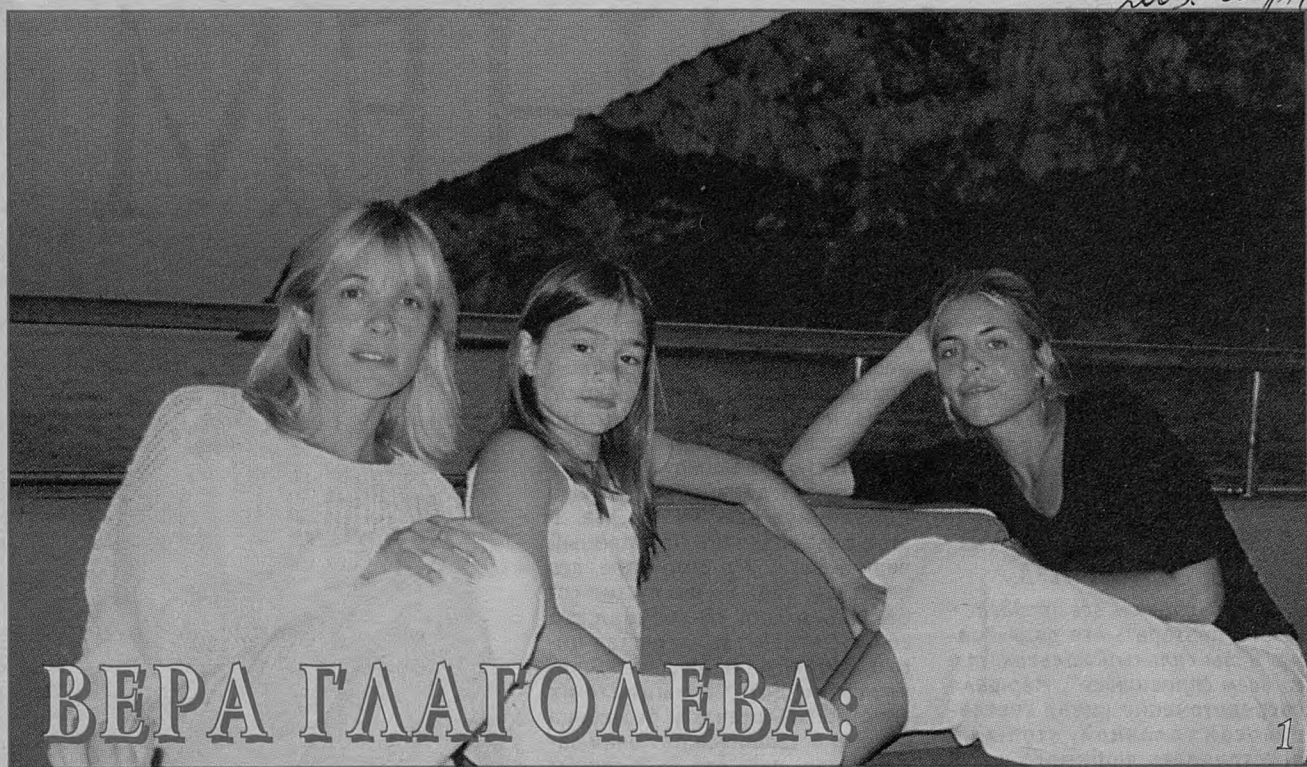


мур. 2003
(04.03.03)
Вера
Глаголева

ЕСЛИ речь идет об актрисе - не важно, театра или кино, - то ее просто невозможно представить без множества гримерш, которые "колдуют" над ней перед съемками, чтобы она выглядела на все сто. У Веры Глаголевой все иначе - она редко пользуется косметикой. Но так, как выглядит она, наверное, мечтали бы выглядеть многие женщины, которым за сорок. О секретах красоты и здоровья мы и беседуем сегодня с Верой Глаголевой.



ВЕРА ГЛАГОЛЕВА:

КРАСОТА ИНОГДА ТРЕБУЕТ ЖЕРТВ

БЛОНДИНКА

- ВЕРА Витальевна, наступила весна - все женщины стремятся привести себя в форму. У вас на это время есть?

- Хотя и принято говорить, что весна - начало новой жизни, я, признаться, не очень люблю это время года. В Москве довольно грязно, мало солнца. А вот летом кажется, что сама природа способствует большому приливу энергии, здоровье улучшается, хотя я на него и не жалею. И конечно, мне всегда хочется быть в форме. Это вполне естественное желание любой женщины.

- А спортом вы занимаетесь?

- Да нет! Сейчас не до этого! А раньше, но это было давно, я стреляла из лука, была даже мастером спорта. Пока у меня такой заведенный ритм, что мне хватает обычной гонки - я все время куда-то несусь. Но, слава Богу, мне удастся и в этом сумасшедшем графике находить время для отдыха. На дачу, в загородный дом, я езжу практически каждый день. Дорога, конечно, занимает какое-то время, но меня это не утомляет.

- Вы сами водите автомобиль и не устаете от него?

- Нет. Я даже больше скажу: когда у меня сломалась машина и я ездила с кем-то, то ужасно утомлялась. Это было как-то неудобно - тебя кто-то ждет. Когда ты за рулем, ты свободен, сам себе хозяин и никому ничем не обязан.

- Но время на уход за собой, вы, конечно, находите. Например, волосы покрасить. Кстати, вы давно стали блондинкой?

- Безусловно, на "наведение красоты" время иногда выделяю. Блондинкой я стала очень давно и представить себя в каком-то другом цвете просто уже не могу и не хочу.

- Театральный грим влияет на кожу?

- На меня очень влияет, поэтому я стараюсь не гримироваться. У меня часто бывает такая аллергия - иногда на тон, иногда на что-то другое, - что даже приходится останавливать съемку.

- А есть у вас какие-то собственные рецепты, например масок для лица?

- Нет. Меня где-то год назад дочки уговорили пойти в косметический салон. У меня там есть хороший врач-косметолог. Пошла, но еле "высидела" все эти бесконечные процедуры - так было жалко времени. Хотя это всего часа два. Может быть, когда-то это будет важно для меня, и я буду заниматься всеми этими питательными и увлажняющими масками. Правда, какие-то каждодневные косметические процедуры я делаю.

БОЛТУШКА

- А КРАСОТА, на ваш взгляд, действительно страшная сила?

- Сейчас, наверное, такая тенденция: если ты человек красивый, молодой - тебе все доступно. Одним словом, не родись красивой...

- Вера Витальевна, а как вы относитесь к пластическим операциям?

- Знаете, я эту тему не очень люблю обсуждать. Нет каких-то правил, каждый человек решает сам, что ему нужно. Есть люди, которые к этому относятся проще. Я не из них.

- А вы когда-нибудь сидели на диете?

- Нет. У меня, к счастью, нет таких проблем, это, наверное, конституция.

- Когда вы сильно устаете, накапливается стресс и возникает депрессия, как вы все это "снимаете"?

- По-разному. Но для того чтобы прийти в ровное состояние духа, мне достаточно несколько часов посидеть-поболтать с друзьями-подругами. Такое общение снимает все стрессы.

- А алкоголь?

- Нет, совсем не употребляю.

- А как лечите простуду?

- Наверное, как и многие другие - народными средствами. Когда девочки были маленькими, наша участковая врач из Филатовской больницы всегда лечила их по рецептам народной медицины и только в крайнем случае прибегала к антибиотикам. И я стараюсь придерживаться этого правила. Ноги пропарить, травяной чай заварить, травяные микстуры от кашля принять - это первым делом.

ВЕГЕТАРИАНКА

- СЕЙЧАС идет Великий пост. Вы его соблюдаете?

- Я пыталась, пока это у меня не очень получается. Но не потому, что не хочу, а оттого, что пока я не очень серьезно к этому отношусь. Но я уже лет восемь не ем мяса. Просто решила так, без всяких советов со стороны. И мне это нравится. Редко употребляю молочные продукты.

- То есть вы - вегетарианка.

- Можно сказать, что да, хотя иногда ем курицу и рыбу.

- А дома вы что-то постное готовите?

- На нашем столе всегда есть гречневая каша, отварная картошка, квашеная капуста - ее покупаю на рынке, у знакомых продавцов. Мне нравится совсем простая русская еда. Я вообще не люблю изысков.

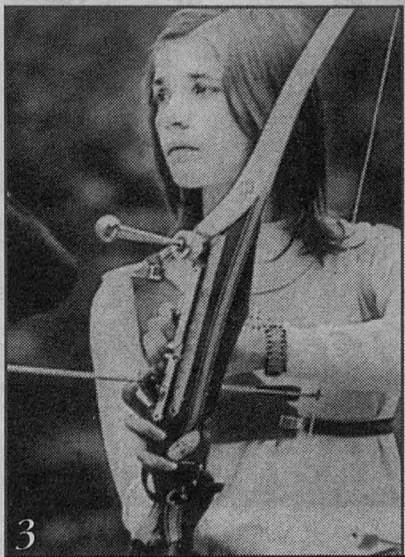
- А детей приучаете, чтобы они постились?

- К сожалению, нет. Они как-то не пришли к этому. Я пытаюсь привить им правильное отно-



На фото:

1. В Италии с Настей и Аней.
2. С мужем.
3. "Когда-то я была спортсменкой..."



шение к еде. Не знаю, получается ли? Они уже самостоятельные. Сейчас я только за маленькой Настей могу уследить.

- Чем ваши дети увлекаются?

- Младшая дочка неравнодушна к животным - у нас дома живет собака Стива и попугай Жако. И в свободное время она любит возиться с ними. Настя учится в третьем классе гимназии и, глядя на старшую сестру, тоже увлеклась балетом - занимается в хореографическом училище при Большом театре. Маша в Америке занимается компьютерной графикой, но для нее это не только увлечение, но и работа. У Ани в Большом театре - класс утром, репетиции днем и спектакль вечером. Но мне такая "загруженность" детей нравится, иначе ничего в жизни не добьешься, нужно постоянно стремиться вперед. Сама жизнь диктует такое поведение.

- Женщина, на ваш взгляд, должна быть сильной?

- Безусловно!

- А как же ее слабость?

- А она должна сочетать в себе это. Я считаю, что каждый человек должен уметь постоять за себя сам. Сила должна присутствовать - защитить своих близких нужно уметь. Слабого человека могут просто растоптать. Слабая женщина очень уязвима, и в ее жизни могут происходить вещи, которые ее просто погубят. Искать в себе силы нужно всегда. Они нужны не для того, чтобы с кем-то сражаться, а чтобы противостоять злу.

Марина ТУЛЬСКАЯ
Фото из домашнего архива