

*Быть  
как Одри  
Хепберн*





МЕЛИССА ХЕЛЛСТЕРН

*Быть  
как Одри  
Хепберн*

*Секреты стильной жизни  
от легендарной звезды*



УДК 304.3  
ББК 60.56  
Х 36

Melissa Hellstern  
HOW TO BE LOVELY  
The Audrey Hepburn Way of Life

Copyright © All rights reserved including  
the right of reproduction in whole or in part in any form.  
This edition published by arrangement with Dutton,  
a member of Penguin Group (USA) LLC,  
a Penguin Random House Company.

Перевод *Ирины Крупичевой*

Художественное оформление *Галины Булгаковой*

В оформлении суперобложки использован  
кадр из фильма «Завтрак у Тиффани» («Breakfast at Tiffany's»),  
США, 1961 год: Ronald Grant / Mary Evans / DIOMEDIA

**Хеллстерн, Мелисса.**

Х 36 Быть как Одри Хепберн. Секреты стильной жизни от  
легендарной звезды : [перевод с английского] / Мелис-  
са Хеллстерн. — Москва : Эксмо, 2015. — 208 с. : ил. —  
(KRASOTA. Иконы стиля).

ISBN 978-5-699-76899-8

Если речь идет об эlegantности и стиле, мало кто может превзойти  
Одри Хепберн. Ее имя стало нарицательным. Выражение «настоящая  
Одри» используют, чтобы описать неуловимое сочетание грации, эле-  
гантности, очарования и мудрости. В этой книге вы сможете найти  
ответы на вопросы о любви, счастье, красоте, стиле, здоровье, воспи-  
тании детей, дружбе и человечности.

Пусть свет, которым она делилась с миром, озарит жизни тех из  
нас, кого она продолжает вдохновлять.

УДК 304.3  
ББК 60.56

© Крупичева И.Ю., перевод  
на русский язык, 2014  
© Оформление. ООО «Издательство  
«Эксмо», 2015

ISBN 978-5-699-76899-8

Посвящается  
лучшим учителям, о которых девушка  
может только мечтать —  
моим бабушкам.

«Моя жизнь — это не теории и формулы.  
Частично это инстинкт, частично здравый смысл.  
Логика — это такое же хорошее слово, как и любое  
другое, и я поглощена логикой, которую впитала  
из всего и из каждого... из моей матери,  
из обучения балету, из журнала VOGUE,  
из законов жизни, из здоровья и природы».

**Одри ХЕПБЕРН**



## Содержание

---

	ВСТУПЛЕНИЕ	9
глава 1.	<b>Счастье</b> КАК ОБРЕСТИ БЛАЖЕНСТВО	10
глава 2.	<b>Успех</b> КАК ОБРАТИТЬ НА СЕБЯ ВНИМАНИЕ	32
глава 3.	<b>Здоровье</b> КАК БЫТЬ КРАСИВОЙ	56
глава 4.	<b>Любовь</b> КАК ПОЛУЧИТЬ ТО, ЧЕГО ВЫ ЗАСЛУЖИВАЕТЕ	78
глава 5.	<b>Семья</b> КАК ЗАБОТИТЬСЯ О ТЕХ, КОГО ТЫ ЛЮБИШЬ	98
глава 6.	<b>Дружба</b> КАК ПОСТРОИТЬ ОТНОШЕНИЯ НА ВСЮ ЖИЗНЬ	112
глава 7.	<b>Самореализация</b> КАК ДОБИТЬСЯ МАКСИМУМА	128
глава 8.	<b>Стиль</b> КАК БЫТЬ ИКОНОЙ СТИЛЯ	152
глава 9.	<b>Слава</b> КАК СПРАВИТЬСЯ С ИЗВЕСТНОСТЬЮ	170
глава 10.	<b>Человечность</b> КАК ИЗМЕНИТЬ МИР	183
	ПРОДОЛЖАЯ НАСЛЕДИЕ	199
	СЛОВА БЛАГОДАРНОСТИ	200
	ИСТОЧНИКИ	201
	АВТОРЫ ФОТОГРАФИЙ	205



## **Вступление**

---

Если речь идет об эlegantности и стиле, лишь немногие женщины могут превзойти Одри Хепберн. Ее имя стало нарицательным. Выражение «это *настоящая Одри*» используют, чтобы описать неуловимое сочетание грации, эlegantности, очарования и мудрости.

Хотя ее стиль в одежде сохраняет свое влияние в моде, характер определенно выдержит проверку временем. Одри научила нас тому, что быть женщиной — это так же просто, как знать, кем ты являешься, а кем нет.

Мы почему-то уверены, что именно у нее есть правильные ответы на вопросы: «Таким, как мы, задают удивительные вопросы... Вопросы любые — от того, что я думаю о любви или каково это быть звездой, до очень серьезных, даже политических, таких же острых, как вилы. И вот я, невинная маленькая актриса, пытающаяся делать свою работу, а оказывается, что мое мнение о политике на Среднем Востоке чего-то стоит. Я не говорю, что у меня нет мнения, но я сомневаюсь, что оно стоящее».

Для мира она олицетворяла собой женщину во всех ее проявлениях, и мы хотим к этому приобщиться. И это желание остается неизменным. Читая строки из ее интервью, которые она давала в течение многих лет, мы, возможно, найдем для себя что-то новое, а кое-что уже отлично нам известно.

Пусть свет, которым она делилась с миром, осветит жизни тех из нас, кого она продолжает вдохновлять.

**Как обрести блаженство**

---





глава 1

# *Счастье*

---

«Самое главное — это  
наслаждаться жизнью —  
быть счастливым, только это  
и имеет значение».







счастливой жизни люди стремятся в любой культуре, в любой стране, в любом поколении. Но до сих пор не существует правил, позволяющих ее достичь. И чем больше вы стараетесь определить, что такое «счастье», тем более неуловимым оно кажется.

Сейчас мы уже знаем, что за деньги его не купишь. Есть множество счастливых людей, у которых денег очень мало. У других денег, наоборот, много, а вот счастья нет.

И тем не менее мы все ищем причину для счастья. А что, если дело не в том, что с нами происходит, что мы имеем или где живем, а в том, как мы на все это смотрим? Вполне вероятно, что розовые очки — это совсем неплохая идея.



«Однажды я слышала  
определение:  
счастье – это здоровье  
и короткая память! Мне  
бы хотелось, чтобы  
это я его придумала,  
потому что оно очень  
верно».

## **Отношение — это все**

Когда-то Одри Хепберн была просто девочкой.

Эта девочка занималась балетом и мечтала стать следующей Анной Павловой. Она лазала по деревьям вместе со своими братьями. Читала книги в своей комнате и часто чувствовала неуверенность в окружающем мире, но училась с этим справляться. Этой девочке нравилось быть любимой, как и всем нам.

Она росла, на ее пути появлялись те же трудности, что и на нашем. Разочарование. Досада. Борьба. Уменьшающийся счет в банке. А еще такое, что большинству из нас трудно даже представить, — мгновенный успех, слава, выкидыши, руководство киностудии, и все это на глазах у всего мира.

Независимо от того, что жизнь подбрасывала ей, Одри всегда была человеком, который искрится. Она никогда не забывала о том, о чем мы часто забываем: жизнь сама по себе — это большая удача.