

В 55 ВСЕ ТОЛЬКО НАЧИНАЕТСЯ

*В 61 год Синди Джозеф
работает фотомоделлю,
начинает новый бизнес
и готовится к свадьбе.
Как ей это удалось?*

Ищите эту историю
на стр. 126

Если это
возможно в

60



значит, это
возможно и в

30

ЗАХОТЕЛА И СМОГЛА!

31 удивительная история о женщинах, которые доказали, что никогда не поздно реализовать свою самую невероятную мечту

® Возраст счастья
проект Владимира Яковлева



ПОСТУПИТЬ В АКТЕРСКУЮ
ШКОЛУ В 69 ЛЕТ И В 79
ПОКОРИТЬ ГОЛЛИВУД.

ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ЛИШНЕГО
ВЕСА И ПРИВЕСТИ СЕБЯ
В ИДЕАЛЬНУЮ ФИЗИЧЕСКУЮ
ФОРМУ В 58.

СТАТЬ ФИНАНСОВЫМ
БРОКЕРОМ В 75 И ЗАРАБОТАТЬ
МИЛЛИОН.

НАЧАТЬ УСПЕШНУЮ
СПОРТИВНУЮ КАРЬЕРУ В 60.

СТАТЬ МОДЕЛЬЮ В 82.

В этой книге собраны удивительные истории женщин, которые на собственном примере доказали, что реализовать свои мечты возможно в любом возрасте.

И все же эта книга не только для тех, кому сегодня за пятьдесят.

Истории людей, нашедших свое счастье в возрасте за 60 или за 70 лет, невольно заставляют вспомнить о тех, кто несчастлив в 30, 40 или 20.

Конечно, после пятидесяти наступает потенциально самый яркий и самый счастливый период нашей жизни.

Но все же мне бы хотелось, чтобы и те, кто еще не достиг этого удивительного времени жизни, прочитав эту книгу, сказали себе:

«ЕСЛИ ЭТО ВОЗМОЖНО В 60, ЗНАЧИТ, ЭТО ВОЗМОЖНО И В 30!»

Владимир Яковлев

УДК 82-32
ББК 84(2РОС=РУС)6-44
Я47

ИЗДАНО С РАЗРЕШЕНИЯ АВТОРА

ЯКОВЛЕВ, В. Захотела и смогла! 31 удивительная история о женщинах, которые доказали, что никогда не поздно реализовать свою самую невероятную мечту / Владимир Яковлев. — М. : Манн, Иванов и Фербер, 2014. — 168 с.

ТЕКСТЫ: Владимир Яковлев
Татьяна Хрылова
Александр Мурашев
Ксения Букша

ДИЗАЙН: Илья Баранов, Эдель Сетцер

ВЕРСТКА: Эдель Сетцер

РЕДАКТУРА: Анна Черникова

ВСЕ ПРАВА ЗАЩИЩЕНЫ

Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав. Правовую поддержку издательства обеспечивает юридическая фирма «Вегас-Лекс»

The logo for VEGAS LEX features the text 'VEGAS LEX' in a bold, sans-serif font. To the left of the text is a stylized graphic consisting of two curved lines that meet at a point, resembling a bracket or a stylized letter 'V'.

© Владимир Яковлев, фотографии, составление, комментарии, 2014
© Оформление. ООО «Манн, Иванов и Фербер», 2014

ISBN 978-5-91657-982-6

® Возраст счастья
проект Владимира Яковлева

ЗАХОТЕЛА И СМОГЛА!

7

самых ярких
героинь бестселлера
«Возраст счастья»

и

24

совершенно новые
истории



Издательство «Манн, Иванов и Фербер»
Москва, 2014

В ГЛАВНЫХ РОЛЯХ:

- 7 Владимир Яковлев.
Предисловие
- 10 Лю дмила Воронова,
которая сделана из железа
- 16 Кей Д'Арси,
которая работает убийцей
- 22 Барбара Роуз Брукер,
которая борется с предрассудками
- 28 Хайдемари Швермер,
которой не нужны деньги
- 36 Гейл Данн,
которая не даст себя обмануть
- 40 Виладин Зедан,
которая устроилась на работу
- 44 Дороти Макленнан,
которая берет высокую планку
- 48 Рут Флауэрс,
которая держит ритм
- 54 Жаклин Мэрдок,
которая вошла в мир моды
- 58 Евгения Степанова,
которая прыгает с вышки
- 64 Ингеборг Моотц,
которая играет на бирже
- 68 Рошель Форд,
которая оказалась скульптором
- 72 Монсеррат Мечо,
которая советует чаще улыбаться
- 78 Патрисия Горг,
которая ездит на Harley-Davidson
- 82 Джоан Банни,
которая превратилась в пуму
- 86 Эдна Левитт,
которая умеет правильно двигаться
- 90 Алисия Мурхэд,
которая болтается по миру
-

-
- | | | | |
|-----|---|-----|--|
| 94 | Сания Сагитова,
которая объехала мир автостопом | 136 | Китти Пэккетт,
которая вырвалась из клетки |
| 98 | Диана Нияд,
которая плыла 53 часа подряд | 142 | Джоан Прайс,
которая дает 60-летним советы по сексу |
| 102 | Грета Понтарелли,
которая танцует на шесте | 146 | Сильвия Уэйнсток,
которая научилась печь торты |
| 106 | Чандро Томар,
которая стреляет без промаха | 150 | Паола Джантурко,
которая сбежала в Африку |
| 110 | Йоханна Кваас,
которая занимается на брусьях | 156 | Анна Халприн,
которая танцует с Богом |
| 116 | Джанет Мюррей-Уэйклин,
которая пробегает марафон каждый день | | |
| 122 | Дорис Лонг,
которая не боится высоты | | |
| 126 | Синди Джозеф,
которая стала счастливой благодаря возрасту | | |
| 132 | Ришель Джонс,
которая стала независимой ради сына | | |
-





Возраст, когда сбываются мечты

Начать модельную карьеру в 60 лет и добиться успеха. Основать компанию в 51 год и сделать ее легендой отрасли. В 60 лет финишировать в самом изнуряющем физическом состязании на свете. В 58 заняться танцами на шесте и найти в этом свое призвание. Это не безумные мечты, а реальные истории, которые произошли с обычными женщинами в возрасте «за 50».

Несколько лет я путешествую по миру и собираю истории людей, которые, перешагнув 50-летний рубеж, отказались следовать стандартным — и довольно тоскливым! — представлениям о жизни в этом возрасте. Вместо этого они продолжают жить в свое удовольствие, часто — лучше, чем в молодости! Интересно, что большинство тех, кто после 50 смог осуществить свои мечты, — женщины.

Общаясь с ними, я понял одну важную вещь. Чудовищная ошибка многих современных женщин состоит в том, что они совершенно не планируют получать удовольствие от жизни после 50 лет. Многие уверены, что жизнь женщины заметно портится к 30, а к 50 годам совершенно заканчивается и оставшееся время (а ведь это десятилетия!) нужно просто тихо доживать.

На самом деле это совершенный абсурд, и после 50 можно смело реализовывать свои мечты, какими бы они ни были. В этой книге собраны истории о том, как это сделать.

Например, есть рассказ о преуспевающем скульпторе по металлу Рошель Форд (см. стр. 68). Она впервые взяла в руки инструменты, когда ей было 58. Просто ей всю жизнь хотелось «возиться с железками». Или история Евгении Степановой (см. стр. 58), которая начала спортивную карьеру в 60 лет. А теперь она многократный чемпион мира и Европы по прыжкам в воду. Непростой спорт, опасный, но Степановой безумно нравится. Не важно, насколько непривычным кажется занятие, ведущее к осуществлению мечты. Вот, например, Сильвия Уэйнсток (см. стр. 146) всю жизнь работала школьной учительницей и начала печь торты только в 51 год. Сегодня она — без всяких преувеличений — один из самых известных и высокооплачиваемых кондитеров в мире. Да, для этого ей пришлось упорно работать больше 30 лет подряд. Зато она довольна результатом и очень счастлива.

О чем бы вы ни мечтали — найти свое призвание, наладить личную жизнь, разобраться наконец с деньгами, избавиться от лишнего веса, начать новую карьеру, — все это абсолютно возможно, сколько бы вам ни было лет. Как говорит одна из героинь этой книги Патрисия Горг, исполнившая свою мечту в 61 год (см. стр. 78): «Занимайтесь тем, что вам нравится. Найдутся люди, которые скажут, что вы сошли с ума. Ничего страшного, эти люди просто вам завидуют».

Эта книга не только для тех, кому сегодня за пятьдесят.

Когда читаешь истории женщин, сумевших найти свое счастье в возрасте за 60 или за 70 лет, невольно вспоминаешь о тех, кто несчастлив в 30, 40 или даже 20.

Конечно, после пятидесяти наступает потенциально самый яркий и самый счастливый период нашей жизни. Но все же мне бы хотелось, чтобы и те, кто еще не достиг этого удивительного времени в жизни, прочитав эту книгу, сказали себе:

«Если это возможно в 60, значит, это возможно и в 30!»

Владимир Яковлев

1

Людмила Воронова, которая сделана из железа

Текст: Татьяна Хрылова • Фото: предоставлены Людмилой Вороновой

ГОРОД:
Новосибирск,
Россия

ВОЗРАСТ:
61

ЧТО ЗАХОТЕЛА:
Финишировать
в триатлоне Ironman

Четыре километра вплавь, потом 180 на велосипеде и 42 бегом — подряд, без остановок. Это Ironman, один из самых сложных видов триатлона. Людмила Воронова из Новосибирска в 61 год преодолела эту дистанцию без особенных проблем. «Когда меня впервые пригласили выступить на Ironman, я сначала подумала, что это шутка. Уж очень невероятная дистанция!» — говорит она.



Вообще-то предложение участвовать в Ironman должно показаться шуткой любому нормальному человеку. Любой нормальный человек, скажем прямо, не способен даже просто завершить подобную дистанцию, не то что бороться за высокий результат.

Воронова в этом смысле человек совершенно ненормальный. К своим первым соревнованиям она подготовилась всего за три месяца. И ей понравилось. Она начала регулярно выступать и побеждать. Победила на Ironman в Корее, победила в Австрии,





а в 2012 году, в Швеции, выиграла Ironman в третий раз и получила очень престижное приглашение на главный чемпионат Ironman в мире — соревнования на Гавайских островах. Но поездка на Гавайи — мероприятие очень дорогое. Людмила Воронова работает учителем физкультуры в новосибирском колледже.

«Кроме зарплаты я получаю пенсию, — поясняет она. — На зарплату живу, а пенсию откладываю на участие в триатлоне. Но на Гавайи пенсии не хватает. Посоветовалась с семьей, решила, что в крайнем случае возьму кредит. Но тут ребята-триатлеты сложились и через интернет собрали мне денег на поездку».

В результате, несмотря на трудности, Людмила Воронова все же оказалась на Гавайях и вышла на старт. В первой же дисциплине ее ждало разочарование: Воронова преодолела 3,8 километра вплавь за 1 час 40 минут и очень расстроилась: ее соперницы преодолели ту же дистанцию за час с небольшим. «Время, прямо сказать, меня убило. Говорят, волна

была сильная, мешала. Мне ничего не мешало, просто я плохой пловец!» — признает она.

Свое отставание Воронова решила восполнить на вело дистанции и бросилась догонять соперников. Когда ноги начало сводить судорогами, она массировала их поочередно, на ходу. На завершающем этапе — беге на 42 километра — перед Вороновой стояла, по ее словам, «простая задача» — постепенно наращивать скорость и обходить всех, кого возможно. В итоге Людмила Воронова в свои 61 прошла всю дистанцию Ironman за 14 часов 25 минут. То есть четырнадцать часов подряд она плыла, бежала или ехала на велосипеде. Без перерывов и остановок.

Тридцатичетырехлетняя чемпионка мира Леанда Кейв финишировала с результатом 9 часов 16 минут.

На ближайшие годы у Вороновой большие планы. Она собирается принять участие в нескольких состязаниях.

«Я веду записи своих результатов, в зависимости от них корректирую тренировки», — поясняет она.

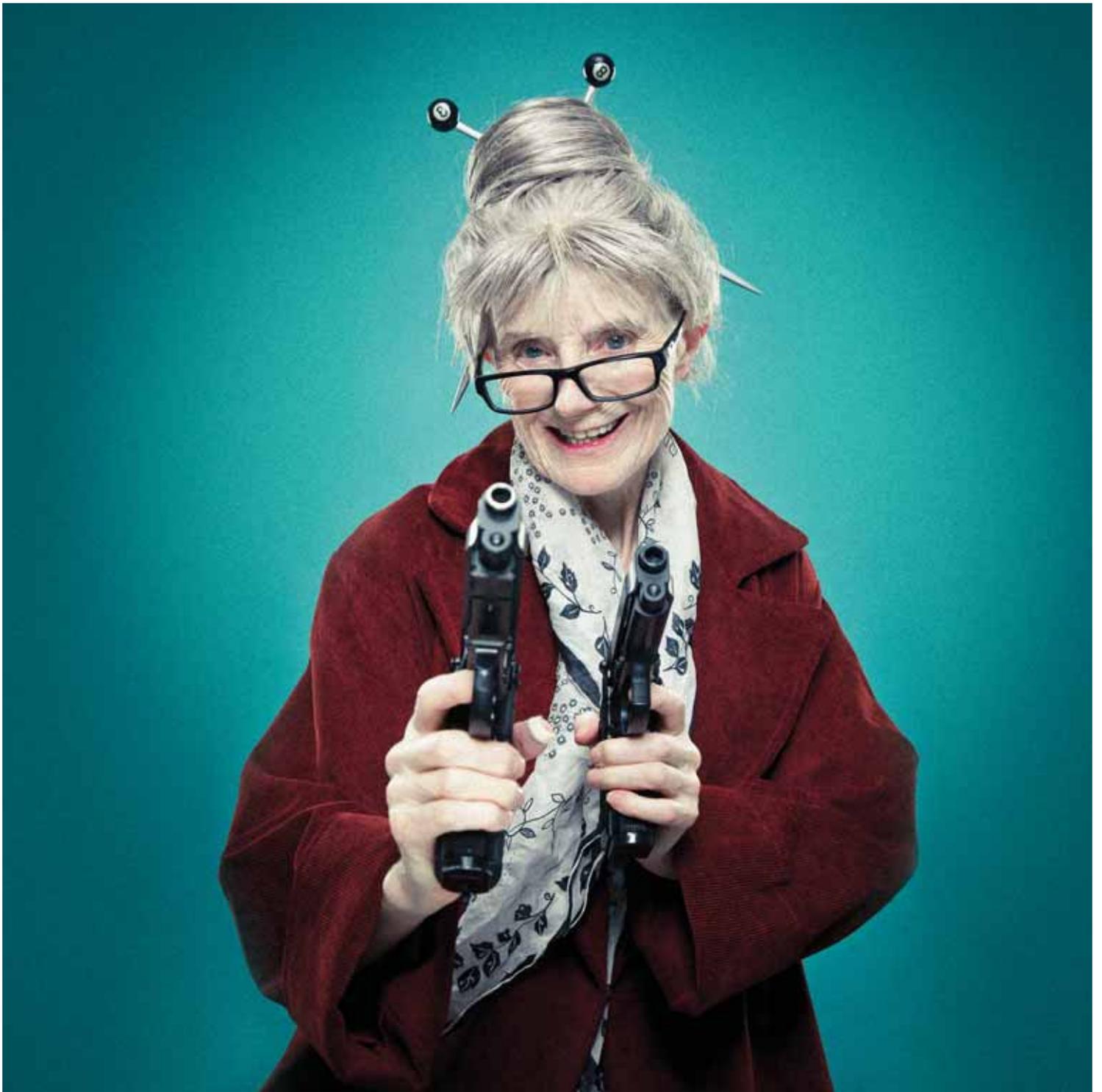


Людмила Воронова говорит:

Считается,
что с возрастом люди
теряют спортивную форму.
А я наоборот — набираю.







2

Кей Д'Арси, которая работает убийцей

Текст: Татьяна Хрылова • Фото: Allan Amato, Dennys Ilic

ГОРОД:

Лос-Анджелес,
США

ВОЗРАСТ:

79

ЧТО ЗАХОТЕЛА:

Получить главную роль
в кино

Медсестра Кей Д'Арси всю жизнь мечтала быть актрисой и сниматься в голливудских фильмах. В 69 лет она решилась, наконец, осуществить свою мечту и отправилась покорять Голливуд.



В 69 лет Кей Д'Арси уехала из Лондона завоевывать Лос-Анджелес. К будущему голливудскому триумфу она отнеслась со всей ответственностью: записалась в школу киноактеров, ходила по кастингам, играла в эпизодах. Крупных ролей не попадалось, но Кей все равно была счастлива: у нее появилось множество новых знакомых, она занималась любимым делом и вела жизнь, о которой можно было только мечтать. Она чувствовала себя настоящей голливудской актрисой! Это состояние, вне зависимости от результата, приносило ей радость и наполняло жизнь новым смыслом. Не важно, что стать звездой не получалось. Д'Арси постоянно совершенствовалась

свое мастерство. Даже начала изучать боевые искусства — освоила тай-чи и филиппинскую борьбу на палках.

В ожидании главной роли она провела десять лет. Она уверяет, что это были прекрасные годы: «Наступило лучшее время моей жизни. Я увлеченно училась и занималась любимым делом, не обращая внимания на предрассудки и общественные стереотипы. Это само по себе огромное счастье».

Через десять лет случилось то, о чем мечтает каждая начинающая актриса. Кей Д'Арси неожиданно пригласили сыграть Агента-88, «самого опасного убийцу в мире», в одноименном голливудском сериале. Во время кастинга продюсеры были поражены умением 79-летней Д'Арси превращаться из хрупкой леди в безжалостного убийцу, и она с легкостью прошла пробы. Ее героиня — женщина, владеющая смертельными для своих врагов бое-

выми приемами. «По сюжету Агент-88 якобы страдает болезнью Альцгеймера, но в действительности она самый настоящий воин», — уверяет она. Все трюки в сериале Д'Арси (которой недавно исполнилось 80) выполняет сама.

Кей Д'Арси считает, что она похожа на свою героиню, ведь у них обеих лучшее время жизни наступило после семидесяти. Актриса надеется, что сериал «Агент 88» (его премьера состоялась в 2013 году) станет источником вдохновения для всех людей ее возраста и покажет, что возможности для воплощения мечты есть у всех, независимо от прожитых лет. Надо только бороться и не сдаваться, несмотря на неудачи.

«Каждый может осуществить свою мечту, главное — решиться», — уверена она.

Ее шестеро детей и 11 внуков, которые остались в Лондоне, до сих пор не могут в это поверить.







Кей Д'Арси говорит:

Важно верить в себя
и доверять своим
внутренним ощущениям.
Нельзя позволять
общественным
стереотипам
ограничивать вашу
жизнь. Возможно
все. Я по-настоящему
не понимала этого
до 70 лет.



3

Барбара Роуз Брукер, которая борется с предрассудками

Текст: Татьяна Хрылова • Фото: Владимир Яковлев

ГОРОД:

Лос-Анджелес,
США

ВОЗРАСТ:

75

ЧТО ЗАХОТЕЛА:

Опубликовать книгу
о сексе после 70

Представьте себе сериал «Секс в большом городе», всем главным героям которого больше 65. Они ходят на свидания, ищут мужчин своей мечты, заняты карьерой, а в свободное время обсуждают с подругами забавные детали своей интимной жизни. Не представляете? Зря.

*Именно такую историю запускает в производство продюсер «Секса в большом городе» Даррен Стар на телеканале HBO. Новый сериал снимается по автобиографическому роману *Viagra Diaries* («Дневники Виагры»), который написала 75-летняя Барбара Роуз Брукер.*



Барбара Роуз Брукер большую часть жизни занималась литературой, но и подумать не могла, что настоящий успех придет к ней только в 75 лет.

«Когда мне исполнилось 60, я осознала, что наше общество полно чудовищных предрассудков, связанных с возрастом, — вспоминает она. — Это меня очень разозлило».





Брукер решила написать роман, разрушающий возрастные стереотипы. Его главная героиня — Энн Эплбаум, 70-летняя журналистка. Она уже 30 лет живет в разводе, а потому всячески пытается наладить личную жизнь и получить литературное признание.

«Энн Эплбаум — это на девяносто процентов я, — поясняет она. — Практически все описанные в книге ситуации взяты либо из моего опыта, либо из опыта моих знакомых. Я не пишу о том, чего не знаю».

Из личного опыта Барбары Роуз Брукер следует, что мужчинам и женщинам трудно достичь взаимопонимания в любом возрасте.

«Вы верите в настоящую любовь?» — спрашивает героиня.

Ее собеседник хмурится: «Я верю в Виагру».

Герои книги знакомятся, влюбляются, пытаются произвести друг на друга впечатление, попадают в неловкие ситуации — одним словом, ведут во всех отношениях активную и полноценную жизнь, несмотря на то что всем им далеко за 60.

Первый издатель, к которому Брукер пришла со своей книгой, отказался даже читать рукопись. «Роман о 70-летней женщине, которая занимается сексом и делает карьеру? Это просто отвратительно», — сказал он. В более или менее резких выражениях так же ответили все остальные издатели.

Брукер не поверила скептикам и издала книгу за свой счет. И правильно сделала. Пер-

вый тираж, 10 000 экземпляров, прекрасно разошелся, литературные критики отзывались о романе восторженно, Брукер начали приглашать в телевизионные шоу. «Дневниками Виагры» заинтересовалось крупное американское издательство «Саймон и Шустер» — оно приобрело права на второе издание романа. Кроме того, Барбара Роуз Брукер продала рукопись нескольким европейским издательствам, и сейчас книгу переводят сразу на несколько языков, в том числе на русский.

А дальше произошло самое интересное. «Дневники» привлекли внимание Даррена Стара, продюсера «Секса в большом городе», «Бeverли Хиллз 90210» и других успешных сериалов. Стар решил снять на основе романа новый сериал для телеканала HBO.

После «Дневников Виагры» Барбара Роуз Брукер написала еще две книги: «Любовь, иногда» и «Надо ли мне спать в кровати его покойной жены». Эти романы сейчас готовятся к печати.

Себя, своих героинь и всех женщин старше 60, сохранивших интерес к жизни, Брукер называет *Boomer Hotties* — на русский язык это можно перевести как «красотки в возрасте».

«Современное общество считает, что любовь, свидания, секс и карьера не для нас. На самом деле все это нам нужно и не имеет значения, сколько нам лет», — говорит она.



Барбара Роуз Брукер уверена:

Предубеждения
относительно возраста,
которые существуют
в современном обществе, —
это так же неправильно
и несправедливо,
как гомофобия
и расизм.







4

Хайдемари Швермер, которой не нужны деньги

Текст: Александр Мурашев • Фото: Martin Bruckmanns, Daniel Mazza

ГОРОД:

Дортмунд, Германия

ВОЗРАСТ:

70

ЧТО ЗАХОТЕЛА:

Жить без денег

Хайдемари Швермер 70 лет. Последние семнадцать из них она живет, принципиально не пользуясь деньгами — вообще никогда, ни при каких условиях. Она счастлива и прекрасно себя чувствует! Как у нее это получается?



Однажды утром Хайдемари Швермер позвонила владельцу квартиры, которую снимала, и радостно сообщила, что больше не будет платить за аренду. Отказавшись от квартиры (хотя жить ей было абсолютно негде), Хайдемари раздала все свои вещи и мебель соседям. Себе она оставила только небольшой чемодан с самым необходимым.

В пустой квартире Хайдемари Швермер начала прыгать и танцевать от счастья.

Логично было бы предположить, что она сошла с ума. Так ведь нет! Хайдемари решила поставить эксперимент — прожить год, не пользуясь деньгами и не владея никакими материальными ценностями

кроме жизненно необходимых предметов. В день начала эксперимента Хайдемари Швермер было 53 года.

«Люди слишком увлечены материальным — деньгами, имуществом, — говорит она. — Тратят на это кучу времени и сил. И не осознают, как мало на самом деле дают деньги! Я хотела доказать, что другой образ жизни возможен».

После того как все вещи были розданы, Хайдемари оставалось немного — научиться жить без денег. Прежде всего нужно было найти жилье. План был такой: жить в домах знакомых, оказывая им за это психологические консультации (по профессии Швермер психотерапевт). Но вскоре выяснилось, что желающих поселить у себя дома собственного психотерапевта почему-то не находится. Пришлось менять тактику.

В обмен на еду и ночлег Хайдемари начала мыть окна в частных домах. Это сработало. Ее услуги стали пользоваться успехом, и Швермер научилась обеспечивать себе все самое необходимое с помощью личного труда. Достаточно было лишь предложить людям то, что им действительно нужно, — в зависимости от потребностей хозяев дома Хайдемари Швермер помогала им в саду, присматривала за детьми, выполняла домашнюю работу. Чтобы постричься, она выгуливала собак парикмахера. Ей вообще пришлось много ходить пешком —

она пользовалась транспортом, только если кто-то из знакомых подвозил ее.

«Конечно, первое время мне было не просто, — говорит она. — Но чувство свободы, которое я испытывала, того стоило!»

В результате эксперимент получился куда более успешным, чем ожидалось. Прошел уже не год — семнадцать лет, а Хайдемари по-прежнему продолжает жить, не пользуясь деньгами. Она получает от такой жизни огромное удовольствие.

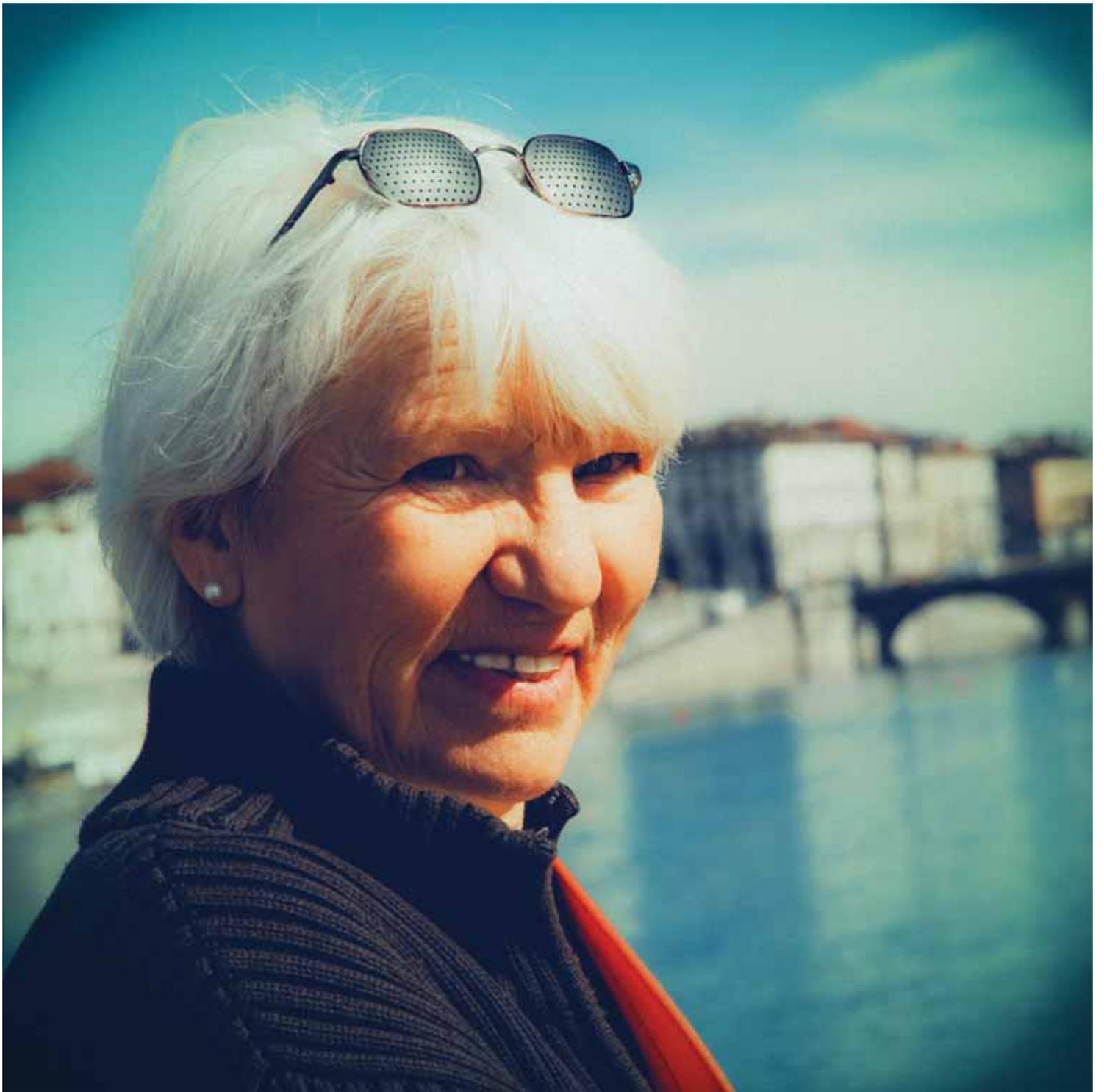
У нее нет дома. Все ее имущество умещается в одном чемодане: смена одежды, три пары обуви, одна книга, немного косметики и очки. Она не делает покупок. Пользуется интернетом и телефоном в домах своих знакомых (предварительно убедившись, что у них безлимитные тарифы).

В начале эксперимента Хайдемари создала аварийный фонд — отложила 200 евро на самый крайний случай, когда ей все же могут понадобиться деньги. За семнадцать лет она так ни разу ими и не воспользовалась.

«В современном мире необходимость обрастать имуществом, которое нужно вечно таскать за собой по жизни, уходит в прошлое», — уверена Хайдемари.

Надо сказать, что ее идеи находят подтверждение. Такой стиль жизни становится все более популярным. Несколько лет назад экспериментом Швермер заинтересовались





журналисты и о жизни без денег рассказали по радио. Вскоре Хайдемари получила приглашения выступать на телевидении и в университетах самых разных городов. Теперь она не просто живет без денег, но еще и много (совершенно бесплатно) путешествует. Всякий раз организаторы высылают ей билеты на самолет или поезд, предоставляют жилье. Только не кормят в ресторанах — Хайдемари не любит ресторанов и предпочитает там не есть.

Швермер давно не моет окна. Консультации и лекции о жизни без материальных ценностей стали ее основным занятием. В качестве платы за услуги Хайдемари принимает еду и ночлег.

«Мир устроен так, что можно получить все необходимое для жизни, совсем не имея денег», — уверена Хайдемари. Семнадцать лет эксперимента полностью подтверждают этот вывод.

Несколько лет назад Швермер начала получать пенсию. «Вначале я хотела от нее отказаться, — говорит она, — но потом передумала...»

Свою пенсию Хайдемари прилежно получает и тут же, на месте, раздает ее тем, кому все еще нужны деньги.



Хайдемари Швермер говорит:

Считается, что деньги — ключ
от всех дверей. Я убедилась,
что с таким же успехом
ЭТИМ КЛЮЧОМ МОГУТ
стать доверие
и любовь.





Как всегда, на самом интересном месте :-)

[Подробнее о книге читайте на сайте](#)

[Купить на Озоне](#)

[Купить в Лабиринте](#)

© При использовании любых материалов, ссылка на источник обязательна.

facebook.com/mifbooks

twitter.com/mifbooks

vkontakte.ru/mifbooks