



# САТИ КАЗАНОВА

**В начале октября певица отметила день рождения. В новый этап жизни Сати вступила в полной гармонии с собой и с четким планом по завоеванию мира**

«Этническая музыка — это то, что делает меня по-настоящему счастливой и наполненной»

Уроженка Кабардино-Балкарии, состоящая в счастливом браке с итальянцем и продвигающая в России индийскую культуру, — все это о Сати Казановой. В определенный момент поп-певица занялась преподаванием медитативных практик и основала проект Sati Ethnica, в рамках которого исполняет этнические песни в современной обработке. Как в ней уживается столько миров и что помогает расцветать с каждым годом, Сати рассказала в интервью.



— Кем ты считаешь себя в большей степени — артисткой или йогом?

— Певицей, для которой практики — неотъемлемая часть жизни. Йогой я начала заниматься лет 13 назад и в первую очередь думала о своем физическом состоянии. Затем прочла книгу «Сердце йоги» и углубилась в философский аспект, после чего перестала есть мясо, потом рыбу и курицу. Переломным моментом стала встреча

с моим Мастером в 2012 году: он посвятил меня в технику Атма Крийя Йоги, научил концентрировать внимание, управлять дыханием и мыслями. Уже почти четыре года я преподаю эти техники сама, на данный момент у меня порядка 80 студентов.

— Как йога повлияла на карьеру?

— Очень сильно, особенно на репертуар. Из группы «Фабрика» я ушла в 2010 году — до того, как занялась практика-

ми. Спустя два года стала меньше интересоваться поп-музыкой, больше — мантрами и этникой.

— Тебя даже премьер-министр Индии слушает, насколько я знаю.

— Чистая правда! Нарендра Моди, скажем так, мой поклонник. (Улыбается.) Я была шокирована, когда увидела в Интернете, как премьер Индии на встрече с Владимиром Путиным показывает ему видео с моими этническими пес-

нями. Лично с Моди я встретилась около трех лет назад, когда он приезжал в Россию с официальным визитом.

— Окружение сразу принесло новую философию или с кем-то пришлось разойтись на этой почве?

— Были и друзья, которые меня не понимали, и молодой человек, который прятал мои книги по йоге. Я скупала их в огромном количестве, а он делал все, чтобы меня от них отстранить.

Платье, Faberlic Premium; серьги, Sandro; часы, Fossil;

Браслет, Faberlic Premium; пальто, Swarovski;



«В жизни предпочитаю сдержаненный стиль — в этом плане на меня повлияли европейцы, которые любят в одежде простоту, чистые линии и монохромные образы»

«Когда я перестала переживать и обращать внимание на чужое мнение, недоброжелатели исчезли сами собой»

— Как твой муж Стефано отнесся к подобному стилю жизни?

— Он ему следовал и до меня, подстраиваться друг под друга нам не пришлось — можно сказать, что оба были готовы к этой встрече. В первую очередь мы друзья, оба лидеры, но доминирует все-таки больше он, его слово последнее. В плане быта, домашнего хозяйства, а также стиля — главная я. Все, что касается каких-то организационных моментов, логистики, принятия решения, куда, когда и зачем мы едем, — он. Я довольно хаотична в своих действиях, привыкла к отсутствию четкого расписания.

— Успеваешь ухаживать за собой в таком ритме?

— Уже довольно давно я верна многоступенчатому японскому уходу — начала лет шесть назад, после участия в проекте «Один в один!», когда меня часто гриппировали и кожа была иссушена. Затем к этой базе добавила крем Bloom от Faberlic, который использую в комбинации с другими средствами, а также беру в самолет. Наношу средство в начале полета и к концу пути чувствую, что кожа еще увлажнена, — для меня это важно. Обожаю также натуральные масла — аргановое, жожоба, кокосовое, кунжутное. Последнее использую как раз в холода, когда мерзнут руки, сохнет кожа и волосы, случаются пищевые расстройства, да и настроение не ахти. Лайфхак из аюрведы, специально для худеньких девушек: беру кунжутное масло, разогреваю его в кастрюльке до температуры чуть выше тела и полностью наношу на себя — от макушки до носков, уделяя особое внимание суставам. Даю немного впитаться, надеваю халат или пижаму и ложусь спать. ►

Пальто, Sashko; сапоги, Faberlic Premium; брюки, Sunlight; кольцо, Swarovski; серьги, Konyo; кольцо, Swarovski





Так пять — семь вечеров себя «промасливаю», и состояние с настроением приходят в норму, очень действенный курс.

— Поделись лайфхаком, как следишь за фигурой.

— Когда я в суперстрессовом насыщенном режиме — как, например, сейчас, что бы я ни ела, практически не поправляюсь. Другое дело, что я не успеваю спортом заниматься, мышцы теряют тонус. Поэтому для меня важно сочетать йогу с пилатесом, и, когда я в Москве, стараюсь посещать Funny Studio. Само собой, пробовала ходить

в спортзалы с «качалками», у меня были лучшие тренеры, но не сложилось — не мой формат.

— Поделись лайфхаком, как следишь за фигурой?

— Однажды делала инъекции ботокса и мезотерапию. Ужасно долго длилась реабилитация — я ходила в пупырышках, как рептилия, ненавидела все на свете, к тому же не видела никакого эффекта. Кому-то это подходит, я никого не осуждаю, но мне — нет. Вместо пластики лица я выбираю специальный массаж.

— У тебя когда-либо были серьезные комплексы относительно внешности?

— Были, есть и, наверное, будут, как и у любой женщины. Здесь, опять же, мне помогают медитации. Например, мысль «Ну вот, я старая и никому уже не нужна» — не самая созидающая. Другое дело — «Я красива, самодостаточна, все меня любят, и я всех люблю». Вопрос выбора.

— Это касается и реакции на мнение окружающих?

— Я проделала огромную работу, поскольку была болез-

ненно зависима от чужого мнения. Вот это и есть духовный труд: не улететь в Гоа или на Бали, сидеть там на берегу и бездумно покачиваться в позе лотоса из стороны в сторону, а каждый день бороться за лучшую версию самой себя, избавляться от масок и лицемерия. Парадокс, но когда я сильно переживала из-за негатива в свой адрес, на моей странице в Instagram было полно хейтеров. Перестала — недоброжелатели исчезли. Мысли формируют окружение.

— Кто формирует твой стиль? У тебя есть помощники?

— В жизни одежду подбираю сама, нравитсядержанность — на меня повлияли европейцы, которые предпочитают в одежде простоту, чистые линии и монохромные образы. Что касается сцены, здесь я могу отрываться и придумывать невероятные костюмы — подключаю к этому всю свою фантазию и ищу дизайнеров, предлагающих смелые решения.

Если же выхожу в свет, люблю, как говорится, ударять по Высокой моде — обращаясь за помощью к стилистам, например Ибрагиму Гатчиеву, который подбирает вечерние луки.

— Расскажи, где поклонники могут встретить тебя в ближайшее время.

— 13 октября в клубе Red — там состоится большой концерт проекта Sati Ethnica. Если в двух словах — это музыкальное наследие древности в современном, актуальном звучании. За последние три года мы

Пальто, синтер, броши, все — Faberlic Premium; туфли, кольцо, Swarovski; серьги, Sunlight;

Кеп, Max Mara; браслет, Faberlic Premium; серьги, брошь, надеты коктейлью, Sunlight;

«Пластические операции, инъекции ботокса — не моя история. Кому-то это подходит, я никого не осуждаю, но мне — нет»

По признанию Сати, она тщательно относится к выбору косметики: в 2019 году певица стала лицом уходовой линии Bloom от Faberlic, основанной на клеточных концентратах цветов



ТЕКСТ: АНА ФЕДЮНИНА  
ФОТО: СОФИЯ НАБОКА, ПОЛИНА НАБОКА  
СТИЛЬ: МАРИЯ КОЛОСОВА  
ПРОДЮСЕР: ОЛЬГА ЗАКАТОВА  
МАКИЯЖ И ПРИЧЕСКА: ТАТА ХИТРОВА  
АССИСТЕНТ СТИЛИСТА: АЛИНА САЛИМОВА  
ОФОРМЛЕНИЕ: SUNDAY RUSSIA DECOR