

Лиззи ВЕЛАСКЕС

*История
самой некрасивой
женщины в мире,*

*которая стала
самой счастливой*



Москва
2015

УДК 821.111-94(73)
ББК 84(7Coe)-44
В27

Lizzie Velasquez

BE BEAUTIFUL, BE YOU

This 2015 Edition is published by EXMO Publishing House under
arrangement with Liguori Publications, Liguori, Missouri, USA.
www.liguori.org.

Copyright © 2012 Lizzie Velasquez. All rights reserved.

Фотоколлаж на обложке *Ф. Барбышева*

Фотография на обложке:

John Shearer / Invision / AP / FOTOLINK

Веласкес, Лиззи.

В27 История самой некрасивой женщины в мире, которая стала самой счастливой / Лиззи Веласкес ; [пер. с англ. А. Мовчан]. — Москва : Издательство «Э», 2015. — 160 с. — (Автобиография великого человека).

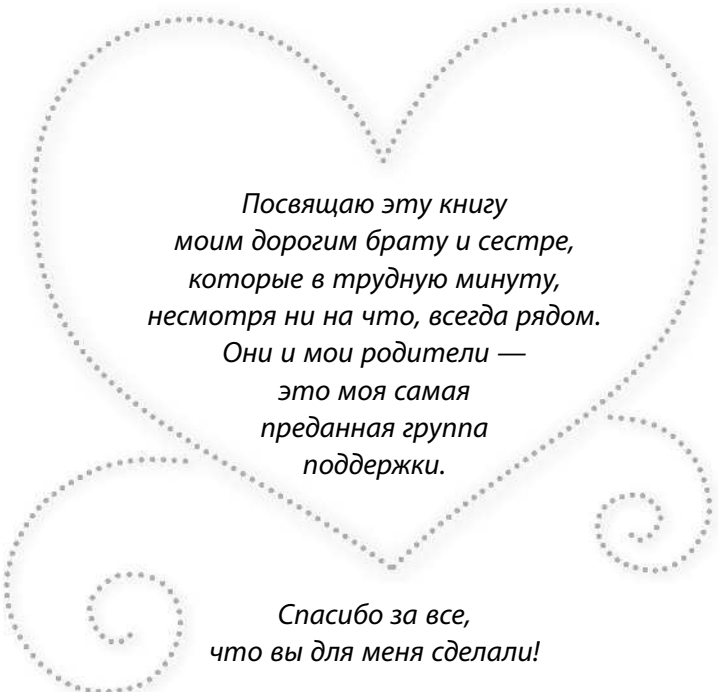
ISBN 978-5-699-80010-0

Это книга удивительной женщины, которая сумела понять суть красоты, будучи при этом совсем некрасивой внешне. Это книга о счастье, написанная человеком, прошедшим через невероятные страдания. Это книга о любви, написанная той, над которой окружающие насмеялись, на которую показывали пальцем... Лиззи Веласкес смогла достичь подлинного величия, научившись за пределами смирения — и настоящему самоуважению.

УДК 821.111-94(73)
ББК 84(7Coe)-44

ISBN 978-5-699-80010-0

© Мовчан А.Г., перевод на русский язык, 2014
© Издание на русском языке, оформление.
ООО «Издательство «Э», 2015



*Посвящаю эту книгу
моим дорогим брату и сестре,
которые в трудную минуту,
несмотря ни на что, всегда рядом.*

*Они и мои родители —
это моя самая
преданная группа
поддержки.*

*Спасибо за все,
что вы для меня сделали!*

С любовью,

Лиззи

Содержание

<i>Предисловие</i>	7
<i>Введение</i>	9
ГЛАВА ПЕРВАЯ	
<i>Привет! Меня зовут Лиззи. Я неизлечимо больна</i>	13
ГЛАВА ВТОРАЯ	
<i>За что мне всё это?</i>	23
ГЛАВА ТРЕТЬЯ	
<i>Начать себя с нуля</i>	37
ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ	
<i>Любить себя</i>	49
ГЛАВА ПЯТАЯ	
<i>Мыслить позитивно</i>	57
ГЛАВА ШЕСТАЯ	
<i>Умение прощать</i>	67
ГЛАВА СЕДЬМАЯ	
<i>Найти себя</i>	75

ГЛАВА ВОСЬМАЯ	
<i>Первый шаг</i>	85
ГЛАВА ДЕВЯТАЯ	
<i>Тоните прочь тоску!</i>	97
ГЛАВА ДЕСЯТАЯ	
<i>Друзья навеки</i>	109
ГЛАВА ОДИННАДЦАТАЯ	
<i>Берегите себя</i>	121
ГЛАВА ДВЕНАДЦАТАЯ	
<i>Истинная вера</i>	127
ГЛАВА ТРИНАДЦАТАЯ	
<i>С Божьей помощью</i>	133
ГЛАВА ЧЕТЫРНАДЦАТАЯ	
<i>Любимый святой</i>	139
ГЛАВА ПЯТНАДЦАТАЯ	
<i>Будь красива — будь собой!</i>	149

Предисловие

Когда Лиззи попросила меня написать предисловие к ее книге «Быть красивой. Быть собой», я невольно вспомнила, как в юности впервые столкнулась с презрением и критиканством в свой адрес. Это всегда глубоко ранит. Даже сейчас, когда мне уже тридцать семь, я порой вспоминаю ту боль.

У всех бывают дни, когда они ощущают себя недостаточно симпатичными, недостаточно стройными. Что еще хуже, порой накатывает чувство, что мы вообще какие-то не такие, как нужно. Шаблонные представления о труднодостижимых стандартах красоты всегда откладывают определенный отпечаток на образ мыслей и психику. И эти шаблоны необходимо разрушать. Эта острая социальная проблема уже вышла из-под нашего контроля, но Лиззи нашла в себе мужество вступить с ней в борьбу.

История Лиззи очень необычна: у нее редкое заболевание, которое не позволяет ей набирать вес. Само ее рождение было чудом. Но еще более примечательна поразительная стойкость, с которой она принимает один удар судьбы за другим — и все-таки находит в себе силы двигаться дальше.

Только представьте себе, что всякий раз, когда вы появляетесь где-нибудь в общественном месте, вас бесцеремонно разглядывают и перешептываются у вас за спиной. Я восхищаюсь Лиззи и ее выдержкой, особенно принимая во внимание то, какое значение в современном мире придают внешнему виду.

Мне кажется, главная мысль рассказа и советов Лиззи заключается в том, что при любых обстоятельствах всегда можно что-то изменить. Вы, и только вы, хозяин своей жизни. И сами создаете свою судьбу.

Все мы в той или иной мере от чего-то пострадали, все мы немного жертвы, однако в наших силах не покоряться этому. Наш характер — это то, как мы относимся к этой ситуации.

Я восхищаюсь Лиззи Веласкес, она стала тем лучиком света, который так необходим каждому, когда наступает момент осознания, что любые мечты осуществимы.

*Синтия Ли,
репортер журнала «Фокс 29», Сан-Антонио,
издатель и соавтор книги «Красавица Лиззи»*

Введение

Мне дарована невероятно удивительная жизнь. Она отнюдь не всегда была легкой, а уж какие в ней случались непредсказуемые повороты!.. Мне могут сказать: «Эй, Лиззи, да тебе всего двадцать три года, какие еще мемуары?!» В ответ я улыбнусь, кивну и снова вспомню свои жизненные перипетии.

Много всего случилось за эти двадцать три года, но, клянусь, каждое слово здесь — правда.

Работая над этой книгой, я смогла оглянуться назад, на события, которые создали меня сегодняшнюю. Вспоминая некоторые эпизоды своей жизни, я снова и снова чувствую, как слезы наворачиваются на глаза. Мне больно за ту маленькую девочку, которая просто хотела, чтобы ее любили. Больно вспоминать и про ту мерзкую видеозапись обо мне, что я случайно увидела на YouTube, и все, что я тогда чувствовала.

В памяти, сменяя друг друга, всплывают разные эпизоды из моей жизни, счастливые и горестные. Я помню все испытания и успехи, все счастливые моменты, которые я пережила вместе со своими

друзьями и семьей. Какое счастье, что они были рядом!

Я молилась за всех них каждый день, пока работала над книгой. Мне хотелось не просто увидеть свое имя на обложке, а потом гордиться тем, чего я смогла достичь. Я хотела так рассказать о себе и своей жизни, чтобы каждый читатель понял меня, и показать, как сделать свою жизнь лучше.

Более того, мне хотелось донести до читателей, что мужество, необходимое для движения вперед,

Мне больно за ту маленькую девочку, которая просто хотела, чтобы ее любили.

я обрела, обращаясь к Господу. Я не утверждаю, что Бог даст вам все, что душе угодно, или что ваша жизнь станет легче или сложнее, чем моя. Я только

хочу сказать, что Бог знает и помнит о вас и что он незримо сопровождает вас изо дня в день. Все, что нужно сделать, — это обратиться к Нему и поверить в Него. И Он всегда направит нас по правильному пути, если мы позволим Ему нам помочь.

Бог любит нас беззаветно. Он любит меня, и Он любит нас такими, какие мы есть здесь и сейчас, независимо от того, где мы находимся и что происходит в нашей жизни. Бог слышит наши слова и слышит тихий шепот наших сердец. У каждого из нас есть возможность на свое, особенное, личное общение с Господом.

Кто-то или что-то причиняет вам боль? Вам кажется, что вы одиноки? Вам страшно? Вас никто не

понимает? Вам нужен кто-то, кто бы вас выслушал? Вы должны принять важное решение, и вам нужна помощь и поддержка, чтобы выбрать правильный путь? Я хочу дать вам ключ к решению любой из этих проблем. Бог дал мне удивительную жизнь. Бог дал вам удивительную жизнь. Я забочусь о вас. Бог заботится о вас. Я хочу, чтобы вы поняли, что помощь свыше может сыграть решающую роль в вашей жизни.

Искренне надеюсь, что у вас найдется много поводов улыбнуться на вашем жизненном пути.

*Привет!
Меня зовут Лиззи.
Я неизлечимо больна*

*Ибо только Я знаю намерения, какие имею
о вас, говорит Господь, намерения во благо,
а не во зло, чтобы дать вам будущность
и надежду.*

Иер. 29:11

- Эй, Лиззи, мисс Веласкес! Скоро ваш выход! — Продюсер телеканала «Си-Эн-Эн» Дэн Стерчел с порога одарил меня приветливой улыбкой и снова исчез в коридоре.

После недели томительного ожидания и подготовки мы наконец оказались в огромном здании «Си-Эн-Эн» в Лос-Анджелесе. Это все-таки случилось! Мне все удалось! Я настроилась наслаждаться каждым мгновением этого события.

Еще вчера я была дома в Остине (штат Техас) со своими родителями. А сейчас мы с мамой сидим

в гримерной и готовимся к очередному большому интервью. Я закрываю глаза и молю Господа о незримой поддержке во время моего выступления и о спокойствии для мамы, которая очень переживает за меня. Она всегда так волнуется во время наших совместных интервью, что ее беспокойства с лихвой хватает на нас обоих.

Несколько секунд спустя я открываю глаза. Яркие лампы вокруг гигантского зеркала напомнили мне гримерку во время съемок какого-то голливудского фильма.

Я наблюдала за тем, как художник-гример Обри придает моему лицу идеальный цвет. Поскольку один глаз у меня вообще незрячий, а зрение на втором тоже снижено, мне сложно сделать себе макияж. Я всегда переживаю, что, выходя из дома, выгляжу как клоун. Обри охотно отвечала на мои вопросы и давала советы, как нанести нужное количество косметики и не переусердствовать.

Мою маму усадили в удобное соседнее кресло. Казалось, она наконец расслабилась.

Несколько минут спустя мы с мамой просто преобразились. Мы выглядели великолепно, и нас проводили обратно в зеленую комнату, где ждал Дэн, чтобы задать предварительные вопросы для интервью. Мы сидели на длинном голубом диване, и он велел представить, будто мы уже на съемочной площадке. Я сделала глубокий вдох, кивнула и выпрямилась, готовая продемонстрировать свое мастерство. Мы проговаривали один вопрос за

другим, часто останавливаясь, чтобы посмеяться над моими ответами. «Обязательно скажи это — не забудь! Это именно то, что нужно!» — советовал Дэн. Он сказал, что через пару минут нам с мамой прикрепят микрофоны. Как только он ушел, я вскочила.

Настал момент посмотреть на себя в зеркало и убедиться, что все готово к выходу на публику.

Так же как и в гримерной, вокруг зеркала в зеленой комнате (которая, между прочим, была бледно-голубой) было много больших ярких ламп, чтобы создать идеальное освещение. Я подошла прямо к нему, чтобы поближе рассмотреть свои волосы и макияж, и то, как я выгляжу, понравилось мне еще больше, чем раньше.

Я всегда переживаю, что, выходя из дома, выгляжу как клоун.

Узкие темные джинсы были выбраны очень удачно. Темно-оранжевая блузка сидела на мне именно так, как нужно, хотя я немного волновалась из-за того, что рукава короткие, а в студии обычно бывает прохладно. Ничего, зато буду выглядеть классно! А золотой круглый кулон на длинной цепочке отлично подходил к большим длинным коричневым сережкам.

В отличие от большинства ровесниц я равнодушна к туфлям. Мне вполне достаточно балеток или обычных ботинок. Но сегодня на мне были от-