



Вкус мяты
..... ДУШЕВНЫЕ
КНИГИ ДЛЯ ДОБРЫХ ЛЮДЕЙ
.....

Анна Курьянова

Калейдоскоп
жизни

.....

истории,
КОТОРЫЕ ВДОХНОВЛЯЮТ
на перемены

УДК 821.161.1-32
ББК 84(2Рос=Рус)6-44
К43

Кириянова, Анна Валентиновна.

К43 Калейдоскоп жизни : истории, которые вдохновляют на перемены / Анна Кириянова. — Москва : Эксмо, 2023. — 416 с. — (Вкус мяты. Душевные книги для добрых людей).

ISBN 978-5-04-153938-2

Рабочие будни, мимолетные встречи, размышления за чашечкой чая, душевные разговоры с друзьями, вечерние прогулки. Мелочи жизни, которые мы часто перестаем замечать и обесцениваем. А ведь они — как цветные стеклышки в калейдоскопе, создающие дивный узор. Иногда достаточно просто встряхнуть их в своей памяти и приглядеться, чтобы увидеть настоящее чудо. Глубокие и мудрые истории Анны Кирияновой, вдохновившие тысячи читателей, подарят вам возможность разглядеть необычайный рисунок в калейдоскопе вашей жизни и решиться на перемены, которые позволят взглянуть на мир по-новому.

УДК 821.161.1-32
ББК 84(2Рос=Рус)6-44

ISBN 978-5-04-153938-2

© Кириянова А., текст, 2022
© Оформление.
ООО «Издательство «Эксмо», 2023

*Если вам что-то очень нужно,
вы это можете получить.*

Так говорят те, кто верит в трансерфинг реальности. Надо сказать, что вся эта философия основана на книге Уоттлза «Как стать богатым». Можно эту книгу прочитать, там все написано. Все, что сейчас выдают за новые знания. А еще раньше, тысячи лет назад, принципы эти записал на изумрудной скрижали Гермес Трисмегист. «Если вы чего-то хотите, вы это получите. Но только в том случае, если действительно хотите».

Я это вот к чему рассказываю. Мы только что на земле нашли два новеньких сверкающих евро. Две монетки лежали в траве. Просто на них упал луч солнца, и они засияли. А так мы бы их и не увидели. Это пустынное довольно место на краю то ли парка, то ли леса. И вот почему мы увидели монетки.

Здесь кто-то построил домик для кошек. Несколько домиков, как большие скворечники сделаны. В одном домике лежит кошка с котятами. Стоит мисочка с водой и миска для корма. И написано объявление на английском языке и на местном: мол, если у вас есть немножко денег, положите, пожалуйста, в коробочку, я куплю кошкам корм. Невыгодное место для кошачьего дома кто-то выбрал, здесь дорожек нет. Мы случайно забрели сюда. И деньги с собой не взяли, к сожалению.

«Нам нечего в коробку положить, извините, пожалуйста!» — я сказала кошке. И в ту же секунду в траве заблестели две монетки — луч солнца их осветил. Мы осмотрели территорию — никого нет. И положили монетки в коробку. Пусть кошке и котятam купят еды немножко.

Понимаете, вы получите то, что хотите, — хотя я против безумных надежд и пассивного ожидания. Но есть определенные условия:

- вы получите ровно столько, сколько нужно. Наверное, было у вас такое в жизни — нужна была определенная сумма. Не очень большая, но неоткуда было взять ее. Вы сильно переживали, а потом именно эта сумма каким-то странным и удивительным образом у вас появлялась тогда, когда она была необходима;
- вы должны точно знать, зачем вам то, что вы хотите получить. «Просто чтобы было!» не работает. Какова цель? В чем смысл? Я хочу иметь просторную большую квартиру, чтобы у меня был просторный и светлый кабинет для работы. Отлично обустроенный, изолированный, с библиотекой и местом для ходьбы; мне иногда надо походить и подумать. Тогда я буду лучше работать. Больше полезного напишу и создам. Или вам нужна отличная машина. Для чего? Это поднимет ваш статус в глазах деловых партнеров и позволит быстрее передвигаться. Например, так можно пояснить. Или деньги нужны на лечение зубов. Новые зубы делают вас здоровее, энергичнее, привлекательнее. Вы больше пользы принесете обществу. Примерно так это работает.

Калейдоскоп жизни

Две монетки — небольшая сумма. Но именно столько нужно на обед для кошки и котят. Если растеряша придет за своими монетками, в чем я очень сомневаюсь, коробка открыта. Кто угодно может взять деньги, но их не берут. Они так и лежат открыто; монеток мало, но стало на две больше. И еще подошел полосатый толстый кот, развалился на траве. Глаза у него блестят на солнце, как две золотые монетки... Он получит свой обед; столько, сколько ему нужно. Он в этом уверен.

Однажды знаменитый доктор Бэрри поссорился

со знаменитой Флоренс Найтингейл, основательницей сестринского дела в медицине, «дамой со свечой», как ее называли. Флоренс со свечой по ночам обходила палаты больных и раненых, а днем организовывала уход за ними. Госпиталь был переполнен. Страшно описывать обстановку, в которой страдали и умирали люди. Водопровод был забит мусором и дохлыми крысами; живые крысы шныряли повсюду, блохи, вши, миазмы от деревянных бадей с нечистотами...

Раненые умирали молча, они же были солдатами. Не было белья, люди с тяжелыми ранениями лежали на грубой парусине. Кормили один раз в день. Не было бинтов и чистых рубашек — чиновники не давали. Это был ад на земле, вот Флоренс и доктор Бэрри пытались спасти людей. Не только лечением, но и уходом, гигиеной и санитарией. Тогда мало кто обращал внимание на гигиену, про микробов даже не думали...

А со свечой Флоренс Найтингейл обходила палаты вот почему: в медсестры тогда шли только отбросы общества. Такая была презируемая профессия. И Флоренс не только щедро платила женщинам, решившим ухаживать за больными и ранеными. Она следила, чтобы они не напивались допьяна, не воровали, не вступали в интимные отношения с пациентами за небольшую мзду... Трудно представить себе обстановку госпиталей

Калейдоскоп жизни

тех лет. Надо было навести чистоту, физическую и моральную. Большинство умирает от грязи! В этом были уверены и доктор Бэрри, и мисс Найтингейл.

Они были страшно измотаны. Они боролись с грязью, с бюрократией и с самой смертью. Вокруг умирали люди. И характер у обоих был не очень, мягко говоря. Суровая, властная, непоколебимая Флоренс, которая отказалась от личного счастья — ну кто женится на медсестре? Тогда это была позорная профессия. И маленький доктор Бэрри, визгливый и сварливый, этакий злобный карлик. Он и на дуэлях дрался, и начальству перечил... Только с пациентами эти двое были добры и участливы. Вот доктор и рассорился с медсестрой. Они много чего друг другу наговорили в ярости. И Флоренс записала потом, мол, свет не видывал такой грубой скотины, как доктор Бэрри.

Вы только представьте их в этом жутком госпитале, где стонут и хрипят умирающие. Измотанных, измученных бессонницей, почти отчаявшихся. Им противостояло безразличие чиновников и сама Смерть. Вот они стоят и орут друг на друга, от усталости и безысходности. Не на раненых же орать...

Флоренс не знала, что «грубая скотина» — это никакой не мужчина. Это маленькая худенькая дама Маргарет-Энн, которая когда-то притворилась мужчиной, чтобы получить медицинское образование и стать врачом. Женщины не имели права быть врачами в те времена. И эта крошечная решительная Маргарет обматывалась каждое утро полотенцами, чтобы скрыть изгибы фигуры. Надевала башмачки на высокой подошве, чтобы

казаться выше, и военную форму. И решительно шла лечить и спасать. Она стала доктором Бэрри. И спасла много жизней. Она провела первую в Африке операцию кесарева сечения, спасла и мать, и ребенка. И работала военным врачом, дослужившись до должности главного инспектора госпиталей.

Они кричали друг на друга, две измотанные, уставшие и нервные подвижницы, две женщины девятнадцатого века, которые пожертвовали всем ради спасения больных. Флоренс так и прожила одна всю жизнь, в условиях... ну, сами представляете теперь условия. А ведь была из обеспеченной семьи! А доктор Бэрри еще и скрывал свою тайну, разоблачение было бы катастрофой. У него был только чернокожий помощник, которому он доверял. И пудель Псише — это по-гречески «душа». Доктор очень любил свою собачку.

Вот так все было на самом деле. Две великие женщины разругались, доктор и медсестра. Не из-за личной неприязни, а из-за санитарии, гигиены, ухода за пациентами, из-за невероятных нагрузок и ответственности, которую продолжали нести... Им удалось добиться чистоты, смены белья, организовать питание больных и дисциплину персонала. Но они так и не поняли друг друга, хотя потом высоко оценили деловые качества.

А тайну доктора Бэрри узнали только после его или ее смерти, когда тело готовили к погребению. Ему или ей это уже было все равно. Он сделал все, что мог на Земле, прожив жизнь без любви, без семьи и в страхе разоблачения. Но справился с задачей. Выполнил

..... Калейдоскоп жизни

свою миссию. Как и «дама со свечой» Флоренс Найтингейл. Доктор и медсестра справились. Так жаль, что они не узнали друг друга получше. Разве только потом, когда встретились в другом мире, где нет ни тайн, ни секретов, ни мужчин, ни женщин, ни полотенец. Где есть только «псише» — душа. А души узнают друг друга мгновенно...

*У Аверченко есть рассказ про человека,
к которому в дом забрался грабитель.*

И этот человек в панике ткнул разбойника вилкой, которую по случайности держал в руке. Грабитель взвизгнул и убежал. А хозяин дома все рассказывал и рассказывал эту историю, бесконечное количество раз. Он был так потрясен и напуган, что буквально застрял на своем пугающем воспоминании. И не мог остановиться, все разговоры переводил на эту историю.

Он всех достал и утомил своим повторяющимся рассказом. И знакомые хотели тихонечко подкараулить рассказчика и поколотить. Не от злобы, а чтобы одну историю заменить другой. Как-то вырвать человека из навязчивого повторения одного и того же. Может, новый случай заставит его прекратить вспоминать случай с вором и вилкой? Новое яркое впечатление излечит человека от назойливого рассказа?

Хорошая мысль. Колотить никого не надо, конечно, хотя вот Корней Чуковский страдал бессонницей и ночью бил себя по голове, чтобы избавиться от навязчивых мыслей; кулаками сильно бил. Он был в отчаянии и принимал сильные снотворные, его мучили мысли. От навязчивых мыслей и плохих воспоминаний очень трудно избавиться, постоянно к ним возвращаешься и возвращаешься, — так повторяешь привязавшуюся песню и ничего не можешь с этим поделать...

Калейдоскоп жизни

Можешь! Надо начать другую песню мысленно петь. И произойдет удивительная вещь: обе вскоре забудутся. Хотя логичнее было бы предположить, что «застрянешь» на второй песне или обе сразу начнут лезть в голову. Нет. Исчезнут из «внутреннего проигрывателя» обе. Так и с плохими воспоминаниями: надо немедленно вспомнить что-то еще более плохое. Советуют на хорошее переключиться, но это не работает по простой причине: отрицательные эмоции сильнее и продолжительнее положительных. И с гневной обиды переключиться на воспоминание о летнем деньке и цветущем луге невозможно. Невозможно переключиться с воспоминания о том, как вас незаслуженно обругали, на воспоминание о поцелуе.

А вот вспомните-ка что-то еще более обидное и неприятное. Как вас не просто обругали, а больно толкнули или наказали несправедливо. Или обворовали. Или предали. Как ни странно, плохие эмоции пройдут гораздо быстрее. И вам станет легче; навязчивые негативные мысли пройдут. Сначала плохие эмоции могут усилиться, а потом пройдет плохое состояние навязчивого воспоминания о неприятном и травмирующем случае. Два плохих воспоминания погасят друг друга. Более сильное негативное впечатление погасит то, что нас мучает. Но и само утратит силу и затухнет.

«Подобное лечат подобным», — говорили древние врачи-философы. Клин клином вышибают. Плохих воспоминаний у нас навалом, вот они и пригодятся в трудную минуту. Это экстремальный метод, вроде тушения пожара встречным огнем, если водой не залить горящий лес. Но в крайнем случае это работает.

..... Анна Курьянова

Лезет в голову негативный человек — вспомните кого-то еще гаже. Изводят дурные мысли о неприятном событии — вспомните еще более неприятное событие. А потом можно уж и на хорошее переключаться. Дать заднюю скорость, остановиться, а потом поехать в нужном направлении; примерно так. А потом, конечно, хорошее вспомним и увидим. Когда сменим пластинку и направление движения...

Калейдоскоп жизни

*Есть некрасивые потертые стулья,
приставные.*

Их ставят сбоку зрительного ряда — дополнительные места.

На приставном стуле можно оказаться в двух случаях: если не платят за билет, задаром хотят посмотреть представление, дают на жалость и прижимают руки к сердцу, смотрят умоляюще и тягуче выпрашивают местечко. И получают его — на приставном стуле.

Или стеснительный, добрый, скромный человек оказывается на этом вытертом стульчике. Он купил билет в партер или в ложу. Он трудился, он заплатил сполна, но потом его попросили сесть сбоку. Войти в положение. Хорошие места заняты другими людьми; более достойными или более нуждающимися. Нуждающимися в том, чтобы из партера смотреть представление. Или более прыткими и ловкими. Вы пока присядьте сюда, голубчик. Сейчас капельдинер принесет вам стул. Вот. Вам удобно, не так ли?

И добрый скромный человек скажет, что удобно, не беспокойтесь, мол. Вполне удобно. Даже видно кусочек сцены иногда. Спасибо!

Есть люди, которые сполна заплатили за то, чтобы смотреть представление жизни. Но их вечно усаживают на приставной стул, а они не протестуют. Это нагло и эгоистично — протестовать. Портить всем на-