



— Что наша жизнь? Игра! — эта безупречная догадка принадлежит Герману из «Пиковой дамы». Ею бы и ограничиться, но не тут-то было.

— Так бросьте же борьбу,

Ловите миг удачи!

Пусть неудачник плачет,

Пусть неудачник плачет,

Кляня, кляня свою судьбу! — призывает он.

Всякому, кто хотел бы избежать печального финала, рекомендовал бы слушать Германа исключительно в оперном театре. В жизни же гораздо полезнее послушать мудрые советы Алисы Крыловой.

И вот почему.

Наша жизнь действительно игра, но не карточная, где выигрыш зависит исключительно от ведьминых козней. Скорее это игра на бильярде. Перипетии человеческой судьбы сродни траектории его шара. Вот медленно оттягивается кий — это мы заканчиваем школу, потом институт... Удар! — и шар вылетает в большую жизнь. Как сложится его путешествие по бескрайнему сукну, целиком и полностью зависит от его встреч с другими такими же шарами.

В нашем случае с людьми.

Берусь заявить: нет никакой такой удачи. Советы, как поймать ее за хвост, оставим шарлатанам. Успех жизни любого человека зависит только от одного — от встреч с другими людьми.

Это от людей зависит ваше продвижение по службе с прибавкой к Рождеству или увольнение взащей — таких людей еще называют начальниками.

Это от людей зависит, наполнится ли ваша жизнь детскими голосами или кончится в пансионате для престарелых, — таких людей еще называют домочадцами.

Даже то, где вы проведете следующий месяц — на курорте или в тюрьме, — в конечном итоге тоже решают люди...

Так как же с ними обходиться наивыгоднейшим для себя способом?

А почитайте книгу Алисы Крыловой. Ее можно назвать «Краткое руководство по игре на Великом Бильярде Господнем».

Как и в чем зайти и выйти;  
как сесть и встать;  
то, как, где и кому сказать и о чем лучше помолчать;  
как воспитывать и как не воспитывать — себя в том числе...

Эти знания помогут вам не только получить нужный импульс от каждой следующей встречи, но и выполнить полезную роль в чьей-то встречной жизни.

И этим она еще дороже.

*Дмитрий Дибров*

# ОГЛАВЛЕНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ. Мастерство быть женщиной . . . . .	7
ВВЕДЕНИЕ. Лишь единицы достигают идеала . . . . .	11
ГЛАВА 1. Образ . . . . .	17
ГЛАВА 2. Стиль жизни . . . . .	31
ГЛАВА 3. Речь . . . . .	53
ГЛАВА 4. Этикет . . . . .	79
ГЛАВА 5. Образование . . . . .	103
ГЛАВА 6. Бизнес . . . . .	133
ГЛАВА 7. Предназначение . . . . .	155



# ПРЕДИСЛОВИЕ

## МАСТЕРСТВО БЫТЬ ЖЕНЩИНОЙ

**К**огда я получил и прочел рукопись этой книги, я очень обрадовался. И дело не только в ее содержании. Ее автор — моя ученица и мой большой друг.

Знакомство с ней было ярким приключением. Когда в 2010 г. Алиса стала миссис Россия, она должна была ехать в США на Всемирный конкурс красоты Mrs. Globe. По такому случаю я предоставил ей платье из своей исторической коллекции. Это платье — музейное, обычно оно не покидает хранилища в моем Доме моды на проспекте Мира. Но тогда и Алиса, и я поняли: именно оно должно представить Россию на международном конкурсе и принести победу. И мы не ошиблись.

Мне неоднократно доводилось работать с Алисой уже после Mrs. Globe. Одна из лучших, считаю, моих фотосессий — это съемка в стиле XIX века, где Алиса позирует в четырех платьях из моей коллекции. На моем юбилейном мероприятии она закрывала показ. И на ней было то самое платье, в котором она выступала в 2011 г. в Калифорнии. Алиса — идеальная фотомодель с уникальным чувством кадра, я горд нашей общей работой и очень благодарен ей за уделенное мне время и подаренное вдохновение.

Дружба, связывающая нас, продолжается почти десятилетие. На любом мероприятии, на любом показе Алиса и я сразу находим друг друга среди многих и многих посетителей.

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Полагаю, это свидетельство родства наших душ. Наверное, потому я испытывал такой трепет внутри, когда одним из первых листал завершенную Алисой книгу.

Леди — это непростое явление, и книга Алисы превосходно справляется с его всесторонним описанием. Я же в предисловии позволю себе дать компактное определение, своеобразную «формулу». Тем самым хочу направить мысли читателя в русло, нужное для понимания всего дальнейшего.

Леди — очень редкое свойство женщины, и заключается оно в умении точно ощущать время. Не надо понимать сказанное в узком, буквальном смысле. Леди можно назвать ту женщину, кто осознает ситуацию и соотносит себя с ней, причем как «здесь и теперь», так и в глобальном отношении.

Приведу пример того, как это происходит. Многие слышали о происшествии с Юрием Гагариным на приеме у английской королевы Елизаветы II. Когда начался торжественный обед, Гагарин был очень смущен многочисленными приборами, лежащими перед ним на столе. Он сказал, что вырос в деревне, где привычно есть только ложкой. Королева поспешила успокоить космонавта. Она сказала, что сама, хотя и выросла во дворце, до сих пор не знает точно, что и как едят, поскольку все приборы подает персонал. «Давайте будем есть, как удобно каждому», — с этими словами Елизавета вслед за Гагариным взяла со скатерти обычную ложку. А когда делалось совместное фото — оно не было предусмотрено протоколом приема в Букингемском дворце, — королева пояснила: она фото-

## МАСТЕРСТВО БЫТЬ ЖЕНЩИНОЙ

графируется «с человеком неба, а не земли», поэтому никакого нарушения нет.

Об этом умении часто рассуждают в терминах вкуса, эмпатии или дара предчувствия. Однако дело не в угадывании и механическом соблюдении приличий. За поведением настоящей леди стоят фундаментальные ценности любви к людям и окружающему миру. Именно тогда женщина не только становится приятной в общении, но и способна стать идеалом для окружающих.

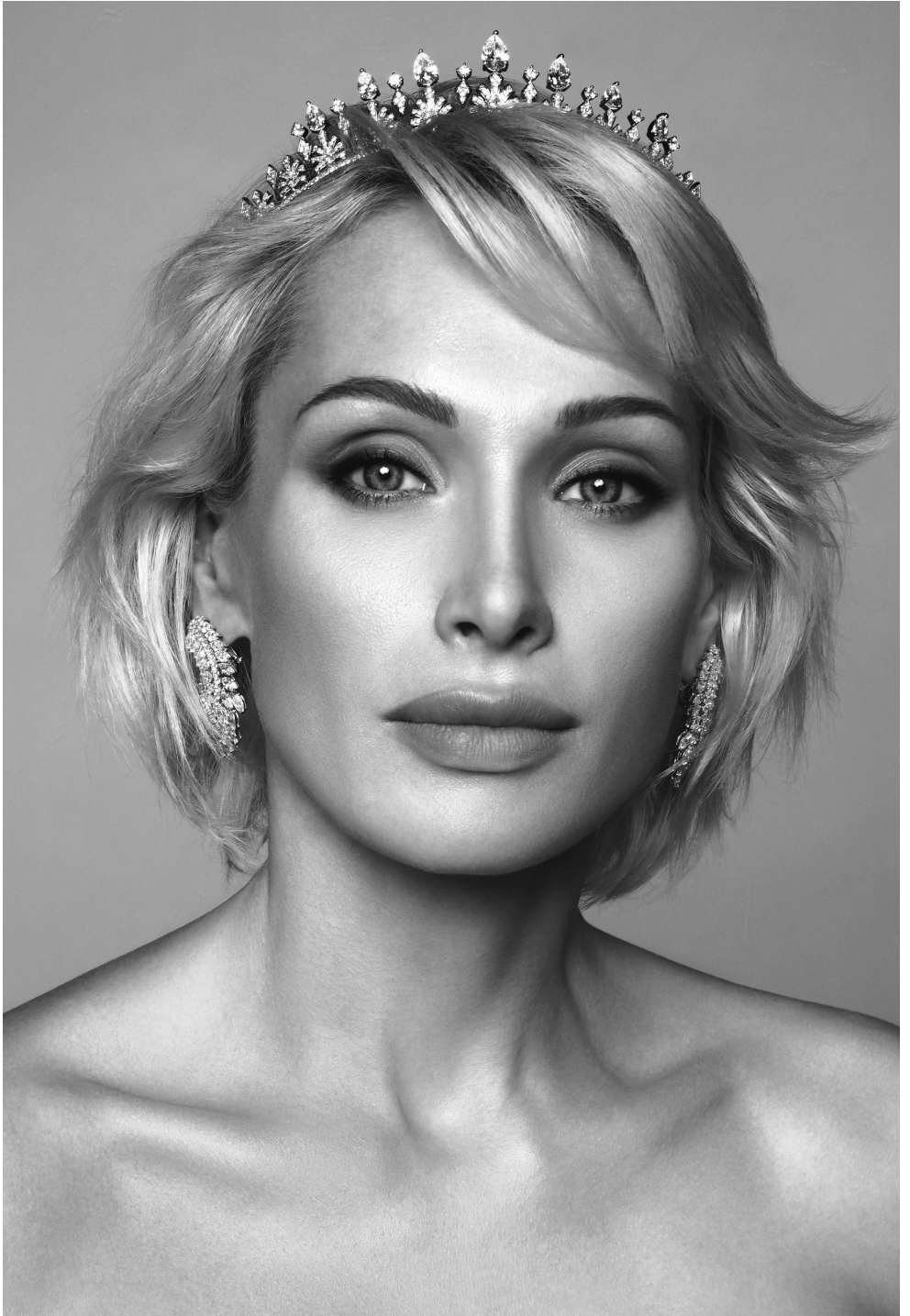
Я верю, что некоторым дано быть леди изначально. В ином случае это качество можно развить.

Встречал ли я в своей жизни женщин, которых мог бы назвать леди — если не по рождению, то по естеству? Безусловно, да. Например, именно такой я запомнил покойную Ангелину Иосифовну Степанову, актрису МХАТ, вдову писателя Александра Фадеева. История ее долгой жизни — история того, как остаться верной своим принципам, пройдя страшные и унижительные испытания. И то, что многие принимали за высокомерие представительницы старой московской богемы, было на деле невероятным чувством собственного достоинства.

Несомненно, что даром быть леди наделена и автор этой книги. Будучи коронованной музой дизайнеров столицы мировой моды, она легко смогла бы «закрыться» от окружающего мира. Но решение Алисы — передать другим женщинам свой опыт, свои размышления и взгляд на мир. Я уверен, что эта книга способна изменить жизнь — и потому станет ценным приобретением для каждой читательницы.

**Вячеслав Зайцев**





# ВВЕДЕНИЕ ЛИШЬ ЕДИНИЦЫ ДОСТИГАЮТ ИДЕАЛА

Кто созерцал величие природы, тот и сам стремится к совершенству и гармонии. Наш внутренний мир должен уподобляться этому образцу. В чистой атмосфере все чисто.

*Оноре де Бальзак,  
«Лилия долины»*

Вместо мечтаний о всеведении, получаемом от рождения, примите как факт, что все свои знания человек получает трудом и усилием воли, и в этом его отличие от всего, что есть во вселенной, это и есть его природа, его мораль и его слава.

*Айн Рэнд,  
«Атлант расправил плечи»*

**О чем мы будем говорить? • Трактовки слова  
«леди» • Содержание понятия • Пожелание чи-  
тательницам**

Пять лет назад начались мои авторские групповые и индивидуальные тренинги «Путь к совершенству». Работая с людьми, я заметила следующую тенденцию: очень немногие действительно хотят работать над собой и двигаться дальше. Я полагала вначале, что проблема во мне, в том, что я плохой ментор. Но, получив дополнительное образование и еще больше опыта проведения тренингов, я поняла, что она заключается в другом — в равнодушии людей к самим себе. Мало с кем мы продвинулись дальше обсуждения довольно стандартных вопросов: как начать свое дело, как заработать миллион (традиционно мужские вопросы), как встретить олигарха на белом коне, как похудеть, как стать звездой (традиционно женские вопросы) и т. д. Некоторые получили на первой встрече домашнее задание, ушли его выполнять — и до сих пор не вернулись.

Предполагая, что на первом тренинге мне будут снова и снова задавать одни и те же вопросы, я решила кратко изложить в этой книге свою точку зрения на предмет женского совершенства. Совершенную женщину принято называть леди, и я буду использовать в дальнейшем это слово.

Но оно нуждается в пояснении. Ассоциации с ним сейчас довольно разнообразны, однако весьма односторонни.

## ЛИШЬ ЕДИНИЦЫ ДОСТИГАЮТ ИДЕАЛА

Для одних леди — это жена президента (т. е. первая леди), для других — манерная дама из английского королевского дворца, для третьих она тождественна просто красивой женщине. Я не согласна ни с одной из этих или подобных этим трактовок. **Леди — это мировоззрение.**

На тему женского совершенства я пишу далеко не первая. Но авторы, пишущие об этом, поступают одним из следующих способов:

- производят сравнение с собственной жизнью. Принцип «делай как я». Однако «рецепты», предлагаемые ими, могут не подходить каждому, а кому-то могут и навредить, поскольку все люди разные;
- углубляются в популярную психологию. Принцип — «выходи из зоны комфорта». Но по-настоящему их могут понять лишь люди, имеющие реальный опыт падений и взлетов; те, кто, несмотря ни на что, реализовался в жизни. Только их, как правило, уже интересуют несколько иные вещи;
- отрицают наличие каких-либо объективно существующих закономерностей и алгоритмов. Принцип — «жизнь решит, время покажет». Я прочла пару таких книг и до сих пор не понимаю, что из них можно вынести и, соответственно, зачем авторы потратили свое время на их написание.

Я буду стараться придерживаться золотой середины. Здесь есть и мои личные наблюдения, и обобщения моих учителей и духовных наставников, и опыт и знания великих людей прошлого, и данные науки.

## ВВЕДЕНИЕ

Итак, леди — это не кратковременное состояние души и тела и не официальный статус. Речь идет о мировоззрении и вытекающем из него образе жизни. Что такое образ жизни? **Сюда** включаются интересы, модель поведения, эмоциональное состояние, устремления, ценности, жизненная философия... Меня можно упрекнуть в том, что я заменяю определение описанием, но из сказанного ясно, что речь идет о комплексе, конгломерате. Леди, соответственно, тоже такой конгломерат. На какие элементы можно было бы его разбить?

- Образ.
- Стиль жизни.
- Речь.
- Этикет.
- Образование.
- Профессиональные качества.
- То, что является главным предназначением женщины.

Невозможно проснуться леди по будильнику на следующий день после прочтения этой книги. Почему? Потому что все вышеперечисленное — ресурсы, а их накопление требует времени. Экономисты понимают слово «ресурс» широко: это все то, что является, во-первых, редким, во-вторых, полезным. Я с ними согласна.

Данная книга — краткий путеводитель, с которым вы будете идти по жизни, приумножая свою ресурсность. Быть ресурсным человеком — значит уметь находить выход из сложных ситуаций, быть компетентной в своей области,

## ЛИШЬ ЕДИНИЦЫ ДОСТИГАЮТ ИДЕАЛА

иметь полезные знакомства, осознавать каждое действие и мысль, быть внимательной к людям и разбираться в них, быть неравнодушной и любить жизнь, проживая ее в красоте текущего момента...

Я на сто процентов уверена, что ваш путь к совершенству будет непростым, но интересным. К тому же через какое-то время интенсивной работы над собой вы ощутите кумулятивный эффект, когда накопленные ранее ресурсы начнут работать на вас. Несколько десятков лет назад первые программисты были вынуждены тратить долгие часы на кропотливую работу над кодом, дотошно расписывая каждое действие, что должна выполнить машина. Сейчас практически любой мало-мальски знакомый с компьютером человек способен сверстать себе сайт или написать несложную программу, используя шаблоны, созданные предыдущими поколениями айтишников. Это универсальная закономерность любой целенаправленной человеческой деятельности, и наблюдать ее работу на себе — совершенно отдельное удовольствие. Желаю вам его получить.