

Субота,
29 кастрычніка

1 Беларусь 1

6.20 Існасць.
6.45 Меладрама «Дзённік свекрыві».
8.30 Буйным планам.
9.00, 12.00, 15.00 Навіны.
9.10 Клуб рэдактараў.
9.50 Серыял «Сваты-6».
11.05 50 рэцэптаў першага.
12.10 Дача.
12.50 Вялікі селфі-тур.
13.25 Трансфармацыя.
14.05 Здароўе.
15.15 Краіна.
15.45 Меладрама «Сям'я маньяка Бяляева».
19.20 Камедыя «Камінны госць».
21.00 Панарама.
21.40 Меладрама «Тэорыя неверагоднасці».
1.05 Дзень спорту.

2 Беларусь 2

7.05 Сіткам «Розныя».
7.30 «Арол і рэшка. Шопінг». Трэвел-шоу.
8.35, 20.55 Тэлебарометр.
8.40 Серыял «Шчаслівая разам 3».
10.10 Выбар гледачоў. Анімацыйны фільм «Артур і вайна двух светаў».
11.55 Капейка ў капейку.
12.35 «Вялікая ілюзія на Кіпры».
13.10 «Паненка-сялянка». Рэаліці-шоу.
14.20 «Моду народу».
15.25 «Бітва экстрасэнсаў. 13 сезон».
17.35 «Сям'я». Рэаліці-шоу.
18.50 «Здзіві мяне 3». Талент-шоу.
21.10 Баявік «Чалавек-па-вук».
22.00 Спортлато 6 з 49, КЕНО.
23.35 Хачу ў тэлевізар!
23.40 Трылер «Прывіды».

3 Беларусь 3

8.00, 14.25, 16.35, 21.00 Навіны культуры. «Калейдаскоп».
8.15 «Якая ў Вас усмешка?» Камедыя.
9.45 «Легенды музыкі». Юрый Малаікаў.
10.05 Анталогія «Славянскага базару». «Славянскі базар у Віцебску-2004».
11.00 «Я родам з дзяцінства». Кінааповесць.
12.30 «Майстар. Рэжысёр Віктар Тураў». Дак. фільм.
13.25 «Размаўляем па-беларуску». Тэлевіктарына.
13.55 «Край».
14.40 «Час кіно».
14.45 «Ніхто замест цябе». Кінааповесць.
16.05 «Камертон». Піяніст, кампазітар, джазмен Сяргей Жылін.
16.50 «Навукаманія».
17.20 «Цішыня». Драма.
20.40 «Калыханка».
21.20 «Цвярдзіны свету». «Ладакх. Зямля Буды і Майтрэі».
21.55 «Беларускі вакзал». Драма.

5 Беларусь 5

8.00, 21.40 PRO спорт. Навіны.
8.10 Хакей. КХЛ. «Дынама» (Масква) — «Ёкерыт» (Хельсінкі).
10.00 Фактар сілы.
10.30 Піт-стоп.
11.00, 19.05, 21.50 Тэніс. WTA. Выніковы турнір. Сінгапур. 1/2 фіналу.
13.55 «Вішнеўская, Vivat!» Юбілейны вечар у КЗЧ. Запіс 2011 года.
15.35 «Галіна Вішнеўская. Каханне з антрактамі». Дак. фільм.
16.15 «Гульня ў бісер». «В. Маякоўскі». «Лазня».
17.00 Навіны культуры.
17.30 «Тайна «Моны Лізы». Дак. фільм.
18.30 «Эрнэст Рэзерфорд». Дак. фільм.
18.40 «Пётр Алейнікаў». Дак. фільм.
19.20 «Бацькава хата». Маст. фільм.
21.00 Вялікая опера—2016.
23.00 «Белая студыя». Майкл Фрэйн.
23.40 Кіно на ўсе часы. «Леў зімой». Маст. фільм.
1.55 «Шукальнікі». «Загадка парка Манрэпо».
2.40 Сусветныя скарбы.

Культура

6.30 «Еўраньос».
10.00 «У пагоні за славай». Маст. фільм.
11.35 «Больш чым каханне». Георгій Юматаў і Муза Крэпкагорская.
12.15 Пернікавы домик. «Крымскі каларыт».
12.45 «На гэтым тыдні... 100 гадоў таму. Нефрантавыя нататкі».
13.15 Рэпартажы іх будучыні. «Разумныя дамы». Дак. фільм.

3 Беларусь 3

7.00 «Суботняя раніца».
8.00, 9.00, 16.00 (з субцітрамі), 20.30 Нашы навіны.
9.05 М/с «Смяшарыкі. Новыя прыгоды».
9.25 «Здароўе».
10.25 «Смак».
11.00 «Ідэальны рамонт».
11.55 «Разумніцы і разумнікі».
12.40 Тэлечасопіс «Гумарынка».
12.55 Маст. фільм «Гаспадар тайгі».
14.30, 16.20 Музычны фестываль «Голосыячий КиВиН 2016».
16.15 (з субцітрамі), 21.00 Навіны спорту.
17.50 «Хто хоча стаць мільянерам?»
18.50 «Мой бізнес».
21.05 «Сёння ўвечары».
22.20 «Усё складзецца».
23.05 «МаксімМаксім».
0.10 «Падмаскоўныя вечары».



23.30 «Бард-парад».

5 Беларусь 5

6.15 «Няўдачнікаў.net». Серыял.
8.00 Маст. фільм «Два доўгія гудкі ў тумане».
9.20 «Рамонт па-смуленнаму».
10.05 «Ежа багоў».
11.00 «Мінск і мінчане».
11.35 «Дэмбельскі альбом». Серыял.
13.30, 16.30, 19.30 «24 гадзіны».
13.45, 1.55 Камедыя «Жанаты халасцяк».

3 Беларусь 3

22.00 Маст. фільм «Я вас любілі...»
0.00 «Спяем, сябры!» з Наталляй Казялкавай.
1.15 Маст. фільм «Нікуды не вартая».
5.10 «Песня-82». 2-е аддзяленне.

Кінакамедыя

Кінакамедыя

0.50 Камедыя «Замуж на два дні».
2.40 Камедыя «Вялікі Джым».
4.25, 15.45 Скетчкам «Паміж намі».
5.10 Камедыя «Каханне ад усіх хвароб».
7.05 Меладрама «Мой самы страшны кашмар».
8.50 Драма «Сэрца воіна».
10.35 Меладрама «Сведка на вяселлі».
12.20 Баявік «Драконы назаўсёды».
14.00 Меладрама «Справа ў табе».
15.45 Скетчкам «Паміж намі».
16.00 Баявік «Вялікі салдат».

Кінакамедыя

17.45 Меладрама «30 спатканняў».
19.25 Меладрама «Былыя: лепшыя сябры!»

13.00 Плаванне. Этап Кубка свету. Ганконг.
15.10 Футбол. Беларусбанк — чэмпіятат Беларусі. «Дынама-Мінск» — «Белшына» (Бабруйск).
17.25 Гандбол. СЕНА-ліга. БГК імя Мяшкова (Беларусь) — «Гарэньне» (Славенія).
21.10 Футбол. Ліга чэмпіёнаў УЕФА. Відэачасопіс.

АНТ

7.00 «Суботняя раніца».
8.00, 9.00, 16.00 (з субцітрамі), 20.30 Нашы навіны.
9.05 М/с «Смяшарыкі. Новыя прыгоды».
9.25 «Здароўе».
10.25 «Смак».
11.00 «Ідэальны рамонт».
11.55 «Разумніцы і разумнікі».
12.40 Тэлечасопіс «Гумарынка».
12.55 Маст. фільм «Гаспадар тайгі».
14.30, 16.20 Музычны фестываль «Голосыячий КиВиН 2016».
16.15 (з субцітрамі), 21.00 Навіны спорту.
17.50 «Хто хоча стаць мільянерам?»
18.50 «Мой бізнес».
21.05 «Сёння ўвечары».
22.20 «Усё складзецца».
23.05 «МаксімМаксім».
0.10 «Падмаскоўныя вечары».

СТБ

6.15 «Няўдачнікаў.net». Серыял.
8.00 Маст. фільм «Два доўгія гудкі ў тумане».
9.20 «Рамонт па-смуленнаму».
10.05 «Ежа багоў».
11.00 «Мінск і мінчане».
11.35 «Дэмбельскі альбом». Серыял.
13.30, 16.30, 19.30 «24 гадзіны».
13.45, 1.55 Камедыя «Жанаты халасцяк».

3 Беларусь 3

22.00 Маст. фільм «Я вас любілі...»
0.00 «Спяем, сябры!» з Наталляй Казялкавай.
1.15 Маст. фільм «Нікуды не вартая».
5.10 «Песня-82». 2-е аддзяленне.

Кінакамедыя

Кінакамедыя

0.50 Камедыя «Замуж на два дні».
2.40 Камедыя «Вялікі Джым».
4.25, 15.45 Скетчкам «Паміж намі».
5.10 Камедыя «Каханне ад усіх хвароб».
7.05 Меладрама «Мой самы страшны кашмар».
8.50 Драма «Сэрца воіна».
10.35 Меладрама «Сведка на вяселлі».
12.20 Баявік «Драконы назаўсёды».
14.00 Меладрама «Справа ў табе».
15.45 Скетчкам «Паміж намі».
16.00 Баявік «Вялікі салдат».

Кінакамедыя

17.45 Меладрама «30 спатканняў».
19.25 Меладрама «Былыя: лепшыя сябры!»

15.25 «Вадзіць па-руску».
15.50 «Вялікі горад».
16.40 «Наша справа».
16.55 Канцэрт Міхаіла Задорнава.
18.40 «Прагнасць».
20.00 «СТБ-спорт».
20.10 «Нам і не снілася».
22.35 «Жаданая». Серыял. Заклучныя серыі.

МІР

6.00 Серыял «Калыска над безданню».
7.55 «Саюзнікі».
8.20 М/ф.
9.00 «Вой, мамачкі!»
9.30 «Мой лепшы сябар».
10.00, 16.00 Навіны (бягучы радок).
10.15 «Здабытак рэспублік».
10.45, 23.05 Серыял «Два-наццаць крэслаў».
13.40 «Цяжар абеду».
14.10 Маст. фільм «Гараж».



16.15 Серыял «Лекі супраць страху».
1.55 Серыял «Калыска над безданню».

РТР-Беларусь

7.00 «Пакой смеху».
7.45 Маст. фільм «Сашка, каханне маё».
11.00, 14.00 Весткі.
11.20 Маст. фільм «Збянтэжанасць пачуццяў».
13.15, 14.20 Маст. фільм «Фродзя».
17.00 «Суботні вечар».
19.00 «Карціна свету».
19.55 Надвор'е на тыдзень.
20.00 Весткі ў суботу.

3 Беларусь 3

21.10 Камедыя «Сёння ў меню».
22.55 Камедыя «Дыска».

ТВ 3

ТВ 3

6.00 М/ф.
10.00 «Хронікі маскоўскага побыту».
10.50 «Доказ віны».
11.25, 1.30 «Цудоўнае стагоддзе». Серыял.
14.55 «Сямейка Крудс». Анімацыйны фільм.
16.35 «Зоркі. Тайны. Лёсы».
17.35 «Вакол свету. Месцы сілы».
18.35, 1.05 «Вулічная магія».
19.05 «Дзень радыё». Камедыя.
21.10 «Час». Трылер.
23.10 «Каліфрэнія». Серыял.
23.40 «Вывшнатуральнае». Серыял.
4.35 «Чаўнакі. Гісторыя выжывання». Дак. фільм.

ТВ 1000

6.10, 18.25 Камедыя «Прыгоды Падынгтана».
8.10 Камедыя «Іствіцкія ведзьмы».
10.20 Драма «Герцагіня».
12.15 Трагікамедыя «Гэтай раніцай у Нью-Ёрку».
14.10 Фантастыка «Двухсотгадовы чалавек».
16.25 Драма «Залатое стагоддзе».
20.10 Драма «Пераправа».
22.30 Меладрама «Спадарыня пакаёўка».
0.20 Трылер «Прыстанак праклятых».
2.20 Драма «Нябачны бок».
4.30 Камедыя «Мільянер паяноў».

20.55 Яўген Петрасян. Вялікі бенефіс «50 гадоў на эстрадзе».
22.40 Маст. фільм «Насланне».

НТБ-Беларусь

5.55 «Астрапрагноз».
6.00, 8.20 Серыял «Дарожны патруль».
8.00, 10.00, 16.00 Сёння.
8.40 «Вуснамі дзіцяці».
9.25 «Іх норавы».
10.25 «Галоўная дарога».
11.05 «Ежа жывая і мёртвая».
12.05 «Кватэрнае пытанне».
13.10 «Падвойныя стандарты».
14.15, 16.20 Дэтэктывы «Наводчыца».
18.05 «Следства вялі...»
19.00 «Цэнтральнае тэлебачанне».
19.55 «Новыя рускія сенсацыі».
20.50 «Ты не паверыш!»
21.40 Трылер «Уцёкі».
23.45 «Салтыкоў-Шчадрын шоу».

8 канал

9.00, 15.55, 19.05, 21.15, 23.40 «Надвор'е».
9.05 М/ф «Тайна трэцяй планеты».
10.00 Серыял «Фартыць юд».
10.50 «Даведнік па краінах і кантынентах».
11.00 Серыял «Дварцовыя тайны». 1—2 серыі.
14.40 «Глядзім усёй сям'ёй». М/ф «Красная Шапка супраць зла».
16.00 «Адшукваецца адпачынак».
16.30 Серыял «Айцец Браўн».
17.25, 19.10, 21.00 «Хатняя крама».
17.30, 19.15 Серыял «Я буду чакаць цябе», 1—4 серыі.
20.50 «Вечарніца».
21.05 «Фэшн і ты прафэшн».
21.20 Трылер «Снайпер».

12.30 Камедыя «Аршын Мал Алан».
14.15 Драма «Мужчынскі сезон: Аксамітная рэвалюцыя».
16.20 Драма «Высоцкі. Дзякуй, што жывы».
18.40 Камедыя «Аднакласніцы».
20.20 Меладрама «Без мужчын».
22.10 Драма «Мусульманін».
0.10 Камедыя «Механічная сюіта».
2.15 Камедыя «Цяжкі выпадак».
4.20 Меладрама «Бумеранг».

National Geographic

6.00 Прапрыў.
6.50, 13.20, 5.30 Навуковыя недарэчнасці.
8.00 Золата Юкана.
10.20 Дзікі тунец.
11.10 Сапраўдны суперкар.
11.55, 2.25 Расследаванні авіякатастроф.
12.40 Чалавек супраць YouTube.
14.10 Космас. Прастора і час.
23.20 Паранармальнае.

Discovery

8.00 Загадкі планеты Зямля.
9.00 Палаўнічы на антыкварыят.
10.00 Металаломшчыкі.
11.00, 23.00 Востраў.
12.00 Выжыць разам.
13.00, 1.00 Голыя і напалоханыя.
14.00 Аляска: сям'я з лесу.
15.00 Заваёўванне новых земляў.
16.00, 21.00 Як працуюць машыны.
17.00 Сіднейская бухта.
18.00, 7.10 Хуткія і гучныя.
19.00, 0.00 Свяшчэнная сталь.
20.00 Гай Марцін: сцяна смерці.
22.00 Дарогі Расіі.
2.00 Пешшу ўздоўж Ніла.
4.40 Фабрыка ўнікальных аўта.



Больш за ўсё Рыкара засмучае тытул, прысвоены яму журналістамі, які ён лічыць абсурдным. Манах просіць не называць яго падобным чынам, паколькі не можа адпавядаць гэтай мянушцы. «Я ведаю і больш шчаслівых манахаў», — заявіў ён. На пытанне аб тым, як простым людзям стаць больш шчаслівымі, Рыкар адказаў, што гэтаму спрыяюць добраахвотнасць і альтруізм. Таксама ён парэкамендаваў вылучаць па 15 хвілін штодзень на разважанні пра добрае. А пастаяннае параўнанне сябе з іншымі дае адваротны эффект. «Параўнанне забівае шчасце», — лічыць манах. Паводле яго слоў, шчасце — гэта навык, які можна трэніраваць.

Рыкар, які здольны медытаваць некалькі дзён запар, у 2008 годзе прыняў удзел у даследаванні Вісконсінскага ўніверсітэта. Нейрафізіялагі падключылі да яго цела 256 сэнсараў, якія фіксавалі стан манаха падчас медытацыі. Доследы паказалі, што ўзровень гамавыпраменьвання, якое выпрацоўваецца мозгам Рыкара, сведчыць пра стан абсалютнага шчасця, у якім ён знаходзіцца. Нічога падобнага ў навуковай літаратуры раней не апісвалася, і за тых 12 гадоў, на працягу якіх вяліся назіранні, гэта быў адзін такі выпадак. Па заканчэнні эксперымента на манаха звалілася слава, якой ён не шукаў. Рыкар нават папрасіў духоўнага лідара тыбецкіх будыстаў Далай-ламу дазволіць яму сысці ад усёй гэтай мітусні, але той адказаў, што чалавецтва мае патрэбу ў павучаннях Рыкара. «Раз яны хочучы, каб ты быў самым шчаслівым чалавекам, будзь ім», — сказаў Далай-лама.

Мацьце Рыкар, які нарадзіўся ў сям'і французскага філосафа, жыўе ў адным з непальскіх манастыроў. Ён вядомы як аўтар кніг пра будызм, перакладчык з тыбецкай мовы і фатограф. Яго кніга «Манах і філосаф», перакладзеная на 21 мову, стала сусветным бестселерам.

ХАЧУ ВА ўЧАСТАК!

102-гадовая бабулька выкана-ла мару ўсёго свайго жыцця — быць арыштаванай паліцыяй.



Звычайна людзі стараюцца пазбегнуць пакарання, калі яно суджана ім па законе — але толькі не Эдзі Сім! Гэтая 102-гадовая жанчына заўсёды хацела апынуцца пад арыштам, і дзякуючы афіцэрам паліцыі з Сент-Луіса яе мара была выканана. Пажылая бунтарка змагла выкрасліць гэта жаданне са свайго спіса, калі афіцэры, узяўшы яе пад рукі, правялі ў патрульную машыну. Не, яна не здзяйсняла ніякага злачынства, але яе сябар-паліцэйскі дапамог ёй ажыццявіць жаданне. Ва ўстаку міс Сімс чакала не пакаранне, а фотасесія.

Іван КУПАРВАС