

Порой хорошая история  
человеку нужнее, чем пища

AMY NEWMARK

# Chicken Soup for the Soul®

## RANDOM ACTS OF KINDNESS

101 Stories of Compassion  
and Paying It Forward



Chicken Soup for the Soul Publishing, LLC  
Cos Cob, CT

ЭМИ НЬЮМАРК

# КУРИНЫЙ БУЛЬОН

*для души*

101 ДОБРАЯ ИСТОРИЯ

о сострадании  
и хороших  
поступках

 **БОМБОРА**  
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Москва

УДК 821.111-3(73)  
ББК 84(7Сое)-44  
Н93

Amy Newmark

CHICKEN SOUP FOR THE SOUL: RANDOM ACTS OF KINDNESS:  
101 STORIES OF COMPASSION AND PAYING IT FORWARD

© 2017, Chicken Soup for the Soul Publishing, LLC  
This edition is published by arrangement with  
The Van Lear Agency LLC.

**Ньюмарк, Эми.**

Н93 Куриный бульон для души. 101 добрая история о сострадании и хороших поступках / Эми Ньюмарк ; [перевод с английского]. — Москва : Эксмо, 2025. — 384 с. — (Куриный бульон для души).

ISBN 978-5-04-179174-2

В детстве, когда вы болели, ваша бабушка давала вам куриный бульон. Сегодня питание и забота нужны вашей душе. Маленькие истории из «Куриного бульона» исцеляют душевные раны и укрепят дух, дадут вашим мечтам новые крылья и откроют секрет самого большого счастья — счастья делиться и любить.

Как часто мы просто проходим мимо, не обращаем внимания, не находим времени — чтобы проявить участие, неравнодушие, добро. Герои нового сборника серии делятся историями о маленьких хороших поступках, которые имеют большую силу. Приятное слово, объятия, несколько недостающих монет на кассе, стакан лимонада в жаркий день — эти простые спонтанные жесты способны воскресить надежду и заставить поверить в лучшее, поднять настроение и дать утешение. Книга напомнит, что доброта способна творить чудеса.

УДК 821.111-3(73)  
ББК 84(7Сое)-44

ISBN 978-5-04-179174-2

© Самиева О., перевод на русский язык, 2025  
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2025

# Содержание

## Глава 1

### ЧУДЕСА СЛУЧАЮТСЯ

Какое-то чудо. <i>Элис Дункан</i> . . . . .	10
Шанти, которая подарила мне мир. <i>Пайпер Деллумс</i> . . . . .	13
Место для индейки. <i>Линди Шнайдер</i> . . . . .	17
Чудо-Майк. <i>Мелисса Эдмондсон</i> . . . . .	21
Кофе за мой счет. <i>Кэрол Грэм</i> . . . . .	26
Никто не заходит слишком далеко. <i>Скай Галвас</i> . . . . .	29
Кем бы ты ни был — спасибо! <i>Нэн Рокки</i> . . . . .	34
Подарочная карта. <i>Маргарет Нава</i> . . . . .	36
Снежный ангел. <i>Глория Госс</i> . . . . .	40

## Глава 2

### ПРОСТО ПРАВИЛЬНЫЕ СЛОВА

Тебе это нужно больше, чем мне. <i>Майкл Кингсбери</i> . . . . .	44
Значит, ты станешь учителем? <i>Дэвид Бригхэм</i> . . . . .	47
Ужин за наш счет. <i>Дарлин Снеден</i> . . . . .	52
Вы в порядке? <i>Мэй Хатчинс</i> . . . . .	55
Маленькое банальное событие. <i>Жозефина Фицпатрик</i> . . . . .	58
Просто банальное событие. <i>Сарали Перел</i> . . . . .	61
Знак. <i>Стив Шульц</i> . . . . .	65
Теперь твоя очередь. <i>Элизабет Мурсунд</i> . . . . .	69
Что видит миссис Вайнберг? <i>Ави Штайнфельд</i> . . . . .	72

## Глава 3

### ОДНО ДОБРОЕ ДЕЛО ЗАСЛУЖИВАЕТ ДРУГОГО

Когда я в этом нуждалась. <i>Дженнифер Зинк</i> . . . . .	76
Как я купила лотерейный билет. <i>Беки Мучоу</i> . . . . .	79
Некоторые проблемы решаются очень просто. <i>Деб Куперман</i> . . . . .	81
Разговор за столом. <i>Полли Тафрейт</i> . . . . .	83
Хорошая ставка. <i>Лиза Ромео</i> . . . . .	86
Миссия выполнена. <i>Джилл Хеймейкер</i> . . . . .	90
Ужин в Сан-Франциско. <i>Памела Шок</i> . . . . .	92
Доброта возвращается. <i>Хуан Бендана</i> . . . . .	95
Пройти мило в вашей обуви. <i>Линда Раткофф</i> . . . . .	97

## КУРИНЫЙ БУЛЬОН для души

### Глава 4

#### ОДИН МАЛЕНЬКИЙ ПОСТУПОК, ОДНА БОЛЬШАЯ РАЗНИЦА

Книга, которую ты однажды прочтешь. <i>Бенни Вассерман</i> . . . . .	102
Трудности перевода. <i>Стефани Хантер</i> . . . . .	107
Под ледяным дождем. <i>Джойс Садбек</i> . . . . .	110
Лучшая головоломка. <i>Голди Розенберг</i> . . . . .	113
Какие пустяки. <i>Ирен Онорато</i> . . . . .	116
Перчатки. <i>Маргарет Браун-Хейли</i> . . . . .	119
Восточный экспресс отправляется в полночь. <i>Хизер Харшман</i> . . . . .	121
Счастливая маленькая тыква. <i>Дженни Айви</i> . . . . .	124
Восемьдесят семь центов. <i>Аманда Адамс</i> . . . . .	127

### Глава 5

#### КТО КОМУ ПОМОГ?

Встреча на обочине. <i>Дайана Маклахлен</i> . . . . .	130
Пересекая пропасть. <i>Майкл Килдэр</i> . . . . .	133
Семья, о которой я и не мечтала. <i>Аннет Лангер</i> . . . . .	134
Мой рыцарь. <i>Марша Портер</i> . . . . .	138
Год доброты. <i>Даллас Вудберн</i> . . . . .	141
Бедная Амелия. <i>Эйприл Найт</i> . . . . .	143
Как я стала ангелом. <i>Кара Рифкин</i> . . . . .	147
Человек по имени Цезарь. <i>Андреа Энгель</i> . . . . .	151
Ангел у наших дверей. <i>Хизер Роден</i> . . . . .	154
Самый яркий свет. <i>Пол Лайонс</i> . . . . .	160

### Глава 6

#### НИКОГДА НЕ РАНО

Мы не участвуем в параде. <i>Том Шварц</i> . . . . .	166
Доброта логична. <i>Гвен Клапперих</i> . . . . .	169
Особые помощники Санты. <i>Франсин Биллингслеа</i> . . . . .	173
То, что мы дарим друг другу. <i>Элисон Ли</i> . . . . .	177
Ты, и я, и весь мир. <i>Девора Адамс</i> . . . . .	180
Простой красный лист. <i>Доранн Вебер</i> . . . . .	182
Мир в надежных руках. <i>Лорн Белл</i> . . . . .	185
Всего одна улыбка. <i>Кристен Фам</i> . . . . .	187

- СОДЕРЖАНИЕ -

*Глава 7*

**ОБЩИМИ УСИЛИЯМИ**

Одно простое действие. <i>Мэри Филлипс</i> . . . . .	192
Посреди потока. <i>Жаклин Кремер</i> . . . . .	195
Соседи. <i>Дженни Айви</i> . . . . .	198
Тайный садовник. <i>Аннамари Тейт</i> . . . . .	201
Как мой сын работал в кузнице. <i>Мэрибет Митчем</i> . . . . .	204
Я заплачу за него. <i>Пол Каррер</i> . . . . .	207
Ближе, чем когда-либо. <i>Робин Герланд</i> . . . . .	210
Мы все можем ехать дальше. <i>Дженни Уайатт</i> . . . . .	212
Сад Чарльза. <i>Дебра Мэйхью</i> . . . . .	215
Идеальный день. <i>Вуди Вудберн</i> . . . . .	219

*Глава 8*

**РАДОСТЬ ДАРЕНИЯ**

Школьные ангелы. <i>Родни Бертон</i> . . . . .	224
Отдаем подарки. <i>Линда Лок</i> . . . . .	227
Кресло посередине. <i>Джозел Шварцберг</i> . . . . .	229
Письма, которые я отправляла. <i>Мэри Грант</i> . . . . .	232
Будь подарком. <i>Эйми Уайли</i> . . . . .	234
Зачем останавливаться? <i>Хайди Гауль</i> . . . . .	238
Письмо из Огайо. <i>Джим Шниголд</i> . . . . .	242
Карманники. <i>Марк Рикерби</i> . . . . .	245
Если мы победим, то все вместе. <i>Скай Хан</i> . . . . .	250

*Глава 9*

**ВЫШЕ И ДАЛЬШЕ**

Голливудская мечта. <i>Тим Чизмар</i> . . . . .	254
Вопрос безопасности. <i>Барбара Лодж</i> . . . . .	258
Еще раз спасибо. <i>Джин Дилейни</i> . . . . .	263
Однажды на каменном пляже. <i>Линн Гудман</i> . . . . .	266
Идеальная полосатая юбка. <i>Кей Престо</i> . . . . .	269
Тот, кто ради нас остановился. <i>Гейл Джонсен</i> . . . . .	273
Не хотите ли газировки? <i>Лора Уэйр</i> . . . . .	276
Два прекрасных незнакомца. <i>Лесли Уибберли</i> . . . . .	278
Ничего необычного. <i>Лоретта Тиеттер</i> . . . . .	283
Нью-Йорк и обратно. <i>Фредди Нуньес</i> . . . . .	286

## КУРИНЫЙ БУЛЬОН для души

### Глава 10

#### ДОБРОТА, ОТКРЫВАЮЩАЯ ГЛАЗА

Хулиганы из дома напротив. <i>Элизабет Этуотер</i> . . . . .	290
Преступление в большом городе. <i>Мелисса Валкс</i> . . . . .	294
Дети цветов. <i>Марк Рикерби</i> . . . . .	297
Принц и нищий. <i>Ева Картер</i> . . . . .	302
Не сбиться с пути. <i>Майкл Кнут</i> . . . . .	306
Пересадка в Сеуле. <i>Илана Лонг</i> . . . . .	310
Я не одинока. <i>Марти Робардс</i> . . . . .	315
Моя героиня Хелен. <i>Нэнси Марра</i> . . . . .	319
Никогда не судите о книге по обложке. <i>Пегги Спрант</i> . . . . .	322

### Глава 11

#### ПРАЗДНИЧНЫЕ ПОМОЩНИКИ

Я хочу, чтобы меня выслушали. <i>Мелисса Вутан</i> . . . . .	326
Идеальный момент для подарка. <i>Вики Джулиан</i> . . . . .	329
Книги для незнакомца. <i>Нейтан Бургуэн</i> . . . . .	331
Совсем другое Рождество. <i>Сандра Райт</i> . . . . .	336
Новая традиция. <i>Джессика Лампард</i> . . . . .	338
И Бог ответил мне очень быстро. <i>Николь Уэбстер</i> . . . . .	342
Индейка и другие радости. <i>Дебби МакНотон</i> . . . . .	346
Последнее Рождество Джейка. <i>Кэтрин Донджес</i> . . . . .	349
Получение. <i>Шэрон Грамбейн</i> . . . . .	354
Познакомьтесь с нашими авторами . . . . .	357
Познакомьтесь с Эми Ньюмарк . . . . .	377
Благодарности. . . . .	379

## Глава 1

---

# ЧУДЕСА СЛУЧАЮТСЯ

*Нет ничего черного или белого, нет никаких «мы» или «они». Но в мире есть волшебные, прекрасные вещи. Есть невероятные акты доброты и храбрости, причем в самых невероятных ситуациях, и это дарит надежду.*

ДЭЙВ МЭТЬЮС

*Chicken Soup*  
for the *Soul*.

# Какое-то чудо

*В этом мире богатыми нас делает не то,  
что мы получаем, а то, что мы отдаем.*

ГЕНРИ УОРД БИЧЕР

Джин преподавала в первом классе. Она водила старенький разваливающийся «Фольксваген Джетта» тускло-синего цвета с потрепанными ковшеобразными сиденьями. Для матери-одиночки, воспитывающей маленького сына, такой машины было достаточно. Это, конечно, не самое быстрое авто, но Джин никогда не опаздывала на работу. Вообще-то, она каждый день приходила в школу первой и уходила последней.

Джин тщательно планировала уроки, продумывала задания и украшала свой кабинет. Все родители в округе буквально выстраивались в очередь у двери директора, лишь бы записать детей в ее класс. Джин научила бы читать даже мышь. Все ее ученики переходили во второй класс с хорошим словарным запасом и отличными языковыми навыками. Нет нужды говорить, что учителем она была одаренным.

Однажды в августе преподаватели, вернувшись после летнего отпуска, увидели, как Джин подъезжает к школе на машине, полной детей. Две сестры, учившиеся в старших классах, оказались в сложной жизненной ситуации. Они не хотели отправляться в приемную семью и попросили работника социальной службы позвонить учительнице, которая преподавала у них в первом классе. Дом, в котором Джин жила со своим сыном, был не таким уж большим, и все же она взяла девочек к себе. Когда впо-

## - ЧУДЕСА СЛУЧАЮТСЯ -

следствии у одной из них родился ребенок, Джин и его оставила жить с ними.

Маленькая синяя «Джетта», полная детей, продолжала ездить, не разваливаясь только чудом. И каждый день, несмотря на то что ей приходилось отвозить сына и дочерей в школу, а малыша — в детский сад, Джин все равно приезжала на работу первой.

Во время обеденного перерыва коллеги в учительской обменивались историями о жизни, но Джин никогда не жаловалась на свои новые обязательства. Впрочем, иногда она сетовала на то, что «Джетта» стала слишком маленькой после того, как в семье прибавилось целых три пассажира. Моторное масло выгорало. Джин нужно было что-то новенькое. Она хотела минивэн. Однако он явно был ей не по карману.

Мы с Джен дружили, но в те времена я могла лишь сочувственно выслушать ее — покупка новой машины также не вписывалась в мой скромный бюджет. Я лишь начинала свою учительскую карьеру, жила со своей матерью. У меня был небольшой доход. Но я искренне хотела помочь Джин купить минивэн, который вмещал бы всех членов ее семьи.

Не знаю, как мне в голову пришла эта идея, но однажды во время перемены я села за стол и написала короткое письмо в редакцию программы *«Шоу Опры Уинфри»*. Я поделилась с Опррой историей Джин. Рассказала, что Джин всегда была опорой нашей школы, а на детей производила такое сильное впечатление, что две старшеклассницы выбрали ее своим опекуном. И хотя ресурсы Джин были ограничены, она стала заботиться о девочках так, словно они были ей родными.

Прошел месяц. Однажды утром директор вызвал Джин в свой кабинет и сказал, что через два дня она едет в Чи-

## КУРИНЫЙ БУЛЬОН *для души*

каго, «на конференцию для учителей». Джин поручила детей надежным друзьям и отправилась в Город ветров. Каково же было ее изумление, когда водитель лимузина прямо из аэропорта привез ее в Harpo Studios<sup>1</sup>, где проходили съемки программы «*Шоу Опры Уинфри*».

В тот день темой передачи была щедрость. Опра пригласила Джин на сцену, обняла ее и рассказала о письме. Услышав подробности истории, зрители устроили Джин овации. Затем Опра заявила, что Джин получит новый минивэн «Крайслер». Студия наполнилась радостными возгласами, а Джин дрожала, поскольку не могла поверить в происходящее. Она потеряла дар речи, но глаза ее наполнились слезами благодарности. Я наблюдала за всем этим по телевизору из своей гостиной, расположенной почти за тысячу километров от студии.

Джин поистине обладала большим сердцем, и дружба с ней научила меня многому. Я поняла, что по мере того, как мы заботимся о других, Бог заботится о нас самих. И что даже для небольших поступков (таких, например, как отправка письма) требуется решительность.

Но нет ничего невозможного. Чудеса случаются каждый день.

*Элис Дункан*

---

<sup>1</sup> Harpo Studios — американская мультимедийная компания, основанная Опррой Уинфри (*Прим. пер.*).

# Шанти, которая подарила мне мир

*Все ангелы Божьи  
приходят к нам переодетыми.*

ДЖЕЙМС РАССЕЛЛ ЛОУЭЛЛ

**П**режде чем захлопнуть дверь ванной, он отшвырнул собаку в сторону. Я услышала, как ее крошечное тело ударилось о стену. Она взвизгнула, и это было похоже скорее на плач ребенка. Потом все стихло.

Мой преследователь насильовал меня в моем же доме. Я ощущала лишь биение собственного сердца и его прогорклое дыхание.

Потом собака снова заскулила — так же, как и в нашу первую встречу.

Я нашла Шанти в одном из переулков района Венис-Бич в воскресный вечер, наполненный музыкой, смехом и разными другими звуками, в которые погружается Лос-Анджелес после наступления темноты. Она свернулась калачиком в темном углу, среди мусора и битого стекла, брошенная и одинокая.

Сначала я приняла ее за крупного грызуна, но затем разглядела огромные уши и подошла ближе. Крошечная собачка дрожала от незаживающих на ее тельце ран, червей, засевших в ее пустом животе, и, самое главное, от страха.

Если бы я не нашла ее, она бы умерла прямо там, в этом кишачем крысами переулке. Если бы я не нашла ее, то и сама бы погибла — от печали, ненависти к себе и вос-

## КУРИНЫЙ БУЛЬОН *для души*

поминаний, которые не покидали меня. Это была судьба. Мы просто должны были обрести друг друга.

После долгого лечения в местной ветеринарной клинике Шанти переехала ко мне домой. Первые несколько месяцев были непростыми. Она пряталась под комодом в моей спальне, не позволяя ни прикасаться к ней, ни обнимать. Каждое утро я ставила миску с водой и кормом перед ее убежищем и открывала французские двери, ведущие на задний двор, чтобы она могла выйти на улицу и сходить в туалет. Мне хватало осознания того, что она в безопасности. Меня успокаивала мысль о том, что теперь у нее есть дом, где ее любят. На самом деле она придала моей жизни смысл.

Эта маленькая испуганная собачонка была зеркалом моей душевной боли. Я понимала, что ей не хватает доверия к миру. Я тоже утратила его после того, как застала своего мужа голым в ванне с няней наших детей. Но, спустя несколько месяцев, в один прекрасный день я проснулась и обнаружила Шанти на соседней подушке. С того дня мы всегда были вместе, пока насильник не разлучил нас.

У него на руке была татуировка с надписью «Ом». В этом заключалась грустная ирония, потому что собачку я назвала Ом Шанти. «Ом» — это медитативная вибрация, которую считают звуком творения. А «Шанти» означает «мир».

В течение многих лет мы держались друг за друга. Она была моим самым лучшим другом. Она была единственным живым существом, которое по-настоящему принимало меня и всегда радовалось, когда я входила в комнату. Она была истинным воплощением Бога, которому я доверяла всю себя. Она приветствовала меня после тяжелых рабочих дней, а улыбка на ее мордашке напоминала мне

о том, что жизнь по-прежнему продолжается — за пределами моего дома и за пределами моей головы. Она была другом, который осушал мои слезы, когда жизнь требовала от меня больше, чем я могла сделать.

Приехала скорая помощь, и Шанти выпустили из ванной. Полицейский не смог ее поймать. Входная дверь была открыта, и в последний раз Шанти видели бегущей за машиной скорой помощи, которая увозила меня по улицам Лос-Анджелеса.

Выписавшись из больницы, я принялась искать Шанти. Я проводила каждую свободную минуту, расклеивая объявления на улице и публикуя их в интернете в поисках своего лучшего друга. Я не могла дышать без нее и не могла спать.

Прошел месяц или около того, и я уже потеряла надежду увидеть ее снова. Но однажды меня разбудил телефонный звонок. Звонила женщина из Бостона, расположенного за три тысячи миль<sup>1</sup> от меня: она просматривала объявления о пропаже животных и наткнулась на мою историю. Женщина призналась, что постоянно думает о том, как бедная спасенная собачонка гонится за машиной скорой помощи, и что она чувствует себя обязанной помочь мне в поисках. Во время разговора незнакомка представилась — оказалось, что ее зовут Ангела.

Через неделю Ангела позвонила снова.

— Я не знаю, твоя ли это Шанти, — сказала она, — но в городе Дауни в питомнике есть собака с такими же большими ушами и в красном ошейнике, который ты описала, хотя и без жетона.

Дауни находится в двухстах сорока километрах от моего дома. Я понимала, что это невозможно, однако в голо-

---

<sup>1</sup> 1 миля — 1,60934 км.