

УДК 159.9
ББК 88.52
P18

Shonda Rhimes
YEAR OF YES

Copyright © 2015 by Ships At A Distance, Inc.

Раймс, Шонда.

P18

Год, когда я всему говорила ДА. Идти по жизни, танцуя, держаться солнечной стороны и остаться собой / Шонда Раймс ; [перевод с английского Э. Мельник]. — Москва : Эксмо, 2020. — 384 с. — (UnicornBook. Мегабестселлеры в мини-формате).

ISBN 978-5-04-107732-7

Одним рождественским утром она поняла, что несчастна.

Ее жизнь превратилась в бесконечный забег по кругу «работа—дом—работа», где не было места новому опыту и сильным эмоциям. И тогда Шонда Раймс бросила себе вызов — целый год говорить «да!» всему, от чего раньше отказывалась. Да — интервью в прямом эфире. Да — выступлению перед выпускниками Йельского университета. Да — игре в куклы с дочкой. Да — настоящей жизни!

Эта книга — одновременно веселые мемуары незаурядной женщины и захватывающий тренинг преобразования жизни. Она содержит удивительно простой и невероятно действенный рецепт обретения себя.

УДК 159.9
ББК 88.52

© Мельник Э., перевод на русский язык, 2018

© Оформление. ООО «Издательство

«Эксмо», 2020

ISBN 978-5-04-107732-7

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.

Издание для досуга

UNICORNBOOK. МЕГА-БЕСТСЕЛЛЕРЫ В МИНИ-ФОРМАТЕ

Шонда Раймс

**ГОД, КОГДА Я ВСЕМУ ГОВОРИЛА ДА
ИДТИ ПО ЖИЗНИ, ТАНЦУЯ,
ДЕРЖАТЬСЯ СОЛНЕЧНОЙ СТОРОНЫ И ОСТАТЬСЯ СОБОЙ**

Главный редактор *Р. Фасхутдинов*
Руководитель направления *Л. Ошеверова*
Ответственный редактор *И. Стародубцева*
Младший редактор *Р. Муртазина*
Художественный редактор *Г. Булгакова*

ООО «Издательство «Эксмо»

123308, Москва, ул. Зорге, д. 1. Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru

Өндүрүш: «ЭКСМО» АҚБ Баспасы, 123308, Мәскеу, Ресей, Зорге көшесі, 1 үй.
Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru

Tauap belgisi: «Эксмо»

Интернет-магазин: www.book24.ru

Интернет-магазин: www.book24.kz

Интернет-дүкен: www.book24.kz

Импортер в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы».

Қазақстан Республикасындағы импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Дистрибутор и представитель по приему претензий на продукцию,

в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»

Қазақстан Республикасындағы дистрибутор және өнім бойынша арыз-талаптарды

қабылдаушының өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Алматы қ., Дембровский көш., 3-а, литер Б, офис 1.

Тел.: 8 (727) 251-59-90/91/92; E-mail: RDC-Almaty@eksmo.kz

Өнімнің 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

Өндiрген мемлекет: Ресей. Сертификация қарастырылмаған

Подписано в печать 19.12.2019. Формат 75x100¹/₃₂.

Печать офсетная. Усл. печ. л. 16,67.

Тираж экз. Заказ

ISBN 978-5-04-107732-7



9 785041 077327 >

16+

В электронном виде несут ответственность за качество
книжек на www.litres.ru

ЛитРес:
«МЫ КНИЖНИКИ»



Москва, ООО «Торговый Дом «Эксмо»
Адрес: 123308, г. Москва, ул. Зорге, д. 1.

Телефон: +7 (495) 411-50-74. **E-mail:** reception@eksmo-sale.ru

По вопросам приобретения книг «Эксмо» зарубежными оптовыми покупателями обращаться в отдел зарубежных продаж ТД «Эксмо»
E-mail: international@eksmo-sale.ru

*International Sales: International wholesale customers should contact
Foreign Sales Department of Trading House «Eksmo» for their orders.
international@eksmo-sale.ru*

По вопросам заказа книг корпоративным клиентам, в том числе в специальном оформлении, обращаться по тел.: +7 (495) 411-68-59, доб. 2261.

E-mail: ivanova.ey@eksmo.ru

Оптовая торговля бумажно-беловыми и канцелярскими товарами для школы и офиса «Канц-Эксмо»:
Компания «Канц-Эксмо»: 142702, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное-2, Белокаменное ш. д. 1, а/я 5. Тел./факс: +7 (495) 745-28-87 (многоканальный).
e-mail: kanc@eksmo-sale.ru, сайт: www.kanc-eksmo.ru

Филиал «Торгового Дома «Эксмо» в Нижнем Новгороде
Адрес: 603094, г. Нижний Новгород, улица Карпинского, д. 29, бизнес-парк «Грин Плаза»
Телефон: +7 (831) 216-15-91 (92, 93, 94). **E-mail:** reception@eksmonn.ru

Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Санкт-Петербурге
Адрес: 192029, г. Санкт-Петербург, пр. Обуховской обороны, д. 84, лит. «Е»
Телефон: +7 (812) 365-46-03 / 04. **E-mail:** server@szko.ru

Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Екатеринбурге
Адрес: 620024, г. Екатеринбург, ул. Новинская, д. 2щ
Телефон: +7 (343) 272-72-01 (02/03/04/05/06/08)

Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Самаре
Адрес: 443052, г. Самара, пр-т Кирова, д. 75/1, лит. «Е»
Телефон: +7 (846) 207-55-50. **E-mail:** RDC-samara@mail.ru

Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Ростове-на-Дону
Адрес: 344023, г. Ростов-на-Дону, ул. Страны Советов, 44А
Телефон: +7(863) 303-62-10. **E-mail:** info@rnd.eksmo.ru

Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Новосибирске
Адрес: 630015, г. Новосибирск, Комбинатский пер., д. 3
Телефон: +7(383) 289-91-42. **E-mail:** eksmo-nsk@yandex.ru

Обособленное подразделение в г. Хабаровске
Фактический адрес: 680000, г. Хабаровск, ул. Фрунзе, 22, оф. 703
Почтовый адрес: 680020, г. Хабаровск, А/Я 1006
Телефон: (4212) 910-120, 910-211. **E-mail:** eksmo-khv@mail.ru

Филиал ООО «Издательство «Эксмо» в г. Тюмени
Центр оптово-розничных продаж Cash&Carry в г. Тюмени
Адрес: 625022, г. Тюмень, ул. Пермякова, 1а, 2 этаж; ТЦ «Перестройка»
Ежедневно с 9.00 до 20.00. Телефон: 8 (3452) 21-53-96

Республика Беларусь: ООО «ЭКМО АСТ Си энд Си»
Центр оптово-розничных продаж Cash&Carry в г. Минск
Адрес: 220014, Республика Беларусь, г. Минск, проспект Жукова, 44, пом. 1-17, ТЦ «Outlet»
Телефон: +375 17 251-40-23; +375 44 581-81-92
Режим работы: с 10.00 до 22.00. **E-mail:** exmoast@yandex.by

Казахстан: «РДЦ Алматы»
Адрес: 050039, г. Алматы, ул. Домбровского, 3А
Телефон: +7 (727) 251-58-12, 251-59-90 (91,92,99). **E-mail:** RDC-Almaty@eksmo.kz

Украина: ООО «Форс Украина»
Адрес: 04073, г. Киев, ул. Вербовая, 17а
Телефон: +38 (044) 290-99-44, (067) 536-33-22. **E-mail:** sales@forsukraine.com

Полный ассортимент продукции ООО «Издательство «Эксмо» можно приобрести в книжных магазинах «Читай-город» и заказать в интернет-магазине: www.chитай-gorod.ru.
Телефон единой справочной службы: 8 (800) 444-8-444. Звонок по России бесплатный.

Интернет-магазин ООО «Издательство «Эксмо»

www.book24.ru

Розничная продажа книг с доставкой по всему миру.
Тел.: +7 (495) 745-89-14. **E-mail: imarket@eksmo-sale.ru**



Посвящается Харпер, Эмерсон и Беккетт

Да будет каждый год годом «Да». Да унаследуете вы будущее, в котором от вас больше не потребуется быть П.Е.И. А если этого пока не случилось — вперед, начинайте революцию. Я верю — вы можете.

... и Делорс

За то, что дала мне разрешение начать мою собственную революцию. И за то, что всякий раз говорила «да» и была рядом, стоило мне произнести твое имя. Ты П.Е.И. в нашей семье — для нас пятерых, которые шли за тобой. Спасибо за то, что даешь нам второй шанс.

ОГЛАВЛЕНИЕ

ПРИВЕТ! Я стара и люблю врать (это своего рода отказ от ответственности)	11
ПРОЛОГ. Во весь рост	24
ГЛАВА 1. Нет	26
ГЛАВА 2. Может быть?	40
ГЛАВА 3. Эм-м, да?..	57
ГЛАВА 4. «Да» — солнцу	66
ГЛАВА 5. «Да»: говорить всю правду	96
ГЛАВА 6. «Да» — отказу от «мамских войн» (или Дженни Маккарти — мое все)	131
ГЛАВА 7. «Да»: потехе — время, делу — час	158
ГЛАВА 8. «Да» — моему телу	178
ГЛАВА 9. «Да» — вступлению в клуб	216
ГЛАВА 10. Да, спасибо	226
ГЛАВА 11. «Да» — слову «нет», «да» — трудным разговорам	267
ГЛАВА 12. «Да» людям	291
ОГЛАВЛЕНИЕ	7

ГЛАВА 13. «Да» — выплясыванию (с подходящими людьми)	299
ГЛАВА 14. «Да» — той, кто я есть	322
ГЛАВА 15. «Да» — прекрасному	354
БЛАГОДАРНОСТИ	369
ОБ АВТОРЕ	377

Потребность в переменах, как бульдозер,
шоссе пробила посреди сознания.

МАЙЯ АНГЕЛУ

*Если хочешь, чтобы с тобой перестала случаться
всякая дрянь, перестань довольствоваться дрянью
и требуй чего-то большего.*

КРИСТИНА ЯНГ «Анатомия страсти»

ПРИВЕТ!

Я СТАРА И ЛЮБЛЮ ВРАТЬ
(это своего рода отказ
от ответственности)

Я врунья.
Пусть все об этом знают, плевать.
Я постоянно что-то выдумываю.

Мой мозг так и тянется к вымыслу. Прямо как цветок за источником света. Или как правая рука — за шариковой ручкой. Склонность привирать подобна скверной привычке: легко подцепить, трудно избавиться. Плести небылицы, травить байки — вот мой маленький грязный порок. И мне он нравится. Но прежде чем вы начнете строить догадки о моем психическом здоровье, позвольте объясниться: это не *просто* плохая привычка — это *моя работа*.

Чес-слово!

Взаправду.

Много лет назад она вынуждала меня вставать на колени в церкви во время школьных переменок, читая

молитву Розария¹ то одной, то другой монахине в католической школе Св. Марии в Парк-Форесте, штат Иллинойс. Так меня наказывали. Наказывали за то, что в скором будущем стало моей прямой, честное-слово-клянусь-Иисусом-Марией-и-Иосифом, обязанностью.

«Только не говори никому! Знаешь, кто моя мама? Беженка из России. Она была помолвлена с одним парнем, Владимиром, ей пришлось покинуть любовь всей своей жизни и все такое. Как это печально! А теперь она вынуждена притворяться совершенно обычной американкой, иначе всех нас могут убить. Конечно же, я говорю по-русски. Еще бы! Что? Да она *чернокожая* русская, тупица! Такая же, как белые русские. Только чернокожая. В общем, не суть, какая она там русская, главное, мы никак, ни в коем случае не можем туда поехать, она теперь там приговорена. За то, что пыталась убить Леонида Брежнева. В смысле — *зачем?! Ты что, вообще ничего не знаешь? Чтобы предотвратить ядерную зиму. Чтобы спасти Америку. А ты как думала!*»

По идее, меня следовало бы похвалить — ведь я знала, кто такой Леонид Брежнев. По идее, мне полагались бонусные очки за интерес к советской политике. По идее, кому-то не мешало бы поблагодарить меня за то, что я просвещала таких же десятилеток, как я сама, насчет холодной войны.

¹ Одна из основных католических молитв. Слово «Розарий» означает «венок из роз». Святой Розарий является как бы небесным венком, сплетенным из молитв и размышлений. — *Прим. ред.*

Колени. Церковь. Монахини. Розарий.

Я способна проговорить Розарий даже во сне. Я и *проговаривала* его во сне.

И виной тому — моя любовь к плетению небылиц. Плетение небылиц в ответе за все, что я делала и делаю, за все, что я есть, за все, что есть у меня. Без побасенок, вымысла, придуманных мною историй весьма вероятно, что сегодня, прямо сейчас, я была бы очень тихой библиотекаремшей в Огайо.

Плоды моего воображения изменили ту дорожку вниз по наклонной, которую прочили мне монахини в нашей школе. Придуманные мною истории привели меня из маленькой спальни, которую я делила со своей сестрой Сэнди в доме предместья Чикаго, в студенческую общагу одного из университетов Лиги плюща в холмах Нью-Гемпшира. А потом доставили и до самого Голливуда.

.....

Моя судьба целиком и полностью едет
верхом на моем воображении.

.....

Греховные рассказы, которые влекли за собою наказание в виде молитвы во время школьных переменок, это те же истории, которые теперь позволяют мне покупать в продуктовом магазине бутылку вина и стейк, не задумываясь об их цене. Эта возможность очень важна для меня. Когда-то она стояла в списке жизнен-

ных целей. Даже Целей! Ведь в ту пору, когда я была нищей студенткой киношколы, у меня часто не водилось денег. Мне приходилось *выбирать* между вином и вещами вроде туалетной бумаги. Стейк в этом уравнении даже не рассматривался.

Или вино, или туалетная бумага.

Вино.

Или.

Туалетная бумага.

Туалетная бумага побеждала не всегда.

Я сейчас заметила, как вы одарили меня *этаким* взглядом. Вы правда меня *осудили*?

Нет. Вы *не* стали бы открывать эту книгу лишь затем, чтобы осудить меня. Не *так* мы с вами начнем наше путешествие и не так закончим. Мы пройдем его, как настоящие друзья. Так что пусть та, что без вина, первой бросит в меня камень.

.....

И да, порой туалетная бумага проигрывает.
Потому что иногда вино безденежной
женщине нужнее.

.....

Так что вам придется сделать мне поблажку, если я не расположена извиняться за свою любовь к волшебству двусмысленности и вымысла. Потому что вымыслом я зарабатываю на жизнь.

Теперь работа воображения — моя работа. Я пишу телевизионные сценарии. Я придумываю персонажей. Я мысленно творю целые миры. Я добавляю новые слова в лексикон повседневных разговоров — может быть, благодаря моим фильмам вы говорите о «веджейджей»¹ и рассказываете друзьям, что у вас на работе кого-то «уконтраПоупили»². Я рожаю детишек, я обрываю жизни. Я танцую. Я играю положительных героев. Я оперирую. Я гладиаторствую. Я отпускаю грехи. Я плету небылицы, травлю байки и заливаюсь соловьем, сидя у костра. Вымысел — моя работа. Вымысел — мое призвание. Вымысел — мой кайф.

Да, я лгунья.

Но теперь я лгунья *профессиональная*.

«Анатомия страсти» была моей первой настоящей работой на телевидении. То, что ею оказалась созданная мною же телепрограмма, означает, что я ничего не знала о работе на телевидении, когда начинала создавать собственную телепрограмму. Я расспрашивала всех телесценаристов, с которыми сталкивалась, о том, что́ это за работа такая, каково это — быть ответственным за целый сезон сериала кабельного телевидения? Я получила целую кучу полезных советов, большинство которых давали ясно понять, что каждая программа

¹ Отсылка к телесериалу «Анатомия страсти».

² Отсылка к телесериалу «Скандал».

уникальна и отличается от всех остальных. С одним исключением: все до единого встреченные мною сценаристы сравнивали работу на телевидении с одним и тем же образом — прокладкой рельсов для надвигающегося скорого поезда.

.....

Сюжет — это рельсы, и ты должна укладывать их, потому что надвигается этот самый поезд. Поезд — это производство.

Ты продолжаешь писать, продолжаешь укладывать рельсы, потому что поезд производства надвигается на тебя — несмотря ни на что.

.....

Каждые восемь дней съемочной группе нужно начинать готовиться к новому эпизоду: искать съемочные площадки, строить декорации, создавать костюмы, находить реквизит, планировать съемки. И каждые восемь дней после этого группе нужно *снимать* новый эпизод.

Восемь дней на подготовку.

Восемь дней на съемки.

Восемь дней, восемь дней, восемь дней, восемь дней.

Это означает, что каждые восемь дней этой съемочной группе нужен новехонький сценарий. И моя работа, черт возьми, обеспечить его. Каждые. Восемь. Дней. Потому что худшее, что ты можешь сделать, — это застопорить производство, сбросить поезд с рельсов