

Анна Кириянова

Нестандартная психология

Книга о том, как не сломаться
под грузом проблем
и найти радость жизни

3-е издание



ИЗДАТЕЛЬСТВО
АСТ
МОСКВА

УДК 159.9
ББК 88.53
К43

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Кириянова, Анна Валентиновна.

К43 Нестандартная психология. Книга о том, как не сломаться под грузом проблем и найти радость жизни. 3-е издание / Анна Валентиновна Кириянова. — Москва : Издательство АСТ, 2023. — 288 с. — (Эксклюзив: non-fiction).

ISBN 978-5-17-158887-8

Эта мудрая книга, написанная А. В. Кирияновой — философом, психологом и автором популярных в интернете каналов, включает в себя жизненные истории о поисках счастья как известными историческими личностями, так и обычными людьми.

Книга будет полезна тем, кто хочет найти умные ответы на вопросы об отношениях, личной свободе, счастье, спокойствии, о том, как не откладывать жизнь на потом и обрести счастье.

УДК 159.9
ББК 88.53

Макет подготовлен редакцией «Прайм»

ISBN 978-5-17-158887-8

© Кириянова А., 2016
© ООО «Издательство АСТ», 2023

Оглавление

Глава 1

Понимать окружающих	7
<i>Держитесь от иных «друзей» подальше.....</i>	<i>8</i>
<i>Семейные страсти — как полюбить,</i> <i>если ненавидишь?</i>	<i>18</i>
<i>Двойной капкан.....</i>	<i>27</i>
<i>Удобный метод. В чем виноваты</i> <i>ваши родители?.....</i>	<i>37</i>
<i>Не ждите отпуска — живите сейчас!</i>	<i>46</i>
<i>Свадебные мечты. Пережить свадьбу</i> <i>и сохранить любовь.....</i>	<i>54</i>
<i>Получить наследство и остаться в живых ...</i>	<i>63</i>
<i>Грехи отцов. Пил, бил, ребенка погубил.....</i>	<i>70</i>
<i>Мать — ведьма.....</i>	<i>77</i>

Глава 2

Понимать себя	87
<i>Трудное счастье лентяев.....</i>	<i>88</i>

Не зарекайтесь — это опасно!	99
Неокрепшие души	107
Незнакомец в зеркале — кто он?	116
Все хотят разбогатеть, и это правильно!	126
Не боюсь стресса!	132
Саморазрушительное поведение	137

Глава 3

Победить негатив	145
Проклятия магов, колдунов, шаманов. Почему люди боятся порчи?	146
Вспомнить или забыть?	157
Будьте собой, чтобы не вызвать зависть богов.	166
Токсические отношения	174
Ядовитый язык	185
Зло в Интернете: доносчики, клеветники, сутяги... ..	194
Скандалы, истерики и негативные эмоции.	201
Игры алкоголиков.	211
Психологические садисты	218

Глава 4

Любить и принимать любовь	229
Отчего болит холодное сердце	230
Измена и изменники.	239
Таинственная незнакомка. Неприступная и несчастная	244
Виртуальная любовь	251

<i>Как спастись от ревнильца.....</i>	<i>261</i>
<i>Обольстить мужчину просто.....</i>	<i>265</i>
<i>Страдания любви.....</i>	<i>270</i>
Практические советы	
от Анны Кирьяновой.....	275
<i>Как жить с алкоголиком.....</i>	<i>276</i>
<i>Как справиться с психологическим</i>	
<i>давлением на работе.....</i>	<i>277</i>
<i>Как познакомиться с девушкой</i>	<i>279</i>
<i>Как отучить престарелых родственников</i>	
<i>жаловаться.....</i>	<i>280</i>

Глава 1

ПОНИМАТЬ ОКРУЖАЮЩИХ

Держитесь от иных «друзей» подальше...

- *Есть друзья, которые внезапно появляются в жизни человека, проявляют огромное внимание и интерес ко всему, что с ним происходит, участвуют во всех событиях, они всегда рядом, всегда готовы помочь, они следят за каждым шагом своего «друга», не упуская ни на мгновение его из виду.*

Но вот в жизни человека начинают одно за другим происходить трагические события, превращаясь в цепь тяжелейших испытаний, выдержать которые невозможно. Все хорошее постепенно исчезает и гибнет, а на смену радости, богатству и здоровью приходят нищета, пороки и болезни...

От иных «друзей» надо держаться подальше — они продлевают свою жизнь за счет вашей. Печальная история жизни и смерти прекрасной Айседоры Дункан — тому подтверждение.

Айседора Дункан погибла из-за шарфа, вернее шали, изысканной шелковой шали с лазоревыми цветами, птицами и загадочными иероглифами. Танцовщица села в гоночный автомобиль, помахала рукой, воскликнула: «Прощайте, друзья, я еду к славе!», — машина тронулась, а шаль обмоталась вокруг оси колеса, и через секунду Айседора была мертва — крепкая шелковая шаль сломала шею стареющей красавицы. А ведь подруга, верная подруга Мэри

Дести, пыталась предупредить Айседору — Мэри видела, что шаль сползла с плеч Айседоры, что она волочится по земле, словно струйка крови. Она пыталась сказать — но ее не услышали. Она кричала, указывала на опасность, просила знакомого сказать об опасности, но все было тщетно. Позднее Мэри сама описала этот трагический эпизод в своей книге о жизни Айседоры. И добавила историю о мрачных предчувствиях, которые мучили ее до поездки, когда восторженная и снова влюбленная Айседора только собиралась ехать с молодым красавцем-итальянцем. Мэри пыталась предупредить — но ничего не вышло. Айседора была поглощена новым романом, предстоящей поездкой на скоростной машине и ничего не желала слушать! Вот и не услышала последнего предупреждения верной подруги...

Вся эта трагическая история описана Мэри очень драматично и искренне. Но один из автомобильных экспертов обмолвился в своем отчете, написанном спустя много лет после гибели танцовщицы, что крики и суета, невнятные предупреждения перед поездкой очень отвлекали внимание от возникшей проблемы. Мэри сильно суетилась, очень старалась предупредить, сообщала об опасности окружающим — но в итоге Айседора не услышала ее и не поняла. И погибла. Погибла, как и мечтала, — мгновенно, о чем с умиротворением пишет Мэри. И причиной стала роскошная шелковая шаль, которую Мэри и подарила подруге...

Никто не может обвинить Мэри: она так старалась помочь! Она так любила Айседору, и даже последние слова подружки она несколько отредактировала. Айседора кричала: «Я еду к любви!», намекая на новый роман с красивым итальянцем. «Я еду к славе!» — так написала Мэри — это куда пристойнее и благороднее, не так ли? И вообще, в воспоминаниях Мэри почти ничего нет об оргиях и бесчинствах, о разнузданном пьянстве и мотовстве великой танцовщицы; только намеки, только горестные вздохи и слова сочувствия, только тени «неприличных» событий. И это так понятно: подружка хотела оставить об Айседоре благопристойные воспоминания, чтобы ничем не осквернить память Дункан. Ведь сама Мэри была не такая. Со всем не такая. И больших усилий ей стоило быть рядом с такой неуравновешенной и пьющей представительницей богемы, как Айседора. Но Мэри всегда была рядом — во время всех несчастий, гибели детей, болезней, разорения, пьянства, тяжелого разрыва с Есениным. Хотя она была совсем не такой, как Айседора!

...Мэри была умной, воспитанной, благообразной дамой. Любовницей сатаниста Алистера Кроули, одной из его «Багряных жен». Но об этом она, конечно, не слишком распространялась. Мэри входила в самый близкий круг Кроули, принимала участие в тайных ритуалах и общении с Дьяволом. Специальные сексуальные оргии, наркотики, тайная

секта сатанистов — все это было близко знакомо Мэри. Но, в отличие от Айседоры, Мэри не склонна была всем открыто рассказывать о своей жизни. Вот о жизни подруги — пожалуйста! Об этом Мэри любила поговорить. И говорила постоянно, внушая окружающим под видом проявлений заботы и любви свою версию жизни великой танцовщицы. Как прискорбно, что Айседора пьет! Разве вы не заметили? К ней постоянно приходят гости, а недопитые бутылки вина стоят прямо в биде. Айседора недавно разводила остатки вина одеколоном — хотела опохмелиться. Какой ужас, как жаль Айседору! Это Есенин виноват, вы заметили, как дурно он влияет на Айседору? Это ужасный человек, но я ничего не могу поделать с этим романом, хотя всем понятно — добром это не кончится! Мэри тщательно, упорно и обдуманно создавала репутацию Айседоры, в точности как в детективных романах. Она проявляла заботу и тревогу о здоровье Айседоры, о ее финансах, о ее репутации. И постепенно богатая и блистательная танцовщица утрачивала все это — одно за другим. А потом и вовсе трагически погибла...

Нет точных сведений о том, как и когда Мэри Дести появилась в жизни танцовщицы. Версия, которую Мэри приводит в своей книге, может не соответствовать действительности. Ясно одно — есть друзья-Тени, подобные андерсоновской Тени из печальной сказки. Они появляются в жизни

человека, проявляют огромное внимание и интерес к его жизни, участвуют во всех событиях, эти люди всегда рядом и следят за каждым шагом своего «друга» — но события жизни человека начинают разворачиваться в трагическом ключе. Все хорошее постепенно исчезает и гибнет; на смену радости, богатству и здоровью приходят нищета, пороки и болезни. И страшные утраты, как у Айседоры, которая потеряла двоих детей. Они были в машине, которая скатилась в Сену из-за трагической случайности. Когда машину достали со дна реки, они были мертвы. И мертвая нянюшка прижимала их к себе... Мэри оказала Айседоре всю возможную поддержку, хотя эта утрата была невозполнима. Айседора стала сильно пить и потеряла интерес к жизни — но кто мог бы спокойно перенести такую утрату? Потом умер и третий ребенок, он прожил всего один день, бедняжка, оставив Айседору истекать слезами и молоком на больничной кровати. Мэри все понимала и всегда была рядом. Миллионер Зингер расстался с неуравновешенной Айседорой. Потом танцовщица отправилась в Советскую Россию, чтобы учить детей танцам — она была весьма экзальтированной дамой! И снова рядом была Мэри Дести, оказывая всемерную поддержку в этом довольно странном начинании. Начался роман с Есениным — и наперсница Мэри сразу поняла, какой это ужасный человек. И постоянно твердила об этом Айседоре. В книге Мэри

скрупулезно описала все эпизоды, которые дурно характеризовали великого поэта. Чтобы сразу стало ясно, кто спойл Айседору, кто разрушил ее психику и кто во всем виноват.

Мэри считала своим долгом не оставлять Айседору наедине с этим хулиганом и пьяницей; уже за рубежом они перебирались из отеля в отель, из города в город, из страны в страну, сопровождаемые верной Мэри. И поведение танцовщицы и поэта становилось все более деструктивным: ссоры переходили в драки, Есенин крушил мебель и зеркала в гостиницах, деньги разбрасывались направо-налево, выступления отменялись, а на тех, которые все-таки проходили, Айседора вела себя странно и непристойно. Она то размахивала красным флагом перед добропорядочными американцами, пела со сцены «Интернационал», то забывала надеть нижнее белье и оказывалась перед публикой почти голой, с обнаженной грудью. Все это немедленно попадало в газеты, и былая слава танцовщицы сменилась скандалами и даже изгнанием из США.

Бесспорно, поведение Айседоры было диким. Возможно, так на нее влиял алкоголь плохого качества (уже был введен «Сухой закон») и бесконечные скандалы с таким же неуравновешенным поэтом.

А может быть, кроме алкоголя что-то еще влияло на Айседору и поэта? Алистер Кроули пропагандировал наркотики, открыто и смело, как и положено сатанисту. Мэри принимала активное участие

в разнообразных оргиях и ритуалах — у тех, кто служит Темным силам, оргии и ритуалы — это одно и то же. И разумеется, знала о разных веществах, имела к ним доступ, была прекрасно осведомлена об их действии. Потому что обычное пьянство редко имеет такие последствия; поэт и танцовщица могли находиться под действием чего-то более страшного, чем обычный американский самогон, которым пробавлялись страдавшие от «Сухого закона» янки. Бесчинства, драки, крушение всего вокруг, дикие выходки, скандалы — все это сопровождало пару на протяжении всего пребывания за границей. Когда молодожены вернулись в Россию, Айседора и Есенин были настолько психически истощены, что их друзья испугались и немедленно приняли версию Мэри о пагубном влиянии Есенина на Айседору — это он во всем виноват!

Произошел разрыв между супругами. Наверное, Мэри была довольна. Хотя она и не пишет об этом в своей книге, конечно. Мэри была бисексуальна и испытывала к Айседоре не просто дружеские чувства. Этот опыт Мэри тоже получила в секте Кроули. Поэтому присутствие Есенина, которого так горячо любила Айседора, было не очень приятно Мэри. И она приложила усилия, чтобы прервать этот ненужный роман. Она желала, чтобы Айседора оставалась в полной ее власти — к тому времени Мэри взяла на себя обязанности менеджера Айседоры и помогала ей устраивать выступления,

зарабатывать деньги. Но денег оставалось все меньше и меньше, было продано и заложено все, что только можно продать и заложить. А остальное имущество некогда богатой Айседоры исчезало, портилось, как залитый канализационными водами дом в Бельвью, терялось и раскрадывалось...

Сама же Мэри, напротив, основала маленькую фабрику и сеть косметических магазинов. Дело шло недурно, очень помогал сын Мэри Престон. Это у Айседоры все дети погибли в муках, а у Мэри был сын. И чем хуже шли дела Айседоры, тем лучше складывались дела Мэри, которая все равно не оставляла несчастную подругу и продолжала помогать ей. И наблюдать за ее жизнью, чтобы вовремя вмешаться, если что-то пойдет не так.

Вот и вмешалась, когда увидела эту шаль, волочащуюся по земле, в опасной близости от колеса. Даже заранее вмешалась — поделилась с Айседорой мрачными предчувствиями накануне поездки. Она прекрасно знала подругу — стоило только запретить что-то пылкой танцовщице, особенно — любовный роман, удовольствие, поездку, выпивку — и Айседора непременно загорится желанием это немедленно сделать. Так работают запреты и попытки удержать для импульсивных натур; возникает немедленное желание поступить по-своему! Так и вышло. И Мэри напомнила о том, что вечер холодный. И подала Айседоре подаренную шаль с загадочными иероглифами. Посоветовала,