



НЕКТАР ДЛЯ ДУШИ

Анна Валентиновна
Кирьянова

НЕСТАНДАРТНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

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



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.

Кирьянова, Анна Валентиновна.

К43 Нестандартная психология. Книга о том, как не сломаться под грузом проблем и найти радость жизни / А. В. Кирьянова. — Москва : Издательство АСТ, 2018. — 256 с. — (Нектар для души).

ISBN 978-5-17-107540-8

Эта нестандартная книга по психологии основана на реальных событиях... А. В. Кирьянова — психолог и автор популярного канала на YouTube, мастерски вплетает в повествование судьбы исторических личностей, известных поэтов и писателей (таких как Айседора Дункан, Мэрилин Монро, А. П. Чехов и многие другие). Психологические вопросы иллюстрируются реальными историями людей, искавших счастливой и размеренной жизни, без душевной боли и проблем.

Более десяти лет автор публиковала в социальных сетях и на своем сайте статьи, которые частично вошли в эту книгу, и теперь стали доступны еще большему числу читателей. Это ваш шанс понять тонкости психологии экстра-класса!

Издание предназначено для тех, кто хочет найти ответы на вопросы об отношениях, личной свободе, счастье, спокойствии, о том, как научиться не откладывать жизнь «на перспективу» и начать действовать уже сейчас.

Фото на обложке: Евгений Волович

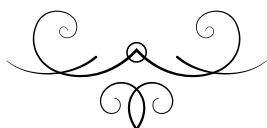
Макет подготовлен редакцией



ISBN 978-5-17-107540-8

© Кирьянова А. В., 2018
© ООО «Издательство АСТ», 2018

ОГЛАВЛЕНИЕ



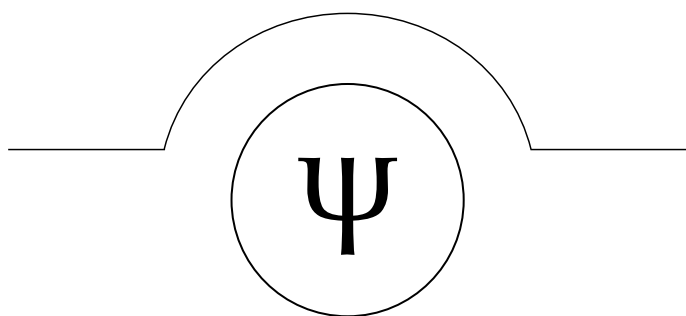
ГЛАВА 1. Понимать окружающих	7
Держитесь от иных «друзей» подальше... ..	8
Семейные страсти — как полюбить, если ненавидишь?	17
Двойной капкан	25
Удобный метод. В чем виноваты ваши родители?	34
Не ждите отпуска — живите сейчас!	42
Свадебные мечты. Пережить свадьбу и сохранить любовь	49
Получить наследство и остаться в живых	57
Грехи отцов. Пил, бил, ребенка погубил... ..	64
Мать — ведьма	70
ГЛАВА 2. Понимать себя	79
Трудное счастье лентяев	80
Не зарекайтесь — это опасно!	90
Неокрепшие души	97

Незнакомец в зеркале — кто он?	106
Все хотят разбогатеть, и это правильно!	115
Не боюсь стресса!	121
Саморазрушительное поведение	125
ГЛАВА 3. Победить негатив	131
Проклятия магов, колдунов, шаманов. Почему люди боятся порчи?	132
Вспомнить или забыть?	142
Будьте собой, чтобы не вызвать зависть богов	150
Токсические отношения	157
Ядовитый язык	167
Зло в Интернете: доносчики, клеветники, сутяги.....	175
Скандалы, истерики и негативные эмоции	182
Игры алкоголиков	191
Психологические садисты.....	197
ГЛАВА 4. Любить и принимать любовь	207
Отчего болит холодное сердце	208
Измена и изменники	216
Таинственная незнакомка. Неприступная и несчастная	221

Виртуальная любовь	228
Как спастись от ревнивца	237
Обольстить мужчину просто	240
Страдания любви	244
Практические советы от Анны Кирьяновой	248
Как жить с алкоголиком	248
Как справиться с психологическим давлением на работе	249
Как познакомиться с девушкой	250
Как отучить престарелых родственников жаловаться	251

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 одним 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 подруги 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: подруга хотела оставить об Айседоре благопристойные воспоминания, чтобы ничем не осквернить память Дункан. Ведь сама Мэри была не такая. Совсем 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 Де-сти 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

непрерывно 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, правда, надеть пальто — она прекрасно знала, что Айседора ни за что не наденет в романтическое путешествие скучное пальто вместо багровой шали. Подарка «Багровой жены» сатаниста Кроули, которую давно звали не Мэри. В секте Кроули всем присваивали новые имена: «сестра Викатрим» — вот как на самом деле звали милую подругу Айседоры. А дальше произошла описанная в книге Дести суэта перед поездкой, когда почему-то не удалось всего лишь внятно и спокойно сказать: «Айседора, подбери шаль, она вот-вот зацепится за колесо!»

Вместо этого, как точно отметил автомобильный эксперт, произошла странная сцена и выкрики, которые только отвлекли внимание и самой Айседоры, и всех присутствующих. Такая «дымовая завеса». И через несколько секунд Айседора была мертва. С нее больше нечего было взять, не так ли? Она постарела, много пила, уже не могла танцевать, как в молодости, репутация была безнадежно погублена, а главное — у нее больше не было денег. Совсем не было. А у Мэри — были. Теперь были. И сын Мэри Дести стал известным писателем и сценаристом. А Мэри успешно производила кремы и одеколоны на своей личной фабрике и продавала в своих личных магазинах. Она написала книгу о великой подруге, которая тоже