

Chicken Soup
for the *Soul*®

AMY NEWMARK

Foreword by Joi Gordon

Chicken Soup for the Soul®

THE EMPOWERED WOMAN

101 Stories about
Being Confident, Courageous
and Your True Self



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

ЭМИ НЬЮМАРК

предисловие Джои Гордон



я решила – смогу!

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Москва 2022

УДК 821.111-3(73)
ББК 84(7Coe)-44
Н93

Amy Newmark,
with a foreword by Joi Gordon
CHICKEN SOUP FOR THE SOUL
THE EMPOWERED WOMAN:
101 Stories about Being Confident,
Courageous and Your True Self

Copyright © 2018 by Chicken Soup for the Soul, LLC.
This edition is published by arrangement with Sterling Lord Literistic
and The Van Lear Agency LLC.

Ньюмарк, Эми.

Н93 Куриный бульон для души : я решила — смогу! / Эми Ньюмарк ; [перевод с английского Э. Мельник]. — Москва : Эксмо, 2022. — 416 с.

ISBN 978-5-04-219196-1

Герои этого сборника танцуют, не дожидаясь, пока закончится дождь.

Сталкиваясь с предательством мужчины, учатся забивать гвозди и по-прежнему считают себя желанными. Борются с болезнью с помощью кошек и творчества. А с неуверенностью в себе — с помощью красной помады. Отказываются от головокружительной карьеры ради детей. И все равно потом становятся успешными.

Удивительные, ранимые, смелые, они рассказывают, как годами жили внутри очерченных кем-то границ. И как трудно, непривычно и прекрасно оказалось снаружи.

УДК 821.111-3(73)
ББК 84(7Coe)-44

© Мельник Э.,
перевод на русский язык, 2019
© Оформление.
ООО «Издательство «Эксмо», 2022

ISBN 978-5-04-219196-1

Содержание

Предисловие. Джош Гордон	11
--------------------------------	----

Глава 1

ОТКАЗЫВАЮСЬ БЫТЬ ЖЕРТВОЙ

Вот теперь все. Эйприл Найт	17
Не забывай дышать. Мэрилин Хайт	21
Из жертвы в преследователя. Эва Картер	23
Утреннее вторжение. Келли Рэй	26
День без волос. Элисон Ламберт и Дженнифер Розенфельд	29
Как я решилась на побег. Би-Би Лойд	32
«Судебный процесс: США против моей матери». МакКензи Вот	36
Трудное признание. Мишель Брюс	40
Сегодня я дерьмово себя чувствую. Кэтлин Шуп	43
Она летит на своих крыльях. Рут Кенхарт	47

Глава 2

У ВСЕГО ЕСТЬ ПРЕДЕЛ

Говорить себе «да». Холли Инглиш	51
Плохая секретарша. Л. М. Лаш	54
Номер на одну персону. Дана Д. Кларк	58

Больше не могу! <i>Клэр Макгэрри</i>	69
В первых лучах рассвета... <i>Кристи Адамс</i>	73
Золушка. <i>Вирджиния Старк</i>	77
Под напряжением. <i>Патрисия Фиш</i>	81
«Нет» означает нет. <i>Диана Бодер</i>	84
Харассмент в бухгалтерии. <i>Мария Морин</i>	87
Сигнальная сумка. <i>Кэти Ламарш</i>	91
Бывшая миссис Несчастливая. <i>С. А. Тибодо</i>	96

Глава 3

ЭТО МОЙ ВЫБОР!

Дети или карьера? <i>Джуди О'Келли</i>	103
Старая дева. <i>Марша Портер</i>	108
Правильные слова. <i>Аннетт Гулати</i>	111
Закон и порядок. <i>Кэти Моррис</i>	116
Выздоровление. <i>Нэнси Панко</i>	119
Что ж я делаю?! <i>Ли Энн Джешцуй</i>	123
Спасибо, но я все равно попробую. <i>Мирна Валерио</i>	127
Любовь без границ. <i>Дженнифер Хилл. Рассказано Чету Дембеку. Отрывок из Woman's World Magazine</i>	131
Серьезная работа. <i>Ферида Вульф</i>	134
Свой собственный голос. <i>Митра Рэй</i>	136

Глава 4

ПУТЬ К СЕБЕ НАСТОЯЩЕЙ

Я не из тех, кто пользуется красной помадой. <i>Миранда Бойер</i>	141
--	-----

Хозяйка своей судьбы. <i>Эйприл Найт</i>	145
Чья-то мать, чья-то жена. <i>Джейн Макбрайд Чоут</i>	148
Красотка. <i>Дебра Мейхью</i>	150
Идеальная жена. <i>Диана Л. Уолтерс</i>	154
Никогда не поздно стать тем, кем ты мог бы стать. <i>Линда Лохридж</i>	158
Горячая штучка. <i>Линда Хофф Ирвин</i>	162
Отважная мама. <i>Молли Инглэнд</i>	165
Чужая среди чужих. <i>Кристен Май Пхам</i>	168
Любить, не съезживаясь. <i>Кристал Бирмингэм-Овермейер</i>	171

Глава 5

НЕ ОДИНОКАЯ, А САМОДОСТАТОЧНАЯ

Самостоятельная. <i>Нэнси Дж. Виллалобос</i>	175
Пустая комната. <i>Минди Сасман Эллис</i>	178
Наличие партнера — необязательно. <i>Дебора Шаузе</i>	182
Не представляю, как ты с этим справляешься. <i>Эме Дюфрене</i>	185
Мистер 99,89%. <i>Люси Александер</i>	189
Близка к поражению. <i>Рейчел Э. Райан</i>	193
Цистерна лимонада. <i>Дон Белт</i>	196
Возьмите с собой мужчину. <i>Мейсон К. Браун</i>	199
Список. <i>Джин Моррис</i>	202
Большая дохлая крыса. <i>Дженнифер Кэтлин Гиббонс</i>	205

Глава 6

ТО, ЧТО ПРАВИЛЬНО ДЛЯ МЕНЯ

10 минут в день. Лорна Холден	209
Неподходящий город для девушки с амбициями. Эрин Э. Форсон	213
Бежать, чтобы выжить. Сю ЛеБретон	217
Самый большой риск — не рисковать. Мелисса Валкс	221
Дебет с кредитом. Диана Старк	225
Как я рассталась с Чарли. Алана Мари	228
Нечаянные уроки. Николь Л. В. Маллис	230
Найти свой дом. Шейла Тейлор-Кларк	233
Последняя коврига хлеба. Николь Рук-Макалистер	236
Моя одержимость «глухарем». Дженнифер Кэтрин Гиббонс	240

Глава 7

УМНАЯ... КАК МУЖЧИНА

Неучтивый клиент. Эстер М. Бейли	249
Ваше дело — менять подгузники. Дженни Павлович	252
Мужчинам — деньги, женщинам — цветы. Эми Ньюмарк	254
Вот комедия!. Илана Лонг	258

Глава 8

НИКОГДА НЕ СДАВАЙСЯ

Выдохшаяся. Тами Шейх	263
Колокола надежды. Диана Лоу Маклахан	266

Бойся, да делай. <i>Шери Зек</i>	270
Блестящие монетки. <i>Гарретт Бауман</i>	273
Аутотренинг в туалете. <i>Джулиэнн Селден</i>	277
Не сдаваться. <i>Лорен Болл</i>	280
Идти до конца. <i>Джультетта Нардонэ</i>	284
Провал? Нет! Только временное отступление. <i>Дотти Уолтерс</i>	289
Три ангела. <i>Патрисия Лоренц</i>	293

Глава 9

НЕ ОЖИДАЛА ОТ СЕБЯ

Золотые бусы. <i>Л. А. Струк</i>	299
Уязвимая и бесстрашная. <i>Эми Мермелштейн</i>	303
Больше не буду стоять в стороне. <i>Сюзан А. Карас</i>	308
С пьяным на дороге. <i>Элли Браун-Хейли</i>	312
Воскресший жених. <i>Д. Б. Зейн</i>	315
Очень страшный микрофон. <i>Кристина Кларк-Джонсен</i>	317
Встать и удержаться. <i>Джей-Си Салливен</i>	321
От страха к радости. <i>Бренда Диллон-Карр</i>	326
Принцесски. <i>Вирджиния Элизабет Хэйес</i>	331
Побить рекорд Гиннеса. <i>Фрэн Капо</i>	336

Глава 10

ВЫЙТИ ИЗ ЗОНЫ КОМФОРТА

Комплекс Золушки. <i>Паскаль Дюге</i>	341
Сделать это ради Билла. <i>Уэнди Энн Рич</i>	344

Приключение на одну персону, пожалуйста!	
<i>Деон Тобан</i>	347
Прививка от низкой самооценки. <i>Дарси Дэниелс</i>	350
Как избавиться от вредных привычек.	
<i>Габриэлла Бернштейн</i>	353
Толстый фитнес-инструктор. <i>Тоня Абари</i>	355
Аквалангистка поневоле. <i>Сара Рис</i>	358
Лучше чем галстук. <i>Линда Барбоса</i>	362
Плохой пример для дочери.	
<i>Малинда Данлэп Филлингим</i>	366
Прыжок в неизвестность. <i>Ронда Пейн</i>	367

Глава 11

ВОЗРАСТ КАК ПРИВИЛЕГИЯ

Седина в голову. <i>Одри Эйдс</i>	373
Гламур для сорокалетних. <i>Лесли Джейн Сеймур</i>	377
Чем заняться на пенсии? <i>Нэнси-Ли Дэвис</i>	382
Наравне с двадцатилетними. <i>Ребекка Дж. Платт</i>	386
Покорить гору в шестьдесят. <i>Ширли Дек</i>	388
Не трогай мои колеса! <i>Нэнси Джульен Копп</i>	393
Девочка, которую никто не приглашал танцевать.	
<i>Элинн Чаплик-Алескоу</i>	397
Знакомьтесь с нашими соавторами	400
Знакомьтесь — Эми Ньюмарк	408
Знакомьтесь — Джои Гордон	409
Поделитесь своей историей	410