

Посвящается Джи – моему родному

[Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

М а м а: Кстати об этой книге...

Я: Да?

М а м а: Пожалуйста, только не говори, что использую там слова вроде «духовное путешествие».

Я: Нет, не использую.

М а м а: Слава богу.

Я: Предпочитаю термин «духовный путь».

М а м а: О, Мэриэнн...

СОДЕРЖАНИЕ

Судьбоносное похмелье.....	15
1. «Бойся... но делай!»	29
<i>Сьюзен Джефферс</i>	
2. «Деньги, история любви»	69
<i>Кейт Нортруп</i>	
3. «Тайна».....	99
<i>Ронда Берн</i>	
4. «Терапия отказа»	124
<i>Джейсон Комли</i>	
5. «Терапия отказа»	141
<i>Часть вторая</i>	
6. «Послать все на... или Парадоксальный путь к успеху и процветанию»	162
<i>Джон Паркин</i>	
7. «Послать все на...»	187
<i>Последствия</i>	

КАКАЯ ЧУШЬ!

8. Раскрой свой скрытый потенциал	198
Идеальная Я — 10-дневный марафон от Тони ..	212
9. Безденежье.....	217
10. «Земные Ангелы»	234
<i>Дорин Верче</i>	
11. Болезнь	247
12. «7 навыков высокоэффективных людей»	256
<i>Стивен Р. Кови</i>	
13. Депрессия.....	268
14. «Сила настоящего».....	286
<i>Экхарт Толле</i>	
15. «Get the Guy».....	311
<i>Мэтью Хасси</i>	
16. Найти мужа?	339
17. «Великие дерзания».....	352
<i>Брене Браун</i>	
18. «Исцели свою жизнь».....	381
<i>Луиза Хей</i>	
Послесловие.....	398
Благодарности.....	406
От автора	408

Грязное офисное кресло с серым шершавым сиденьем. Я отгоняю догадки, откуда на нем взялось темное пятно, скидываю теплый халат и сажусь. Голая.

Кожа покрывается мурашками от сквозняка из коридора. Сердце колотится.

Я голая. Перед толпой незнакомцев. Голая. В круге света. Голая.

Мысли скачут. Что, если зайдет кто-то знакомый? Коллега по работе? Школьный учитель?

— Просто найди удобную позу и расслабься, — говорит учитель из другого конца кабинета. — Обещаю, никто не будет думать о тебе и твоём теле — каждый поглощён своим рисунком.

Покровительственная сволочь, тебе легко говорить в своих джинсах и пиджачке. Ты на сто процентов более одет, чем я.

Я кладу ногу на ногу и руки на колени, чтобы хоть как-то прикрыться. Смотрю вниз на свой моцарелла-живот и светлые волосы на ноге, блестящие под яркой лампой. Скрип карандаша по бумаге — единственное,

КАКАЯ ЧУШЬ!

что отвлекает меня от голоса в голове, который вопит: «Какого хрена ты тут делаешь? Иди домой и смотри телек, как все нормальные люди! И почему ты не побрила ноги? Seriously, разве это не первая мысль, которая должна прийти в голову, когда собираешься раздеться на публике? Немного, блин, крема для депиляции?»

Я замечаю движение уголком глаза. Кто-то входит с опозданием. Это мужчина. Высокий. С темными курчавыми волосами. Я слегка поднимаю голову. Он одет в джемпер в синюю полоску. Господи, я бы все отдала сейчас за такой джемпер... А вот что мы имеем в реальности: в дверь класса местной художественной школы вошел классный парень, а я сижу тут абсолютно голая.

Кошмар какой-то.

Я сосредотачиваюсь на комочке пыли на полу, как будто от него зависит моя жизнь.

Глубоко вдыхаю и тут же думаю, что дыхание меня полнит.

Прекрати, Мэриэнн. Подумай о чем-нибудь другом... Например, что ты будешь на ужин, когда придешь домой. Может, жареную курицу? Или тост с сыром?

— О'кей, Мэриэнн, давай попробуем стоячую позу? Может, развернешься спиной к аудитории? И поднимешь руки?

Я поворачиваюсь на трясущихся ногах.

Интересно, как эти начинающие Микеланджело изобразят мой целлюлит. Их вообще этому учат? Типа как перспективе и воздушным слоям? Интересно, что Мистер Джемпер думает о моей заднице? Его от нее тош-

нит, это точно. Спорю на что угодно, все его подружки — идеальные XS-очки с попками-персиками.

Я думаю о сыре на тосте. Интересно, какой хлеб у нас остался.

Мои руки горят от усилия держать их поднятыми вверх. Две капли пота стекают по телу. Учитель снова заговаривает.

— Не бойтесь занять более удобную позицию, — говорит он. — Придвиньтесь к модели. Поищите хороший ракурс.

Ножки стульев скрипят по деревянному полу. Мистер Джемпер садится всего в трех футах от меня. Он так близко, что я чувствую его лосьон после бритья. Пахнет свежестью и морем.

Спорим, он думает, что ты психичка, раз разделась на публике в воскресенье вечером. Спорим, он думает, какие у тебя огромные и уродливые волосатые бедра. Спорим... прекрати, Мэриэнн!

Я возвращаюсь к комочку. Интересно, почему пол в школах всегда такой пыльный. Наверное, дома придется перестирать всю одежду. Наконец, учитель разрешает мне одеться.

В этот момент я чувствую себя еще более обнаженной. Он сказал мне взять с собой накидку — наверняка имея в виду те шелковые накидки моделей на богемных парижских чердаках, — но у меня был только флисовый халат. Я надеваю его, делаю глубокий вдох и подхожу к Мистеру Джемперу.

— Извините, мне немного не хватает практики, — бормочет он, глядя на свой мольберт. — Я не успел точ-

КАКАЯ ЧУШЬ!

нее схватить ваш нос, и лоб вышел немного высоковатым...

Я смотрю на хаотичный набросок своей обнаженной фигуры. «К черту лоб! — хочется крикнуть мне. — Ты нарисовал мне жопу размером с Австралию!»

Я быстро одеваюсь в туалете, стоя босиком на ледяной кафельной плитке. Пытаюсь натянуть колготки, не вывалившись из кабинки. Сажусь на крышку унитаза.

Чувствую себя опозоренной, а не вдохновленной.

Зачем я это сделала?

СУДЬБОНОСНОЕ ПОХМЕЛЬЕ

В жизни каждой женщины рано или поздно наступает момент, когда она понимает, что так больше не может продолжаться. Для меня этот момент настал в воскресное похмелье.

Я не смогла вспомнить, что делала предыдущим вечером — кроме того, что, очевидно, слишком много выпила и отрубилась в одежде и макияже. Глаза было не разлепить из-за слоя туши, а лицо стало липким от пота и тонального крема. Джинсы врезались в живот. Мне нужно было в туалет, но вместо этого я расстегнула ширинку и продолжила лежать с закрытыми глазами.

Как же все болит.

Иногда, когда у тебя похмелье, ты просто справляешься с ним. Просыпаешься этаким жизнерадостным синячком, прямо-таки в эйфории, и проживаешь свой день, пока последние следы головной боли не испарятся к 4 вечера. Но это похмелье было не из таких. Это было похмелье-в-лоб, похмелье-которое-тебе-ни-за-что-не-удастся-игнорировать. Мою голову бомбили, как Хиросиму. Мой живот скручивало, как барабан стиральной

КАКАЯ ЧУШЬ!

машинки с токсичными отходами. Ну а во рту, как говорится, кто-то — или что-то — сдохло.

Я перекатилась к прикроватному столику, чтобы достать стакан с водой. Взяла его трясушимися руками. Пролила половину на простынь.

Полоска солнечного света, который пробился между занавесками, больно резанула глаза. Я прикрыла их и стала ждать... Ага, вот оно...

Приливная волна тревоги и отвращения к себе, которая оmyвает вас после ночной гулянки. Та самая уверенность, что вы сделали что-то настолько плохое, вы настолько отвратительны, что заслуживаете не только вечного похмелья, но и вообще самой жалкой жизни из всех возможных.

Я страдала от того, что мои друзья прозвали Экзистенциальным Ужасом, но не только из-за похмелья. Чувства страха, тревоги и провала всегда преследовали меня, как фоновый мотивчик. Похмелье просто прибавило звук.

Не то чтобы моя жизнь была ужасной. Нет, все совсем не так.

Я провела свой третий десяток, взбираясь по карьерной лестнице в газетной журналистике, и в данный момент была преуспевающим внештатным лондонским писателем. Мне платили — действительно платили — за тестирование туши. За месяц до этого судьбоносного похмелья меня отправили в австрийское спа, чтобы позависать с женами богачей, которые платили огромные деньги за бульон и черствый хлеб. Я же провела там несколько дней бесплатно, сбросила пять килограммов и вернулась домой с отличной коллекцией миниатюрных шампуней.