

# BUNLARIN HEPSİNİ NASIL BAŞARIYOR?

MARIA SHARAPOVA, PLAIDA BİZE POZ VERİRKEN AYNI ANDA HEM NASIL BEDENİNİ FORMDA TUTUP HEM DE ÖZEL HAYATINI VE SAHİBİ OLDUĞU MARKALARI DENGELİ İÇİNDE YÜRÜTTÜĞÜNÜ ANLATIYOR.

FOTOĞRAFLAR PAVEL HAVELCEK  
MODA DİREKTÖRÜ KRISTEN INGERSOLL  
RÖPORTAJ LAUREN BROWN



Kolye, **Zoe Chicco**  
Body, **Nike**  
Etek, **Versace**  
Ayakkabı, **Ruthie Davis**  
Bilezikler, **Karen Egren**

Maria Sharapova'nın elinin değdiği her şeyin büyük bir başarı kazanmasını inkar etmenin imkanı yok. 27 yaşındaki Rus tenis yıldızı, 10 seneyi aşkın süredir kortlarda ve bu süre içinde birçok insanın neredeyse tüm kariyerleri boyunca başardıklarından fazlasını başardı. O, Grand Slam'i tamamlamayı başarabilmiş altıncı kadın (Avustralya, Amerika, Fransa ve Wimbledon, İngiltere Açık Tenis turnuvalarını kazanarak.) Ayrıca, 29 milyon dolarla dünyanın en çok kazanan sporcusu (ama bu miktarın 23 milyon dolarını sadece sahip olduğu şirketlerden kazanıyor) yani Maria Sharapova iş dünyasında da bakışları üstünde topluyor. Yeni lanse ettiği güneş losyonu markası Supergoop! ile lüks şeker markası Sugarpova'yı da kendisi yönetiyor ve böylece ürünlerinin kalitelerinin kendi standartlarının seviyesinde olduğundan emin oluyor. Maria, dünyanın dört bir yanında seyahat etmediği veya Tag Heuer gibi ünlü markaların yüzü olmadığı zamanlarda ise 20'li yaşlarındaki diğer yaşlıları gibi yaşamaya çalışıyor. Yoğun programından arta kalan vakitlerini uzun zamandır erkek arkadaşı olan Bulgar profesyonel tenis oyuncusu Grigor Dimitrov'a ayırıyor. Aynı zamanda egzersiz yapmaya ve sağlıklı, dengeli bir beslenme düzeni izlemeye dikkat ediyor. Bu kadar genç yaşta bu kadar çok şey başarmasına rağmen halen daha neler yapabileceğini düşünüyor. Cosmo'ya kendisi hakkında hiçbir şeyi saklamadan, tüm sırlarıyla bu cesur ve iddialı yaşamını ve her şeyi bir arada nasıl yönetebildiğinin sırlarını anlattı.

**COSMO** Tenis yaşamınızda kazandığınız birçok başarıdan sonra iş yaşamına girmeye karar vermenizi sağlayan ne oldu?

**MARIA SHARAPOVA** Aslında bu kariyerimin ve yaşamımın devamında çok doğal olarak gelişen bir adımdı çünkü tenise çok küçük yaşta başladım. Normalde liseye giderken düzgün bir eğitim almak için bir sonraki adım olarak üniversiteye devam edersiniz. Benim hiçbir zaman böyle bir şansım olmadı çünkü çok genç yaşta profesyonel sporcu oldum. Yaptığım sporun en sevdiğim yanlarından biri ise insanı çok çabuk olgunlaştırması. Çünkü tenis oynamak sadece tenis oynamak ile ilgili değil aynı anda başka şeylerle de ilgili. Sponsorlarla toplantı yapmak, kendinizi nasıl sunacağınızı bulmak, basın toplantılarına gitmek, sorulara doğru şekilde cevap vermek gibi. Ben tüm bu harika olanaklara düzgün bir eğitim görmeden kavuştum. Nike veya Cole Haan gibi firmalarla yaratıcı toplantılara katılıyor veya Frank Gehry gibi bir isimle Tiffany için küpe tasarlarken çalışabiliyor ve mesleklerini çok iyi yapan kişilerden direkt olarak bir şeyleri öğrenebiliyorum. Her zaman kendi işimin sahibi olmayı ve kendi kararlarımı kendimin verebileceğim, o baskıyı hissedebileceğim, küçük kararların büyük farklar yaratabileceği o yoğun anları yaşayabilmeyi istedim. Tenis oynamadığım zamanlarda kendi yaşamım ve işimin kontrolünü kendi elime almaya çok istekliydim.

**C** İş dünyasında öğrendiğiniz en iyi ders nedir?

**M.S.** Eğer kaliteli bir markanız varsa yolunuza devam edersiniz çünkü sonuçta kimse kalite ile tartışamaz. İnsanlar size hayır diyebilir, sizinle tartışabilir ve bir



Bikini üstü, **Triangle**  
Etek, **Vitamin A.**  
Bilezikler, **Karen Egren**  
Yüzükler, **Karen Egren**

şeyin işe yaramayacağını, yapılamayacağını söyleyebilirler. Ama tutkuyla bağlı olduğunuz orijinal ve yaratıcı bir fikriniz varsa, gelişmeye istekliyseniz ve hemen olmasa da zaman içinde mutlaka sonuç alacağını biliyorsanız, sonunda kalite her zaman kazanır.

### **C Şeker markanız Sugarpova'yı yaratırken bu dersten nasıl yararlandınız?**

**M.S.** Önce vizyon ve planınızı bildiğinizden emin olmalısınız çünkü bu tip işlerde ne istediğinizi bilmek çok önemlidir. Ben Sugarpova'yı kurana kadar yumuşak jel şekerlerin kaliteli şekilde sunulan hiçbir çeşidi yoktu. Genelde marketlerde gofretlerin yanında, kötü şekilde paketlenmiş sıkışık halde satılırlardı. Doğru düzgün sunulmuş bir marka yoktu. Ben Sugarpova'nın 1 dolar'lık rafdaki şekerlerden farklı olmasını istedim. Benim vizyonum bu şekerlerin birisine hediye olarak alıp, verilebilecek kalitede olmasıydı. İnsanın daha eline aldığı anda beğeneceği ve kendisini mutlu edecek bir şeker. Yapaçığım şeyin daha pahalı olacağını tahmin ediyordum ve herkes bana başta bu şekerlerin satmayacağını,

insanların sadece 1 dolar'lık şekerlerden almak isteyeceğini söylüyordu. Ben bu fikre katılmıyordum. Ve şimdi Sugarpova olarak 30 farklı ülkede satıyoruz yani görünüşe göre kesinlikle marka beğenildi.

### **C Sizin asıl işiniz tenis ve bu yüzden bedeninizi sağlıklı tutmanız gerekiyor. Bu hiç sizin üstünüzde baskı yaratıyor mu?**

**M.S.** Ben aslında bunun hakkında baskı kelimesini kullanmazdım. Bence bir kadın olarak her zaman kendi bedeninizin ve kusurlarınızın farkındasınız ve yaşlandıkça belli bazı bölgelerinize daha çok özen göstermeniz gerektiğini bilirsiniz. Zamanın bu kadar hızlı uçup, gitmesi çok tuhaf. Daha dün bir ergenken şimdi birdenbire 27 yaşındayım; 30 yaşına yaklaşırken cildinizde daha önce görmediğiniz bazı şeylerin farkına varıyorsunuz. Bu güneşin zararları mı yoksa yaş yüzünden mi bilmiyorum. Belki de tüm yaşamım boyunca çalıştığım içindir. Birden bedeninizin neye nasıl cevap verdiğine daha çok dikkat etmeye başlıyorsunuz.

### **C Beslenme ve egzersiz rutininiz nasıldır?**

**M.S.** Ben yemek yemeyi çok severim. Farklı yemekler denemeyi, dünyanın dört bir tarafına seyahat ederken tapas yemeyi ve arkadaşlarımla bir bardak şarap içmeyi severim. Sosyal olarak farklı yemekleri tadabileceğim bir çevrede olmayı çok seviyorum ve her zaman

egzersiz yapmam gerektiğinin bilincindeyim. Çok katı bir beslenme rejimi hiçbir zaman bana göre değil. Birçok insan "Ah egzersiz yaptıktan sonra kendimi harika hissediyorum" diyor. Ben hiç bu şekilde hissetmedim. Egzersiz yapmam gerektiğini ve bedenimi bırakmam istemediğimi biliyorum ve motive olmak benim için çok önemli. Ama işin güç tarafı egzersiz yapmak için motive olabilmek. Herkes birbirinden farklı şeylerle motive olur, farklı egzersiz kursları ve ortamlarda. Benim için işin sırrı birkaç egzersiz türünü karıştırmakta. Kişisel olarak spor salonlarına gitmekten hoşlanmıyorum ama tenis yüzünden gitmek zorundayım. Şansım olduğu zaman açık havada spor yapıyorum. Bir sahil bölgesinde yaşadığım için şanslıyım ve fırsat buldukça kumların üstünde koşuyorum. Eve geri döndüğümde gerçekten terlenmiş oluyorum ve kendimi iyi hissediyorum. İşte bu benim için bir motivasyon.

### **C Peki, tenis için antreman yaptığınız zamanlarda da sıkı bir diyet planı izlemiyor musunuz?**

**M.S.** Benim sıkı bir beslenme diyetim yok çünkü bence hepimiz aslında kendimiz için neyin iyi olduğunu biliyoruz. Eğer önünüzde bir tabak kurabiye varsa 10 tanesini yemek yerine bir tane yemenin daha sağlıklı olduğunu biliyorsunuz aslında. Bedeninizin neye iyi cevap verdiğini ve neye vermediğinizi biliyorsunuz. Bazı insanlar

sadece bir bardak şarap için ve ertesi gün kendini tembel ve uyusuk hissediyor. Bir dahaki sefer de aynı şekilde hissetmemek için onu içmemeleri gerektiğini bilirler. Veya daha da kötüsü önünüzde olduğu için ve o sırada sosyal olarak çevrenizdeki herkes bir bardak şarap içiyorsa tabii ki siz de bir bardak içersiniz ama sonrasında kendinizi iyi hissetmeyeceğinizi de bilirsiniz. Bu yüzden bedenlerimizin aptal olmadığını düşünüyorum ve bizim için neyin iyi neyin olmadığını bildiğini de. Sanırım sadece vücudumuza giren besinlerin farkında olmalıyız. Ben bir markete gittiğimde sağlıklı besinler alabilmek için biraz daha fazla para öderim. Daha çok organik besin alırım. Bu tip küçük şeyler sayesinde bedenim kendimi daha iyi hisseder.

### **C Tenis kortunda yüzünüzde hiç makyaj olmadan ve saçlarınız bir at kuyruğu ile toplu olarak ve terleyerek çok fazla vakit geçiriyorsunuz. Peki, kendinizi ne zaman seksi hissedersiniz?**

**M.S.** Sabahları uyandıktan zaman kendimi tazelenmiş ve temiz hissedirim. Belki bunun sebebi uyurken bedenlerimizin dinlenmesidir. Yataktan yeni

kalkmış ve saçlarınız hafif karışık iken en seksi olduğunuz an diye düşünmüşümdür hep. Yüzünüzde hiç makyaj olmadan doğal halinizle üstünüzde pijama veya boxer şort ile kısa bir tişört varken panjurları açtığınızda güneş üstünüze çarpar; işte bana göre o an en seksi olduğunuz zamandır.

### **C O zaman güzellik rutininiz de basit ve kolay mı?**

**M.S.** Antreman yaparken pek makyaj yapmam çünkü sürekli terlerken zaten yüzünüzde makyajın durması çok zor. Aslında doğal olmaktan veya kusurlarım olmasından rahatsız olmuyorum. Her zaman iyi bir güzellik rutininin iyi uyumak ve bol su içmekle başlaması gerektiğine inanırım. Sanırım insanlar bu iki şeyi her zaman biliyorlar sadece buna gerekli önemi ve değeri vermiyorlar. Tabii birçok insan da işe gitmek için çok erken kalkmaları gerektiği için veya küçük çocukları olduğundan uykularını iyi alamıyorlar. Ben her sabah uyanırdığımda yarım litre su içerim. Yatağımın yanında beş küçük şişe vardır ve gününe böyle başlarım. Böylece bedenimin temizlendiğinden emin olurum. Benim

**"HER ZAMAN KENDİ KARARLARIMI ALABİLECEĞİM BİR İŞİMİN OLMASINI İSTEMİŞİMDİR."**



küçük bir mesanem var ve gün içinde sık sık tuvalete gitmek zorunda kalıyorum ama en azından bunun vücudum için iyi olduğunu biliyorum. Her zaman taze ve iyi bir cildin sırrının bu olduğuna inandım. Böyle bir cildin üstünde zaten makyaj da daha iyi durur.

### **C Bulgar tenisçi Grigor Dimitrov ile birliktesiniz. Yoğun programlarınız arasında birbirinize nasıl bağlı kalıyorsunuz?**

**M.S.** Bizim sürekli seyahat ettiğimiz için normal bir yaşamımız yok; bu bir gerçek. Birlikte yaşadığımız halde zamanımızın çoğu yollarda geçiyor ve bazen turnuvalarımız çakışsa da ikimizin de boş olduğu bir günün denk gelmesi bile ender gerçekleşiyor. Ne zaman elimize böyle bir şans geçerse o zamanı birlikte geçirmekten hoşlanıyoruz. Birbirimize çok yakınız, ayrı olduğumuz her gün mutlaka konuşuyoruz ve yapabildiğimiz zaman da saat farkına bağlı olarak FaceTime ile görüntülü konuşuyoruz.

### **C İkinizin de tenis oynaması ve böyle bir ortak noktanızın olması bir artı mı?**

**M.S.** Biz bunu bilerek seçmedik bu yüzden bir artı olup olmadığını bilmiyorum. Ama ikimizin de

birbirimizin işini anlaması ve saygı göstermesi güzel bir şey. Programlarımız birbirinden çok farklı dolayısıyla işin en zor yanlarından biri bu. Hafta sonları boş olan çiftlerden biri olsaydık bazı şeyleri daha kolay koordine edebilirdik ama arada sırada arkadaşlarla akşam yemeği yemekten başka bir şey için plan yapabildiğimiz zamanlar ender. Genelde benim bir boş günüm varsa onun o gün antrenman yapması gerekiyor veya tam tersi.

### **C Siz kariyerinizin her alanında başarılı olma ve çok fazla para kazanma şansına sahip oldunuz. Hiç bu başarınız ilişkinizde sorun haline geldi mi?**

**M.S.** Bekar ve yalnız da olsam para hiçbir zaman yaşamımın amacı olmadı. Kariyerimde çok para kazanabilecek kadar şanslıyım ve bu sayede güzel bir evim var ve rahatça seyahat ediyorum. Bunlar tabii ki sahip olduğum için minnettar olduğum inanılmaz lüksler. Ama bunların ilişkimiz için hiçbir zaman önemli olduğunu düşünmedim. Evet, arada bir birbirimizi şımartabilmek güzel ama ikimiz de kariyerlerimize çok saygı duyuyoruz ve işin maddi yönü bizim odaklandığımız bir konu değil.

### **C Peki biriniz çok iyi oynadığınız ama diğeriniz zor bir dönemden geçtiğinizde ve kaybettiğinizde ne oluyorsunuz?**

**M.S.** Sanırım böyle zamanlarda sporu daha iyi anlıyoruz ve duygularımızı dengeleyerek çok aşırı uçlarda sevinçleri ve üzüntüleri yaşamamaya çalışıyoruz. Ne olursa olsun bu ikisinin arasında bir yerde kalmaya çalışıyoruz. Ne kadar heyecan verici veya zor bir durum içinde olursak olalım böyle.

### **C Tenis son derece rekabetçi bir ortam. Bu baskıyla nasıl başa çıkıyorsunuz?**

**M.S.** Bu kendinizi nasıl gördüğünüzle, daha çok gelişmeyi ve iyi olmayı istemenizle alakalı. Kendinizi diğer oyuncular ve kişilerle kıyaslarken çok bencil olmalısınız. Çünkü orada yarışmak için bulunuyorsunuz. O yüzden beklentilerinizi iyi belirlemeniz ve onlara ulaşabilmek için çok çalışmanız; kendinizi en iyi seviyeye getirmeniz gerek. Günün sonunda en önemli şey, kendi kendinizle yarışmanız; başka kimseyle değil çünkü eğer kendinizi en iyi duruma getirebilerseniz diğer her şey de yerli yerine oturur.

### **C Kadınlara tenis dünyasında erkeklerden daha farklı davranıldığını düşünüyor musunuz?**

**M.S.** Sanırım biz diğer alanlarda da olduğu gibi bu alanda da birçok güçlükle savaşıyoruz ama bu her toplumun bir parçası ve biz de sonuna kadar bu konuda savaşağız, farkındalık yaratacağız ve konuşacağız. Hepimiz

son derece güçlü kadınlarız. Ve bu seviyeye ulaşabilmek için ne kadar çok çalışmak ve fedakarlık yapmak gerektiğinin bilincindeyiz.

### **C Aileniz kariyerinizin başlangıcında çok etkili oldu. Şimdi sizi nasıl destekliyorlar?**

**M.S.** Onlar halen kariyerimin büyük birer parçası ve ikisi ile de çok yakınlığım. Babam yıllar boyunca benim koçluğumu yaptı; halen bazen antrenman haftalarında yapıyor. Annem aynı zamanda çok iyi arkadaşım. Onlar bana çok, çok yakınlar. Ben onlarla beraber büyüdüm ve tek çocuğum. Normalde çocuklar belli bir yaşa geldiklerinde ailelerinden biraz uzaklaşmak isterler ama ben onlarla yakın oldum ve çevremde olmalarına bayılıyorum. Ailem sayesinde çok dengeli bir yaşam sürüyorum.

### **C Wimbledon Tenis Turnuvası'nı 17 yaşında kazandınız. Şimdi o yaştaki halinizle konuşabilseniz ona tavsiyeniz ne olurdu?**

**M.S.** Kendime bir şey söylemek isteyeceğimi zannetmiyorum çünkü o anı aynı heyecan ile yaşamak isterdim. Gelişmem gerektiği zaman geliyorum ve ayakta kalmam gerektiği zaman da bir şekilde bunun bir yolunu bulurum. Neyi beklediğimi bilseydim o zaman yolculuk o kadar heyecanlı olmazdı.

### **Ve yolculuğunuz halen devam ediyor! Biz de devamında ne geleceğini görmek için sabırsızlanıyoruz!**

MODA EDITÖRÜ: JESSIE AJLUNI, SAÇ: JOHN D. TRESEMANE ÜRÜNLERİYLE/STARWORKSARTISTS.COM, MAKYAJ: KARA YOSHIMOTO BUA CHANEL ÜRÜNLERİYLE/STARWORKSARTISTS.COM, MANİKÜR: KAREN GUTIERREZ/CATE LONDON NAILING HOLLYWOOD, PRODÜKSİYON: JEWEL BENNETT/PORKCHOP PRODUCTION SERVICES, INC

# Maria Sharapova

### **MARIA SHARAPOVA TAKMA ADI:**

*Zaichuk (annem beni böyle çağırır)*

### **EĞER İSTEDİĞİNİZ HERHANGİ BİRİSİYLE (SPORCU OLMAMASI KOŞULU İLE) TENİS OYNAYABİLSEYDİNİZ, KİMİNLE OYNARDINIZ?**

*Bono.*

### **PLAJA O OLMADAN GİTMEYİ:**

*Supergoop güneş losyonu*

### **KENDİME İZİN VERDİĞİM BİR GÜN ŞUNLARI YERİM:**

*Cupcake, çikolata, dondurma.*

### **TÜM YAPTIĞIM SEYAHATLER ARASINDA BENİ EN ÇOK BÜYÜLEYEN YER:**

*Japonya. İnsanlarına, yemeklerine ve sığınışına bağlıyorum.*

### **EGZERSİZ YAPARKEN DİNLEMİYİ SEVDİĞİM MÜZİK:**

*Rihanna veya Shakira'dan herhangi bir şey.*

Bluz, DKNY  
Etek, Camilla and Marc  
Ayakkabı, DKNY  
Bileklikler, Karen Egren  
Yüzük, Karen Egren

### **KENDİME EN ÇOK ÖRNEK ALDIĞIM KADIN:**

*Annem; en yakın arkadaşım.*

### **DOLABIMDAN HİÇBİR ZAMAN ATMAYACAĞIM TEK ŞEY:**

*Rick Owens marka kashmirlerim.*

### **RAHATLAMAK İÇİN GİTTİĞİM YER:**

*Plaja gidip dalgaları dinlemek.*

### **EN SEVDİĞİM ATIŞTIRMALIK:**

*Kurutulmuş mango ve gökyüzü renkli jel şekerler.*

### **ŞİMDİYE KADAR ALDIĞIM EN İYİ TAVSİYE VEYA ÖZLÜ SÖZ:**

*Cesur, dürüst ve gerçek ol.*

### **BENİM HAKKIMDA BİLİNMEYEN AMA ŞAŞIRTICI BİR GERÇEK:**

*İnatçı bir mükemmeliyetçiyim.*

### **HALEN YAPMAM GEREKENLER LİSTESİNDE OLANLAR:**

*Daha seyahat etmediğim yerlere gitmek; Kambocya, Küba ve Barcelona.*

*Herkese merhaba!  
Sevginiz ve desteğiniz için çok teşekkür ediyorum!  
Çok tatlı bir gün geçirin!*

**“HER ZAMAN İYİ BİR GÜZELLİK  
RUTİNİNİN İYİ UYUMAK VE BOL  
SU İÇMEKLE BAŞLAMASI  
GEREKTIĞİNE İNANIRIM..”**