

На Ирине: купальник — Lise Charmel/«Эстель Адони», палантин — Elie Saab, босоножки — Giuseppe Zanotti Design



Ирина Пегова

Родилась: 18 июня 1978 года в г. Выкса (ныне — Нижегородская обл.)

Семья: дочь — Татьяна (9 лет)

Образование: окончила режиссерский факультет РАТИ-ГИТИСа

Карьера: снялась более чем в 30 фильмах и сериалах, среди которых: «Прогулка», «Космос как предчувствие», «Варенъка», «Пассажирка», «Зоя», «Пять невест», «Маша в законе». Играла в московском театре «Мастерская Петра Фоменко». Ныне — актриса МХТ им. Чехова. В паре с **Андреем Козловским** победила в шоу «Танцы со звездами» (телеканал Россия)

Ирина ПЕГОВА: нужно принять свое тело, лицо и искренне полюбить их

Актриса уверяет, что еще недавно ни за что не согласилась сниматься в купальнике — мешали комплексы и нерешительность. «Я никогда не страдала от недостатка мужского внимания, — говорит Ирина. — Но раньше почти в каждом комплименте искала подвох, сомневалась, что он сказан искренне. Лишь полгода или год назад я начала работать над тем, чтобы по-настоящему полюбить себя».



— Купальники я покупаю по принципу: впору, и хорошо. За модой в этом смысле абсолютно не слежу. Каждый раз, когда думаю, брать или не брать, возникает мысль: «А вдруг больше не найду своего размера?»

На Ирине: купальник — Lise Charmel/«Эстель Адони», платок — Saint James, очки — Mango, босоножки — Vicini



— Сегодняшняя фотосессия — это для меня своего рода работа над собой и преодоление определенных комплексов. Раньше я бы ни за что не согласилась позировать в купальнике!

На Ирине: купальник — Freya/«Золотая Стрекоза», тунника — Missoni/Estelle Haute Creation

► Наша любовь каждый день изменяется объятиями. Вечерами, когда мы встречаемся дома, друг другу ку сильно-сильно обнимаем — это наш маленький ритуал.

— Порой, чтобы полюбить и принять себя, нужно время.

— Для меня этот процесс продолжается до сих пор. Я ведь была воспитана в лучших советских традициях, которые уверенности в себе не прибавляли: «не хвали себя — пусть люди похвастятся», «чем скромнее, тем лучше» и так далее. И мой педагог в институте **Сергей Васильевич Женовач** не уставал повторять, что талант — в скромности. Конечно, в какой-то момент я стала замечать, что излишняя самокритичность мешает и обязательно нужно любить и ценить себя. Не кричать на каждом шагу, какой ты замечательный, а просто знать себе цену. То же касается и тела. Ведь женщины зачастую почему так хотят похудеть и что-то в себе поменять — потому что не любят себя! А нужно принять свое тело и лицо такими, какие они есть. Мы все разные. Есть женщины боттичеллиевского типа, есть тициановского, а есть модильяниевские. И есть пропаганда глянцевых журналов, поддаваться которой попросту глупо, потому что все знают: стандарты красоты в них навязывают дизайнеры определенной ориентации. Конечно, в теории я знаю, как правильно, и долго готова рассуждать на эту тему! (Смеется.) На самом деле только недавно — полгода или год назад — я стала работать над тем,

чтобы искренне принять и полюбить себя, стать уверенной в себе. И сегодняшняя фотосессия для вашего журнала — это для меня тоже своего рода работа над собой и преодоление определенных комплексов. Раньше я бы ни за что не согласилась позировать в купальнике!

Повторюсь, я никогда не страдала от недостатка мужского внимания, мне часто говорили и говорят, какая я красивая и прекрасная. Но только я в это чаще не верила! Мне казалось, что половина комплиментов в мой адрес звучит не просто так, а для чего-то... Ну зачем мужчины делают комплимент? Чтобы сделать приятное! То есть вместо того, чтобы расслабиться и получить удовольствие от услышанного, я начинала выискивать причины, искать подвохи... У нас, женщин, порой так много ерунды в голове, мешающей жить! Сейчас с удовольствием замечаю другое: если выходишь на улицу в красивом платье и у тебя отличное настроение, тебе все в кайф, в радость, то видишь, как твоей энергетикой заряжаются другие люди. Происходит энергетический обмен, которого нельзя стесняться! Кстати, в последнее время я практически не ношу брюки, щорты, в которых мне всегда было комфортно. Выбираю платья, потому что они подчеркивают женственность, а именно этого мне сейчас хочется!

— Проект «Танцы со звездами», в котором вы одержали победу, повлиял на самооценку? Действительно танцы раскрепощают?

— С уверенностью могу сказать: да. Я услышала огромное количество