

ПОПЕРЕДНІ ВІДГУКИ

*Це була найкраща з книжок. Це була найгірша зі щіток для волосся.
Не зачісуйтеся нею!*

Чарлз Діккенс

*Ісус дочитав цю книжку і дав їй мені, мовивши: «Ти
маєш прочитати це лайно, Кевіне. Воно просто
неперевершене...» Так, в Ісуса жахлива пам'ять на
імена...*

Ернест Гемінгвей

*У світі дуже мало людей, яких я люблю насправді, а ще менше – тих,
про кого я добре думаю. І лише одне обличчя гідне бути окрасою мого
будуару. Зачиніть двері, місіс Ловсон!*

Джейн Остін

*Можу сказати напевно. Це найкраща підставка під чашку, яка в мене
бодай колись була!*

Дороті Паркер

*Лише життя важливе, саме життя, – його пізнання, безперервне
та безкінечне... А це ця книжка. Вона теж нічогенька...*

Федір Достоєвський

Хто тебе сюди пустив?

Стівен Кінг

Здається, я загубив своє пальто...

Вільям Шекспір

*Ти навіть не знаєш цих людей. Більшість із них уже покійні, а Стівен
Кінг певно що подасть позов. Жодних сумнівів: нам треба збільшити
кількість консультацій!*

Мій теперішній психотерапевт

[>>>](http://kniga.biz.ua)
Купити книгу на сайті kniga.biz.ua

Зміст

Кілька вимушених застережень ♦ 11

Передмова автора ♦ 13

Несамовито щаслива, небезпечно сумна ♦ 21

Я знайшла рідну душу
в дуже здоровому тілі ♦ 28

Мій телефон — співрозмовник,
цікавіший за мене ♦ 31

У мене розлад сну, і він, здається, мене вб'є.
Або не мене ♦ 44

Скільки вуглеводів у нозі? ♦ 62

Удай, ніби ти вмієш ♦ 64

Фалоімітатор Джорджа Вашингтона ♦ 71

Я не псих. Я лише хочу прошмигнути
без черги ♦ 75

Нащо мені щось робити, коли я маю хист
не робити нічого? ♦ 81

Що я кажу психотерапевту і що насправді
маю на увазі ♦ 89

Поглянь на цього жирафа ♦ 93

Жах ♦ 99

Шкіртервенція і гривтокс ♦ 103

Здається, твої штани з мене глузують ♦ 110

Усе до рака ♦ 114

Важко визначити, у кого з нас
психічний розлад ♦ 123

[>>> Купити книгу на сайті kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

«Я серце лишив у Сан-Франциско...» ♦ 129

Готуйте скляні кульки.

Зомбі-апокаліпсис близько ♦ 132

Додаток: інтерв'ю з авторкою ♦ 145

Я орган за органом перетворююся
на зомбі ♦ 162

Коти — самозакохані зіваки,
і їм це минається ♦ 176

У коал повно хламідій ♦ 179

Піхва вуду ♦ 205

Світ має сісти на дієту. Серйозно ♦ 208

Божевільна, як лисиця навпаки ♦ 212

Есей про петрушку, васабі,
крем-сир та суп ♦ 214

І тоді я отримала поштою
трьох мертвих котів ♦ 221

Те, що я можу випадково бовкнути
під час обтяжливої тиші ♦ 229

У мене прототацький скелет ♦ 234

Це називається «котофляж» ♦ 244

Ми кращі за Галілео. Бо він помер ♦ 250

Речі, яких мене навчив тато ♦ 263

Я помру. Рано чи пізно ♦ 268

Ось чому я краще сама себе стригтиму ♦ 274

З якого боку поглянути, або Книга Нельди ♦ 277

Ну хоч не гола ♦ 280

Смерть через лебедів не така витончена,

[Купити книгу на сайті kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

як здавалося ♦ 283

Велике опитування ♦ 294

Ламінування котів ♦ 303

Смачнуче немовля ♦ 306

Це печиво нічого про мене не знає ♦ 314

Певно що було б легше. Але не краще ♦ 326

Епілог. Глибоко в темряві ♦ 331

Подяки ♦ 334

Тут я хотіла використати цитату з твору Мері Олівер, та натомість вирішила розповісти про ідею щодо обкладинки цієї книжки. Бо я майже певна, що її ніколи не узгодять, а я не хочу її втратити. Фішка цієї обкладинки була б у тому, що тільки-но ви візьметесь до читання, нижча половина вашого обличчя перетвориться на несамовито щасливу посмішку єнота. Тож ви матимете водночас симпатичний і страхітливий вигляд, і це прекрасно, бо люди не чіпатимуть вас, поки ви читаєте. До речі, якщо під обкладинкою є тверда палітурка, обкладинку можна знімати й обгортати нею інші ваші книжки, ніби це знак: «Не турбувати». Після кількох років такої практики люди можуть подумати, що ви повільно читаєте, але воно того варте: безмежний спокій і, до того ж, насолода бути наполовину єнотом. Якщо ви не згодні — ця книжка, вочевидь, не для вас.

Я вас попередила.

Кілька вимушених застережень

Ні, ні. Я наполягаю, щоб ви зупинилися негайно.

Ще й досі тут? *Чудово*. Тепер ви не маєте права звинуватити мене в будь-чому стосовно цієї книжки, бо я ж пропонувала вам зупинитися, а ви читаєте далі. Ви ніби дружина Синьої Бороди, коли вона знайшла в коморі всі ці голови. (Обережно, спойлер!) Але, як на мене, це добре. Ігнорування відтятих людських голів у коморі не сприяє здоровим стосункам. Воно сприяє хіба що антисанітарії та можливим звинуваченням у співучасті. Вам треба протистояти цим відрубаним головам, бо неможливо самовдосконалитися без розуміння, що всі ми створені з дивацтв, які намагаємося приховати від світу. Такі голови, тобто власні скелети в шафі, має *кожен із нас*. Часом це таємниці, або невисловлені зізнання, або приховані страхи. Ця книжка — одна з таких відтятих голів. Ви тримаєте мою відтятую голову. Кепське порівняння, але скажу на свій захист, що я таки пропонувала вам зупинитися. Не хочеться звинувачувати жертву, та відтепер ми з вами в одному човні.

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

* * *

Майже все в цій книжці правда, хіба лише кілька дрібниць змінено, аби захистити винних. Я знаю, що зазвичай кажуть «захистити невинних», але нащо їм захист? *Вони ж невинні*. Та й писати про них аж ніяк не весело, на відміну від винних, які зазвичай мають цікавіші історії, а ще допомагають краще почуватися, коли порівнюєш себе з ними.

* * *

Це кумедна книжка про життя із психічним розладом. Таке поєднання звучить жахливо, але особисто я страждаю на психічний розлад, і деякі мої найемоційніші знайомі також. Тому, якщо книжка вам не сподобається, ви просто недостатньо збожеволіли, аби добряче нею насолодитися. Хоч там як, вам усе одно пощастило.

[Купити книгу на сайті kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

Передмова автора

Любий читачу!

Зараз ти тримаєш цю книжку і не знаєш, чи варта вона уваги. Напевно, ні, але в палітурці захована купюра у двадцять п'ять баксів, тож раджу купити книжку якнайшвидше, доки касир не помітив¹.

Можна не дякувати.

«Несамовито щаслива» — назва цієї книжки. А також це поняття, що врятувало моє життя.

Моя бабуса казала: «Над кожним людським життям має подеколи випадати дрібний дощик...» Дощик, помиї й найрізноманітніше лайно. Я трохи переінакшила, проте вона мала рацію. Усі ми

¹ Мій редактор вимагає пояснення, що насправді в книжці не сховано купюри у двадцять п'ять баксів, і це дещо смішно пояснювати, бо купюри у двадцять п'ять баксів узагалі не існує. Якщо ви купили книжку, сподіваючись знайти всередині гроші, ви просто заплатили за гідну життєву науку: «Не продавай корову за чарівні боби». Багато років тому була інша книжка, що пояснювала ту саму ідею, але я вважаю свій приклад набагато захопливішим. Це ніби «Джек і бобове стебло» у стилі «П'ятдесят відтінків сірого», тільки менше анальних кульок, та й бобових теж. — *Прим. авт.*

отримуємо свою частку трагедій, божевілля та страждань, але важливо лише те, що ми потім робимо з цим жахіттям.

Я дізналася про це кілька років тому, коли зазнала нападу такої приголомшливої депресії, що не бачила від неї порятунку. Депресія не є для мене чимось новим. Від самого дитинства я змагалася з різними формами психічних розладів: клінічна депресія навідувала мене зрідка, натомість тривожний розлад — мій давній коханець, котрий приходив дуже часто.

Часом депресія була не надто обтяжлива, і її можна було сплутати із грипом чи мононуклеозом, але той напад був одним із найважчих. Я не мріяла, аби моє життя скінчилося. Я просто хотіла припинити паскудство, яке в ньому відбувалося. Я нагадала собі, що депресія бреше, бо вона таки бреше. Я сказала собі, що колись почуватимуся краще. Я виконала всі ті звичні речі, котрі часом допомагають, але все одно була в розпачі і... Раптом усвідомила, яка я розлючена. Розлючена, що життя може викидати такі коники. Розлючена через очевидну несправедливість розподілу страждань. Розлючена, бо в мене просто не лишилося інших почуттів, окрім люті.

Тож я відкрила свій блог і написала пост, що відтепер мав змінити моє світобачення:

Жовтень 2010

З огляду на всі обставини останні півроку були до біса схожі на вікторіанську трагедію. Сьогодні мій чоловік Віктор віддав мені листа, де повідомлялося про передчасну смерть ще одного мого друга. Ви, мабуть, упевнені, що це зіштовхнуло мене в безвихідну коловерть ксанаксу² та пісень Регіни Спектор? Адзуськи! Не зіштовхнуло.

² Ксанакс — препарат, рекомендований для лікування станів, що викликають підвищену дратівальність, і панічних розладів. — *Прим. ред.*

Досить із мене цього довбучого смутку! Не знаю, що останнім часом коїться з цим мерзенним всесвітом, але з мене насправду ДОСИТЬ. Я МАЮ НАМІР БУТИ НЕСАМОВИТО ЩАСЛИВОЮ, ХАЙ ТАМ ЩО!

Ви це чуєте? Це я сміюся, агов! Я регочу так голосно, щоби ви, бодай вам позакладало, мене почули. Я розхитаю цей паскудний всесвіт своїми безпідставними веселощами й закидаю його малюночками незграбних кошенят і маленьких цуциків, усиновлених єнотами, і, СУКА, НОВОНАРОДЖЕНИХ ЛАМ У БЛИСКІТКАХ,А ЩЕ КРОВ'Ю СЕКСУАЛЬНИХ ВАМПІРІВ - І ЦЕ БУДЕ ПРЕЧУДОВО.

Власне, саме зараз я засновую новий рух. Рух **НЕСАМОВИТО ЩАСЛИВИХ**. І це буде дивовижно, бо, по-перше, ми **ШАЛЕНІТИМЕМО ВІД ЩАСТЯ**, а по-друге, налякаємо до всирачки всіх, хто нас ненавидить, бо ці вишкребки не хочуть бачити нас навіть Домірно втішеними, не кажучи вже про несамовито щасливих, і це трохи збаламутить їхній світ і, напевно, налякає, аж волосся стане дибки. Це зробить нас навіть щасливішими. Небезпідставно. І тоді світ зарахує бал на нашу користь. Ми - Покидьки - 1:8000000. Цей рахунок не тішить так, як йому належить, бо в них невеличка фора. Але знаєте що? До біса все це. Починаймо з нуля.

Ми - Покидьки - 1:0.

За кілька годин тег **#НЕСАМОВИТОЩАСЛИВИ** увійшов до світових трендів твіттера, бо люди вголос заявили про намагання вибороти власне життя в потвори депресії. І це був лише початок. Протягом кількох наступних років я змушувала себе казати «так» будь-яким найсміливішим витівкам. Я стрибала у фонтани,

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