



领略奥黛丽·赫本的风采，做一个优雅女人不是梦

珍藏版

梦芝◎著

详细解密优雅女神奥黛丽·赫本一生的著作

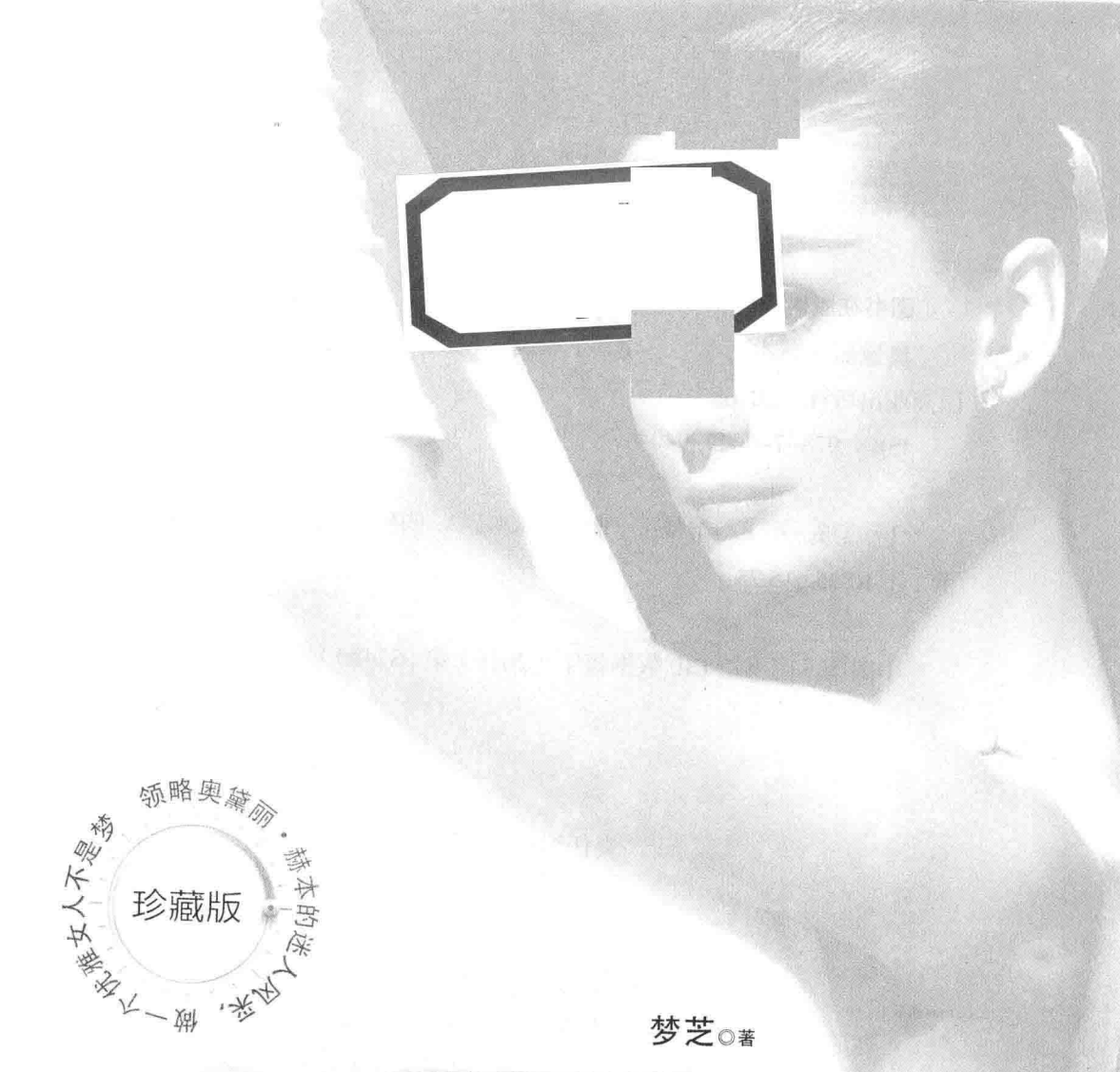
奥黛丽·赫本

美丽天使，上帝身边的女人

世上独一无二的优雅女子，人间光芒四射的魅力女神

从赫本的经历中寻找穿越黑暗和迷茫的方法；破译成为美丽优雅女子的密码。
送给身处青春迷茫期的女儿或同龄女孩的魅力女人修炼术。

中国商业出版社



领略奥黛丽·赫本的迷人风采，做一个优雅女人不是梦
珍藏版

梦芝◎著

奥黛丽·赫本

美丽天使，上帝身边的女人

中国商业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

奥黛丽·赫本：美丽天使，上帝身边的女人 / 梦芝著. —北京：中国商业出版社，2016.5

ISBN 978-7-5044-9404-7

I . ①奥… II . ①梦… III . ①赫本, A. (1929 ~ 1993) —传记
IV . ① K835.615.78

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 087480 号

责任编辑：朱丽丽

中国商业出版社出版发行

010-63180647 www.c-cbook.com

(100053 北京广安门内报国寺 1 号)

新华书店总店北京发行所经销

北京毅峰迅捷印刷有限公司印刷

*

635 × 965 毫米 16 开 14 印张 180 千字

2016 年 9 月第 1 版 2016 年 9 月第 1 次印刷

定价：36.80 元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)

寻找摧毁苦难的方法

决定走近奥黛丽·赫本，是源于一个女孩。正处于青春期的她尤其在乎自己的外貌。但每每揽镜自顾，她总是充满沮丧：皮肤不够白、眼睛不够大、腰肢不够细、身材不够高等等。每次抱怨完后，她就会说：“哎，如果我能够像赫本那样就好了。”她一直折服于奥黛丽·赫本的美丽和优雅，更着迷于她璀璨的光芒。但她却不知道奥黛丽的辉煌背后，充满了苦难。

人生总是与苦难同行的。懦弱的人会被苦难压弯腰，寸步难行。对于他们来说，与苦难同行的人生，是一场看不到光明的旅行，在黑暗中，没有温暖、没有爱，只有翻越不过去的磨难。他们不懂得穿越黑暗的方法，所以也得不到欢乐之光的普照。

如何穿越浓密的黑暗？这是一个复杂而又简单的问题。复杂之处在于它没有规律可循，说它简单，是因为它其实就存在于我们的内心。总有一些人已经找到战胜苦难的方法，他们利用这种方法摧毁苦难，获得快乐辉煌的人生，奥黛丽·赫本就是他们中的一员。

说起所受的磨难，谁又能比奥黛丽·赫本更多呢？她从小被父亲遗弃、经历恐怖的“二战”、遭受梦想的破碎、二次婚姻的失败……她也曾在苦难中彷徨和挣扎，但她最终从黑暗中挣脱出来，走出一条属于自己的光辉大道。

我选择写奥黛丽·赫本的传记，也是想要从她的人生经历中，去寻找她摧毁磨难的方法，并献给挣扎在痛苦中的人。其实我们谁不



曾在痛苦中挣扎过呢？如果我们能够循着奥黛丽·赫本的足迹，破译她的密码，并用之清扫人生旅途中的黑暗，即使我们无法像她那样成为一代巨星，至少我们可以让自己的生命有光明相伴，因此而丰盈和快乐。

本书通过奥黛丽·赫本身边亲人和朋友的视角，还原这位美丽女子从一个平凡女孩到传奇明星、再到亲善大使的一生。文中以奥黛丽·赫本所塑造的每个电影形象为情节线索，在幕后拍摄所发生的插曲中深入地细致地挖掘她众多优良的品德。书中还围绕奥黛丽·赫本的几段感情故事展开描述，向读者展示了这个卓然不群的银幕巨星不为人知的坎坷感情历程和心路历程。

从小被父亲遗弃的孤女，到“二战”时期的贫困儿，再到两次婚姻失败的女人，爱的创伤使奥黛丽·赫本的一生都在忧伤中度过。但她并未就此抱怨和沉沦，她坚信爱可以疗伤，因此以积极的态度去面对人生，用爱去拥抱这个世界……

目录 Contents

第一辑 解密生活

——奥黛丽·赫本的前世今生 1

一、辉煌事业的起航者 3

001. 优雅是登上事业之舟的船票 3

002. “无为而为”做事，“坚持原则”做人 5

003. 明明有颜值，却要靠实力 6

二、父爱是一张千疮百孔的网 9

001. 优秀的男人不一定是个称职的父亲 9

002. 没有爱情的婚姻是一场赌博，最大输家是孩子 11

003. 以爱报怨，学习赫本最完满的孝道经 13

三、母亲是个哲学家 16

001. 六周后，我将告别人世 16

002. 从单亲孩子到二战难民，屋漏偏遇连夜雨 18

003. 左手是梦想，右手是信仰 20

四、哥哥是成长路上最优秀的榜样 22

001. 一母同胞，是最佳的儿时玩伴 22

002. 死神来临的日子：比起分离，失踪才是最让人恐惧的 25 目

003. 踩着哥哥的足迹成长 27



第二辑 解密事业

——理想是朵花，谢了可以重新开放 31

一、一个会走路的梦 33

- 001. 改变了名字，并不意味着获得自由 33
- 002. 从自闭内向女到勇敢坚强小战士 35
- 003. 你不独立坚强，没有人替你勇敢 37

二、舞蹈领路人，梦想终结者 41

- 001. 所有的劳累，都只为开一朵梦想的花 41
- 002. 多么坚强的人，也会有绝望的时候 43
- 003. 坦然接受：是幻灭，也是新生 45

三、奥黛丽告诉你该知道的社会双重标准 48

- 001. 有人爱慕你年轻时的容颜 48
- 002. 这个社会对女孩子的双重标准 50
- 003. 保守和克制，有所得就会有舍弃 52

四、生命中的第一个伯乐 54

- 001. 拐个弯，就会有新的出路 54
- 002. 从做决定那一刻起，就已经走向成功 56
- 003. 理想是朵花，谢了可以重新开放 58
- 004. 前路艰难，朋友“抱团”走得远 61

五、恶意批评和善意提醒，都有助于成长 64

- 001. 淡定面对恶意，修炼高情商 64
- 002. 每一个人都有值得学习的优点 66
- 003. 善意提醒：自由比任何事物都美好 68

第三辑 解密魅力

——天使是怎样炼成的 71

一、《罗马假日》：吃苦耐劳所塑造的经典小公主 73

001. 家人的态度，决定一个人过的人生 73

002. 相看两不厌，唯有敬亭山 74

003. 宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来 76

二、《龙凤配》：优雅，女人的永恒之美 79

001. 优雅和美丽的区别 79

002. 每一份指责背后，都有一个主观原因 81

003. 优雅：制服对手的终极武器 84

三、《战争与和平》——坚强是意志的最好助手 86

001. 做拼命小超人，打倒工作上的小怪兽 86

002. 结婚和流产，生活像坐过山车 88

003. 复出，是一个妻子对丈夫深厚的爱 90

004. 意志坚强的人，能把世界放在手中任意揉捏 91

四、《甜姐儿》：带着“定见”行走 94

001. 定见，是女人一生中必备的法宝 94

002. 坚持初衷，你总会收获快乐 96

003. 穿白袜子，还是穿黑袜子，这是个问题 98

五、《黄昏之恋》：我的信仰是一只鸟 100

001. 信仰，以爱之名 100

002. 因为爱，所以愿意付出 103

003. 我的信仰是一只鸟 104

六、《修女传》：接受，因此改变人生 107

001. 耶稣不会因为你离开修道院就放弃你 107

002. 接受现实，因此改变人生 109

目

录

3



003. 奉献，让希望和信仰获得重生 110

第四辑 解密个性

- 一个多面体幽默大师 113

一、《恩怨情天》：爱可以疗伤，悲伤只是点缀 115

001. 用积极的心态，战胜一个孤女的悲伤 115

002. 困境只是一条隧道，尽头总会有光明 117

二、《双姝怨》：低调的华丽 121

001. 豪掷千金，不一定是身份的象征 121

002. 和平之邸，比豪宅舒适得多 124

003. 低调背后，光芒四射 126

三、《偷龙转凤》：赫本式幽默感 128

001. 幽默，是女子最得体的外交辞令 128

002. 一个多面体幽默大师 130

四、《窈窕淑女》：平和和大度的风采 133

001. 人生是一所学校，平和和大度是主修课 133

002. 天下之事，成於大度之君子 135

五、《蒂凡尼的早餐》：永远保持友善 139

001. 江海为百谷王者，以其善下之 139

002. 友善，女人包里的一张高额度信用卡 141

第五辑 破译情感

- 愿得一人心，白头不分离 143

一、爱情和事业是一道选择题 145

001. 钻石王老五，詹姆斯不是一般人 145

002. 不为肤浅，只为寻一个安稳的寄托 146

003. 鱼和熊掌不能兼得，走向各自的远方 148

二、爱情背后，一团泥沼	151
001. 善解人意，霍尔登的小情调	151
002. 面对混乱爱情，赫本式“快刀斩乱麻”	153
三、白头偕老只是一场梦	156
001. 人生若只如初见	156
002. 愿得一心人，白头不相离	158
003. 感情洁癖，从此萧郎是路人	161
四、没有谁对谁错，只有契不契合	164
001. 时髦的“闪婚一族”	164
002. 多蒂并非一无是处	166
003. 向花心丈夫说“不”	167
五、与一切错误说拜拜，才能邂逅灵魂伴侣	170
001. 付出友爱之心的人，运气不会太差	170
002. 生命中，可遇不可求的“心有灵犀”	172
003. 为什么说他是灵魂伴侣	173

第六辑 走进赫本的灵魂

——一个充满爱的世界 177

一、可遇不可求的亦师亦友亦兄长	179
001. 派克，引导她登上事业巅峰的人	179
002. 他是依靠、安定、温暖的代名词	181
003. 可遇不可求的亦师亦友亦兄长	182
二、谁创造了谁，谁成就了谁？	184
001. 一次有点失望的约会	184
002. 是创造，也是成就	186
003. “禁忌”是灵魂的祭献	188
三、天下最称职的母亲，来自儿子最荣耀的赞誉	190
001. 女人是脆弱的，但母亲是坚强的	190



002. 有了他们，人生便不凄凉	192
003. 奥黛丽的教育理念：清楚你自己想要什么	194
四、人生是船，爱心是水	196
001. 要记住，你有两只手	196
002. 慈善路上的风向标	198
003. 把爱和温暖留在这个世界	199
五、活着本身已很精彩	201
001. 人生中，最重要的是当下	201
002. 怀揣梦想前进，这是赫本给你的答案	203
附录一：赫本表演奖项汇总	205
附录二：赫本特别荣誉	209
附录三：赫本评选荣誉	210



第一辑 解密生活

——奥黛丽·赫本的前世今生

我的工作原则就是：不抱怨，即使筋疲力尽也不放弃，不在有演出的时候外出。索妮娅教导我，如果你足够努力，一定能够成功，一切的努力都源自你内心的力量。

——奥黛丽·赫本

奥黛丽这种吃苦耐劳、坚忍不拔的意志折服了剧组所有人，就连从不轻易夸赞演员的惠勒也忍不住夸赞她说：“奥黛丽是一个能吃苦耐劳的女孩子，她在工作中的不懈努力让人叹服，在美丽的女孩子中，她属于那种快要绝种的类型。”

——赫本密码

一、辉煌事业的起航者

我非常幸运，因为我遇到最好最优秀的导演，如果不是威廉·惠勒当初找到我并鼓励我，我想我不会有现在的成就。

——奥黛丽·赫本

001. 优雅是登上事业之舟的船票

1951年9月的一个上午，英国的伦敦弥漫着淡淡的秋意，让人身心舒畅的凉爽洋溢在每一个角落。此时，在克莱瑞吉饭店里，好莱坞著名导演威廉·惠勒却无心欣赏这美好的天气，他在意的是马上要见面的姑娘。

在这之前，由于他导演的影片反映重大的社会问题，触及了美国的当代现实，恰逢当局对文化艺术界进行清洗，因此他被指控违反宪法，并受到暂时停止导演电影的处理。解禁之后的威廉·惠勒需要有一部让人耳目一新的影片来鼓励自己，同时拯救在政治冲击下衰落的好莱坞电影业。

威廉·惠勒选择了一部浪漫的爱情剧《罗马假日》，这是一部充满喜剧色彩和清新气息的剧本，他邀请当时已经拍了十九部电影、被被誉为“银幕英雄”的好莱坞著名影星格里高利·派克为男主角，由于这部电影对他来说有着至关重要的意义，所以需要一位优雅高贵、而又能让人耳目一新的姑娘来做女主角。

身为好莱坞的著名导演，威廉·惠勒手里有所有电影公司签约演员的名单，但他都没有选择，他把目光落在了一本娱乐杂志封面上，那上面的女星是《金粉世界》中主人公 GiGi 的扮演者。威廉·惠勒知道这部舞台剧，这是由法国著名女作家柯蕾特夫人编写的一部舞台剧。剧目有趣、迷人，剧中的女主角 GiGi 的扮演者活泼、纯真、独立，充



满了青春活力，她精彩的表演使这场舞台剧获得巨大的成功，而她也因此登上了娱乐杂志的封面。

威廉·惠勒收回思绪，才发现早已过了约定的时间。这让他有几分恼火。就在他几乎要放弃的时候，门铃声响了起来，然后被推开，一个瘦个子女孩迈着轻盈的脚步走了进来。她大约1米70的样子，一双美丽的大眼睛在浓眉的衬托下炯炯有神，笔挺的鼻梁使整张脸有一种立体感，椭圆的下巴线条柔和，自然红润的唇形丰满性感，虽然没有化妆，但一张脸反而更干净无暇。她浑身上下洋溢着一种清新脱俗的气息，仿佛一个天使突然空降在面前，这让威廉·惠勒眼前一亮。他知道，这就是他一直在等待的姑娘奥黛丽·赫本。

奥黛丽告诉惠勒她自己并不想来，是母亲执意让她来的。奥黛丽显然有些紧张，但她依然挺直腰板站在惠勒面前，双手互握放在小腹前，宛如一茎优雅的荷花，宁静、美好。这份优雅让惠勒的恼火熄了几分。

经过短暂的交流，惠勒发现这个姑娘美丽、善良、诚实、典雅、

有修养、有气质，而且聪明、机敏、才华横溢。前几点是成为他的女主角所要具备的特点，而后几点却是成为一个好演员所必需的条件。阅人无数的惠勒看人很准，他相信眼前这个姑娘迟早会在影坛大放光彩。他鼓励奥黛丽，并让她18日来试镜。

惠勒为了工作不得不回到好莱坞，但他心里却一直牵挂着奥黛丽试镜的事情，他要求执导狄金森在暗中拍摄，这样才能把



《罗马假日》剧照

最自然、最真实的奥黛丽记录下来。

002. “无为而为”做事，“坚持原则”做人

对于这次应征，身为主人公的奥黛丽远没有威廉·惠勒那么用心。她只是为了母亲。每个人在成长的路上，都离不开母亲的叮咛和唠叨。望女成凤是每一个母亲心中最大的愿望，有些母亲为了达成这个心愿，甚至不惜化身成“狼妈”“虎妈”。奥黛丽的母亲虽然没有虎妈那么极端，但在女儿的成长中，她确实是一个很强势的人。她执意要奥黛丽去见惠勒，也执意要女儿去试镜。奥黛丽是一个孝顺的女儿，她不想让母亲失望。也正是母亲的固执和奥黛丽的孝顺，才会成就一代天使影后。

在威廉·惠勒的指示下，这次试镜简单而又轻松。奥黛丽只需要穿着及地的白色睡袍在公主床上做躺下、坐起、微笑等动作。奥黛丽对这次试镜并没有太大的期盼和渴望，完全只当成对母亲的一次交差，因此她以轻松的状态出现在镜头里。

等试镜结束后，她伸了一个懒腰，然后冲狄金森做了一个可爱的鬼脸，调皮地问：“您看我表演得如何，还可以吧？”说完她自己忍不住笑了，她的开朗和自信感染了拍摄组每一个人，大家都笑起来。奥黛丽却不知道，拍摄并没有结束，她最自然的一面全部被拍了下来。

在《道德经》中，老子提出了“无为”，即心不著相。凡事强求不得，刻意造作往往失败，成事与否与刻意谋画常常无甚关联。反而是自然随缘会成就许多机缘。关汉卿看透这一点，才会说出“有心栽花花不发，无心插柳柳成荫”的名句来，而这句话用在奥黛丽身上是最恰当不过的了。

当她的试镜片在惠勒的播放机里转动时，一个自然率性、活力四射的公主形象便出现在片场工作人员的眼前，大家都被她迷住了，惠勒当即拍板签约，因为他要拍摄的这部《罗马假日》中所需要的恰恰便是一个妩媚纯真的优雅公主。他想，奥黛丽是最佳人选。事实证明，他没有看走眼。



都说世相迷离，面对诱惑，人们很难坚守住自己的信念，男人们尚且难以坚守，漂亮的女孩子们要做到这一点更难。欲望和诱惑是灵魂世界的烟尘，常常蒙蔽我们的心灵，在迷糊混沌中忘记自己的原则。不过，奥黛丽不是这其中的一员，她有自己主张，她坚持自己的原则，惠勒很快便知道了这一点。

1951年10月15日，是一个寒冷的日子。街道上寒风萧瑟，而在奥黛丽与母亲居住的公寓里，却洋溢着火热的气息。派拉蒙公司和奥黛丽即将达成合约。

奥黛丽的母亲艾拉夫人为女儿有辉煌的前途开心不已，因为如果签约成功的话，奥黛丽将成为首位同时签约好莱坞和百老汇的非著名演员。

但派拉蒙在签约之前却提出一个条件：要奥黛丽·赫本改掉姓氏“赫本”。原来派拉蒙公司在之前已经签约了一位演员，名叫凯瑟琳·赫本，是当时正红的一位大明星。为了不让奥黛丽与凯瑟琳撞名，所以公司提出了这个条件。

母亲可不想女儿的前途毁在这两个字上面，她劝女儿答应公司的条件。谁知一直孝顺的奥黛丽这一次却坚持己见，她拒绝了派拉蒙提出的条件：“如果想要和我签约，就要接受我的姓氏。”奥黛丽·赫本的坚持让公司上层有些恼火，但最终他们撤销了这个条件。

坚持自己的原则，不被外界的环境、观点、立场等左右，奥黛丽才得以以自己的全名签约好莱坞，也以全名而名扬天下。实在无法想象，如果奥黛丽·赫本处事没有自己的原则，那么后来名扬天下的会是奥黛丽·赫本吗？

003. 明明有颜值，却要靠实力

睿智是男人的墓铭志，美貌是女人的通行证。一个女人拥有美丽的容颜，便会得到比普通女子多许多倍的宠爱，男人们总是身不由己地被美貌女子所打动和吸引，他们争先恐后为她颂唱赞歌，心甘情愿