

**50**

П Р А В И Л

---

**В СЕРИИ:**

---

50 ПРАВИЛ  
КОКО ШАНЕЛЬ

50 ПРАВИЛ  
ДЖОАН РОУЛИНГ

50

П Р А В И Л

---

**МЕРИЛ  
СТРИП**



Москва

УДК 791.071:929(73)

ББК 85.374(3)-8

Н19

**Н19 Харпер, Лидия.**

50 правил Мерил Стрип / Лидия Харпер. — Москва : Эксмо, 2026. — 352 с. — (50 правил. Простые истины известных людей).

ISBN 978-5-04-220565-1

Как девушка, не соответствовавшая голливудским стандартам, стала самой влиятельной актрисой современности? Мерил не отступила: она осознанно решила «сыграть красивую», превратив внутренний конфликт в свою силу. От неуверенности к триумфу — она разгадала тысячи жизней, научила мир чувствовать и стала иконой кинематографа с состоянием более 100 млн долларов. Ее путь — это калейдоскоп испытаний: от деревенской бунтарки до морального и творческого лидера нескольких поколений. Каждая роль — исповедь души. Сегодня, в 76 лет, она празднует всемирную премьеру блокбастера «Дьявол носит Prada 2» и готовится вновь выйти замуж по любви, доказывая: возраст не властен над истинным счастьем! Эта книга — путеводитель по жизни женщины-легенды, которая, оставаясь верной себе, завоевала мир и изменила представления об актерском мастерстве, женской силе и истинной любви.

УДК 791.071:929(73)

ББК 85.374(3)-8

© Лидия Харпер, текст, 2026

© Оформление. ООО «Издательство  
«Эксмо», 2026

ISBN 978-5-04-220565-1

*Дэвид Леттерман:* Что держит тебя на плаву?

*Мерил Стрип:* В каждый момент жизни я знаю, кто я.



**И**дентичность Мерил Стрип — это сочетание независимого духа, глубокой эмпатии, профессионального перфекционизма и интеллектуальной проницательности. Ее профессия — не просто играть роли, а исследовать человеческую натуру и устремления, ведь таким образом можно повлиять на мир.

Но каждый раз, чтобы заново в чем-то утвердиться, она проходила трудный и горький путь: деревенская замарашка-сорвиголова, красотка-чирлидер в средней школе, богемный интеллектуал, двадцативосьмилетняя вдова, гражданская совесть семидесятых, мать семейства, исполнительница острохарактерных ролей в странных комедиях, стареющая примадонна, чьи оскароносные фильмы полувековой давности никто уже и не смотрел, разведенная миллионерша на восьмом десятке.

Она никогда не открывается перед интервьюером по-настоящему. За всю жизнь она не сказала ни одного дурного слова ни о ком из своих коллег. Она по-про-

тестантски сдержанна, но всегда имеет наготове острое слово или особый взгляд, который тут же отбросит бестактного собеседника на милю от ее личных границ. Самодостаточность, достоинство, умение держать удар и отвечать на шутку. При этом в дружелюбной обстановке она всегда готова рассмеяться. Она никогда не делилась своими личными переживаниями и долгие годы держала за семью печатями свою приватную жизнь. Она всегда двойственна, всегда глубока. Смешная и величественная, сочувствующая и безжалостная, аристократичная и развязная. Столп и первопроходец.

\* \* \*

У Мерил Стрип можно научиться избегать излишней серьезности, сохраняя при этом преданность своему делу. Вот несколько ее главных лайфхаков, которым стоит поучиться:

### **№ 1: Эмпатия как сверхспособность**

Главный урок от Мерил — использовать силу сочувствия. Она не просто «играет» своих героинь; она становится ими, проникает в самую суть их переживаний.

Применение в жизни: Прежде чем осуждать или спорить, попробуйте искренне понять мотивы другого человека. Эта актерская практика эмпатии способна творить чудеса в отношениях и на работе.

## № 2: Не бояться казаться смешной

Несмотря на статус живой легенды, Стрип обожает дурачиться. Она считает смех лучшим лекарством и не боится выглядеть нелепо. Достаточно вспомнить ее танцы в «Мамма Миа!», пение во «Флоренс Фостер Дженкинс» или вообще любое ток-шоу, она всегда смеется и шутит.

Применение в жизни: Смейтесь чаще. Не относитесь к себе слишком серьезно. Самоирония обезоруживает и помогает легче пережить неудачи.

## № 3: Устанавливайте границы (и требуйте достойной оплаты)

История жизни Мерил изобилует примерами того, как важно знать себе цену и не соглашаться на меньшее. Дальше мы об этом расскажем. Нужно учиться хладнокровно отстаивать свои позиции.

Применение в жизни: Учитесь говорить «нет» и не стесняйтесь требовать того, чего заслуживаете. Ваши таланты и время имеют цену.

## № 4: Приоритет «заземлению», семья против карьеры

Мерил Стрип имеет право считаться суперженщиной, потому что создала большую семью и построила головокружительную карьеру. При этом она всегда вы-

бирала проекты, которые позволяли ей не менять порядок жизни. «Приятно каждый день возвращаться домой к ужину», — любит повторять она.

Применение в жизни: Важно построить свою жизнь так, чтобы такие важные жизненные ценности, как карьера и семья, не мешали друг другу. Карьера — это важно, но только семья, друзья и личное счастье «заземляют» по-настоящему.

### № 5: Искусство «ментального аватара»

Для борьбы с неуверенностью она использует простой, но эффективный психологический трюк: представляет себя своей уверенной матерью.

Применение в жизни: Когда страшно или неудобно, спросите себя: «Как бы поступил мой самый уверенный друг/наставник/герой?» Этот «аватар» поможет найти в себе силы.

### Главный урок от Мерил Стрип

Можно быть величайшим профессионалом своего дела, оставаясь при этом невероятно живым, человеческим и счастливым.

\* \* \*

В доме Стрипов, как и во всем городке Саммит, что в штате Нью-Джерси, готовились к Рождеству. Удравшая под шумок из дома шестилетняя Мерил сидела на

корточках на берегу пруда в двух кварталах от дома. Она ловила, рассматривала и отпускала головастика, и ей очень нравилось это занятие.

Рядом остановилась компания детей постарше.

— Это так гадко, Стрип, возиться в грязи, у тебя наверняка бородавки, и вообще, наша мама говорит, что у вас самая идиотская фамилия в городе, — сказал смазливый парень лет девяти, и его друзья угодливо захихикали.

Мерил поправила на носу очки, сгребла горсть земли вперемешку с тиной и молча кинула парню в лицо. Мальчик остолбенел от неожиданности, а Мерил бросилась наутек. Она была спортивной девочкой, но силы все же не были равными, и оторваться ей не удалось. Она подбежала к дереву, с разбегу подпрыгнула, ухватилась за нижний сук, подтянулась и оседлала его.

Ее запыхавшийся измазанный грязью преследователь остановился под деревом и подобрал с земли палку.

— Спускайся, мерзкая уродина, я тебе покажу, как со мной связываться.

Мерил не ответила, она сняла очки, взяла их в зубы и залезла повыше. Но дерево было не очень высоким, и она получила палкой по ногам. К парню присоединилась его сестра лет семи, она хлестала Мерил прутом. Удар сыпался за ударом, потекла кровь, но деваться было некуда.

Из дома напротив вышла женщина.

— Эй! Эй! Что вы там делаете? А ну-ка отстаньте от малышки.

— Мы еще встретимся, Стрип, — парень бросил палку на землю и удалился в сопровождении своей свиты.

Прихрамывая, с чумазым от растертых по щекам слез лицом Мерил вошла в дом. Там вкусно пахло рождественским пудингом, на полу гостиной играли в машинки ее младшие братья. Она бросила хмурый взгляд на экран включенного телевизора и переменялась в лице. Показывали католическое богослужение где-то в Европе. В пресвитерианской церкви, куда иногда ходили ее родители, не бывает ни шествий, ни роскошных служб, поэтому такое ей было в диковинку. Мерил как зачарованная наблюдала пышную процессию: священнослужители несли на плечах платформу, на которой возвышалась сверкающая самоцветами статуя Мадонны с младенцем. Святая Дева парила над шумной цветной толпой. Забыв о неприятностях, Мерил нарядила младших братьев в кухонные полотенца, Гарри третий должен был стать Иосифом, а Дана пастухом. Братьям не хотелось играть в ее игру, они хныкали и сопротивлялись, но она накричала на них, и им пришлось подчиниться. Мерил вихрем поднялась на второй этаж и вернулась оттуда с надетой на голову шелковой комбинацией матери. Она прижала к груди куклу Бетси как младенца Христа и влезла на журнальный столик.



ПРАВИЛО 1:

Самое важное —  
это семья.

В это время в гостиную вошли родители — и замерли.

— Камеру, — прошептала Мэри, сжав руку мужа и не сводя глаз с дочери, — Гарри, принеси камеру, скорее. Это нужно заснять.

Мерил погрузилась в глубокий транс отрешенной святости, ее склоненная голова, поза и выражение неузнаваемо изменившегося лица поразили даже маленьких братьев. Они умолкли, с восхищенным недоумением глядя на сестру, которая на их глазах превратилась в живую Деву Марию.

Трансляция закончилась, смущенная Мерил подбежала к матери, обхватила ее и уткнулась лицом в живот. Мэри отстранилась, взяла дочку за руки, присела перед ней и заглянула в глаза.

— Мерил, — сказала она, — ты такая способная, такая замечательная. Если ты приложишь усилия и не будешь лениться, то сможешь стать кем только захочешь. У тебя все получится, все, что ты пожелаешь.

И Мерил поверила.

\* \* \*

Эта семейная легенда вошла в официальную биографию Мерил Стрип не случайно. Она показывает нам самую важную вещь в жизни каждого человека. В семье Мерил получала то, чего так часто не хватает всем нам: безусловную любовь, уважение к личности и воз-

возможность проявить себя так, как это нужно нам самим, а не нашим родителям в контексте их воспитания, психологических травм или обманутых надежд.

Главное и лучшее, что случилось с Мерил в начале жизни, — это взросление в любящей родительской семье.

Но все могло пойти и по-другому.

Настоящее имя Мерил Стрип — Мэри Луиза. Мэри — так звали маму суперзвезды, а также ее бабушку и прабабушку. Мэри — семейное имя. Фамилия матери Мерил Стрип — Уилкинсон, и она работала художником в области рекламы, а также арт-директором в компании Bell Labs во время Второй мировой войны и художественным редактором журнала *Home Furnitures*.

Тот, кто знаком с историей США и смотрел сериал «Безумцы» (*Madmen*), знает, что женщина на подобных должностях в те годы — абсолютное исключение. Мэри Уилкинсон не ходила на демонстрации за права женщин и не была осознанной сторонницей феминизма. Она воплощала идеи равенства непосредственно в жизнь. Мерил обожала мать. Та была красивой, веселой, легкой, остроумной и на редкость правдивой. Они были по-настоящему близки.

В доме родителей Мэри Уилкинсон царил веселая легкая атмосфера, туда Мерил, Гарри третий и Дана всегда ездили с удовольствием. Каждый визит к бабуш-