

*Chicken Soup*  
for the *Soul*®

JACK CANFIELD, MARK HANSEN,  
JENNIFER READ HAWTHORNE, MARCI SHIMOFF

# Chicken Soup for the Woman's Soul<sup>®</sup>

Stories to Open  
the Hearts and Rekindle  
the Spirits of Women



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

\* ДЖЕК КЭНФИЛД, МАРК ХАНСЕН,  
ДЖЕННИФЕР РИД ХОУТОРН, МАРСИ ШИМОФФ



101 история  
о женщинах

БОМБОРА™

Москва 2021

УДК 821.111-3(73)  
ББК 84(7Coe)-44  
К93

Jack Canfield, Mark Victor Hansen,  
Jennifer Read Hawthorne, Marci Shimoff

CHICKEN SOUP FOR THE WOMAN'S SOUL:  
STORIES TO OPEN THE HEARTS AND REKINDLE THE SPIRITS OF WOMEN

Originally published in 1996 by Health Communications, Inc.  
This edition published under arrangement with Backlist, LLC, a unit of Chicken  
Soup for the Soul, LLC, PO Box 700, Cos Cob CT 06807-0700 USA.  
© 2012 by Chicken Soup for the Soul, LLC. All Rights Reserved

No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system  
or transmitted in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying,  
recording or otherwise, without the written permission of the publisher.  
CSS, Chicken Soup for the Soul, and its logos and Marks  
are trademarks of Chicken Soup for the Soul LLC.  
Russian Language rights handled by Nova Littera SIA,  
Moscow in conjunction with Montreal-Contacts/The Rights Agency.

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована,  
воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии,  
записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом,  
а также использована в любой информационной системе без получения разрешения  
от издателя. CSS, Chicken Soup for the Soul, и логотипы являются торговыми  
марками Chicken Soup for the Soul Publishing LLC.

К93 **Куриный** бульон для души: 101 история о женщи-  
нах : [перевод с английского] / Джек Кэнфилд, Марк  
Хансен, Дженнифер Рид Хоуторн, Марси Шимофф. —  
Москва : Эксмо, 2021. — 384 с. — (Куриный бульон для  
души).

ISBN 978-5-04-120974-2

Удивительная коллекция вдохновляющих историй от женщин. Как  
они любят и как переживают потери, как жертвуют многим ради семьи  
и сколько радости получают взамен, как они стареют и сталкиваются с  
болезнями и как они прекрасны и сильны.

Стейси родилась не такой, как все, но получила от жизни все, что  
хотела. Какие три секрета счастья поддерживали мать-одиночку в самые  
трудные времена. Джоан пережила в детстве насилие и начала «заедать»  
внутреннюю боль. Анджела кардинально изменила жизнь, научившись  
говорить «нет». 1716 писем понадобилось Луизе, прежде чем соединить-  
ся с любимым... Эти и другие 96 историй тронут ваше сердце, заставят  
смеяться, плакать и снова влюбиться в жизнь.

УДК 821.111-3(73)  
ББК 84(7Coe)-44

© Мальшева А.А., перевод на русский язык, 2021  
© Алексей Андреев, перевод на русский язык, 2021  
ISBN 978-5-04-120974-2 © Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2021

Отзывы о книге  
«Куриный бульон для души:  
101 история о женщинах»

«Какое наслаждение! Сделайте паузу и прочтите парочку рассказов из книги «Куриный бульон для души. 101 история о женщинах». Ваш день станет чуточку светлее и радостнее.

Глэдис Найт, певица, телеведущая

«Наконец-то появился «Куриный бульон» для женщин! Я испытала все возможные эмоции: смех, слезы, вдохновение. Спасибо за то, что тронули мою женскую душу».

Оливия Ньютон-Джон, ведущая

«Куриный бульон для души. 101 история о женщинах» — замечательный сборник вдохновляющих историй. Прекрасный способ ощутить родство с другими женщинами! Эта книга, несомненно, тронет ваше сердце!»

Энн У. Ричардс, бывший губернатор Техаса

«Мы, женщины, отдаем другим всю свою душу и сердце. «Куриный бульон для души. 101 история о женщинах» снова наполнит вас любовью, радостью и вдохновением, и вы воздадите должное невероятной силе женского духа».

Барбара ДеАнджелис, писательница

«Не так часто встречаются книги, которые могут настолько увлечь, взбодрить и тронуть до слез. «Куриный бульон для души. 101 история о женщинах» — одна из них. Рекомендую ее от всей души».

Сюзан Джефферс, доктор философии,  
писательница, автор «Бояться, но делать»  
и «Сложи оружие и танцуй по жизни»

«Мне понравился «Куриный бульон для души. 101 история о женщинах» — для меня это была самая трогательная книга в серии! Пожалуйста, пишите еще, я обожаю читать эти книги во время долгих перелетов!»

Дэйзи Фуэнтес, модель, актриса, оратор

«Эти истории напоминают нам о том, каково быть женщиной или девушкой в нашем непростом мире. Это означает быть храброй, уверенной в себе и иметь наставников, которые помогут осуществить задуманное. Каждой занятой женщине просто необходимо выкроить хотя бы несколько минут в день и прочесть эти истории. Они помогут взбодриться, найти равновесие и вдохновят на новые свершения!»

Лэсли Смит, исполнительный директор,  
Национальная ассоциация женщин-руководителей

«Эта порция «Куриного бульона для души. 101 история о женщинах» настолько сильна, что способна согреть сердца всего человечества».

Маргарита Арвидссон Седеррот,  
бывшая мисс-Вселенная

«Этот замечательный сборник рассказов — словно роскошный гобелен, сотканный из таких разных женских судеб. Истории познавательны, они заряжают новой энергией, помогая разобраться в себе и лучше понять те простые вещи, которые придают смысл нашей жизни».

Эллен Грин, профессор античной филологии  
Университета Оклахомы

«Читая «Куриный бульон для души. 101 история о женщинах», мы как будто заново открываем все самое лучшее в нашей жизни — веру, надежду, милосердие, любовь. Мне, пожалуйста, две порции: для меня и для подруги!»

Сюзан Б. Уилсон, писательница,  
автор «Твое умное сердце: Записки для занятых женщин»

# Содержание

Предисловие. . . . .	13
----------------------	----

## Глава 1

### О ЛЮБВИ

Белая гардения. <i>Марша Аронс</i> . . . . .	17
Слова от самого сердца. <i>Бобби Липпман</i> . . . . .	20
Как раз вовремя. <i>Дэн Кларк</i> . . . . .	23
Подарки от чистого сердца. <i>Шерил Николсон</i> . . . . .	24
Другая женщина. <i>Дэвид Фаррелл</i> . . . . .	27
Прикосновение Рамоны. <i>Бетти Абусси Эллис</i> . . . . .	31
«Вы — Бог?» <i>Дэн Кларк</i> . . . . .	33
Электрические свечи. <i>Марша Аронс</i> . . . . .	34
Больше, чем стипендия. <i>Стефани Буллок</i> . . . . .	38
Это было не больно. <i>Сэнди Эзрин</i> . . . . .	40
Поцелуй на ночь. <i>Филлис Волкенс</i> . . . . .	42
Подарки. <i>Пейдж Ламберт</i> . . . . .	46
1716 писем. <i>Луиза Шимофф</i> . . . . .	50
Секретный ингредиент Марты. <i>Журнал «Reminisce»</i> . . . . .	53

## Глава 2

### ОБ ОТНОШЕНИИ И САМООЦЕНКЕ

Дом там, где сердце. Роберта Л. Месснер .....	59
Притча о двух городах. Лучшее из лучшего .....	63
А русалкам куда? Роберт Фулгам .....	64
Пират. Марджори Уилле .....	66
Что ты возрастишь в себе? Филип Чард .....	68
Бабушка Руби. Линн Робертсон .....	71
Проблема или решение? Эдгар Бледсоу .....	72
Такой, как есть. Дженнифер Рид Хоуторн .....	74
Истинная красота. Шарлотт Уорд .....	76
Слово Анджелы. Барбара К. Бассетт .....	77
Дама с мешком. Бобби Пробиштейн .....	81
Просто скажи «да». Фрэн Капо .....	83
Дар общения. Линн Роджерс Петрак .....	86
В шестом классе я была пугалом. Линда Джессап .....	88

## Глава 3

### ПРЕОДОЛЕВАЯ ПРЕПЯТСТВИЯ

Было бы желание. Кэти Ли Гиффорд и Стейси Насалроад .....	97
Мы прошли долгий путь. Пэт Бонни Шеферд .....	101
Правосудие восторжествовало. Bits & Pieces... ..	106
День без волос. Элисон Ламберт и Дженнифер Розенфельд .....	108
Хочу быть похожей на вас. Кэрол Прайс .....	111
Красные фургончики. Патрисия Лоренц .....	114



Уроки моего отца. <i>Кэти Даунз</i> .....	119
Кому верить? <i>More Sower's Seeds</i> .....	122
Отметины жизни. <i>Диана Голден</i> .....	124
Парить высоко. <i>Лори Уолдрон</i> .....	127
Слезы радости. <i>Джоан Фонтейн и Кэрол Клайн</i> .....	131

## Глава 4

### О БРАКЕ

Навеки дома. <i>Джин Бол</i> .....	137
Маленькое праздничное волшебство. <i>К. М. Дженкинс</i> .....	141
Идеальный мужчина. <i>Мэрлэйн Уэйд Кох</i> .....	143
Париж весной. <i>Дженнифер Рид Хоуторн</i> .....	147
Совет для успешного брака из 1886 года. <i>Джейн Уэллс</i> .....	149
Пригоршня изумрудов. <i>Ребекка Кристиан</i> .....	150
Потерянные и обретенные. <i>Элинор Дейли Холл</i> .....	152
Завтрак и кино. <i>Дэвид Мартин</i> .....	155
Дедушкина «валентинка». <i>Элейн Риз</i> .....	159
Последнее письмо солдата. <i>Салливан Баллу</i> .....	162
Три простых слова. <i>Джеки Флеминг</i> .....	164
Все дни моей жизни. <i>Джин Мари Ласкас</i> .....	165

## Глава 5

### О МАТЕРИНСТВЕ

Это изменит всю твою жизнь. <i>Дейл Бурк</i> .....	171
Я смотрю, как ты спишь. <i>Диана Луманс</i> .....	174
Моему взрослому сыну. <i>Автор неизвестен</i> .....	177
Беглец. <i>Луис Крюгер</i> .....	179

Короткий отдых. <i>Лучшее из лучшего</i> .....	182
Требуется идеальная мать. <i>Джоан Бек</i> .....	183
Выпускной. <i>Мэри Детцлер</i> .....	187
Письмо матери миру. <i>Автор неизвестен</i> .....	190
Подарить жизнь. <i>Пэтти Хансен</i> .....	192
День матери. <i>Шэрон Крэймер</i> .....	194

## Глава 6

### ЗАПОМИНАЮЩИЕСЯ МОМЕНТЫ

Второпях. <i>Джина Шлезингер</i> .....	199
Доброе дело. <i>Донна Вик</i> .....	201
Последняя банка желе. <i>Энди Скидмор</i> .....	204
Рождественская история. <i>Беверли Барлетт</i> .....	207
Так кто же выиграл? <i>Дэн Кларк</i> .....	209
Кеды для госпожи Буш. <i>Кристин Харрис-Амос</i> и <i>Клифф Марш</i> .....	210
Легкая, как перышко. <i>Мелоди Арнетт</i> .....	212
365 дней. <i>Розмари Гиессингер</i> .....	216
Леопардовое пальто. <i>Гразина Смит</i> .....	220

## Глава 7

### МЕЧТЫ СБЫВАЮТСЯ

С попутным ветром. <i>Кэрол Кляйн и Джин Харпер</i> .....	225
Кем ты хочешь быть? <i>Тери Джонсон,</i> <i>священник</i> .....	229
Моя собственная судьба. <i>Тори Джонсон</i> .....	231
Широко расправь крылья. <i>Сю Агустин</i> .....	235

Бабушка Мозес и я. <i>Лайя Крафт-Кристейн</i> .....	239
Мы собрались здесь, чтобы учиться. <i>Чарльз Слэк,</i> <i>со слов Беси Пендер</i> .....	241
«Своя комната». <i>Лайя Крафт-Кристейн</i> .....	244
Книга желаний Гленны. <i>Гленна Сальсбури</i> .....	248
Встреча с Бетти Фурнесс. <i>Барбара Хайнс Ховетт</i> .....	251

## Глава 8

### О СТАРОСТИ

Танцующие бабушки. <i>Беверли Джеמידниани</i> <i>и Кэрол Кляйн</i> .....	259
Роман 90-х годов для тех, кому за 70. <i>Лиллиан Дарр</i> .....	262
Бесси. <i>Бесси Деланей</i> .....	265
«Мы уже веселимся?». <i>Ким Миллер</i> .....	269

## Глава 9

### О МУДРОСТИ

Драгоценный камень мудрой женщины. <i>Лучшее из лучшего</i> .....	275
Let It Be. <i>Линн Тоус и Мэри Тоус</i> .....	276
Мы не одни. <i>Мэри Миллер</i> .....	279
Угон самолета. <i>Анонимный рассказ,</i> <i>пересказанный Кей Бернард</i> .....	282
Чудо в Торонто. <i>Сю Вест</i> .....	286
Предчувствие войны. <i>Морин Рид</i> .....	290
Связь. <i>Сюзан Уилсон</i> .....	293
Вечная любовь. <i>Сюзан Лолор</i> .....	296

## КУРИНЫЙ БУЛЬОН *для души*

Почему все так, как оно есть? <i>Кристи Коски</i> .....	300
Если бы я могла прожить свою жизнь заново. <i>Надин Стейр</i> .....	303

## Глава 10

### ЧЕРЕЗ ПОКОЛЕНИЯ

О рождении. <i>Кей Витакер</i> .....	307
Кукла для прабабушки. <i>Жаклин Хики</i> .....	308
Отвести друг друга домой. <i>Рита Бреснахам</i> .....	312
Рождение женщины. <i>Дони Тамблин</i> .....	317
Посвящается папе. <i>Дебра Халперин Понеман</i> .....	320
Воспоминания о детстве. <i>Саша Уильямс</i> .....	325
Нити, которые нас связывают. <i>Анн Сили</i> .....	328
Женщинам, которых я встретила на своем пути. <i>Священник Мелиса Боуэрс</i> .....	332
Знакомьтесь с нашими создателями .....	333
Знакомьтесь с нашими соавторами .....	338
Разрешения .....	358

# Предисловие

Эта книга стала для нас настоящим подарком. Работая над ней, мы все время ощущали любовь, счастье и неукротимую силу духа тех женщин, о которых здесь рассказывается. Надеемся, что и для вас книга станет источником радости и открытий.

Каждый из нас много выступал перед аудиторией, — чаще всего женской, — рассказывая о том, как сделать жизнь более полной и счастливой. Нас всегда восхищала и вдохновляла открытость, с которой женщины делились своими переживаниями, историями и опытом. Из этого вдохновения и родилась книга «Куриного бульона для души. 101 история о женщинах».

Каждый день ее создания в нашей жизни происходило чудо! Слово незримая рука вела нас по этому пути.

Например, мы целый год искали Филлис Волкенс, автора рассказа «Поцелуй на ночь», чтобы попросить у нее разрешения на публикацию. Муж Филлис, Стенли, был невероятно рад, когда мы их наконец нашли. Уже несколько лет они оба были поклонниками «Куриного бульона», но увы, Филлис оставалось жить не больше недели. Для нее было счастьем узнать, что ее рассказ войдет в книгу. Через два дня она умерла.

## КУРИНЫЙ БУЛЬОН *для души*

Женщины, приславшие нам свои истории, в один голос повторяли, как они благодарны нам за возможность выразить свои чувства. Пусть их рассказы не будут напечатаны, но они счастливы уже от того, что смогли ими поделиться. Для них это был своего рода акт очищения и обновления. Благодаря этой книге мы и сами стали другими — она помогла нам понять, что по-настоящему важно в жизни.

Искренность, мудрость этих женщин, их умение сострадать — поистине великий дар всему миру. Мы от всей души желаем, чтобы эти истории день за днем помогали вам научиться ценить самих себя и друг друга, — как помогли они нам.

Одна из написавших нам женщин, Мэри Майчалика, сказала: «Каждая женщина переживает период, когда на нее обрушивается слишком много проблем — семья, работа, супруг, бывший муж, родные и приемные дети, родители. В это время очень важно — просто необходимо — сделать шаг назад и переоценить приоритеты, задуматься о своей миссии в этой жизни. Ведь только тот, кто умеет заботиться о нуждах своей души, способен на истинную заботу о близких».

Итак, от всего сердца предлагаем вам «Куриный бульон для души. 101 история о женщинах». Пусть эти истории прикоснутся к вашей душе и разбудят в ней чудеса любви и вдохновения.

*Джек Кэнфилд,  
Марк Виктор Хансен,  
Дженнифер Рид Хоуторн,  
Марси Шимофф*

## Глава 1

---

# О ЛЮБВИ

*Самое лучшее и самое прекрасное в жизни нельзя  
ни увидеть, ни потрогать — его можно лишь  
почувствовать сердцем.*

ХЕЛЕН КЕЛЛЕР,  
писатель, лектор и политическая активистка,  
с детства лишенная зрения и слуха

*Chicken Soup*  

---

*for the Soul.*