

ALFA ЖИЗНЬ

Журнал, который может тебя изменить

№ 54, сентябрь 2025



alfalife-nn.ru
alfalife-nn@mail.ru

vk.com/alfalifenn
zen.yandex.ru/alfalifenn

ДОФАМИНФЕСТ
АНАНДА,
БИЗНЕС-ИНТУИЦИЯ
И ДРУГИЕ ТОП-СОБЫТИЯ
ЛЕТА 2025

СТР. 12-13,
16-21, 26

ВЫСТУПЛЕНИЕ
НА ПУБЛИКЕ
КАК ОТВЕЧАТЬ НА
ПРОВОКАЦИОННЫЕ
ВОПРОСЫ?

СТР. 4-5

16+

СТР. 14-15

АКТЕР, ВЕДУШИЙ

АРТУР ЧИЧИКИН:
«ЕСЛИ ВЫ ТАЛАНТЛИВЫ -
РISКУЙТЕ!»

ПОДСОЗНАНИЕ
КАК ОНО УПРАВЛЯЕТ
ЖИЗНЬЮ И КАК ЕГО
«ПЕРЕПРОШИТЬ»?

СТР. 8-9

DJ FEEL:
«БЛОГ О СМАРТФОНАХ
ВЫГОДНЕЕ ДИДЖЕИНГА»
СТР. 23

ПОДСОЗНАНИЕ
КАК ОНО УПРАВЛЯЕТ
ЖИЗНЬЮ И КАК ЕГО
«ПЕРЕПРОШИТЬ»?

ОБУЧЕНИЕ ВЗРОСЛЫХ И ДЕТЕЙ

Музыкальная школа
nn.muz-school.ru

Виртуозы

вокал | фортепиано | гитара | ударные
гармонь | флейта | скрипка | рок-группа | ансамбль

ПЕРВОЕ ЗАНЯТИЕ БЕСПЛАТНО!

Провиантская, 47
424-98-01

пр. Ленина, 98
424-98-02

Деловая, 19
424-98-02

Ефремова, 6
424-98-03



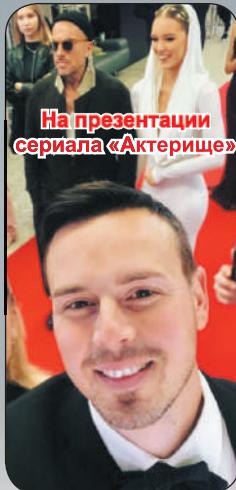
Мечта Артура -
сняться в роли
русского Джеймса Бонда

ВЕДУЩИЙ И АКТЕР АРТУР ЧИЧИКИН: «ИСПОЛНЯТЬ МЕЧТЫ НЕ ПОЗДНО В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ»



Артур в соцсетях
[@arturvedet](https://www.instagram.com/arturvedet)

Страница на Кинопоиске
www.kinopoisk.ru/name/10308315



Главная роль
в авторском кино

Многие люди в юности грезили сниматься в кино, стать известными актерами (актрисами). С годами, как правило, детская мечта забывается в реалиях повседневности. А, когда мысли об этом всплывают вновь, часто выясняется, что у тебя уже «не тот возраст», и в устоявшейся жизни сложно что-то менять. Но история нашего героя, ведущего мероприятий Артура Чичикина, наглядно показывает, что воплощать мечты никогда не поздно. Активно сниматься в кино он начал всего несколько лет назад, когда ему было за 30. А в его портфолио уже есть, к примеру, роль в одном из самых популярных сериалов 2025 года - «Актерище» с Дмитрием Нагиевым. И планы на киноиндустрию у нижегородца далеко идущие. Артур рассказал «Alfa Жизни» о том, как стал актером, о своей мотивации, о кастингах, внутренней кухне съемочного процесса и многом другом. Также он поделился интересными лайфхаками, которые помогут достичь успеха на творческом поприще и жизни в целом.

ПРАКТИКА ВАЖНЕЕ ТЕОРИИ

Впервые я попал в кино еще в возрасте 10 лет. Тогда в Нижнем Новгороде для канала РЕН ТВ снимался детский музыкальный сериал «Тетушка Ря и ее друзья», и меня туда пригласили на роль ноты «До». Помню, съемки шли около двух недель. Мои дети, кстати, были в восторге, когда я им показал те самые серии со своим участием... Потом моя жизнь развивалась в другом направлении - золотая медаль в школе, радиофак ННГУ, event-индустрия. Но тема видеосъемок периодически всплывала: в качестве режиссера и сценариста снимал студенческие ролики, участвовал в музыкальных видеоклипах у друзей, массовках и т.п. И вот к 28 годам я осознал, что мне реально нравится эта сфера и ей стоит заняться серьезно, превратить из хобби в профессию. В 2018 году стал ходить в школу-театр, играть в спектаклях. Довольно быстро понял, что, несмотря на любовь к театру, больше хочу реализовать себя в кино. Затем устроился на нижегородский телеканал. Деньги там платили

скромные, но я получил хороший опыт, в том числе съемок в рекламе. Далее прошел немало актерских курсов и тренингов.

Но настоящее переосмысление актерского ремесла произошло в 2024 году во время обучения в московской Школе Драмы Германа Сидакова. Мне ее посоветовал известный кастинг-директор (я в тот период уже активно участвовал в пробах, снимался в различных столичных проектах). Здесь я ходил, как на актерские курсы, так и режиссерские, и услышал от самого Германа фразу, которую запомню навсегда: «Если вы талантливы, то не имеете право не рисковать!» То есть нужно постоянно сниматься, пробовать, не сдаваться и ставить масштабные цели. В этой школе суть актерской профессии доносится до учеников под особым углом. Много внимания уделяется проработке интуитивных реакций, взаимодействия с партнерами, крупным планам во время съемки. **Нас учили естественным диалогам - не переигрывать, а жить.** Еще здесь я получил ценные навыки сценического боя. Но, пожалуй, самый главный учитель в кино - это практика. Мне очень многое дало участие в различных массовках: там я познал в деталях, как устроен съемочный процесс, и увидел, как играют опытные актеры.

О РОЛЯХ В КИНО И РЕКЛАМЕ

Если говорить о большом кино, то пока у меня были только эпизодические роли. Вначале я в основном получал приглашения воплотить на экране образ ведущего (по сути, самого себя). Например, снимался в данном амплуа в сериале «Отмороженные». Именно представители кастинг-команды «Отмороженных» предложили мне роль в первом крупном фильме в моей картере - «Водитель-олигарх». Мой персонаж - администратор яхт-клуба: у него всего несколько реплик, но многие писали, что узнали меня на экране. Еще я снимался в сериале «Маня и Груня» в роли охранника парка «Швейцария» (съемки были в НН). А в сериале «Актерище» я появляюсь в самом первом эпизоде - в амплуа режиссера, на презентации которого выступает герой Нагиева. Что касается главных ролей, то в моем активе авторском кино «Тихо, идет

съемка» (его даже отправляли на фестивали) и музыкальный клип группы Додэка «Селфи». Последний интересен тем, что там я как актер передал большой диапазон эмоций - от радости до боли от предательства возлюбленной. В рекламе я так же активно снимаюсь, но всегда тщательно изучаю, что рекламирую. Например, **совесть не позволяет мне участвовать в роликах про алкоголь или про лекарства, имеющие сомнительный эффект.** И всем начинающим актерам я советую следить за своей репутацией, ведь одни съемки способны погубить всю карьеру. Пока моя самая необычная роль в рекламе - образ зомби.

ДИСЦИПЛИНА БЬЕТ КЛАСС

Сегодня большинство кастингов проходит онлайн (тренд начался во времена пандемии). С одной стороны, это удобно: не нужно куда-то ехать, сидеть в длинных очередях. С другой, нет никакой гарантии, что твои материалы вообще посмотрят. Набор в основном идет в тематических телеграм-каналах: кастинг-директор выкладывает информацию и просит прислать портфолио. **Обычно уже через пять минут под такими постами сотни откликов!** Конкуренция в индустрии сумасшедшая, что неудивительно: одни только театральные вузы выпускают тысячи человек ежегодно. А люди без образования также стремятся сниматься. Получить одну роль за 100 проб - это вполне нормально.

Для съемок в массовке обычно вполне достаточно прислать заранее записанную видеовизитку. Для роли в эпизоде ты скачиваешь текст и разыгрываешь его на камеру. Бывает, тебя просто приглашают по рекомендации, сарафанному радио, зная, что ты подходишь по типажу. Нет однозначного рецепта, как понравиться кастинг-директору. **Но точно знаю, что ценятся ответственные люди.** Выражение «Дисциплина бьет класс» отлично характеризует профессию актера. Если ты вовремя отвечаешь на звонки, не опаздываешь, приходишь на съемки с выученным текстом, терпеливо относишься ко множеству дублей, технических задержек, то ты будешь востребован больше, чем непредсказуемые «гении». Еще интересный момент:

если у вас есть одежда, подходящая под персонажа (на которого идет отбор), не поленитесь прислать свое фото именно в ней! Это увеличивает шансы понравиться кастинг-группе. Нередко актеры даже снимаются в своей одежде, ведь это оптимизирует труд костюмеров. Например, в «Актерище» я появляюсь в кадре в собственном смокинге.

90% РАБОТЫ АКТЕРА - РУТИНА

У многих людей черезчур романтичные представления о работе актера. На самом деле, 90% времени занимает не творчество, а рутинна. Съемочный день длится не менее 12 часов. **Съемки проходят, как правило, на окраине Москвы, поэтому нужно засыпывать 1,5-2 часа на проезд до места (а еще обратный путь!).** Также ты тратишь время на заучивание текста и подготовку внешнего вида. На площадке обычно сидишь в долгом ожидании своей очереди. Бывает, из-за разных форс-мажоров сцена с твоим участием не единожды переснимается... А еще в этой сфере немало работы с документами и переговорных процессов. И, конечно, подготовка материалов для кинопроб довольно трудоемка. Некоторые актеры нанимают специальных менеджеров, которые освобождают их от части рутины (они отслеживают кастинги, ведут переписки и т.д.). Только нюанс в том, что они не могут дать гарантии результата.

Неудивительно, что многие не выдерживают и уходят из кино в другие сферы. лично меня мотивирует не сдаваться моя высокая цель - вырасти в большого актера, который будет вдохновлять тысячи людей, поднимать им настроение, вселять в них надежду, стимулировать развиваться.

ТО, ЧТО ДАЕТ СИЛЫ

Чтобы успешно справляться с актерской рутиной, нужно много энергии и эмоций. Поэтому крайне важно, помимо работы, иметь то, что тебя постоянно вдохновляет, дает силы. Для меня это, прежде всего, семья - мудрая супруга (она не имеет отношения к шоубизнесу и даже не ведет соцсети) и прекрасные сыновья. Они сильно на меня похожи, как внешне, так и характером, увлечениями. Например, и их, и меня сильно заряжает бег: в моей «копилке» десятки полумарафонов и два полных марафона. И особенная страсть - путешествия. **К настоящему моменту я посетил 15 стран: особенно запомнились Япония и Шри-Ланка.** На последней прошла наша с женой свадебная церемония - по традициям местных народностей: берег океана, звук барабанов, торт из риса... Любимое место в России - Алтай (был там больше 20 раз, в том числе с семьей). Еще много эмоций я получил в Арктике (Кольский полуостров). А главное место силы для меня в Нижегородском регионе - Горьковское море с его магической природой. Только за последние несколько лет мы с детьми отдохнули там раз 30.

Отмечу, что в каждом путешествии я с любопытством изучаю местную культуру и традиции. Благодаря этому я как личность расширяю свои горизонты, набираюсь знаний, которые мне пригодятся, в том числе, на актерском поприще.

ВЕДУЩИЙ

С РЕЖИССЕРСКИМ МЫШЛЕНИЕМ

Профессии актера и ведущего во многом схожи. И там, и там ты доносишь до людей информацию, транслируешь энергию, эмо-

ции (отличие только в масштабе). Поэтому две деятельности в моей жизни гармонично сочетаются. Съемки у меня обычно по будням, а корпоративы и свадьбы - по выходным. Актерские и режиссерские навыки я гармонично интегрирую в свою (пока) основную работу: могу применять разные образы в течение одного мероприятия (от трогательного до брутального), направлять людей в нужную сторону, чтобы им было интересно, знаю ходы для создания wow-эффекта. При необходимости сделать жесткий выбор между съемками и ведением мероприятий, я, пожалуй, выбрал бы первое, так как кино дает больше возможностей для личностного развития.

ЧТО ДАЛЬШЕ?

Если говорить о ближайших проектах, то меня утвердили на роль в историческом сериале про поэтов. В следующем году планирую снять свой первый короткометражный фильм (уже готов сценарий). Кстати, съемки в собственных проектах - отличная альтернатива бесконечным кинопробам: немало артистов стали известны именно благодаря им. Очень хочется пройти обучение в киношколе за рубежом и там же сняться в кино (уже есть конкретные варианты). В качестве ведущего я уже проводил мероприятия за границей (например, в Дубае): настала пора сделать следующий шаг... А в целом я продолжу набирать опыт и увеличивать масштаб съемок.

ЛАЙФХАКИ

ДЛЯ ЖЕЛАЮЩИХ СНИМАТЬСЯ

- Так как практика имеет огромное значение, нижегородцам стоит либо переехать, либо выделить время на поездки в Москву, где съемок проводится несравненно больше. И в целом нужно постоянно подавать заявки, проходить кастинги, а не ждать лучших проектов и условий.

- Воспринимайте возраст (если вы далеко не подросток) как свое преимущество. Конкуренция среди молодежи намного выше: многие люди постарше не выдерживают актерской рутины и «сходят с дистанции». А взрослые типажи режиссерам, конечно же, нужны. Более того, личности с большим жизненным опытом очень ценятся: им есть, о чем рассказать зрителям. Кстати, знаю мужчину за 50, который сильно востребован в рекламных съемках, хотя он не проходил актерские курсы.

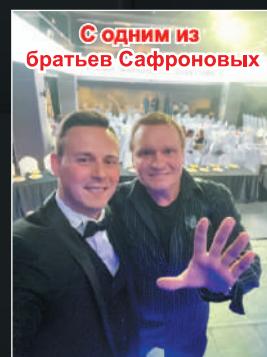
- Заботьтесь о своем психологическом и физическом здоровье. Для актера это крайне важно: его график очень тяжелый, но в кадре нужно быть всегда в форме. Зритель все считывает: ему не интересно смотреть на вялых, морально истощенных персонажей. Поэтому уделяйте время спорту, фитнесу, переходите на правильное питание. А что касается психологической устойчивости, то стоит заниматься саморазвитием,ходить на разного рода тренинги и практики, в частности на фестиваль Alfa Life Fest.

- Не предавайте свои принципы ради краткосрочной выгоды. Последствия съемок в неэкологичном проекте могут быть долгиграющими.

- Ставьте амбициозные цели и всегда помните о них, особенно когда ваши текущие усилия кажутся бессмысленными.



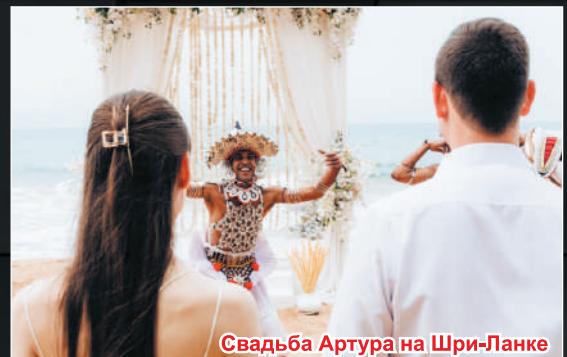
В гриме на съемках исторического сериала



С одним из братьев Сафоновых



С актером Олегом Тактаровым



Свадьба Артура на Шри-Ланке



С детьми на забеге «Беги, герой»



В Дубае

