

«МОЯ БАБУШКА КУРИТ ТРУБКУ»

АЛИНА
РОМАНОВА

ИЛИ КАК
ПРАВИЛЬНО
СТАРЕТЬ



К КОМУ-ТО ОНА ПРИХОДИТ ОСТОРОЖНО, МАЛЕНЬКИМИ ШАЖКАМИ, НА КОГО-ТО НАПАДАЕТ ВНЕЗАПНО, КАК БАНДИТ ИЗ-ЗА УГЛА. НО СТАРОСТЬ НИКОГО НЕ МИНУЕТ – И НАМ С НЕЮ ЖИТЬ, ПРИЧЕМ ЧЕРТОВСКИ ДОЛГО, ТАК КАК ШАНСЫ ДОТЯНУТЬ ДО ДЕВЯНОСТА У СОВРЕМЕННОГО ЧЕЛОВЕКА ВЫСОКИЕ. КАК С НЕЮ УЖИТЬСЯ, ЧТОБЫ БЫЛО КОМФОРТНО И ЭСТЕТИЧНО, РАССУЖДАЕТ КОНСТАНТИН БОГОМОЛОВ, ИМИДЖ-ДИЗАЙНЕР И АНАЛИТИК МОДЫ, РУКОВОДИТЕЛЬ МЕЖДУНАРОДНОГО УЧЕБНОГО ЦЕНТРА BOGOMOLOV' IMAGE SCHOOL.

Плезно в молодости почаще представлять себя в старости, причем с удовольствием. Приучать себя к тому, что она наступит, и в ней нет ничего страшного. Думать: «Я буду стильной старушкой, в черных

очках и на каблуках». Или: «Я буду седой, с пучком на макушке, с пирожками в корзинке и внучком за руку». В юности, конечно, образ старушки с внучком не кажется привлекательным вариантом, а с годами – очень даже притягивает к себе некоторых женщин.

Люди, когда мечтают о счастливой старости, часто говорят: «Я буду есть, пить и говорить все, что захочу!»

Да, и еще они избавятся от необходимости быть постоянно «секси». Сколько тогда у них благодаря этому сэкономится времени!

А что тогда делать – если ты уже не «секси», не игрок на сексуальном поле? Чем занять время, свободное от флирта и секса, от придания себе внешней сексапильности?

Знаете – у меня огромное количество планов на пенсию. Иногда даже кажется: ой, скорее бы! Я сделаю все, что не успел. На склоне лет я увижу мир, буду ездить по странам и городам не по работе, а для удовольствия. А может быть, отправлюсь в провинцию, чтобы выращивать цветы. Может быть, я прочитаю сто книг подряд. Или одну, но очень хорошую. И с удовольствием продумаю свой визуальный образ.

Женщина привыкает к тому, что ее привлекательность здорово облегчает ей жизнь. Ей улыбаются, ее пропускают, ей помогают, ничего не требуя взамен. Все двери перед ней открыты. И вот ты понимаешь,

ность – ему кажется заманчивой перспектива «впасть в детство». Так срабатывает психологическая защита: «Сейчас – плохо. А где нам было хорошо? Ага, в детстве». Он там и оказывается: становится слезливым, беспомощным, капризным, нетерпеливым. Я думаю, что возрастное снижение интеллекта в некоторой степени задается желанием стареющего человека вызвать жалость к себе и получить заботу.

Что-то вроде: я такая бестолковая, ничего не понимаю, помогите мне, защитите меня?

Да, это – один из способов добиться любви, внимания, чтобы со старым человеком сюсюкались и возились как с ребенком. Есть украинская поговорка: шо старэ, шо малэ. Человек растет и развивается, ребенок превращается во взрослого. Плато зрелости можно продлевать, но рано или поздно зрелость сменяется старостью, возможностей все

ней экспертом. Запоминаю имена звезд и режиссеров, мотаюсь виртуально по разным оперным театрам, сравниваю постановки.

Любопытство – способ сохранить ясность ума до глубокой старости. Когда мы начинаем рисовать или разводить цветы, мы находим в этом процессе новый смысл жизни.

И это – правильный путь старения. На мой годичный курс подала заявку женщина 65 лет. Возраст моих студентов – от 25 до 45 лет. И тем не менее я сказал ей: «Да! Конечно, учитесь!» Наверное, она сейчас на пенсии, всю жизнь мечтала – а теперь для мечты появилось время. Не знаю, будет ли она стилистом. Может, и будет.

Как выглядеть возрастной даме, чтобы не быть смешной?

Если вы выглядите смешно и на вас показывают пальцем, это вызывает дискомфорт. И его лучше избегать. Основная опасность – это

КОГДА ЧЕЛОВЕК БОИТСЯ «НЕСЧАСТНОЙ» СТАРОСТИ, ЕГО ПОДСТЕРЕГАЕТ СЕРЬЕЗНАЯ ОПАСНОСТЬ – ЕМУ КАЖЕТСЯ ЗАМАНЧИВОЙ ПЕРСПЕКТИВА «ВПАСТЬ В ДЕТСТВО».



что придет старость, и улыбаться тебе прекратят, и двери закроются...

Да как же это – прекратят улыбаться?! И почему двери закроются?! Когда я вижу элегантную старушку, а у нас в Риге они есть, я с удовольствием смотрю на нее, ухоженную, одетую со вкусом. Да, она идет с палочкой, уже не на каблуках, но все равно остается женственной и вызывает симпатию, нежность и уважение. Это – не сексуальное влечение, это другое чувство. Пробуждать любовь и получать ее можно в любом возрасте.

Когда человек боится «несчастной» старости, он своим страхом притягивает ее к себе. Он думает: «Все закончилось, лучшее – позади. Впереди только тоска и уныние». И его подстерегает серьезная опас-

ность, зависимость от других, как в детстве, – больше.

Так что приобретение на старости каких-то детских черт закономерно. Но – других. Таких как умение удивляться и учиться. Можно найти хобби, где ты – новичок, и увлекаться этим.

Любопытство нас молодит?

Еще как! Недавно я прочитал высказывание, которое мне запомнилось: «Знаете, что меня в последнее время больше всего удивляет? – Ничего!»

Я смотрю показ, вижу неплохую коллекцию «Шанель», но она повторяет себя, бренд Вивьен Вествуд порадовал, но это у Скиапарелли позаимствовано. Наверное, я слишком много знаю и много видел. Что ж, я нашел себе хобби, увлекся оперой и постепенно становлюсь в

отчаянно, карикатурно «канать под девочку». Ходить в короткой юбчонке в 70 лет...

А в 60 еще можно?

Не знаю. Мне недавно попало на глаза собственное интервью 2008 года, где я отвечал на вопросы, касающиеся возраста. Боже, как я мог давать такие рекомендации?! Например: «После сорока пяти подумать о стрижке и не носить распущенные волосы». Как все изменилось за десять лет! Индустрия красоты и антиэйдж привели к тому, что сейчас женщина в пятьдесят выглядит моложе, чем когда ей было тридцать. И я уже не знаю, в каком возрасте пора делать элегантную стрижку.

Распущенные волосы – это юность и романтизм. И в сочетании, нет, даже не с морщинами, а с умудренным жизнью взором они могут вас сделать ▶



ЧТОБЫ ПРАВИЛЬНО СТАРЕТЬ – НУЖНЫ КАКИЕ-ТО СРЕДСТВА, И ПРО ЭТО НЕПЛОХО ПОДУМАТЬ ПРЯМО СЕЙЧАС, ПОКА ЕСТЬ ВРЕМЯ.

комичной старушкой. Но могут и не сделать!

Дама спрашивает у меня насчет поступления на курс. Она колеблется. Мой традиционный ответ: «Если есть сомнения – не поступайте!» Она отвечает: «Я из-за возраста сомневаюсь, все-таки мне уже пятьдесят семь лет». Я был ошеломлен. Она выглядела на ухоженные тридцать пять. Сегодня не угадать возраст женщины. Если вы выглядите молодо, то и чувствуете себя молодо.

Что нужно держать в голове, когда ты стареешь?

Я знаю, как буду выглядеть в старости – очень просто и очень удобно. Я предвкушаю возраст, когда мне не нужно будет напрягаться ради безупречного образа. А лет двадцать назад я был убежден, что на склоне лет стану подтянутым, как огурчик, и безукоризненно одетым, как Лагерфельд. С тех пор сменилось многое. И моя программа на старость – в том числе. Бытовой

casual style для меня – защита от моей нынешней жизни на виду. Возможно, когда эта жизнь останется в прошлом, я вновь захочу привлекать к себе внимание. И сменю свой образ. Стройте планы,



КАРМЕН ДЕЛЬ
ОРЕФАЙС (87 ЛЕТ)

получайте от них удовольствие и меняйте их – это же ваши планы. И это будет правильным.

Нам повезло с эпохой – можно позволить себе очень долгую молодость и зрелость.

Да, старость приходит к нам намного позже, чем полвека назад. Игорь Северянин писал в начале XX века: «Ты – замужем, ты – мать, вся радость – в прошлом...» Анне Карениной было двадцать семь лет, для нас – совсем девушка, а по тем меркам – дама очень зрелая, в наши дни так чувствует себя и ведет сорокалетняя. Бальзаковская женщина – тридцати пяти лет: ее молодость позади, у нее внуки появились, ей бы о душе позаботиться, она же, этакая распутница, все еще хочет урвать от жизни последних наслаждений. А сейчас в тридцать пять женщины только подумывают о браке и детях.

В старости больше всего пугает одиночество. Молодежь отдаляется. Смерть косит ровесников, уже никто не помнит тебя ребенком.

Да, не болезни и не морщины сильнее всего печалят стариков, а одиночество. С тем, что уходят ровесники, ничего не поделаешь. Но остальных можно удержать или хотя бы не отталкивать. Старые люди часто пилят молодых: почему ты не навещаешь? не звонишь? ничего не рассказываешь? Самый простой способ привлечь внимание и полу-



АЙРИС АПФЕЛЬ
(97 ЛЕТ)

чить помощь – заболеть и слечь, какая-нибудь болезнь всегда найдется. Так чаще всего ведет себя женщина, которая одна растила дочь и теперь считает, что дочка ей обязана.

Как преодолеть это одиночество? Не пилить близких, радоваться каждому знаку внимания, окружать себя оставшимися сверстниками. Дом престарелых – вполне здоровый вариант. Кто-то остается дома и оплачивает сиделку, чтобы не быть одному. Если у тебя есть деньги – ты можешь купить себе общение, ну хотя бы стол накрыть и гостей пригласить. Чтобы правильно стареть – нужны какие-то средства, и про это неплохо подумать прямо сейчас, пока есть время.

Вы не обязаны, если не хотите, молодиться, обращаться к пластическим хирургам. Можно просто быть чистой, ухоженной и вкусно пахнуть. Старость – это не болезнь. Это – нормально, как беременность. Ее не стыдятся, ее проживают и ею наслаждаются. ■

С ЧЕМ СЛЕДУЕТ БЫТЬ ОСТОРОЖНОЙ, ЕСЛИ ВЫ ХОТИТЕ ВЫГЛЯДЕТЬ МОЛОДО

● СПОРТИВНЫЙ СТИЛЬ СТАРИТ.

Джинсы, майки, кроссовки – это характерно для возрастной домохозяйки, так как чересчур удобно, не сковывает движений, расслабляет.

● РВАННЫЕ ФОРМЫ СТРИЖКИ

СТАРИТ. Будете с такой стрижкой выглядеть как алкоголичка.

● МЯТАЯ ФАКТУРА ТКАНЕЙ

СТАРИТ. Лицо кажется таким же помятым, как одежда, и возникает подозрение, что тело под ней – тоже дряблое.

● СЛЕНГ И ТАНЦЫ ВРЕМЕН ВАШЕЙ ЮНОСТИ СТАРИТ.

Одна очень пожилая звезда эстрады часто повторяет выражение: «Да мне пофиг!» Она старается быть своей для молодежи и говорить «по-современному», но это не делает ее ни моложе, ни симпатичнее.

● **СТИЛЬ ГРАНЖ СТАРИТ.** Я его очень люблю, но в чем-то обтрепанном и небрежном смахиваю на бомжа. Этот стиль для меня – табу.

● ЧЕМ МЫ СТАРШЕ, ТЕМ БОЛЬШЕ НАМ ПОДХОДЯТ ЧЕТКИЕ ГЕОМЕТРИЧЕСКИЕ ЛИНИИ В ОДЕЖДЕ И ПРИЧЕСКЕ.

Они придают образу собранность и энергию, а значит, и частицу молодости.

● **ПЕРЕХОДИТЕ НА ВАЛЬС, НА ЭЛЕГАНТНЫЙ КОСТЮМ И НА ЯЗЫК РОМАНОВ** Льва Толстого – и тогда вы будете выглядеть моложе. Кстати, прекрасная литературная речь Александра Васильева не старомодна. Она – ретро!

