впрочем, отступать-то и некуда. Оглянитесь через плечо на это племя слабохарактерных. Наркотики, секс, алкоголь – вот их извечная отдушину от бессмысленного и рабского существования. Нет, мы культуристы, живем совсем не так. Мы устремлены к звездам! Мы знаем счастье движения вперед и потому понимаем в этой жизни больше других. Мы мудрее. Мы знаем горечь, когда движение не дается. А потому умеем сочувствовать и всегда готовы помочь. Ни один культурист не пройдет равнодушно мимо товарища по цеху, если тот делает упражнение неверно. Ни один культурист не пройдет мимо невинной жертвы и не сделает вида, что не слышит криков о помощи!

Культуристы – самые справедливые люди на свете, поскольку по опыту знают, что мера любой победы – ТРУД. У него все настоящее – воля, терпение, характер. И прежде всего сила. Мир никогда не интересовался слабостью. Он всегда держался на силе. Той самой внутренней силе, которую прибавляют нам годы тренинга с железом. Так что главное отличие между нами и прочими – не бугрящиеся мышцы, а другой, несравнимо высокий и сильный дух».



2007 г. бульвар Пушкина

ПО ДОРОГЕ К ГЛАВНОЙ ВЫСОТЕ
МОЖНО ПОТЕРЯТЬ ИЛИ НАЙТИ.
ПОБЕЖДАЮТ, ПРАВДА,
ТОЛЬКО ТЕ,
КТО, УПАВ, ВСТАВАЛ
И МОГ ИДТИ.
ЧЕМПИОНСКИМ ДУХОМ
НАДЕЛЕН
КАЖДЫЙ ШАГ И КАЖДАЯ
СТУПЕНЬ:
РУКУ ЖМИ ТОМУ,
КТО ЧЕМПИОН!
С ТЕМИ НЕ ДРУЖИ,
КЕМ ПРАВИТ ЛЕНЬ.



ДОМ 2 **НОВОСТИ**

Собчак обещает нового Героя!

Скандално известная теледива и ведущая Дом 2 Ксения Собчак на две недели пропала из телевизионного эфира. Небольшой отпуск понадобился для поездки в Донецк, где живет Павел Саливончик. Как говорят в прессе, под предлогом поздравить юношу с юбилеем, она намерена уговорить его участвовать в проекте в будущем сезоне. Но как стало известно, Павел готовится к областным соревнованиям по бодибилдингу, а в будущем году – планирует принять участие во всеукраинских соревнованиях.

Отступать Ксения не намерена и обещает, что непременно добьется подписания контракта на участие Павла в реалити-шоу. По многочисленным прогнозам это значительно повысит рейтинг телепередачи. – «Мы предложим бодибилдеру лучшие условия, мы даже готовы запретить на проекте курение, выпивку и ввести в распорядок дня ежедневные тренировки в спортзале и плаванье», – говорит Собчак.



ЗВЕЗДНЫЙ «Телегид»

ШОУ-БИЗ

Посвящается Павлу Петровичу.

Поет Ирина Аллегрова

Младший Лейтенант

Младший лейтенант сидит в сторонке. Бирюзовый взгляд как у ребёнка, – Что-то не танцует, что-то не танцует он. Младший лейтенант с улыбкой странной, Запросто мог стать звездой экрана, Только две звезды упали на его погон.

ПРИПЕВ

Младший лейтенант мальчик молодой!
Все хотят потанцевать с тобой,
Если бы ты знал женскую тоску,
По сильному плечу.
Младший лейтенант, – берedit сердца,
Безымянный палец без кольца,
Если бы ты знал, как твоей любви хочу.

Младший лейтенант – тяжелый случай,
Важностью своей себя не мучай.

Выйди, потанцуй!

Но будто бы не слышит он.

Ты не генерал, – и, слава богу.

Двадцать лет спустя ты понемногу,

Станешь понимать,

Что молодость важнее погон.

2005 г.

17 лет



1983 г.

21 год

ХАРАКТЕРИСТИКА

на лицаста 1 курса Донецкого лица
с усиленной военно-физической подготовкой

«...САЛИВОНЧИК ПАВЕЛ ПЕТРОВИЧ инициативный, трудолюбивый, дисциплинированный лицеист. В коллективе пользуется авторитетом. Принимает активное участие в художественной самодеятельности. Военную форму носит аккуратно. В строевом отношении подтянут, физически развит хорошо...»

СТАРШИЙ ОФИЦЕР – ВОСПИТАТЕЛЬ,
подполковник О.В. МАНДРИКО.

А МОЙ БАТЯ –
БЫЛ В СТРОЙБАТЕ!
НО ЗАТО
В ГОДА МОИ
ЧЕЛОВЕКОМ
СТАЛ ЖЕНАТЫМ
И РАБОТАЛ
ДЛЯ СЕМЬИ.



У НАС НЕ ПЬЮТ
У НАС НЕ КУРЯТ

МЫ ЛЮБИМ ТРЕНИРОВКИ

Отрывки из будущей «Родовой книги»

Сашинчик
П. П.
19.11.84 22.02
Павлуша
300/51

вой родить нянюку – дочь Екатерину (модное в те годы имя!). Но ближе к родам, в момент сильных схваток, я почему-то твердила только одну фразу: «Терпи, казак, атаманом будешь!»

ПЕРВЫЙ РЕБЕНОК – ПОСЛЕДНЯЯ КУКЛА!

Правда говорят, что для женщины «первый ребенок – последняя кукла». А кем же еще мог быть мой пер-



август, 1992 г.

От мамы Павлины сыну Павлику

Вот и родила – казак! Всем мамочкам в палате представила сына как Алексея, но...

девчонки имя забраковали: «Зачем тебе Алеша-Питерский?» Мне было обидно, а тут еще муж в записке пишет, что его родители тоже не согласны с именем Алексей и просят назвать в честь деда – Павлом! Меня такая взяла досада: «Значит, когда я предложила имя Павел для первенца, то муж не согласился, а просьбу своих родителей он готов уступить! Где справедливость?» Но увидев под окнами роддома мужа с коляской для сына, я подумала: «Пожалуй, стоит уступить просьбам родителей мужа, ведь все равно Я хотела сына назвать Павлом!» Тогда я не осознавала это явленное мне Господом чудо наречения сына по моему хотению через желание родителей! И уж точно, я даже и мысли не допускала, что сын назван в честь мамы Павлины! Хотя сейчас, через 25 лет, думаю, почему бы и ДА! Поэтому, когда меня спрашивают: «А что, сын назван в честь мамы?», я отвечаю: «Нет, сын назван в честь деда, а еще... был такой мальчик Павлик...»

венец для юной, восемнадцатилетней мамочки? Я, еще сама ребенок, долго задавала себе вопрос: «Неужели я – мама и вот этот крошечный, капризный сверточек, живой ребеночек – мой сыночек?» Как велики оказались на него чепчики, которые мы выбрали в приданое новорожденному с моей подругой Ириной, ставшей мне невесткой и крестной мамой Павлушки. Очень памятным было первое купание: одна бабушка не пришла, другая – опоздала, муж на мой призыв: «Посмотри, папа, как мы купаемся» сказал: «Я займусь им, когда ему будет год!». Ничего, выкупала и больше не нуждалась ни в чьей помощи. Помню, что очень было трудно первый месяц: молока в груди не хватает, кушать не успеваю, ребенок полуголодный капризничает, бессонные ночи – и как итог – Павел набрал за месяц только 300грамм! Какой ужас! На приеме у врача было решено вводить докорм и прикорм! Сработало! Докормили коровьим молоком, которое привозила бабушка Оля. Павлушка стал хорошо набирать вес, крепко спать по ночам! Я уже в апреле вышла на учебу – надо было заканчивать педучилище, шла на красный диплом. Я на занятиях – с Павлушей бабушка Оля, прихожу домой – бабушка убеждает на работу или в село, а меня ждет гора пеленок, грязной посуды и подготовка к госэкзаменам. Общаться с ребенком было некогда, главное – накормить, переодеть, укачать в коляске. Слава Богу, Павлуша в этот период не болела! Последний госэкзамен – ТОМ (теоретические основы математики) – приехали сдавать втроем: я, бабушка и Павлуша (в группе поддержки), т.к. на годовом экзамене по этой дисциплине я перероливалась и упала в обморок – в результате пропало драгоценное материнское молоко.

Ура!!! Диплом в кармане! Оправдались надежды моей мамы – видеть дочь учительницей, а я сдержала данное ей слово, когда собралась замуж, а потом и рожать: «Не переживай, мама, я закончу учебу с красным дипломом». Замечательно, теперь полученные педагогические знания можно апробировать на собственном ребенке! И я принялась Павлика вос-

питывать строго по науке: строгий режим дня, строгий рацион питания, по принципу «не хочешь – заставим, не можешь – научим». Уйдя в декретный отпуск, я полностью посвятила себя ребенку, мужу, себе и семье. Я наслаждалась ребенком и своими педагогическими способностями! Все данные развития ребенка заносились в альбом, я принимала все как должное, ребенок удивлял с каждым днем. Павлуша на прогулках любил смотреть на небо, на бегущие облака, мы шутили: «Будет летчиком!».

Для Павлуши стали знаменательными 6 месяцев от роду: его крестили в Свято-Покровском храме п. Ольховчик (крестным папой стал Сергей Чурик – супруг сестры мужа), было сделано первое постановочное фото с папой и мамой, родители купили ему просторный манеж. Павлуша развивался по возрасту, минуя стадию ползания, сразу побежал в 11 месяцев (это случилось в с.Золотой Колодец, куда мы приехали на день рождения моего крестника Саши Плющенко), а не пошел, и теперь папа действительно стал уделять внимание сыну – учил делать первые уверенные шаги.

Когда у Паши резались зубки, он неистово кусал папин мощный нос! Первым словом «папа» он напророчил себе братика. Да, действительно, я воспринимала себя взрослой девочкой с живой «куклой». А мамой себя почувствовала, когда услышала из уст ребенка слово «мама»! Какое это было счастье и блаженство! И я вновь готовилась стать мамой – ожидала второго ребенка.

ОДИН СЫН – ЭТО НЕ СЫН, ДВА СЫНА – ЭТО ПОЛСЫНА...

Вторая беременность была легкая и спокойная, ничто не мешало заниматься Павлушкой. На годовщину рождения Павла пришли самые близкие: бабушки, дедушки, крестная мама Ира с дядей Сашей (подарили красивый, ярко – желтый луноход с управлением, от которого в большом восторге был папа), провели ритуал срезания первого локона, который до сих пор хранится в детском альбоме. Было тепло и весело в нашей уютной времянке по ул. Чичерина, 11.

ИСТОРИЯ НАРЕЧЕНИЯ ИМЕНЕМ ПАВЕЛ

С чего начинался...Павел? С моего дошкольного детства, лет этак...с двух, когда в моей жизни появился друг – Павлик Буглаев, соседский мальчишка. Наверное, уже тогда я предчувствовала, что первый ребенок у меня будет – сын и выбрала ему имя – Павел. И оно оставалось вне конкуренции всегда, несмотря на то, что моим следующим любимым именем стало имя Александр, Саша – так зовут моего брата. Конечно, любовь к именам была связана с особенными отношениями с другом и братом. Друг был младше на год, а брат старше на 8 лет. Соседские отношения с другом были очень гармоничными, без ссор и драк, и оставили на всю жизнь светлые, теплые воспоминания. А тут еще и свекор оказался Павлом! Хотя муж Петр это имя забраквал сразу. Было найдено альтернативное – Алексей. На том и остановились. Однако уж очень хотелось мне пер-

Маленькая сестричка Ангелина охотно рассказала о старшем братике:

Мой старший брат

«Моего братика зовут Павлик. Я его называю «клотиком». Ему 25 лет. Он старший брат, он, наверное, пойдет в старшую группу. Он работает учителем физкультуры в техникуме. Я люблю Пашку.»



2012 г.

Продолжение. Начало на пред. стр.

Первая серьезная болезнь случилась в один годик на фоне прорезывания зубов. Я целый месяц не отходила от постели Павлушки, сбивая уксусом с водой постоянную температуру (антибиотики по пробе были противопоказаны). Слава Богу, пережили! Наступила весна и Павлуша вволю бегал по двору, спотыкаясь и набивая шишки. Первыми друзьями Павла стали двоюродные сестры Надя, Рита, Света, Ира, братья Федор и Виталий.

А летом, в июле, у Павлика родился братик Толя! Разница в возрасте – 1 год 5 месяцев. Мое пребывание в роддоме – первое долгое (5 дней) расставание с сыном. Вернулась – не узнала Павлушу, разлука оставила на нем отпечаток – тихий, спокойный малыш превратился в маленького шалунишку. Он с интересом рассматривал маленького братика, а затем с удовольствием мне помогал: подавал пеленки, ползунки, распашонки, сидел рядом с ним на диване и развлекал погремушками. Павел называл брата по-детски – **Тото**, волновался за него, когда тот плакал. Конечно, вновь было тяжело первый месяц, пока я не сказала себе: «Не думай о том, что трудно, не жалей себя, а делай то, что нужно». Кстати, помогла мне в этом прочитанная книга. Наверное, не все было так плохо, если я успевала еще и книги читать! И как ни странно, с дву-

мя детьми я все успевала: убраться, постирать, приготовить, погладить, поиграть, выспаться, читать, плести макраме – день был четко организован. Мама мне дала хорошую установку: « Дети спят – ты занимаешься домашними делами, дети бодрствуют – ты посвящаешь себя детям». Когда Павлу исполнилось 1 г.11 мес., мы переехали от родителей мужа на свой участок, в свое жилье по ул. Антонова, 9, на мой родной поселок. Начинался новый этап в жизни. Нас теперь могли чаще навещать прабабушка Луша, бабушка Оля, дедушка Коля, крестная Ира – жили близко.

ЯСЛИ – САД

В ясли/сад «Белочка» Павел пошел в 2г.5м. (Толе – 1год). Адаптация была болезненной, еще и потому, что Павел плохо разговаривал. Его «прорвало» в 2г.10мес. – через 5 мес. посещения детского коллектива. Сначала Павел был вместе с Толей в первой ясельной группе, а затем перешел по возрасту в младшую группу. Здесь он встретил свою первую детскую любовь – Яну. Девочка питала к нему такие же нежные чувства, постоянно заботилась о нем – помогала одеваться на прогулки, провожала его из группы, когда я забирала Павла. Яна была очень умной и развитой. Такими их отношения оставались до старшей группы,

О том, как «закалялась сталь» в сыне, рассказал папа Петр Павлович Саливончик



– Петр Павлович, Вы – отец троих детей, двоих взрослых сыновей, скажите, когда именно почувствовали себя отцом?

– Когда родилась дочь.

– Какое же было у Вас отношение к сыну? Кем был для Вас первенец?

– Когда он родился, я сам был еще пацаном, и по молодости лет у меня не было особой остроты чувств: есть сын, ну и ладно, значит так должно быть, все естественно.

– Каким именно Вы были в те годы, в его возрасте?

– Энергичным и общительным.

– А Павлик, каким он был в детстве?

– Он быстро бегал, падал много; любил играть в войнушку сам с собой, лазил по деревьям – сидел на дереве с ружьем 16-го калибра (предварительно я спилил бойок). Как правило, он не вникал в домашние и строительные дела, не интересовался техникой, но был спокойным, послушным, поручения и задания выполнял. При этом был на своей волне, сам себе на уме.

– С тех пор он конечно же изменился, чему Вы удивляетесь в сыне?

– Целеустремленности, дисциплинированности, этим он, наверное, в маму.

– А чем Вы гордитесь в Павле?

– Я всегда гордился своими сыновьями!

а затем Павел перешел в логопедическую группу я/с «Искорка».

Еще памятен случай, когда Павел в младшей группе с другом решил отправиться в самостоятельное путешествие – через лаз в ограждении во время прогулки ушел из сада. Слава Богу, что их скоро нашли и вернули, они не успели далеко уйти. Меня, маму, воспитатели не потревожили, когда обнаружили пропажу, а пошли за прабабушкой Лушей, которая насмерть перепугалась и в свои 75 лет оббежала весь поселок. Я уже по факту узнала все вечером. С Павлушей стали регулярно проводить беседы и больше подобных путешествий он не предпринимал.

Не помню, чтобы как-то активно Павел принимал участие в детских утренниках – были проблемы с произношением, а вот в логопедической группе, где их было всего 12, у Павла обнаружился артистический талант. Каждый поставленный и произнесенный правильно звук был победой, был настоящим праздником!

Не помню каких-либо конфликтов с детками, Павел был отзывчивый, дружелюбный, для него много значила дружба, он делился со мной переживаниями, открытиями, радостью. В этом возрасте Павел был более общительный.

Дома ему было не скучно ни с самим собой, ни с братом. Павел

был выдумщиком и фантазером, в отношениях и играх с братом он был ведущим. Самая памятная для меня ролевая игра – «в папу и сыночка», где Павел брал на себя роль «папы», а Толе отводил роль «сыночка»! Это было забавно, по аналогии в «дочки – матери». Любимыми игрушками Павла были: конструкторы, кубики, машинки, ружья. Легко и быстро научился ездить на трехколесном велосипеде, который подарила бабушка Оля. Павел свято верил в Деда Мороза и заказывал ему подарки в письмах, которые писала сначала я, а со школьных лет сам. Любимой плюшевой игрушкой у Павла был маленький медвежонок Мишка, песочного цвета, с которым он засыпал лет до 10 (а у Толи – зеленый гномик) – эти игрушки им подарила я. В 7 лет Павел перенес операцию по удалению аппендикса с перитонитом, по родительской халатности мы чуть не потеряли сына. И вот, когда он пошел на поправку, на обходе лечащий врач-хирург рассказал Павлу свою историю выбора профессии и пожелал ему стать хирургом. Врач ушел, а Павел так расстроено мне говорит: «Мама, а как же мне быть, я ж хотел стать полицейским?!» Летом 1994 г. я впервые вывезла детей на Азовское море. А потом Пашка отправился в 1 класс...

Продолжение следует... в газете, посвященной 26-летию Павла!

Не откладывай спутниц в долгий ящик



Крестная Ирина и её семья:

«Поздравляем, милый Павел, Мы тебя от всей души! Много разных пожеланий Мы сказать тебе спешим. Пусть тебя сопровождают Счастье, радость и успех, Пусть любовь не покидает, Будь ты в жизни лучше всех! В этом имени – лесная свирель О зеленом дне неслышно поет, В этом имени – речная форель Золотистой мелькнет чешуей. В нем – душистый мед и гроздь бузины, И разлит покой, и воздух застыл. Павел, пусть приятны будут все сны! Пусть исполнятся любые мечты! В твоём имени кроется: терпение, мужество, а также стремле-

ние к физическому комфорту, стабильности. Ты уравновешенный, спокойный, оптимистичный, доброжелателен, способен проявить незаурядную энергию и настойчивость в достижении цели.

Ты можешь найти себя в профессии, которая требует общения с людьми, например: продавец, педагог, администратор, менеджер или агент по недвижимости. (Павлуша, ты сделал правильный выбор!) Твоими спутницами по жизни могут быть: Алла, Антонина, Галина, Валентина, Прасковья, Полина, Лариса и Татьяна. Не откладывай это в долгий ящик. Еще раз с Днем рождения!»

Пашка + Наташка = Любовь



ТОЛЯ БУДЕТ ПРЕЗИДЕНТОМ!

«Помню брата с садика, с первой ясельной группы, где мы были вместе, но дружба у каждого из нас были свои. Затем я перешел во вторую ясельную, а Павел – в младшую группу (по возрасту).

Потом вместе мы пошли в первый класс в школу №2, где учились 5 лет, до переезда в Донецк. В школе друг за друга стояли, Павел за меня заступался. С первого класса он ходил на плавание, помню, как мы с мамой его водили и ожидали в фойе бассейна (я пошел на плавание со 2 класса). Ходили в 5 классе в школьную секцию по баскетболу. Дружба в классе были тоже разные.

В Донецке, чужом для нас городе, стали более сплоченными, везде ходили вдвоем: на тренировки по плаванию в ДЮСШ№5 на базе Дворца молодежи «Юность», в школьную секцию по легкой атлетике (ОШ №15), участвовали в соревнованиях за район (школа заняла 3 место по району). Здесь уже и появились общие друзья – Володя Седых, Леша Сорокотяга.



В интернате (2001-2003гг.) я гордился братом, был за ним как за каменной стеной, было укрытие – он был на целую голову выше меня. Были тоже общие друзья: братья – близнецы Фроловы, Кракаловы. Паша принимал участие во всех мероприятиях: конкурсы, праздники, танцы, спортивные соревнования (пионербол).

В военном лицее (2003-2005 гг.) Паша страдал за меня – ему дали в глаз, когда он

за меня заступился на дежурстве. Особенно он показал себя в спорте, наш 4 взвод благодаря ему занимал первые позиции. Помню, как на отработках вместе клеили обои в классной комнате – за 2 дня сделали ремонт. Перед выпуском еще сделали ремонт в классе военной подготовки, в спальне. Работал Павел быстро и четко.

Конечно, памятными являются каникулы у бабушки. Павел любил бабушкины борщи, вареники и пирожки. Особенно он не помогал по хозяйству, но был сторожем на хозяйстве, когда я с бабушкой уходил на пастбище или на пайки.

Павлу надо было четко давать задание, и тогда он его выполнял!

Пашка постоянно мастерил оружие: луки, сабли, мечи, копья вычесывал – весь в доспехах, в каске, в тельняшке, со щитом бегал по даче, как индеец, воображая себя воином.

Он любил поспать и съедал в сезон в день по ведру яблок. Зимой катались на санях, строили крепости из снега. На днях рождения у бабушки (18 января) лихо танцевал с ее друзьями.

С техникой плохо дружил. Влетал на велосипеде в столб, в кюветы – любил скорую езду. Однажды мы убрали подсолнухи на даче, сосед дал ему проехать на мотоцикле ИЖ, но Павел не вписался в поворот и полетел по кочкам, по пахоте. На



ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

(по материалам дневников мамы Павлины)

Отношение Павла к Толику

«...Павлик не ревнует Толика. Очень любит, что проявляется целованием и волнением, когда Толик плачет. Повторять хочет все, что я делаю с ним: пеленать, делать зарядку, на руки просит к себе его, качает, когда Толик плачет, гладит его по головке, старается погладить руку в руки дать, пустышку в ротик дает, когда тот заплачет.

В 1 год и 10 месяцев Павлик начал ревновать к Толику. Иногда проявляет к нему агрессивность, начинает бить. В 2,5 года тоже иногда проявляет к Толику злость. Бьет его, отбирает игрушки, но при этом за него волнуется в яслях...»

Западной Украине, куда мы ездили от университета, при подъеме в горы, не доезжая до конца подъемника 10 метров, он сбросил лебедку, она зацепилась за сетку и остановила подъемник. Теперь мне пришлось улаживать неприятности, нас чуть не оштрафовали. Когда я получил права, Павел сказал: «Зачем мне учиться, у меня будет личный водитель».

В универе начали заниматься серьезно

ПАШКА ПОСТОЯННО МАСТЕРИЛ ОРУЖИЕ: ЛУКИ, САБЛИ, МЕЧИ, КОПЬЯ ВЫЧЕСЫВАЛ – ВСЬ В ДОСПЕХАХ, В КАСКЕ, В ТЕЛНЯШКЕ, СО ЩИТОМ БЕГАЛ ПО ДАЧЕ, КАК ИНДЕЕЦ, ВООБРАЖАЯ СЕБЯ ВОИНОМ.

легкой атлетикой, выиграли кросс на 2 курсе – истфак занял 1 место (об этом писали в газете). Пашино фото висело на доске почета истфака все годы обучения. В группе он был общительным, по жизни он добрый, не забывчивый, отзывчивый.

Пашка почему-то страдал от того, что мы учились вместе в одном классе, в одном взводе, в одной группе (это я не захотел от него отставать в 6 лет и напросился с ним в школу), все ждал, когда судьба нас разведет. Вот и развела... Хотя в семье все помнят Пашины слова: «Толя будет президентом, а я при нем».

С любовью, брат Анатолий.

ГОЛОВОЛОМКА НАЙДИ 25 ОТЛИЧИЙ



осень, 1989 г.



лето, 2009 г.

**КАК ЗАКАЛЯЛАСЬ
СТАЛЬ...
КАК УКРЕПЛЯЛСЯ
ДУХ...
ПАВЕЛ, ТЫ
СИЛЬНЫМ СТАЛ –
ВОИН, МУЖЧИНА,
ДРУГ...**



*Армия – это всего
полтора года,
18 месяцев без дома,
77 недель без счастья,
540 дней без отдыха,
1296 часов без любви,
777600 минут без ласки,
4665800 секунд без семьи,
1938 походов в столовую
79 походов в баню,
16 кг. 300 гр. масла,
101 кг. 100 гр. хлеба.*

*И все это в памяти
так же свежо к 25 годам,
как это было
актуально в 16 лет
в 2003 году при поступлении
в Донецкий военный лицей
с усиленной физической
подготовкой.
О том, сладко ли там жилось,
знают многие, –
свидетельствуют
избранные.*

«Я помню тот августовский день 2003 года. Павел с братом прибыли в приёмную комиссию Донецкого лицея с усиленной военной-физической подготовкой с одной целью – поступить! С первого знакомства с Павлом, тогда ещё юношей, было сразу понятно, что выбор его был правильным и обоснованным. Он знал, чего хотел, и в отличие от некоторых своих товарищей шёл на это не по прихоти родителей, а осознанно и целеустремлённо. С первых дней обучения Паша зарекомендовал себя как воспитанный, инициативный, трудолюбивый лицеист. Какие бы задачи перед ним ни ставились, он мог всегда найти правильное решение для их выполнения, имея свою точку зрения при любых обстоятельствах. И как итогом этого явилось его успешное обучение. Про такого человека можно со всей ответственностью сказать: «С таким бы я в разведку пошёл, не задумываясь».

**С таким бы я пошел
в разведку!**

**Наставник по лицео майор запаса
Дмитрий Григорьевич Солдатенко:**



Пользуясь случаем, хочу поздравить своего воспитанника по лицео с небольшим юбилеем! Желаю ему крепкого здоровья, благополучия, духовного и душевного роста. Будь всегда таким, какой ты есть по жизни – настоящим ЧЕЛОВЕКОМ!»

С уважением, твой наставник.



Сорвал голос, болея за Пашку

Антон Нуждин:

«С Пашей я познакомился в лицее, о чем никогда не пожалую, поскольку обрел НАСТОЯЩЕГО ДРУГА, который никогда не забывает и всегда, если понадобится, поможет и подскажет.

Паша целеустремленный человек и всегда добивается того, чего хочет, не отступает, если сложно и не бросает своих друзей. Он всегда придерживается своих принципов. Также он хороший спортсмен и мне очень нравится, что Паша добивается в спорте заметных успехов и результатов. Помню момент, когда на первом году учебы в лицее на соревнованиях по бегу он бежал все быстрее и быстрее, когда все начинали замедляться, он наоборот – прибавлял, благодаря чему мы тогда заняли 2 место, а я сорвал голос, болея за него. После этого начал равняться на Пашу. Я очень рад, что судьба нас свела и у меня есть такой прекрасный друг».

**«Пусть мой друг защищает
мне спину...»**

Артур Гринацук:

«Дружба, друзья – эти слова обозначают одно из самых замечательных явлений нашей жизни. Один старец сказал: «Дружба – самый прекрасный подарок, сделанный людям после мудрости. Умение дружить свидетельствует о высоких человеческих качествах». К таким людям относится Павел Саливончик, он действительно умеет дружить, и я это говорю с переполненной гордостью за то, что он мой Друг.



Верных друзей дарят нам обычно детство и юность. И потом дружба с ними, как колодец, всю жизнь сохраняет мечты молодости, высокие идеалы, бескорыстные чувства. А товарищи юности становятся старыми верными друзьями, готовыми поделиться последним в трудную минуту, прийти на помощь, разделить горе и радость. Верно сказал Б. Франклин, что брат может не быть другом, но друг – всегда брат. Паша тот человек, который на протяжении многих лет не раз доказывал преданность, соперничал, когда приходила беда, и ликовал вместе со мной в праздничные дни.

Хотелось бы вспомнить в стихотворении В. Высоцкого такие строки:
И я попрошу Бога, Духа и Сына, -
Чтобы выполнил волю мою:
Пусть вечно мой друг защищает мне спину,
Как в этом последнем бою!

Так же и мне будет огромной честью, если мою спину будет прикрывать Пашка. Вообще хотел бы поблагодарить Бога за то, что подарил мне в жизни таких замечательных друзей.

Паша, от всего сердца поздравляю тебя с Днем рождения! Желаю бодрости, силы, надежды, здоровья, терпения, мечты и ее исполнения, любви, тепла, удачи, радости, достатка, энергии, света, вдохновения, улыбок, успеха, доброты, верности, восторга! А еще крутых подъемов, яркой жизни, силы духа, огня, желания и опьянения от счастья.

Я тебя люблю, оставайся таким, какой Ты есть!»

С Уважением, Артур Гринацук!

**Всегда был серьезный
и скрытный**

Виктор Башков:

«Особо ничего не расскажешь, Паша – честный и исполнительный, он был Спортсменом роты. Ничем особо не выделялся, падлой никогда не был. Вот его брат Анатолий всегда что-то "мочил", когда мы учились, это он сейчас такой серьезный стал. А Павлик всегда был скрытен, по крайней мере, в моих глазах. Знаю, что сейчас он общается с Артуром Гринацуком».



**Один за всех
и все за одного!**



**Клименко
Сергей:**

«Когда я увидел Пашу впервые, он был очень похож на брата Толика (я думал, что они близнецы). А было это в лицее, когда нас согнали в кучу и сказали, что теперь мы 4-й взвод. Паша выделялся, т.к. он был с братом, а по жизни – с другом. Самого момента знакомства я не помню, первые дни в лицее были насыщены событиями, помню одно – они всегда были вместе и я хотел с ними подружиться. Когда это произошло, нас было уже пятеро: Артур, Антон, Толик, Паша и я.

В жизни Паша выделяется целеустремленностью, порой упрямством, что отразилось в его спортивных достижениях. Как человек – он хороший, отзывчивый, надежный, добрый и, надеюсь, что он будет таким же мужем.

25 лет – это, как ни крути, четверть века и хотелось бы, чтобы он поскорее нашел свою половинку, с которой будет разделять все тяготы и радости жизни. С Днем рождения, Павел!»



**А ДРУЗЬЯ У ПАШКИ,
КАК НИНДЗИ-Чере-Папки:
ЛОВКОСТЬ, УМ, ОТВАГА, ЧЕСТЬ ...
В КАЖДОМ – ПОРОВНУ – ВСЕ ЕСТЬ!**



2004 г.



В 2005 году Павел Саливончик стал студентом исторического факультета Донецкого национального университета, где освоил профессию историка. Как прошел тот период и чем Павел запомнился в вузе, расскажут очевидцы...

Пусть мечты сбываются!

Тренер по легкой атлетике:

«Павел пришел к нам в группу уже в достаточно взрослом возрасте, будучи студентом первого курса университета. Пришел вместе с братом. Два приятных молодых человека ответственно относились к учебно-тренировочным занятиям, не пропускали занятия без причины и прекрасно совмещали тренировки и занятия в вузе. Работать с ними было приятно. Павел обязательно добился бы хороших спортивных результатов, если бы продолжил тренировки.

Пашенька, желаю тебе уверенно идти по «дороге» жизни, научиться мечтать и, главное, чтобы мечты сбывались! Будь счастливи!».

*С уважением,
Елена Васильевна Солдаткина.*



По списку – равняйся!

Ольга Святоботько, однокурсница:

«Эта выдающаяся заметка посвящена выдающейся личности – Павлу Петровичу. Я знаю Пашу не так долго, но могу сказать, что он человек замечательный, с какой стороны не посмотри. Мы вместе УЧИЛИСЬ в университете. Вместе его и закончили.

Хочу сказать Паше спасибо за совместные поедания бутербродов между парами, разговоры о кино и спорте. Спасибо за то, что он пытался сделать всех здоровее, побудить заниматься спортом. Спасибо за его доброту и помощь во всем.

Павел очень требовательный парень – и к себе, и к людям. Мы много шутили на тему выбора его спутницы, ему точно придется подбирать ее по списку. А список будет большой! У девушки не должно быть вредных привычек, она должна быть хорошей хозяйкой, заниматься спортом и т.д. Мы по этому поводу много шутили, будто этот список и в самом деле есть, и Паша будет предьявлять его во время знакомства.

А еще есть у Павла одна черта – в его в руках, что не возьмет, – все ломается, рвется, крошится... Но человек он мастеровитый и, если надо, все сам же и починит!».

Бедным студентам истфака частенько не доставалось места в столовой. Поедали запасы, принесенные с собой.

Первым делом, первым делом... девушки, ну, а учеба... Учеба потом.



2010 г.
Выпускной.



Каждая мама позавидовала бы

Елена Викторовна Лыкова, коллега мамы:

«Знакомство с Пашей началось с приходом в профком работников ДонНУ нового сотрудника – Павлины Николаевны. Это было в марте 2001 года.. Как-то Павел заглянул к маме на работу, тогда был учеником 6 класса. Он сразу показался скромным, вежливым, воспитанным, исполнительным. Я узнала, что он занимается плаванием. Когда учился в военном лицее, прошел хорошую школу мужества. Кстати, ему очень идет военная форма. Он просто красавец! Когда после военного лицея Паша поступил в ДонНУ на исторический факультет, мы с ним встречались чаще. Но студенческие годы пролетели быстро, и вот он уже дипломированный специалист.

Думаю, что каждая мама позавидовала бы Павлине, – у нее прекрасный сын. Несмотря на трудности, проблемы, которые встречались на пути, ничего не сломало парня.

Желаю Паше оставаться таким же, какой он есть: честным, добропорядочным, отзывчивым, мастеровым, внимательным, любящим сыном, братом».

«...вы оба пыхтели и учили, учили и пыхтели...»

Алина Приймченко, тренер по фитнесу:

«25 лет – прекрасный возраст! Уже что-то сделал в этой жизни, но главное, лучшее впереди! За 25 лет прошло несколько этапов жизни, которые будешь вспоминать все последующие годы. И я надеюсь, Паша, что у нас с тобой общие приятные воспоминания!

Я с радостью вспоминаю, как вы с Толиком пришли на репетицию по подготовке к «Студенческой осени»... Помню ужас на ваших лицах от упражнения! Но вы оба пыхтели и учили, учили и пыхтели. Кто-то из ребят ворчал и бухтел, а вы учили... Глядя на вас, я поняла – НАШИ ЛЮДИ!!!

Мне всегда нравятся люди, которые не боятся трудностей, пробуют новое, добиваются целей, и я рада, что не ошиблась! Ну, а в пирамиде вам равных не было! Паша подставил свое мужское плечо, и пирамида стала гармоничной и симметричной! Конечно, очень приятно, что мы заняли 1 место, но даже если бы мы и не выиграли, то время, проведенное вместе, те переживания и эмоции, чего только стоит репетиция в холле «домашнего задания», дорогого стоят! А помнишь, как вы все вместе ушли гулять к морю? Смотрю на фотографии и по-хорошему завидую вам – молодые, красивые, по-студенчески беззаботные, и самое главное – СЧАСТЛИВЫЕ! Дух студенчества очень сладок! Я надеюсь, что и наши поездки в «Сосенки» и в Коломыю тебе тоже приятно вспоминать. Хотя вас надо было наказывать... будем раскрывать секреты? Ох и сердилась я на вас всех! Теперь, когда ты стал старше, не скажу ответственной, и работаешь со студентами, ты поймешь меня! Я так к вам привыкла! Вы стали мне родными.

Снова мы с тобой встретились на ФСДП. И мне очень приятно было, что ты учился в этой группе, переживал за экзамены и зачеты. Надеюсь, что научили тебя хоть немножко!

Паша, я желаю, чтобы ты нашел себя в этой жизни! Хотя, думаю, ты уже определился с «делом твоей жизни»! Из тебя получится хороший преподаватель и хороший физкультурник! Желаю, чтобы твои студенты были послушными и организованными! Чтобы вокруг тебя всегда были интересные люди, с которыми тебе приятно! А главное, я знаю – ты будешь хорошим ЧЕЛОВЕКОМ и настоящим МУЖЧИНОЙ!»



Мы – коллеги

Елена Алексеевна Дойнова, ответственная за спортивно-массовую работу на историческом факультете с 2000 по 2008 годы:

«Впервые я увидела Павла вместе с братом, Паша выглядел взрослее, серьезнее, тело сложено отлично. Оказался добросовестным, ответственным, обаятельным, сдержанным, очень воспитанным – это крайне заметно среди студентов! Он уважительно относился к преподавателю, к предмету (спорту). Приятен в общении, надежен – человек слова.

С приходом этих братьев истфак стал занимать призовые места в легкоатлетических видах спорта: легкоатлетическом кроссе, легкой атлетике. Они участвовали и в плавании, приносили хорошие очки, причем в нескольких видах. Результаты по этим трем видам спорта на истфаке взлетели в гору. Достижения были отмечены грамотами декана.

Когда выпускаются из стен вуза такие ребята, для спортивной деятельности это печально: их не надо было контролировать, они сами по себе были заряжены на победу, на тренировки. Стремились показать свой лучший личный результат. С толком ко всему подходили.

Необыкновенно приятно, что, закончив истфак, Павел получил еще и профессию организатора физкультуры и спорта и работает по специальности. Теперь мы с ним – коллеги. И я ему, как коллеге, желаю огромных успехов в нашей профессии, в чем я не сомневаюсь. Желаю творчески подходить к своему делу, развиваться, расти. Он молод, а это благодатная пора для становления как профессионала. Наша профессия – необычная, мы не просто педагоги, мы – наставники, творцы тела и души: человек, который уверенно чувствует себя в теле, уверенно будет чувствовать себя и в душе. Это непосредственный, иногда по необходимости, тактильный контакт с учащимися. От личности преподавателя многое зависит. Желаю Павлу счастья в личной жизни, найти достойную девушку!»



Шарж сделан в июле 2006 г.

«ПОЗВОЛЬТЕ ВАМ ПРЕДСТАВИТЬ, -

ПАВЕЛ!

Это эксклюзивное интервью с Павлом Саливончиком – спортсменом, подающим большие надежды, историком, военным, натуралистом, артистом новогоднего жанра, коллекционером, физруком и просто незаурядной личностью – удалось взять впервые. Спецкор журнала «25 ТОНН» вел напряженные и долгие переговоры, однако загруженность Павла обязательными повседневными делами все никак не позволяла встрече состояться. Даже выходные дни, которые люди посвящают отдыху, он наполняет важными событиями: запасается впрок необходимыми для здорового образа жизни продуктами, обновляет запас видеофильмов, обогащающих его кругозор, воспитывает сестру Ангелину, проводит домашние фотосессии для журналов «IRONMAN», «MUSCLE&FITNESS», «Men's Health» и др.

Также, нам посчастливилось обнаружить некоторые секретные материалы, связанные с детством Павла и посмотреть на мир его глазами в рамках рубрики «Я вижу свой город в будущем».

Партнерами номера являются Национальная федерация бодибилдинга Украины, Arnold Schvartsenegger-компани, журнал «Телегид», а также Кинообъединение «Двадцатый век Фокс».

ПО ДОРОГЕ К ГЛАВНОЙ ВЫСОТЕ

– Павел, огромное спасибо Вам, что нашли время для встречи! Вы прошли долгий путь становления и неустанно продолжаете работать над собой. Скажите, какие первые мечты появились у вас в детстве. Кем вы себя видели?

– Припомню, еще в семилетнем возрасте я мечтал стать полицейским. Уже тогда меня увлекали мультсериалы про Ниндзя-черепашек. Годы спустя я решил, что мое призвание быть актером. Пробовался на роли Деда Мороза. В 11 классе я понял, что должен стать тренером – спортсменом. И стал. Я – организатор и преподаватель физкультуры и спорта. Кроме того, преподаватель истории, а еще – младший лейтенант.

– Этим ваши статусы не ограничиваются?

– Нет, не ограничиваются. В свое время довелось быть командиром класса, физоргом в интернате, получить признание как «Мистер-класс», «Министр физкультуры», зам. командира взвода на военной кафедре... Все и не помню.

– Нам стало известно, что еще в тринадцатилетнем возрасте вы мечтали стать богатым, чтобы восстановить Храм, имея в виду Спасо-Преображенский, Святогорский монастырь, это правда?

– Да. Все еще впереди.

– А какой период жизни повлиял на ваше становление как личности?

– Учеба в интернате и лицее.

– Сегодня вам исполнилось уже 25 лет, чувствуете, что повзрослели?

– Нет, не считаю так. Думаю, что повзрослею к 30 годам!

Выдержки из характеристики ученика 9-А класса Ясиноватской общеобразовательной школы-интерната для детей, больных сколиозом Саливончика Павла Петровича

«...В классе Павлик отличается тем, что всегда имеет свою точку зрения и умеет ее отстаивать. Он принимает активное участие в жизни школы и класса, инициативен, с поручениями справляется на «отлично». В 8 классе был избран командиром класса, с обязанностями справлялся хорошо, мог организовать класс для уборки территории или для похода в лес. В 9-ом классе является физруком класса...».

Воспитатель Уманская М.И., директор Моргунов В.И.

– Вы – дважды брат! Считаете ли себя в отношениях с братом – старшим?

– Нет, у нас небольшая разница.

– А себя в детстве помните? Каким вы были?

– Мастерил оружие, коллекционировал вырезки из журналов, бегал, прыгал, фантазировал....

– Сегодня наверняка тоже есть мечты? Какие?

– Мечты есть, но лучше я расскажу о них, когда они реализуются.

– Мечты мечтами, но если речь вести о спорте, тут есть предел мечтаниям? Своеобразная высота-максимум?

– «Пиковые» формы у всех индивидуальные. Главная высота на сегодняшний день – выступить на областных соревнованиях по бодибилдингу.

– У вас подрастает младшая сестра, кем мечтаете видеть в будущем ее?

– Невестой.

– Невестой... Хм, а что по поводу своей избранницы скажете, какой должна быть она? Не секрет ведь, что десятки и десятки девушек мечтают добиться вашего расположения.

– Моя избранница должна быть симпатичной, спортивной, хозяйственной! И никаких вредных привычек!

– А есть ли у вас девиз?

– Спорт – это сила!

– Большое спасибо за беседу! Удачи Вам в личной и спортивной жизни!

СПЕЦ.ИССЛЕДОВАНИЕ «Я вижу свой город в будущем». Автор – П.П. Саливончик.

Я вижу свой город в будущем красивым и веселым. Что летают новые космические корабли, ездят усовершенствованные скоростные автобусы и поезда со всеми удобствами. Ездят новые машины по воздуху. Построены новые тысячи этажные небоскребы. В полиции могут появиться новые полицейские, которые будут называться роботами по прозвищу «Рекс 1» или «Робокопы».

За праздничным столом

«Вырастешь, Данил, будешь заниматься спортом!»



Семья Бондарь – Анна, Валентин, Данил:
«Павел, как много можно говорить об этом человеке... Вернусь в 2001 год, когда я только познакомилась с двумя очаровательными мальчиками – Павлом и Анатолием.

Помню момент из жизни, когда Павлина Николаевна попросила отвезти этих ребятшек на дачу к бабушке. Мне показалось, что проехали мы с ними до Шахтерска за 5 минут, – эти мальчики развлекали меня всю дорогу. На тот момент Павлик был тоже болтунишкой, такой как и Толик. Они рассказывали мне разные истории, даже таксист с нами смеялся всю дорогу. Но проходили года, и Павел становился совсем другим человеком – более серьезным, молчаливым, он весь окупался в прекрасный мир спорта. Я думаю, он повзрослел, когда поступил в ВУЗ, появились новые интересы. Говоря о настоящем времени, можно сказать, что Павел очень интересный человек и, самое главное, – не похожий на других парней. Кстати, любит деток. Когда мы приходим к ним в гости, он зовет к себе Данила, и они там «сходят с ума», он рассказывает ему: «Что вот вырастешь, Данил, будешь заниматься спортом, вырастешь таким как я – сильным и крепким», а Данил прислушивается к нему.

Дорогой Павел, мы от всей души поздравляем тебя с твоим красивым юбилеем, желаем покорить в жизни все вершины, в общем – всего тебе самого наилучшего».

Культуризм в сельхоз культуре



Ирина Никулина, подруга мамы с 1993 года:

«Впервые я увидела сыновей Павлины, когда она с ними пришла ко мне в парикмахерскую, это был 1994 год. С тех давних лет я и обслуживаю их семью. Мальчишки были дошкольниками, потом школьниками, всегда тихонько сидели и ждали маму. Павел в детстве был молчуном, на своей волне, сделает так, как ему надо, но непререкаемым авторитетом для него всегда была и остается – мама.

Я восхищаюсь его спортзалом на даче, где он смастерил себе из природных, подручных средств тренажеры под открытым небом.

Помню его помощь нам в уборке картофеля (это где-то 2004-2005 гг.), когда наша семья на 10 сотках, что предоставила нам Павлина, вырастила овощи. Толя подсказал ему нам с мужем помочь. Павел пришел молча, нарыл нам пол участка кустов молча и также молча пошел телевизор смотреть. Посмотрел, пришел – видит, что еще надо рыть – нарыл молча и ушел молча. Работает он очень быстро.

Желаем Павлу в день рождения здоровья, достижения поставленных целей, успехов в работе, взаимопонимания со студентами и коллегами, быть в авторитете, найти вторую половинку – хорошую девушку – и жениться до конца февраля 2013 года, высокого благосостояния!»

И я родилась 19 февраля!

Соседка и ее семья:

Сегодня день рождения, Паша, Не у кого-то – у тебя! Прими же поздравленья наши! А я добавлю от себя:

Пусть дарит жизнь тебе богатство, Пускай сулит тебе успех! А наше дружное соседство Пусть вызывает зависть всех!

Желаю в день рождения, Павел, Чтоб ясной оставалась мысль, Чтоб в жизни никогда не падал, А только поднимался евысь!

Чтоб радость легкою походкой Надолго в жизнь твою вошла, Чтобы любовь была находкой, И чтобы в гору шли дела!

С уважением, Виктория Александровна.

Дотянуться до небес...



ПРОШЛОЕ
Началась **Щедрым быть,** **всегда здоровым,**
учеба **Очень дружной дорожить!**
в школе: **На работе и на службе**
Очень **Дотянуться до небес,**
трудно **Только сильно не гордиться,**
было нам, **Чтоб обратно не полез.**

ПОЗДРАВЛЯЮ С ЮБИЛЕЕМ И ЖЕЛАЮ ОТ ДУШИ: СТРЕМИТЬСЯ К НОВОЙ ВЫСОТЕ, И ВИДЕТЬ СЧАСТЬЕ

Не все сразу получалось, Слезы были тут и там. Но желание всегда было И старание при нем. Очень рада, Павлик милый, Стал примером ты во всем!

НАСТОЯЩЕЕ
От души тебе желаю Жизнь красивую прожить!

В ПРОСТОТЕ, ЧТОБ ИСПОЛНЯЛОСЬ ВСЕ ВСЕГДА, ЧТОБ БЫЛИ ДОЛГИМИ ГОДА!

Л.Н. Еремеева, первая учительница.

Застенчивый и скромный



Женя Проноза, преподаватель английского языка (ОМАН):

«Я познакомилась сначала с Павлиной Николаевной. Это была промыслительная встреча в Святогорске, в Свято-Успенском мужском монастыре (2003г.). Домой мы ехали вместе, оказалось, что и живем рядом. Узнала, что требуется помощь ее сыновьям в овладении английским языком - предложила свои услуги. С тех пор мы и дружим! Помогала мальчишкам, пока они не закончили университет. Бывала в гостях у них на даче, в Шахтерске. Павел очень дружелюбный, особенно ему нравится, когда разделяют его интересы, поддерживают, он имеет разносторонние знания, на любую тему готов поддержать беседу. Очень застенчивый, скромный, воспитанный молодой человек. Сейчас всегда встречаемся, когда я приезжаю в отпуск. Поддерживаю занятия Павла бодибилдингом! Он настоящий богатырь!

Пашка, поздравляю тебя с 25-летием! Желаю здоровья, достижения цели, любви, азарта к победе!»

Спицы для бодибилдера

Роман Нестеров, врач-невропатолог, по совместительству директор агентства недвижимости, работодатель:

«Поздравляю юбиляра с Днем рождения! Желаю счастья и, как говорится, на это дело – здоровья! Кстати, на счет здоровья... Когда Павел пришел ко мне на работу в качестве расклейщика, то всем было очевидно несоответствие его внешних данных занимаемой должности. Это можно сравнить с тем, как если бы чемпион по бодибилдингу вязал бы спицами шерстяные носочки или работал воспитателем в яслях. Павел отличился работоспособностью, исполнительностью и энергичностью! За что отдельное спасибо его родителям!»



Руслан Овсиенко:

«Паша, Паша, ты – могуч!»



«Павел – хороший человек, – целеустремленный, серьезный, трудолюбивый, сильный. В спорте он обладает быстрой хваткой, а все новое впитывает в себя как губка. Думаю, добьется хороших спортивных результатов.

Паша, Паша! Ты могуч!

Ты как солнца светлый луч!

Ты такой большой и сильный, Очень сильный и красивый!

Будь всегда в хорошем настроении, чтобы жизнь текла в таком русле, в котором тебе было бы комфортно и уютно. Чтобы тебя окружали добрые и верные люди!»

Давний знакомый по тренажерному залу манежа (с 2006г.).

Исторические заметки

Как уважающему себя спортсмену, Павлику не раз приходилось держать в руках такой ответственный спортивный снаряд, как лопата. Очевидцы свидетельствуют, что Павел принимал участие в уборке картофеля на приусадебных участках. Работа спорилась живо, уверенно и будто бы давалась совершенно легко. Работал Павел всегда быстро. И молча. При-



2006 г.

Сноска №2: О КОПАНИИ ГРЯДКИ СПОРТИВНЫЕ МЕДИКИ ГОВОРЯТ ВОТ ЧТО:

«Штыковая лопата — уникальный спортснаряд. С ее помощью можно прекрасно проработать пресс и мышцы плечевого пояса. Кроме того, вбивая пяткой штык лопаты в землю, выполняешь колленно-доминантное упражнение, тренирующее квадрицепсы в уникальном режиме: бедра сменяют плиометрический режим работы на преодолевающий, чего не происходит при работе даже на самом навороченном тренажере для жима ногами. Рекомендуется делать 5-8 сетов по 10 максимально мощных вскапываний на каждую ногу, стараясь уложиться в минимальное время. Тогда работают квадрицепсы, ягодицы, косые мышцы живота. Развивается взрывная сила».

Могу копать за сгущенку!

шел, увидел, вскопал. Но эта часть его биографии, именуемая «домашним досугом» не то, о чем хотелось бы рассказать. Будучи студентом исторического факультета, а, значит, историком (*читай сноску №1*), Павел ездил на археологические раскопки, целью которых было отыскать останки древних цивилизаций. Работа там тоже была как раз по нему: знай себе — трудись, нарабатывай силу, подкачивай бицепс, трицепс, пресс... (*читай сноску №2*)

Первый раз поездка состоялась в рамках археологической практики по окончании первого курса, был тогда июль 2006 года. Путь лежал в Святогорск. Поездка оказалась длительной, почти на месяц. Жили в палатках на берегу Северского Донца. Павел среди всех оказался главной трудовой силой! Ударником! Были выкопаны сотни кубометров земли, значительную долю которых — все той же лопатой — перекопал Павел.

Вот только искомое все никак не находилось. Хотя ты вглубь, хоть шири, хоть в длину копай, а все — пусто. Ну, разве что черепки незначительные, корешки да кости ненужные, — пыль былой эпохи. Но, на раскопки, как известно, Павел ездил не в одиночку, ведь вместе с ним учился и точно также копал — брат Анатолий. Ну, копал то Анатолий меньше на самом деле, зато — в нужном направлении! И так, в один из похожих и погожих дней... Павел вместе с другими ребятами принялся за дело. В этот период време-

ни Анатолий, в виду перенесенного заболевания, оставался помощником в лагере и на раскопки не выходил. Однако что-то подсказало ему, что — «пора»! И он отправился попытать счастья. Счастье, как оказалось, его с нетерпением ждало. Немного усердия, небольшое усилие над собой и новоиспеченный труженик выкопал... бронзовый наконечник! За все время, проведенное в этой поездке, так сильно не везло никому. И все были так рады, что даже забыли выдать добычку награду — трофейную банку сгущенки! Знал бы, брал бы, наверное, сгущенку вперед — утром сгущенка, вечером добыча!

Сноска №1:
Николай Петрович Троян, к.и.н., доцент кафедры истории Украины, преподаватель Павла и Анатолия:

«Хочу отметить добросовестное посещение Павлом занятий. Но что ему не хватало всегда — навыков ораторского выступления. Потому желаю ему в овладении исторической наукой достижений, равных в спорте и настойчивости!».

Но это не омрачило общего впечатления от мероприятия. Во второй раз братья поехали на раскопки уже по доброй воле и по собственной инициативе. Дух приключений всегда манит в юные годы. Всего, вместе с первой, таких поездок оказалось три. Да и почему бы не ехать, если туда же, на место событий приезжали и друзья. Например, Артур Гринашук был завсегдаем. В третий раз поехали уже сразу всей компанией — Павел, Анатолий, Артур и Сергей Клименко. Что правда, шумной компании одного пункта назначения оказалось маловато, а потому все единогласно решили и... по истечении 3 дней скорректировали курс маршрута —

променяли глиняные черноземы на золотые пески Азовского моря, сели и уехали в Мариуполь. Ну, конечно, за эту волюность потом пришлось отвечать по полной программе, но ведь хорошо-то как было — раздельно, весело, дружно!

Возможно, в более ранние времена, окажись Павлик на таких раскопках с кем-то из взрослых товарищей и попади ему в руки похожий наконечник, который раскопал Толик, он непременно бы смастерил с ним

Львов, 2009 г.



Изучает историю собственноручно.

какое-нибудь боевое орудие — копье, например. Ведь в детстве он много времени посвящал оружейному мастерству. Даже, как вспоминает брат, воображал себя индейцем и — вперед на бледнолицых! По огородам у бабушки в деревне, по укропу да по грядкам с огурцами... Хорошо было, есть что вспомнить, исторические события. Видать не зря Павлик с Анатолием на историков-то выучились, они ее — историю эту — не то что изучали, а создавали и создавать будут!



Были одной семьей

Андрей Палкин:

«Я познакомился с Пашей в 2008 году в качалке у Сергеича. С теплотой вспоминаю те времена... Мы были одной дружной семьей — вместе переживали радости и неудачи, ставили рекорды, старались ни в чем не уступать друг другу. Со временем жизнь разнесла нас по разным уголкам... и, несмотря на то, что мы редко видимся, Паша по-прежнему остается одним из моих самых близких друзей. Это добрый и открытый парень. Хочу пожелать ему терпения и удачи в достижении целей... Паша, у тебя все получится!»

Аня Даненко:

В жизни каждого из нас есть люди, которых мы видим очень редко. А общаемся еще реже, но в то же время, когда бы и при каких бы обстоятельствах мы не встретились — всегда будет о чем поговорить. И не просто спросить: «Как дела?» и бежать дальше, так и не дослушав ответа, а остановиться и, выслушав ответ, рассказать немного о своей жизни.

Именно таким человеком, Паша, для меня являешься ты. Мне всегда было интересно слушать тебя и говорить с тобой, ведь как все-таки приятно поговорить с умным человеком. И пусть мы очень давно не виделись, я никогда не забуду огромную очередь под филологическим факультетом во время подачи документов, или случайные наши встречи на первом этаже главного корпуса.

И не важно, как часто мы виделись или насколько близко мы общались, важно то чувство, с которым мы встречали друг друга!

P.S.: И я, как и прежде, не против с тобой сходить в кино.

С Днем рождения!



Исторический факт

Первым примером и вдохновителем для Павла в его увлечении спортом был дедушка Николай. Павлик бережно хранит фотографию деда в своем блокноте. Однако, на фото мы видим совсем еще молодого человека, атлетически хорошо сложенного. Именно его физическая форма и стала для внука образцовой. На фото дедушке Николаю 24 года, вот вот и он отметит Пашкин юбилей!



1960 г.

Идеи, дизайн, креатив
ИРИНА ГЕРМАНЮК,
НАДЕЖДА ПОПОВА
E-mail: poisk_i@mail.ru
тел. 050 70 88 971; 050 227 69 16

25 ТОНН

Без ошибок не прожить
 на свете,
 Коль весь век не
 прозябать в тиши.
 Только б, сын мой,
 шли ошибки эти
 Не от бедности –
 от щедрости души.
 Не беда, что тянешься
 ко многому
 (Плохо, коль не тянет ни к чему).
 Не всегда на верную дорогу мы
 Сразу пробиваемся
 сквозь тьму.
 Но когда пробьешься –
 не сворачивай
 И на помощь папу не зови...
 Я хочу, чтоб чистым
 и удачливым
 Ты был и в работе, и в любви.
 Если горько вдруг
 обманет кто-то,
 Будет трудно, но... переживешь.
 Хуже, коль «полюбишь»
 по расчету
 И на сердце приголубишь ложь.
 Ты не будь жестоким
 с виноватыми,
 Если сам виновен – повинись.
 Все же люди, а не автоматы мы,
 Все же не простая штука –
 ЖИЗНЬ...

Моему сыну посвящается...
 С любовью, мама.