



УДК 821.133.1
ББК 84(4Фра)
Б48

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Anne Berest; Audrey Diwan; Caroline de Maigret; Sophie Mas
HOW TO BE PARISIAN WHEREVER YOU ARE: LOVE, STYLE, AND BAD HABITS
Copyright© Anne Berest, Audrey Diwan, Caroline de Maigret, and Sophie Mas, 2014

Перевод *Ирины Наумовой*
Художественное оформление *Петра Петрова*



Б48

Берест, Анна.

Как почувствовать себя парижанкой, кем бы вы ни были / Анна Берест, Одри Диван, Каролин де Мегре, Софи Мас ; [пер. с фр. И. Ю. Наумовой]. – Москва : Эксмо, 2021. – 264 с. : ил. – (KRASOTA. Французский шарм).

Авторы этой книги – четыре подруги, которые живут в Париже. Четыре женщины с очень разной судьбой и непохожими характерами, но объединенные французской тягой к превращению своей жизни в роман. Любимицы французской богемы откровенно говорят о том, что значит быть парижанкой сегодня, рассказывают о своих оригинальных взглядах на стиль, красоту, культуру, вечеринки, общение и отношения с мужчинами. Француженки несовершенны, немного эгоистичны и упрямы, порой непредсказуемы, но вместе с тем нежны и романтичны. Вы узнаете, какие книги читают парижанки, какие фильмы они смотрят, что готовят для званных ужинов, как воспитывают детей, какой стиль в одежде предпочитают, как строят карьеру и отношения с любимым. Побывайте на первом свидании, домашних посиделках и торжественном приеме по-французски. Авторы научат вас выглядеть роскошно и при этом естественно, быть таинственной, чувственной и утонченной, как настоящая парижанка.

УДК 821.133.1
ББК 84(4Фра)

Издание для досуга
KRASOTA. ФРАНЦУЗСКИЙ ШАРМ

Анна Берест, Одри Диван, Каролин де Мегре, Софи Мас
КАК ПОЧУВСТВОВАТЬ СЕБЯ ПАРИЖАНКОЙ, КЕМ БЫ ВЫ НИ БЫЛИ
Главный редактор *Р. Фасхудинов*. Руководитель направления *Л. Ошеверова*
Ответственный редактор *Д. Крашенинникова*. Художественный редактор *П. Петров*

В оформлении обложки использована иллюстрация: Anna Paff / Shutterstock.com
Используется по лицензии от Shutterstock.com

Официальный
интернет-магазин
издательства «ЭКСМО-АСТ»

book 24.ru

ISBN 978-5-699-76289-7



9 785699 762897 >

ISBN 978-5-699-76289-7

ООО «Издательство «Эксмо»
123308, Россия, Москва, ул. Зорге, дом 1, строение 1. Тел.: 8 (495) 411-68-86.
Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru
Финансирование: «ЭКСМО» АКБ Басмасы, 123308, Россия, Москва, Зорге көшесі, 1 үй, 1 қиматат.
Тел.: 8 (495) 411-68-86.
Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru
Тауар белгісі: «Эксмо»
Интернет-магазин: www.book24.ru
Интернет-дүкен: www.book24.kz
Импорттер в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы»
Қазақстан Республикасының импорттары «РДЦ-Алматы» ЖШС.
Дистрибутор и представитель по прямому поручению на производство,
в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»
Қазақстан Республикасының дистрибутор және еңім болшыра арна-талпаптарды
қабылдаушыны өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС.
Алматы қ., Дембровский көш., 3-қаб., литер Б, обіес. 1.
Тел.: 8 (727) 251-59-90/91/92. E-mail: RDC-Almaty@eksmo.kz
Финанс жарамдылық мерзімі шектелмеген.
Сертификация туралы ақпарат сайты: www.eksmo.ru/certification
Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ
о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Эксмо»
www.eksmo.ru/certification
Өндірген мемлекет: Ресей. Сертификация қарастырылмаған

Подписано в печать 14.10.2020. Формат 70x100¹/₁₆.
Печать офсетная. Усл. печ. л. 21,39.
Доп. тираж 2000 экз. Заказ



© Наумова И.Ю., перевод на русский язык 2014
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2021

*История должна иметь начало,
середину и конец, но необязательно
в таком же порядке.*

ЖАН-ЛЮК ГОДАР

СОДЕРЖАНИЕ

Введение | 11

1. Основные принципы

АФОРИЗМЫ | 15

ПАРИЖАНКА ГЛАЗАМИ ПАРИЖАНИНА | 16

ЧЕГО ВЫ НИКОГДА НЕ НАЙДЕТЕ В ШКАФУ ПАРИЖАНКИ | 20

САМЫЕ ЗНАМЕНИТЫЕ ПАРИЖАНКИ... ИНОСТРАНКИ | 22

ПЕРВОЕ СВИДАНИЕ В «CAFÉ DE FLORE» | 26

ПАРИЖСКИЙ ЮМОР | 30

ПАРИЖСКИЙ ПАЗЛ — ЗИМА/ЛЕТО | 32

МЕЛАНХОЛИЯ | 34

НЕСОВЕРШЕННАЯ МАТЬ | 36

КАК ОТВЕЧАТЬ НА ТЕЛЕФОННЫЕ ЗВОНКИ | 38

ДОСТОИНСТВО ПРЕСТИЖНОЙ ВЕЩИ | 40

БУДЬ ЕСТЕСТВЕННОЙ | 44

ПАРИЖАНКА НА СКАМЕЙКЕ | 50

БЕЗВКУСИЦА | 52

КОМПЛЕКТ ПЕРВОЙ НЕОБХОДИМОСТИ | 53

СЦЕНКИ ИЗ ПАРИЖСКОЙ ЖИЗНИ / ДУБЛЬ 1-й | 54

2. Смирись со своими дурными привычками

ДА. НО НЕТ. НО ДА | 58

КАК ВНУШИТЬ ЕМУ МЫСЛЬ О ТОМ... ЧТО У ТЕБЯ ЕСТЬ
ЛЮБОВНИК | 60

ПАРИЖАНКА ЗА РУЛЕМ | 62

ОБ ИСКУССТВЕ ЦЕЛОВАТЬСЯ | 66

КАК ПРИНИМАТЬ ГОСТЕЙ, ПРИГЛАШЕННЫХ НА УЖИН | 68

ХОЛОДНАЯ ИЛИ ОТРЕЗВЛЯЮЩАЯ? | 78

НЕДОВОЛЬНАЯ ПАРИЖСКАЯ МИНА | 82

ПАРИЖСКИЙ СНОБИЗМ | 84

ПАРИЖАНКА НА РАБОТЕ | 86

ДЕТИ: ЧЕГО ОНА НИКОГДА НЕ ГОВОРИТ | 88

ЛУЗЕР | 90

КАК ВЫВЕСТИ МУЖЧИНУ ИЗ РАВНОВЕСИЯ | 92

ДИЛЕММА С ТРЕНАЖЕРНЫМ ЗАЛОМ | 94

СЦЕНКИ ИЗ ПАРИЖСКОЙ ЖИЗНИ / ДУБЛЬ 2-й | 96

3. Культивируй свою привлекательность

ОБРАЗ НА 24 ЧАСА В СУТКИ | 100

САМОЕ ГЛАВНОЕ | 102

ТРИ САНТИМЕТРА И НЕ БОЛЕЕ | 106

КНИЖНЫЙ ШКАФ | 108

МИНИ-ЮБКА | 112

КАК СПАСТИ СВОЮ КОЖУ | 114

БОГАТСТВО | 116

ЖЕНЩИНА В ЧЕРНОМ | 118

ВРЕМЯ ОСТАНОВИЛОСЬ | 120

ПАРИЖАНКА В МАЛЕНЬКОМ СИНЕМ ПУЛОВЕРЕ | 124
ГЛАЗАМИ АМЕРИКАНСКОГО ПИСАТЕЛЯ | 126
СИМОНЫ | 128
В ДЕРЕВНЕ | 132
НАИЛУЧШАЯ ВЕРСИЯ СЕБЯ САМОЙ | 136
НЕ СПЕШИ | 138
ЮВЕЛИРНЫЕ УКРАШЕНИЯ | 140
СЦЕНКИ ИЗ ПАРИЖСКОЙ ЖИЗНИ / ДУБЛЬ 3-Й | 142

4. Осмелься любить

ИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА | 146
ОПТИМИСТИЧЕСКИЕ РАССУЖДЕНИЯ О ЛЮБВИ | 148
НАСТОЯЩЕЕ ОРУЖИЕ | 150
ВЛЮБЛЕННАЯ В ЛЮБОВЬ | 156
СОВЕТЫ НАШИХ МАТЕРЕЙ О ЛЮБВИ | 158
ЕЩЕ ОДНА ИЗЮМИНКА | 160
ВЕЧЕРИНКА | 164
ЛЕНЧ ПОСЛЕ СЕКСА | 170
ОБНАЖЕННАЯ | 172
ДЕВИЧЬЯ ШАЙКА | 174
МУЖЧИНА, КОТОРОГО У ТЕБЯ НИКОГДА НЕ БУДЕТ | 176
БРАК ПО-ПАРИЖСКИ | 179
ОТДЕЛЬНАЯ СПАЛЬНЯ | 184
СЦЕНКИ ИЗ ПАРИЖСКОЙ ЖИЗНИ / ДУБЛЬ 4-Й | 188

5. Несколько парижских советов

СПИСОК НЕОТЛОЖНЫХ ДЕЛ | 192

«СДЕЛАЙ САМ» | 200

АЗБУКА АДЮЛЬТЕРА | 202

ИСКУССТВО УБЕЖДЕНИЯ | 204

НЕИСТРЕБИМЫЕ БЛЮДА ФРАНЦУЗСКОЙ КУХНИ | 206

КАК НАКРЫТЬ НА СТОЛ | 212

ТВОЯ ДОСКА НАСТРОЕНИЯ | 214

ГАЛАНТНОСТЬ | 216

ОСВЕЩЕНИЕ | 218

САЛОННЫЕ ИГРЫ | 220

МАЛЕНЬКАЯ, НО НЕОБХОДИМАЯ РОСКОШЬ | 224

ВОСКРЕСНЫЕ РЕЦЕПТЫ | 226

СЕКРЕТЫ НАШИХ ДЕРЕВЕНЬ | 230

ТЫ В ПАРИЖЕ, КОГДА СМОТРИШЬ ЭТИ ФИЛЬМЫ | 234

СЦЕНКИ ИЗ ПАРИЖСКОЙ ЖИЗНИ / ДУБЛЬ 5-й | 238

ЧТО У НАС ОБЩЕГО | 242

15 НЕОБХОДИМЫХ СЛОВ | 244

АДРЕСНАЯ КНИЖКА | 250

БЛАГОДАРНОСТИ | 259

ФОТОГРАФИИ И ИЛЛЮСТРАЦИИ | 260

ОБ АВТОРАХ | 263

ВВЕДЕНИЕ

Нет, парижанки не обладают геном стройности, не всегда покладисты, и, конечно, они — не идеальные матери.

Они — несовершенны, бестолковы, неточны и вероломны.

Порой парижанки бывают забавны, внимательны к окружающим, любопытны, поскольку унаследовали некое искусство жить на французский манер.

За границей часто задают одни и те же вопросы. На чем зиждется ее беспечность, умение выглядеть так, словно она не приложила к этому никаких усилий? Как добиться бесподобно растрепанной прически? Как ей удается внушать мужчинам столько фантазий, навязывая им при этом равенство полов?

Мы — четыре давнишние подруги, рука об руку перешедшие со школьной скамьи в жизнь взрослых женщин. Четыре девчонки, живущие в Париже, четыре женщины с очень разной судьбой и непохожими характерами, но объединенные нашей французской тягой к превращению своей жизни в роман.

I

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ



АФОРИЗМЫ

**повторять каждый вечер, лежа в кровати,
даже в пьяном состоянии**

Не бойся стареть. Не бойся ничего. Кроме страха. * **Выбери себе духи, пока тебе не исполнилось тридцати. Пользуйся ими в течение последующих тридцати лет.** * Когда ты разговариваешь. Когда ты смеешься. Никто не должен видеть, какого цвета твои десны. * **Выбери что-нибудь из того, что по вкусу всем: оперу, котят, клубнику... возненавидь это.** * Если в твоём гардеробе всего один пуловер, пусть он будет кашемировый. * **Носи черное белье под белой блузкой. Это как два вдоха над музыкальной партитурой.** * Лучше жить вместе с человеком противоположного пола. А не прижавшись к нему. За исключением тех случаев, когда ты занимаешься любовью. * **Не храни верность. Обманывай свои духи. Но только тогда, когда холодно.** * Больше ходи в музеи, театры и на концерты: так приобретаешь здоровый цвет лица. * **Осознай свои достоинства. Осознай свои недостатки. Работай над ними втайне от окружающих. Но не влюбляйся в них.** * **Делай вид, что не прикладываешь усилий. Все должно казаться легким и простым.** * **Слишком много макияжа. Слишком много цвета. Слишком много аксессуаров. Вдохни, выдохни. Успокойся. Убавь.** * Пусть в твоём облике всегда остается одна мелкая небрежность. Потому что все дело в мелочах. * **Ты для себя — героиня. Прежде всего.** * **Стриги себе волосы сама. Или попроси делать это свою соседку. Конечно, ты знаешь отличных парикмахеров. Но это всего лишь друзья.** * **Всегда будь соблазнительной. Утром в булочной, ночью, когда идешь за сигаретами, или когда ждешь детей у школы. Кто знает.** * **Никаких седых волос. Или только седые волосы.** * **Мода правит миром. Парижанки правят модой. Серьезно? Какое это имеет значение? Мир нуждается в сказках.**

Парижанка глазами парижанина

«Кто мог бы дать идеальное определение парижанки?»

Я долго задавала себе этот вопрос, прежде чем на меня снизошло озарение: разумеется, он.

Этот тип, который сидит напротив меня в кухне. Человек, с которым я делю жизнь. Удивленный моим вопросом, он что-то бормочет.

Я в отчаянии смотрю на него.

Не мог бы он придумать что-нибудь пооригинальнее, чем эти избитые фразы о нашей невероятной походке и изысканных духах?

«Ты это серьезно? Ты правда хочешь об этом поговорить?» — спросил он меня, прислонившись спиной к раковине, — и он начал говорить. Без остановки. Словно читал наизусть заученную проповедь, которую мог бы произнести с закрытыми глазами.

«Прежде всего, — сказал он мне, — парижанка никогда не бывает довольной. Вот доказательство. Я говорю тебе, что ты самая красивая в мире, а тебе все мало.