

ЛИЛИ КОЛЛИНЗ

# Без фильтра

Ни стыда,  
ни сожалений,  
только я



Издательство АСТ  
Москва



## ОБ АВТОРЕ

Индустрия развлечений была значительной частью жизни Лили Коллинз ещё со времён её детства, проведённого в Англии. Переехав в Лос-Анджелес, Лили посещала детскую театральную школу и принимала участие в многочисленных театральных постановках. В 2009 году Лили дебютировала в номинированном на «Оскар» фильме «Невидимая сторона», а в 2016 году она сама была номинирована на премию «Золотой глобус» в номинации «Лучшая женская роль — комедия или мюзикл» за участие в фильме «Вне правил». На её счету съёмки в таких фильмах как: «Пастырь», «Погоня», «Белоснежка: мечь гномов», «Учитель английского», «Застрял в тебе», «Орудия смерти: Город костей», «С любовью, Роза», «До костей», «Окча» и «Halo of Stars», а также роль в телесериале «Последний магнат». Помимо всего прочего Лили обожает журналистику, страсть к которой обнаружила у себя в пятнадцать лет, когда работала в британской редакции журнала «ELLE Girl». Позднее она освещала президентские выборы 2008 года на канале «Nickelodeon», писала о съездах Демократической и Республиканской партий США в блоге журнала «Seventeen», а также являлась пишущим редактором журналов «CosmoGirl» и «Los Angeles Times Magazine». Лили всегда стремилась воодушевлять молодых людей пользоваться своим правом голоса. Начиная со старшей школы она участвовала в национальных конференциях, посвящённых вопросам того, как поощрить современную молодёжь сплотиться и высказаться. Это дебютная книга Лили.

УДК 821.111-94(73)  
ББК 84(7Coe)-44  
К60

Lily Collins  
UNFILTERED: NO SHAME, NO REGRETS, JUST ME.

Печатается с разрешения автора и литературного агентства  
*Intercontinental Literary Agency Limited*

Перевод *Екатерины Прокопьевой*

**Коллинз, Лили.**

К60 Без фильтра. Ни стыда, ни сожалений, только я / Лили Коллинз; пер. с англ. Е. Прокопьевой. — Москва: Издательство АСТ, 2018. — 256 с.

ISBN 978-5-17-103000-1

Лили Коллинз — не только одна из самых востребованных молодых актрис, покоровившая сердца миллионов поклонников своими ролями в кино и на телевидении (фильмы «Орудия смерти: Город костей», «Белоснежка: Мечь гномов» и др.), но и автор остроумных текстов. Она писала колонки для журнала *Elle Girl*, вела блог в *Seventeen*, была приглашенным редактором в изданиях *CosmoGirl* и *Los Angeles Times*. В своей дебютной книге, искренней, мудрой и ироничной, Лили пишет обо всем, что волнует нынешних двадцатилетних; делится секретами красоты и успеха, рассказывает о собственных неудачах и переживаниях и призывает ровесников, несмотря ни на что, искать путь к счастью.

УДК 821.111-94(73)  
ББК 84(7Coe)-44

ISBN 978-5-17-103000-1

Text copyright © 2017 by Lily Collins  
© Е.Прокопьева, перевод на русский язык, 2017  
© ООО «Издательство АСТ», 2018

*Всем, кто хотя бы раз испытывал чувство одиночества...*

*Девушкам с разных концов света, с которыми я имела удовольствие познакомиться лично или через социальные сети и которые стали для меня невероятным источником вдохновения: спасибо вам за вашу постоянную поддержку, энтузиазм, подбадривание и любовь. Мужество, которое вы проявили, обнажив свои души и поведав миру свои истории, вдохновили и меня сделать то же самое.*

*Навсегда с любовью*

*Love Always  
and  
Forever*



# СОДЕРЖАНИЕ

1. ПУСТЬ ВЫ ОТЛИЧАЕТЕСЬ ОТ ДРУГИХ,  
НО ИМЕННО ЭТО И ДЕЛАЕТ ВАС  
ПРЕКРАСНЫМИ 11
2. «КОГДА КТО-ТО ПОКАЗЫВАЕТ ВАМ  
СВОЁ ИСТИННОЕ ЛИЦО,  
ПОВЕРЬТЕ ЕМУ» 23
3. МЫ ПРИНИМАЕМ ТАКУЮ ЛЮБОВЬ,  
КАКУЮ, КАК НАМ КАЖЕТСЯ,  
ЗАСЛУЖИВАЕМ 39
4. ВЕЛИКИЕ ИСЧЕЗНОВЕНИЯ 45
5. МОЯ БИТВА ЗА СОВЕРШЕНСТВО 57
6. МОЯ МАМА: МИФ, ЛЕГЕНДА 71
7. КАЖДАЯ ТАТУИРОВКА  
РАССКАЗЫВАЕТ СВОЮ ИСТОРИЮ 85
8. ДУРАЧЬТЕСЬ. ЭТО ПРИТЯГИВАЕТ  
ЛЮДЕЙ. БЫТЬ НОРМАЛЬНЫМ  
ЖУТКО СКУЧНО 97
9. ПИСЬМО КО ВСЕМ ПАПАМ 113
10. ПОЛЬЗУЙТЕСЬ ВОЗМОЖНОСТЯМИ  
СУПЕРГЕРОЯ, ЧТО ЖИВЁТ  
ВНУТРИ ВАС 127



11. РОМАНТИЧЕСКИЕ ОТНОШЕНИЯ С ЗАВИСИМОСТЬЮ	139
12. ЕДА КАК ТОПЛИВО, А НЕ НАКАЗАНИЕ	155
13. РАСКРЫВАЕМ НАШИ ТАЙНЫ	173
14. РАЗГОВАРИВАЙТЕ БОЛЬШЕ, СБЛИЖАЙТЕСЬ С ЛЮДЬМИ	185
15. С КОНЧИКА ПЕРА НА БУМАГУ И ДАЛЬШЕ	195
16. ВСЕМУ ЕСТЬ СВОЯ ПРИЧИНА	209
17. ПОИСКИ В СЕУЛЕ	223
БЛАГОДАРНОСТИ	237



Порой гораздо лучше  
выделиться из толпы,  
чем смешаться с ней.



# 1

ПУСТЬ ВЫ ОТЛИЧАЕТЕСЬ ОТ ДРУГИХ,  
НО ИМЕННО ЭТО И ДЕЛАЕТ ВАС  
ПРЕКРАСНЫМИ

Когда-то я сильно комплексовала из-за своих бровей. Казалось, они всегда жили своей жизнью. В те времена, когда мы переехали в Лос-Анджелес и я пошла в начальную школу, модными считались тонкие брови. Но тогда мне было всего шесть лет, меня не интересовали глянцево-журнальные журналы и мир моды, и точно так же у меня не было желания следовать последним трендам. Я просто знала, что выгляжу по-другому. Но когда мне исполнилось двенадцать и мои детские комплексы развились ещё больше, я в *полной мере* осознала, какие же у меня брови. Я видела только их, когда смотрелась в зеркало — такие огромные и кустистые, они занимали половину лица. Другие дети начали отпускать обидные шутки в мой

адрес, и меня это очень сильно огорчало. Доведённая до отчаяния тем, что издевательства никак не прекращались, я решила взять дело в свои руки.

Однажды вечером, перед тем как мы с мамой должны были поехать в ресторан на ужин, я взяла пинцет и принялась за свои брови. По прошествии, кажется, целой вечности я сделала шаг назад и принялась любоваться собой в зеркале. По-моему, я проделала невероятную работу — мои брови были чётко разделены и изгибались изящными дугами. Как же я гордилась собой! Мы с мамой приехали в ресторан и сели за стол, пока ни разу не затронув тему бровей. Я очень переживала по поводу того, что она скажет, поэтому во время поездки старательно избегала её взгляда. Но теперь, когда мы сидели друг напротив друга, это было невозможно. Мама долго смотрела на меня, а потом спросила, что я сделала со своим лицом. Сначала она искренне не могла понять, что именно изменилось, но вдруг её осенило. Я ответила, что, по-моему, мои брови выглядят чудесно. Мама придерживалась другого мнения. Она сообщила мне, что я выщипала половину своих бровей и теперь они стали похожи на две прямые линии, пересекающие мой лоб. Я отказывалась верить её словам и пыталась оправдаться, почему так сделала. Но потом пошла в туалет и долго и пристально рассматривала своё отражение в зеркале. Ох, мама была права. Трудно

было в это поверить, но мои брови выглядели ужасно. Тут же пожалев о содеянном, я понуро поплелась обратно к столику. Мама пыталась утешить меня, но вдруг обмолвилась, что они, возможно, никогда не отрастут, что было СОВСЕМ некстати. Я злилась на саму себя, боясь, что мои когда-то роскошные (пусть и чрезмерно густые) брови так и останутся навсегда тонюсенькими и мне всю жизнь придётся ходить с этим дурацким видом.

Что ж, эта история с бровями научила меня очень важным вещам. Я позволила злобным высказываниям других детей задеть меня за живое, а потом позволила своим комплексам взять надо мной верх и изменила свою внешность, что было большой ошибкой. Именно поэтому моя мама так расстроилась. Она хотела, чтобы я осознала — эти попытки изменить одну из моих отличительных черт вызваны стремлением подстроиться под других. Мои густые соболиные брови не казались мне привлекательными, я рассматривала их как нечто, отличающее меня от других. И мама научила меня одной мантре: «Именно необычные черты, которые отличают тебя от других, делают тебя красивой». Свою необычность не нужно воспринимать как что-то плохое. Непохожесть *и есть* красота!

К счастью, мои брови отросли... хотя пришлось подождать. И с тех пор я больше никогда не сходи-



ла с ума из-за них. Не сразу мне удалось принять то, что они такие экстравагантные и уникальные, но придя к этому, я уже больше не отступала. Мне по-прежнему каждый день приходится сталкиваться с нелестными комментариями в сети — люди пишут, что мне нужно сбрить их или удалить при помощи воска, что они слишком густые — но я лишь смеюсь и закатываю глаза. За прошедшие годы я сильно привязалась к моим бровям (как и они ко мне). Они стали моей отличительной особенностью! Если не считать интернет-троллей, мне постоянно делают

комплименты по поводу моих бровей. Люди даже спрашивают меня, можно ли их потрогать — они как будто хотят потереть живот статуи Будды на счастье! Этот ажиотаж немного смущает меня, но и льстит невероятно! Мои брови стали той особенностью, которая определяет *меня*, а не то, как мне себя чувствовать. Они часть того, что я собой представляю, и в этом-то вся суть: они часть того, что делает меня *мною*. Моя фишка. В этом мире каждый из нас в единственном экземпляре, поэтому наша самобытность, отличающая нас от других, — это кое-что особенное, и мы должны принимать её, а не отталкивать.

Самобытность это не только особенности внешности, с которыми мы рождаемся. Это могут быть и наши черты характера. В детстве мне было крайне любопытно узнать, что движет людьми, и я искала любые предлоги, чтобы пообщаться с незнакомцами. Мне искренне хотелось познакомиться с людьми из разных слоев общества, и я жаждала получить удовлетворение от того, что делаю других, а значит, и себя, счастливее. Я могла подойти к человеку на улице и сделать ему комплимент, сказать женщине, что мне нравятся её туфли, причёска, платье, да что угодно, или даже сказать парню, что он симпатичный. Мои друзья находили такое поведение крайне странным и, похоже, не могли понять, откуда у меня столько смелости на