



БУДЬ ДИВОМ

Двічі фіналіст Пулітцерівської премії, Регіна Бретт — відома американська журналістка, лауреат численних премій за журналістську діяльність. Її життєвий шлях не був безхмарним. Одинадцята дитина в родині, у 16 вона вже зловживала алкоголем, у 21 стала матір'ю-одиначкою, у 41 захворіла на рак. Проте життєві випробування, здається, лише загартували цю надзвичайну жінку. Поборовши хворобу, вона збрала свої роздуми про життя в книжки. Її 50 уроків — це колекція життєвих притч, інколи кумедних, частіше зворушливих, проте завжди непересічних і повчальних. Це досвід, який авторка винесла з власного минулого, зі своїх помилок, поразок, випробувань та перемог. Якщо вам сумно, якщо здається, що світ до вас несправедливий, і вам терміново потрібна підтримка — просто відкрийте цю книжку. Знайдіть той самий урок, який важливий для вас зараз. Прочитайте його. І посміхніться. Тому що, як каже Регіна Бретт, життя не перев'язане стрічкою з бантом, та це все одно подарунок!

Ця книжка — скарбниця історій, які захоплюють та надають сил творити добро. Її герої — звичайні люди. Авторка ділиться уроками про те, як змінити життя, зробити неможливе можливим, як бачити дива, що відбуваються щодня, та самому стати дивом. Книжка допоможе прийняти себе такими, якими ви є, та спонукає стати кращими!

bookclub.ua

ISBN 978-617-12-9324-3



9 786171 1293243

БУДЬ ДИВОМ



РЕГІНА
БРЕТТ

Двічі фіналіст
Пулітцерівської премії



РЕГІНА БРЕТТ

Двічі фіналіст Пулітцерівської премії



БУДЬ ДИВОМ

50 УРОКІВ,
ЩОБ ЗРОБИТИ НЕМОЖЛИВЕ
МОЖЛИВИМ

КСД



REGINA BRETT

She has twice been named
a finalist for the Pulitzer Prize



BE

THE MIRACLE

50 LESSONS

FOR MAKING THE IMPOSSIBLE
POSSIBLE

РЕГІНА БРЕТТ

Двічі фіналіст Пулітцерівської премії



БУДЬ ДИВОМ

**50 УРОКІВ,
ЩОБ ЗРОБИТИ НЕМОЖЛИВЕ
МОЖЛИВИМ**

ХАРКІВ
2022 **КСД**

УДК 159.9
Б87

Жодну з частин цього видання
не можна копіювати або відтворювати в будь-якій формі
без письмового дозволу видавництва

Видається з дозволу Grand Central Publishing, New York, USA.
Усі права захищено

Перекладено за виданням:

Brett R. Be the Miracle: 50 Lessons for Making the Impossible
Possible / Regina Brett. — New York, Boston : Grand Central
Publishing, Hachette Book Group, Inc., 2012. — 288 p.

Переклад з англійської *Віри Кучменко*

Дизайнер обкладинки *Юлія Сорудейкіна*

ISBN 978-617-12-9324-3
ISBN 978-1-4555-0033-8 (англ.)

- © Regina Brett, 2012
- © DepositPhotos.com / Katerina_Dav, обкладинка, 2016
- © Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», видання українською мовою, 2016, 2018, 2019, 2022
- © Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», переклад і художнє оформлення, 2016

*Присвячується Габріель,
моєму першому диву*

ВСТУП

Щодня ми проходимо повз численних творців див.

Здебільшого вони добре маскуються і виглядають як звичайнісінькі люди: вчителі, перукарі, медсестри, секретарі, касири, таксисти і т. д.

Ніколи не забуду той день, коли я — суцільний згусток стресу — зупинилася, щоб заплатити за паркування. На більшості паркінгів цей процес виглядає так: ти під'їжджаєш до маленької будки, працівник простягає з віконечка руку, бере гроші, дає решту — і ти їдеш далі. Ваші погляди ніколи не зустрічаються, і жоден із вас не запам'ятовує іншого.

Та цього разу працівник підвівся, висунув голову з вікна й широко всміхнувся. Поглянув мені в очі, привітався, потиснув руку і благословив мене, перш ніж я поїхала далі.

Він сказав, що обожнює свою роботу, бо завдяки їй може діяти за покликанням — благословляти людей, які виїжджають із паркінгу назустріч своєму дню. Там, де я бачила звичайного збирача грошей, він бачив свою життєву місію. І завдяки йому я відчула, що відродилась і заспокоїлась.

У житті кожного з нас траплялися такі моменти. Коли поряд люди, які розуміють, що насправді важливим є кожен із нас, а для того, щоб щось змінити, не обов'язково заробляти силу-силенну грошей. Ти можеш почати діяти там, де ти зараз, і примножувати добро.

У світі чимало проблем — і ми часто відчуваємося приголомшеними через усе, що відбувається. Як часто ми чуємо від когось: «Чому, ну чому ніхто не може щось із цим зробити?» Або ж ці слова злітали саме з твоїх вуст, як злітали з моїх. Ми дізнаємося про погані новини й тихенько

шепочемо: «Потрібне справжнє диво, щоб усе це виправити». І чекаємо, чекаємо без кінця й краю, доки хтось інший стане цим дивом.

Ми хочемо, щоб у таких ситуаціях діяв хтось інший. Однак дива — це не те, що роблять виключно інші, — це те, що робить кожен із нас. Вони стаються тоді, коли звичайні люди роблять щось надзвичайне. І бути дивом зовсім не означає, що тобі потрібно хапатися за розв'язання проблем усієї земної кулі. Це означає діяти інакше — у своїй вітальні, на робочому місці, у своєму найближчому оточенні, зрештою — у спільноті.

Протягом останніх 26 років я мала честь працювати оглядачем у клівлендській газеті «Plain Dealer», а до того була журналістом «Beacon Journal» в Акроні. Можна сказати, сиділа в першому ряду на виставі з назвою «Життя». Звичайні люди, що мали найрізноманітніші професії, відкривали мені свої серця та ділилися історіями про те, як вони робили неможливе можливим. Із деякими з них ти зустрінешся на сторінках цієї книжки, а спочатку їхні історії були розказані в нарисах для цих видань.

Захворювання на рак спонукало мене написати мою першу книжку «Бог ніколи не моргає. 50 уроків, які змінять твоє життя». Ті перші 50 уроків мали стати знаком подяки за те, що я жива, що відлік мого «одометра» сягнув 50 років. Тринадцять років тому, коли я була геть лисою від хіміотерапії й дуже слабкою від опромінення, я не була впевнена в тому, що взагалі матиму змогу старішати. І саме тоді я познайомила з численними людьми, які змогли подолати рак і навчили мене робити все можливе незалежно від прогнозів.

Ці 50 уроків мандрували світом — спочатку як колонка в газеті, потім у вигляді електронного листа, якого пересилали по всій країні та світу, і нарешті у вигляді книжки. Їх цитували топ-менеджери компаній, пастори, судді та соціальні працівники. Їх друкували в сотнях брошур, церковних бюлетенях, газетах малих містечок. Люди носять список

цих уроків у своїх гаманцях, пришпилюють їх до стіни коло робочого місця та прикріплюють на холодильники за допомогою магнітів.

Якось я почула таку річ: виявляється, люди читають, щоб відчувати, що вони не самотні. Сподіваюся, ці нові нариси, історії та газетні колонки є відображенням особистих істин, універсальних для всіх нас. І щиро вірю, що ця книжка допоможе тобі прийняти себе такою чи таким, як ти є, і водночас спонукає бути кращим і робити щось у реальності.

Ми не здатні розв'язати всі проблеми, а те, що можемо зробити, не завжди вдається ідеально. Утім, це не має значення. Усе, що потрібно, — почати діяти тут і тепер. І якщо ми це зробимо, то зможемо змінити цей світ.



П'ЯТДЕСЯТ
УРОКІВ



УРОК 1

ПОЧНИ ДІЯТИ ТАМ, ДЕ ТИ ЗАРАЗ

Є старе прислів'я: «Якщо ти вважаєш себе надто малим, щоб на щось впливати, ти ніколи не опинявся в одному наметі з комаром».

Щоразу, коли я його чую, у мене аж вуха зіщулюються від думки про силу однієї крихітної й набридливої комашинки, що здатна не давати мені спати всю ніч, а потім забезпечити свербіж на весь день. Насправді ж усі ми достатньо великі або малі, саме такого розміру, як треба, щоб щось змінити.

Коли я працювала газетним репортером у Акроні, що в Огайо, одного разу мені дали завдання висвітлити історію, яка згодом набула великого розголосу. Одного вересневого дня було викрадено дівчинку. Джессіка Репп мала тільки дев'ять років, коли одного понеділка виїхала з дому на своєму рожевому велосипеді. За два квартали від її домівки до неї на автівці під'їхав чоловік і запитав, чи не знає вона когось із сусідів, які тут живуть. А потім вийшов із машини, відкрив багажник і вдав, що щось із нього дістає. Зненацька він схопив Джессіку з тротуару, кинув у багажник і помчав геть.

Батько Джессіки зателефонував до відділу новин «Veason Journal» і благав нас написати про зникнення його доньки. Дзвінок надійшов наприкінці дня, і в нас було замало часу, щоб повідомити більше, ніж кілька фактів з його слів, і дати опис дівчинки. Поліція ще не підтвердила жодних деталей розслідування, бо минуло зовсім мало часу. Інформації бра-

кувало. Це сталося до появи системи сповіщення про зникнення дітей «Amber Alert» та цілодобових випусків новин на численних кабельних каналах. Того дня одна з наших репортерок — Шеріл Гарріс — залишилася на роботі допізна, щоб дізнатися від батька максимум інформації про дівчинку. Вона доклала всіх зусиль, щоб у наступному номері обов'язково з'явилося фото зниклої дитини. Шеріл бракувало часу на те, щоб написати трохи більше, аніж просто опис білявої дівчинки в рожевій футболці.

Минула доба, а Джессіку ще не знайшли. До того часу новина облетіла майже всі ЗМІ. Я стояла коло її будинку в компанії інших репортерів, очікуючи на погані новини, — ніхто з нас не сумнівався, що вони будуть саме такими. Будь-який поліцейський скаже: якщо дитину не знаходять протягом перших 24 годин, вона вже не повернеться додому. Священники, сусіди й парафіяни стікалися до будинку — заходили до нього, виходили... Це вже скидалося на похорон.

Чи може хтось із нас уявити, як воно — бути одним із батьків зниклої дитини? Молитися й сидіти всю ніч коло телефону, сподіваючись, що кожний дзвінок може принести новину, швидше схожу на диво? Та натомість мама, тато і брат Джессіки прокинулися від шуму поліцейських гелікоптерів, які шукали тіло дівчинки. Кінна поліція прочісувала сусідні кукурудзяні поля, щоб знайти її труп. Шериф, агенти ФБР та десятки поліцейських розсипалися по всьому району. Поліцейські навіть узяли човен, щоб перевірити озера неподалік. Собаки обнюхували улюбленого м'якого ведмедика Джессіки й бігли шукати її слід...

Самотній хлопчик ходив туди-сюди вулицею, міряючи кроками відстань до шерифового джипа, а потім повертаючись назад. То був тринадцятирічний брат Джессіки — Джонатан. Він постійно запитував, чи не знайшлася його сестра. Очі хлопчика почервоніли від сліз і безсоння, адже протягом усієї ночі він тільки те й робив, що прокидався й перевіряв, чи не лежить його сестричка у своєму ліжку, чи не спить там у повній безпеці.

Спостерігаючи за роботою поліції навколо мене й наді мною, я невпинно молилася за Джессіку та її родину. Я стояла на тротуарі біля її будинку, аж раптом, здалося, весь дім вибухнув криками.

Поліція знайшла Джессіку.

Живою.

Її мама, сестра, брат і всі, хто був тієї миті в будинку, вибігли назовні, радісно схлипуючи та славлячи Бога. Батько якраз друкував додаткові копії її фото, коли йому повідомили цю звістку. Він усе кинув і помчав до лікарні.

Усі репортери зробили те саме. Утім, поліція відмовлялася розповідати про те, що сталося з дівчинкою. Коли вони намагалися дізнатися деталі, вона починала плакати.

Зрештою з'ясувалося, що о 5 годині ранку викрадач привів дівчинку до міні-маркету «Daily Mart», що в Барбертоні. Продавець — один із тих людей, які перебувають на найнижчому кар'єрному щаблі, — старанно обслуговував покупців, коли до крамниці зайшов чоловік із маленькою дівчинкою. Вона мала наляканий вигляд. Продавець поглянув на дівчинку, на фото Джессіки Репп, що супроводжувало газетну новину, яку написала Шеріл. Він упізнав її. А тоді зателефонував до поліції.

Цей продавець урятував дівчинці життя. Він упізнав її викрадача, бо той раніше бував у їхній крамниці. Трохи згодом працівник заправки також зателефонував до поліції, оскільки помітив чоловіка, який поведився дивно. Завдяки запису з відеокамери вдалося з'ясувати, що то був викрадач — він зупинився на заправці купити цигарок. А близько 11 години ранку поліція помітила його авто на паркінгу. Дівчинка сиділа на передньому сидінні поряд із викрадачем.

У поліції повідомили, що викрадач мав психічний розлад, лікуванням якого ніхто не займався, і його поведінка була непередбачуваною. Офіцери зауважили, що він із великою ймовірністю якоїсь миті міг запанікувати та вбити дівчинку.

Моя подруга Шеріл здобула Пулітцерівську премію — найвищу нагороду, яку може отримати журналіст, — і стало-

ся це багато років потому, коли вона написала серію газетних статей про расові стосунки. Шеріл навіть не пам'ятає, що колись писала новину про Джессіку Репп. Та робота була незначною і аж ніяк не вплинула на її подальшу кар'єру. То не була журналістика, за яку отримують премії та визнання, однак то було дещо краще. То була журналістика, яка рятує життя.

Найважливішою історією з-поміж тих, які вона будь-коли написала, імовірно, була найкоротша з них. Я не пам'ятаю, але, здається, під нею навіть не зазначалося її ім'я. Однак ця новина допомогла врятувати життя дитини.

Я так і не дізналася, як склалася доля працівника заправки і продавця міні-маркету, який першим повідомив про те, що бачив дівчинку з викрадачем. Дуже часто такі люди залишаються абсолютно непомітними — ми навіть не дивимося їм в очі, коли купуємо молоко, пачку цигарок чи заливаємо пальне в бак.

Однак ця історія змінила мою думку про людей, повз яких ми проходимо щодня. Людей, які працюють там, де нам би не хотілося працювати. Завдяки їм я дізналася дуже важливу річ: немає людини, яка була б геть незначною чи надто малою, щоб на щось вплинути, щось змінити.

Якщо хочеш, щоб у цьому світі сталися суттєві зміни, виконуй свої малі завдання з великою любов'ю, великою увагою, великою пристрасстю. Просто прийми як даність роботу, родину, сусідів, свої завдання.

Адже ніколи не знаєш, що трапиться, якщо ти просто почнеш діяти за можливостями, які перед тобою відкриваються. Коли дієш тут і тепер, ти можеш пробивати на касі молоко, цигарки і пальне. А можеш урятувати чиєсь життя.



УРОК 2

РОБИ ТЕ, ЩО ТОБІ ДО СНАГИ

Неможливе може початися з чогось незначного — скажімо, маленької гuli.

Протягом багатьох років я не раз чула застереження: «Здійсною самообстеження грудей щомісяця». Як і більшість жінок, я робила його «нібито» регулярно. Раз на кілька місяців швиденько «нібито» промацувала груди, однак не настільки ретельно, як радили лікарі. Я не хотіла шукати собі проблем — бо якщо їх шукаєш, то обов'язково знайдеш. А вишукування раку вибиває тебе з колії. Дякувати Богові, я це робила!

Одного вечора, коли я виконувала колові рухи подушечками пальців по грудях, мої пальці раптом завмерли. Як віддавна тут оце затвердіння? Можливо, це ні про що не свідчить, але минулого разу, коли я перевіряла, його тут не було. І ця «дрібничка» виявилася раком грудей II стадії. Згодом хірург видалив пухлину завбільшки з виноградину.

Коли чуєш слово «рак», тобі здається, що хтось підкидає елементи гри «Життя» високо в повітря. Вони розлітаються навсібіч, а потім приземляються на нове ігрове поле. Усе перемістилося в іншу площину, і ти не знаєш, із чого почати. Однак страх угамовується, коли ти починаєш діяти, коли робиш те, що тобі до снаги.

Перш ніж розпочався курс хіміотерапії, я записала найкращі поради від лікарів, членів родини, друзів, а також ті, які знайшла в книжках чи почула від людей, котрим вдалося подолати рак. Я створила «інструкцію користувача», покли-

кану допомогти мені подбати про себе. Вона мала нагадувати, що з раком можна впоратись. Я склала план, який допоміг би мені витримати чотири місяці хіміотерапії та шість тижнів щоденного опромінення. І на початку моєї «інструкції» я присягнулася, що виживу:

Я, Регіна, присягаюсь одужати. Присягаюся брати участь у своєму лікуванні, навіть якщо це означатиме, що в моєму житті стануться фізичні, емоційні та психічні зміни. Присягаюсь дотримуватися курсу лікування та не озиратися назад. Присягаюся робити все можливе, щоб зцілитись і жити далі.

Коли в тебе рак, то це немов ти потрапляєш до нового часового поясу — поясу Раку. У Тропіку Раку все обертається навколо твого здоров'я або хвороби. Я не хотіла, щоб моє життя стало супутником раку. Життя має бути на першому місці, а рак — на другому. Отже, я вирішила розробити план: радіти життю, навіть якщо в мене рак. Насолоджуватися життям разом із людьми, яких люблю, прочитати всі заплановані книжки, переглянути фільми, на які раніше бракувало часу, і врешті-решт купити піаніно, про яке завжди мріяла. Згідно з цим планом моє життя мало залишитися максимально незмінним: я хотіла писати свою газетну колонку, грати у волейбол і викладати в коледжі курс письменницької майстерності.

Уранці перед першим сеансом хіміотерапії я поклала в рюкзак пляшку з водою, «інструкцію користувача», блокнот, ручки, льодяники, CD-плеєр, диски, навушники та книжки. Сеанс мав тривати одну чи дві години, однак я була готова до будь-чого. Я вмостилася в кріслі так, ніби то був пляжний шезлонг, одягла навушники й почала слухати пісню Луї Армстронґа: «Я бачу дерева й троянди, що цвітом буяють для нас... І думаю тихо-тихо: "Який же чудовий цей світ..."»

І світ справді був чудовим, попри те, що цілісінський рік він обертався навколо мого раку. Коли 1998 року я захворіла, поблизу не було груп підтримки, які б не вимагали грошей чи страховки. У кожній лікарні пропонували свою програму,

однак не було жодного централізованого місця, де можна було б спілкуватися з іншими «борцями з раком», спробувати йогу, масаж, рейкі¹, фізичні вправи, вести щоденник та займатися іншими холистичними² справами, що сприяють зціленню.

Через рік після мого одужання в моєму житті з'явилася Ейлін Сефрен. І вона про дещо мріяла. Ейлін хотіла створити місце, куди міг би прийти кожен, у чиєму житті з'явився рак, і отримати необхідну підтримку безкоштовно. Я сиділа за одним столом із десятками інших людей, яких вона запросила на першу зустріч із планування. Її мрія видавалася такою великою, неосяжною, неможливою... Я мала сумніви, що вона коли-небудь здійсниться, а тому вирішила вийти з цієї гри. Усе ще слабка після хіміотерапії та залишкових явищ опромінення, я навіть не могла уявити, що ця ідея зможе розправити крила й відірватися від землі.

Ейлін була соціальним працівником клініки. В обох її батьків діагностували онкологічні захворювання з різницею в півроку — батько захворів на рак легень, а в матері була неходжкінська лімфома. Обоє померли з різницею в три роки. Перебуваючи поряд із ними протягом усього процесу лікування, Ейлін усвідомила, що хворим на рак украй необхідне місце, де вони могли б отримати допомогу. Її уява чітко вимальовувала центр, який би не був схожий на лікарню ані запахом, ані виглядом, ані атмосферою. Це мало бути місце, у якому ти не повинен надавати «правильну» страховку, щоб отримати консультацію. Місце, де тобі можуть зробити масаж без призначення лікаря. Місце, де кожен, у чиєму житті з'явився рак, міг би отримати безкоштовну підтримку. Місце, де не почувашся таким самотнім.

Ейлін працювала з пацієнтами, які мали онкологічні й психологічні проблеми. Вона згуртувала навколо себе комісію експертів, зустрічалася з фахівцями в галузі онкології та

¹ Вид нетрадиційної медицини, що передбачає зцілення за допомогою дотиків долонь. (Тут і далі прим. перекл.)

² Концепція нетрадиційної медицини, центром уваги якої є людина як цілісна система.

з представниками інших організацій. Дослідила центри здоров'я по всій країні, розробила сайт *touchedbycancer.org*. Вона відкрила двері центру «Місце зустрічі» через півтора року після тих перших зборів. Для мене й досі лишається загадкою те, як вона змогла все це зробити. Як їй це вдалося?

— Оптимістична наївність, — зізналася вона.

Під час перших відвідин центру «Місце зустрічі» я пригадала рядки з книжки «Аліса в Країні Див», де головна героїня зауважує: «Немає сенсу навіть намагатися. Ніхто не може вірити в неможливі речі». А Біла Королева на це: «Наважуся припустити, що тобі просто бракує практичного досвіду. У твоєму віці я щодня витрачала на тренування півгодини свого часу. Та що там, іноді я встигала повірити в шість неможливих речей ще до сніданку!»

Тож якщо ти хочеш здійснити неможливе, роби те, що тобі до снаги.

Ейлін створила справжню «Швейцарію» охорони здоров'я. Тепер це самостійний, незалежний громадський центр раку. Жодних територіальних баталій між лікарнями. Байдуже, де відвідувач отримує лікування. Тут радо зустрічають усіх. Послуги для кожного, кого торкнувся рак, абсолютно безкоштовні. У центрі пропонують масаж, мануальну терапію, ведення щоденників, тай-чі, йогу, програми з дієтичного харчування, фізичні вправи та групи підтримки для хворих на будь-який вид раку. Тут є групи, які допомагають навчитися рухатися вперед, гарно виглядати, віднайти внутрішній спокій; пропонують програми, які вчать пробачати, дбати про себе, готувати здорову їжу. Працівник бібліотеки консультує щодо рахунків за лікування, клінічних аналізів та лікування раку, а волонтери-юристи допомагають скласти заповіт чи вирішити питання, пов'язані з нерухомим майном.

Це місце зцілення й надії. Тут ніколи не вимагають показати страховку. Це місце, де не панує атмосфера «закладу». Тут не роблять уколів, аналізів крові, не лікують і не обстежують. Воно швидше нагадує дім із каміном, оригінальними

картинами на стінах та зручними меблями. Усе це — пожертви окремих осіб та організацій.

Історія «Місця зустрічі» розпочалась 2000 року в приміщенні магазину площею 6100 квадратних футів. Потім його площа збільшилась удвічі, а річний операційний бюджет зріс із 360 тис. доларів до 1,8 млн. Будівлю вже викупили, і центр функціонує виключно завдяки жертвам людей та організацій; у ньому працюють 350 волонтерів.

На місці, де колись була купа бруду, тепер буяє справжній сад зцілення — з фонтанами й водоспадами, різьбленими витворами з каменю та годівничками для птахів. Ковані залізні ворота, заплутані стежки... Казковий лабіринт розповідає історію про дивовижне перевтілення залізного гусеничного кокона на велетенського срібного метелика. Це місце немовби нагадує тобі: світ прекрасний, навіть якщо ти борешся з раком або допомагаєш його подолати тому, кого любиш.

Поки що в нас немає ліків від раку, однак такі люди, як Ейлін, лікують страх перед цією хворобою, натомість пропонуючи надію. Те саме може робити й кожен з нас. Ми робимо те, що можемо, навіть якщо на перший погляд це видається неможливим.



УРОК 3

ТИ МОЖЕШ ЗМІНИТИ БАГАТО, НАВІТЬ ЯКЩО ОТРИМАЄШ МАЛО

У світі журналістики мене повсякчас називали «матір'ю Терезою», бо я тільки те й робила, що намагалася допомогти всім і кожному. Я не думаю, що бути «добрим самарянином» прикро, коли згадую про те, що роблять соціальні працівники: гоять рани, допомагають розгубленим, самотнім, тим, про кого всі забули.

Кілька років тому, коли мене попросили виступити з вітальною промовою на факультеті прикладних соціальних наук у коледжі Манделів при Західному резервному університеті Кейза, я не знала, про що говоритиму.

Перш ніж виступати перед випускниками, я зателефувала до своїх знайомих соціальних працівників. Усі порадили мені говорити з гумором, адже соціальні працівники його дуже люблять. «Розповідай анекдоти», — одноставно радили вони.

Анекдоти? Я не знала анекдотів про соціальну роботу, окрім тих, які надіслали мені друзі:

Скільки соціальних працівників потрібно, щоб замінити лампочку?

Ніскільки. Вони допоможуть їй змінитися самостійно.

Скільки соціальних працівників потрібно, щоб замінити лампочку?

Ніскільки. Вона не перегоріла, просто світить по-іншому.

Скільки соціальних працівників потрібно, щоб замінити лампочку?

Ніскільки. Вони об'єднуються в команду й напишуть наукову роботу про те, як адаптуватися до темряви.

І мій улюблений:

Скільки соціальних працівників потрібно, щоб замінити лампочку?

Лампочку не треба міняти. Треба змінити систему.

А ще мені розповіли старий анекдот про злочинця з пістолетом, який напав на соціального працівника. «Гроші або життя!» — закричав він. «Вибачайте, — відповів соціальний працівник, — грошей у мене немає. Правда, і життя теж».

Те саме можна сказати й про поліцейських, медсестер, учителів і багатьох інших — усіх, хто перебуває на «передовій» життя. Ці люди дуже важливі, але так мало отримують!

Так, вони отримують мало. Чи все ж...

Завдяки поетові Тейлору Малі я змінила свою думку. Його проникливі слова про те, скільки отримують учителі, облетіли весь світ в електронних листах. Він змусив мене поглянути на заробітки соціальних працівників під іншим кутом.

Учителі не отримують того, чого вони справді варті. Вони не хизуються зарплатами, заміськими будиночками чи відпочинком на півдні Франції. Їхні зарплати та привілеї — це так мало порівняно з тим, скільки годин і натхнення вони витрачають на планування уроків, перевірку домашніх завдань, консультування учнів і заспокійливі бесіди з батьками.

Малі підкреслив важливість професії вчителя, наголосивши на тому, що саме вчителі спонукають дітей працювати наполегливіше, аніж можна собі уявити. Вони можуть перетворити трійку з плюсом на медаль, якщо помічають, що учень робить усе можливе, щоб досягти успіху. І водночас можуть змусити його відчувати, що п'ятірка з мінусом — це майже двійка, якщо він, на їхню думку, міг би виконати все

набагато краще. Учителі змушують батьків тремтіти під час батьківських зборів і навіть коли телефонують їм додому!

Завдяки Малі я згадала містера Рікко — викладача англійської в дев'ятому класі. Він міг би стати ким завгодно й поїхати куди забажає. Містер Рікко обожнював оперу, поезію та гарні вина. Але натомість навчав похмурих дев'ятикласників у школі Браун Джуніор, що в місті Равенна, штат Огайо, як написати один хороший, справді вартий уваги абзац.

А ще був містер Маске, вчитель хорového співу в старшій школі. Коли я співаю в душі, то іноді віддаю перевагу партії альту з «Вестсайдської історії», якої він мене навчив. Я страшенно заздрила сопрано з їхніми чудовими мелодіями, однак саме завдяки йому зрозуміла, що всі партії важливі — навіть найменші. Знаєте, я не вірила йому, доки ми всі не вийшли на сцену в шкільній актовій залі. Чорт забирай, та ми звучали, як мормонський церковний хор! Щоразу, коли я чую «Бойовий гімн республіки», я немов бачу його руки — вони танцюють у повітрі, сплітаючи наші тремтливі голоси в одну прекрасну пісню.

Був і містер Роберто, який щонайменше раз на тиждень казав: «Безкоштовних сніданків не існує, Бретт». Цей учитель природознавства вимовляв прізвище учня так, ніби воно було крапкою в кожному реченні. Для нього ми були морськими піхотинцями, а він — нашим сержантом. Саме завдяки йому я здаю сміття на переробку. Завдяки йому я завжди перевертаю камінці в струмку, щоб побачити, хто під ними ховається. Завдяки йому відщипую верхівки рослин, щоб вони ставали пишнішими. Завдяки йому я колись хотіла стати лісником.

Таких учителів дуже багато — деякі імена давно вже стерлися з пам'яті, однак той слід, який вони залишили в моєму житті, ніколи не зникне. Завдяки вчителю я можу підбити баланс чекової книжки, вирахувати складні відсотки та дізнатися, скільки фарби потрібно, щоб пофарбувати кімнату 3 × 5 метрів. Завдяки вчителю я просто **ОБОЖНЮЮ** читати, а коли любиш читати, перед тобою відкривається весь світ.

Таких людей багато не тільки серед учителів. Знаєш, що вони роблять? Відкривають цілий світ. На жаль, рівень їхньої зарплати перебуває в найнижчій частині прибуткової шкали. А тому я знову повертаюся до скромних соціальних працівників.

Як і вчителі, соціальні працівники багато не отримують. Та все ж...

Учому ж їхнє багатство?

Вони дають безплідній парі можливість святкувати День матері й День батька протягом усього життя, допомагаючи всиновити малюка, батьки якого є наркоманами, а він нікому не потрібен.

Вони допомагають дитині засинати спокійно і не боятися батькових кулаків.

Вони допомагають ветеранові-безхатченкові відчутися себе як удома в цьому світі.

Вони допомагають дівчинці підліткового віку нарешті припинити різати вени.

Вони допомагають жертві домашнього насильства віднайти в собі мужність і назавжди покинути свого мучителя.

Вони допомагають хлопчикові з синдромом Дауна відчутися себе найрозумнішим.

Учому ж їхнє багатство?

Вони допомагають 10-річному хлопчикові повірити в те, що його люблять і хочуть бачити поряд, незалежно від того, як довго він житиме в черговому сімейному притулку.

Вони допомагають юному батькові полічити до десяти й вийти з кімнати, якщо в нього виникає бажання стусонувати свого новонародженого малюка.

Вони допомагають хворому на шизофренію забути про його демонів.

Вони допомагають жертві зґвалтування заговорити про це вперше, навіть якщо після того випадку минуло багато років.

Вони допомагають колишньому в'язневі не зазирати до пляшки, а влаштуватися на роботу.

У чому ж їхнє багатство?

Вони допомагають парі налагодити стосунки, щоб ті люди забули про свій намір розлучитись.

Вони допомагають пацієнтці, хворій на рак, примиритися зі своїм минулим, своїм нетривалим майбутнім, зі своїм Богом.

Вони допомагають старенькому, дружина якого має хворобу Альцгеймера, цінувати ті часи, коли вона його пам'ятала.

Тим, хто відчуває себе забутим і покинутим, вони допомагають відчути, що їх цінують, негарним — почуватися прекрасними, розгубленим — знати, що їх розуміють, а зламанним — відчути себе цілісними.

У чому ж їхнє багатство?

Якось Малі сказав, що вчителі роблять більше, ніж переважна частина з-поміж нас протягом усього життя.

Вони змінюють світ на краще.



УРОК 4

ПРИМНОЖУЙ ДОБРО

Вони носять ярлики, які на них чіпляє світ: «волоцюга», «невдаха», «колишній ув'язнений», «алкоголік», «повія», — доки не зустрінуть Ларрі Петраса й не зрозуміють, що це не так.

Серед людей, які переступають поріг Вестсайдського католицького центру в Клівленді, мало хто справляє гарне враження. Вони сердяться. Вони щось бельочуть, просячи гроші. Від них тхне перегаром. Вони тижнями не перуть свій одяг.

Ларрі, якому було 76 років на момент нашого знайомства, зовсім не зважав на це, коли почав працювати на волонтерських засадах у клівденському агентстві щовівторка й щочетверга вранці. Ідеальний зір Ларрі зникає, коли йдеться про бідних. Він не бачить ані бруду, ані негарздів, ані сорому.

Він піднімає свої біфокальні окуляри на чоло — над сірими, мов морські хвилі, очима — і опиняється віч-на-віч із Божими синами й доньками.

— Я завжди враховую те, що про них думає Бог, — каже Ларрі. — А Бог ніколи не жалкує про жодне з Його творинь.

Він став волонтером понад десять років тому і спершу просто сортував одяг. А потім одного дня Ларрі попрохали допомогти з написанням резюме. Невдовзі кількість таких прохань значно зросла. Його навіть почали називати «людиною-резюме». У центрі повісили оголошення про те, що якщо комусь потрібна допомога в написанні резюме, слід звернутися до Ларрі.

— Резюме — як етикетка на банці з напоєм. Воно розповідає, якою є ця людина, що в неї всередині, що вона може запропонувати, — Ларрі говорив так тихо, що мені довелося нахилитися до нього, щоб це почути.

Чоловік із сивим волоссям, яке скидається на пушок на голівці немовляти, і чорними бровами, що вигинаються над очима двома широкими знаками запитання, не просто занотує історію місць роботи й відповідні дати. Він копає глибше, питаючи: «Чого ви досягли на цьому місці? Про що мрієте? На що сподіваєтесь? Маєте якісь хобі?»

— У житті кожного з цих людей завжди є щось приховане, те, про що їх ніхто ніколи не питав, — каже Ларрі.

Він ніколи не питає їх, чому або як вони стали бідними.

— Суспільство достатньо їх звинувачує, — говорить Ларрі. Мов священник, він вислуховує все, у чому вони мають потребу зізнатись, і відпускає їм гріхи, обіймаючи кожного.

Ларрі нахилиється вперед, спираючись ліктями на свої потерті блакитні джинси, і пошепки розповідає мені про жінку, яка зловживала алкоголем з дитинства, але тепер заміжня й веде тверезий спосіб життя.

— Ці історії просто не вкладаються в голову, — каже він. — Життя сповнене проституції, інцестів, побоїв. Ти бачиш ці синці під очима, ці зламані щелепи...

Для Ларрі не існує безнадійних людей. «Доки людина живе, у її житті завжди є місце для надії», — щиро переконаний він.

Він говорить кожному з них, що вони є гарними людьми, і просить бути такими, якими їх бачить Бог. Ларрі збирає докупи часточки особистостей, які вважаються втраченими. Один 45-річний чоловік зазвичай працював виключно у сфері обслуговування: прибирав бейсбольне поле команди «Cleveland Indians», мив посуд і був кондуктором в автобусі. А от Ларрі з'ясував, що той закінчив коледж і завжди мріяв бути вчителем. Тож у розділі «Особисті цілі» написав: «Я хотів би працювати в коледжі й здобути посаду вчителя».

Ларрі дізнався, що один чоловік працював волонтером у центрі боротьби з голодом, і додав цей факт до резюме. Інший працював у хімчистці й керував десятьма робітниками. Ларрі навчив його говорити: «Я був відповідальним за...» замість «Я працював у...»

Ларрі не просто пише, що хтось був оператором штампувального преса. Він зазначає, що ця людина виробляла 500 деталей на годину, вага преса сягала 600 тонн, а робочі зміни тривали до 12 годин. «Оце так навички!» — вигукує Ларрі, схвильований кожною часточкою «золота», що знаходить у кожному, кому прагне допомогти.

Перш ніж вийти на пенсію, Ларрі працював продавцем у компанії, що виробляла гайки й болти. Тепер він набирає свої записи на домашньому комп'ютері, роздруковує копії резюме та складає їх у красиву папку. Замість оплати за свою роботу він отримує спантеличений вираз обличчя людини, яка розуміє: «Це ж треба — я таки чогось вартий! Мені є що запропонувати!»

— Я спонукаю їх мріяти про те, ким вони можуть бути, а не просто вдовольнятися тим, що вони мають зараз. Я намагаюся прищепити їм надію, — каже Ларрі. — Це безкоштовно.

Він віднаходить приховану цінність у кожній загубленій душі, яка переступає поріг центру, бо довго тренувався, щоб її розгледіти. Коли шукаєш у комусь хороше, то не тільки знаходиш його, а ще й примножуєш. Ларрі нагадав мені рядок із Біблії, у якому Марія, дізнавшись про свою вагітність, каже: «Звеличує душа моя Господа».

Моя душа має погану звичку звеличувати те, що не є гарним чи благочестивим. Надто часто я спрямовую своє внутрішнє збільшувальне скло на гидку репліку незнайомця, і вона починає розростатись. Або ж фокусує на минулому — на вчительці, яка глузувала з мене в третьому класі, на друзях, які розчаровували мене в старшій школі, — і рани глибшають. За допомогою цього скельця я вдвляюсь у майбутнє — і нескінченний потік страху, тривоги й неспокою перетворюється на бурхливу річку, яка збиває мене з ніг.

Як воно — змусити свою душу справді звеличувати Господа? Бачити в кожному тільки добро, бачити Бога в кожній людині? А саме це й робить Ларрі.

Насамперед це означає, що будь-якої миті кожного дня ти вирушаєш у світ з особливим збільшувальним склом. І в усьому, на що його спрямовуєш, бачиш Бога.

Уяви, що бачиш Бога у своєму начальникові. У жінці, чиє робоче місце сусідить із твоїм. У водієві, який їде попереду на шосе. У сусідові, який не бажає косити траву на своєму газоні. У галасливому хлопцеві, який продає шоколадні батончики в метро.

Уяви, що бачиш виключно добро у своєму чоловікові чи дружині. У чоловікові, який жадливо хропе й забуває опустити сидіння в туалеті. У дружині, яка тільки те й робить, що шпепить тебе й ніколи не вислухає, хоч сама говорить без упину.

Уяви, що бачиш добро у своїх дітях. У малюкові, який починає голосно вередувати в крамниці, побачивши солодощі. У десятирічній дівчинці, яка відмовляється навести лад у своїй кімнаті. У підліткові, який розбиває автомобіль, узятий без дозволу.

Уяви, що бачиш Бога в раковому діагнозі, який тобі щойно озвучили. Або ж у повідомленні про звільнення. У тесті на вагітність, що виявився позитивним... або негативним.

Що трапиться, коли ти спрямуєш своє збільшувальне скло на те, що видається мертвим у твоєму житті, і побачиш у ньому добро? На шлюб, який хочеш розірвати? На роботу, що остогидла? На родину, яка доводить тебе до сказу? На того, кого бачиш у дзеркалі?

Усе, що я бачу крізь збільшувальне скло, стає більшим. І тільки я вирішую, на чому його фокусувати.

УРОК 5

РОБИ ВСЕ ЯКНАЙКРАЩЕ І НЕ ДУМАЙ ПРО ТЕ, ЩО БУДЕ. НЕ ЗАБІГАЙ НАПЕРЕД

Найгірша газетна колонка, яку я написала у своєму житті, зрештою виявилася найкращою завдяки вчительці.

Джо Енн Голліс назвали найкращим учителем року в професійній школі містечка, у якому я виросла. Вона обожнювала викладати основи домашнього господарювання учням з обмеженими можливостями та фізичними або психічними вадами. Вона бачила в них потенціал, який іншим годі було розгледіти. Її покликанням було змусити кожного відчути свою значущість. Джо Енн помирала від раку, коли я брала в неї інтерв'ю за кілька днів до Великодня. Я готувала матеріал для колонки, яка мала побачити світ саме на Великдень.

Наступного дня після нашої зустрічі я написала колонку для газетного номера, що мав вийти в четвер, і вона виявилася найгіршою з усіх матеріалів, які я будь-коли створювала. Я спробувала пожартувати, і в мене нічого не вийшло. То було найкраще, що я могла зробити того дня, коли моя муза покинула мене й пішла гуляти.

Я написала цілу колонку, називаючи Великдень найбільш вульгарним святом у календарі. Ось фрагмент цього матеріалу, який вийшов під заголовком «Великодні ласощі можуть довести людину до божевілля»:

Від жажливих кольорів цих ласощів знудить навіть великоднього зайця. Кожен виробник солодоців дотриму-

ється думки, що споживач обирає їх саме за барвою — що яскравіші, то кращі. Яскраво-рожевий, від якого хочеться замружитись, на першому місці, на другому ж — брудний фіолетовий.

І чому все обов'язково має форму яйця? Хто це придумав? Навряд чи то була ідея великоднього зайця. Самі по собі яйця — досить огидна штука. З ними можна змиритися хіба тоді, коли вони приготовані з прянощами.

Цукерки-яєчка, блакитні, мов яйця малинівки... Вони з'явилися вже досить давно, однак якій дитині спаде на думку з'їсти яйце малинівки? І який батько чи мати їй це дозволить?

Шоколадні зайці й досі масово продаються, але якщо ви знайдете серед них такого, чий смак не викликає асоціації з музеєм воскових фігур, вважайте, що вам пощастило. І якщо вам здається, що тільки мене дратує ця ситуація з ласощами, просто дочекайтеся неділі. Не дивуйтесь, якщо великодній заєць залишить коло вашого кошика кругленькі коричневі кульки. І це будуть не ролзинки в шоколаді!

У колег із відділу новин очі полізли на лоба, коли вони це читали. Я випадково почула, як один із них припустив, що я писала це під мухою. Декілька читачів зателефонували до редакції, щоб розкритикувати мій матеріал. А мені було соромно. Того дня я зробила все, що могла, однак їхня критика натисла на кнопку моїх внутрішніх сумнівів, яка завжди запускає одну й ту саму платівку: «Що з тобою? Ти можеш хоча б щось зробити як слід?» Я й досі чую голос свого батька — той, що долинав до моїх вух у найгірші моменти, — у ті дні, коли буваю надто суворою до себе або ж коли мене засуджує хтось інший.

Цей голос просто виснажував мене до того дня, коли я поговорила з чоловіком Джо Енн. Це сталося після того, як моя колонка з її інтерв'ю була надрукована — якраз на Великдень. Я написала про те, що вчителі професійної школи

«Maplewood Joint» у моєму рідному містечку Равенні назвали її найкращим учителем року.

Джо Енн було 44 роки, і вона помирала від раку сечового міхура. Уже за п'ять місяців він поширився на товсту кишку, печінку, легені, хребет і мозок. Однак їй, здавалося, важче було усвідомити, що вона ніколи не повернеться до свого класу, аніж те, що її вбиває рак.

У Джо Енн більше не було класної кімнати, але вона продовжувала викладати, лежачи на ліжку в себе вдома. Перше, чого вона мене навчила, — це дивитися людині в очі й називати її на ім'я. І коли її горіхові очі впіймали мій погляд, вони вже не хотіли його відпускати.

Коли я брала в неї інтерв'ю, вона вже була прикута до ліжка і втратила майже все волосся, тож на її голові була красива шовкова хустка. Жінка попрохала мене підійти ближче, щоб під час розмови вона мала змогу бачити мої очі. Здавалося, що навколо неї розливається тепло, подібного до якого я ніколи не відчувала від жодної людини ні до того часу, ні пізніше. Здавалося, все її тіло випромінювало світло, яке неможливо було побачити, але можна було відчутти. Я відчувала чисту любов і благодать. Що ближче я підходила, то менше помічала, що в неї лишилося так мало волосся, а шкіра стала майже прозорою...

Джо Енн розповіла, що до її подвір'я приїздили цілі автобуси вчителів, які тримали плакати з написами: «Так тримати, Джо!», «Учителька світового рівня», «Учителі змінюють життя». Кожен із них ішов через газон і піднімався до вікна її спальні, щоб подякувати. Джо Енн говорила про свою роботу в теперішньому часі, хоч і знала, що вже ніколи не повернеться до школи. Кожну її фразу обривав сильний кашель. Вона розповіла мені, чому любила викладати учням із фізичними та розумовими вадами.

— Коли вони заходять до класу, то опускають очі долу, — сказала Джо Енн. — У них узагалі немає самооцінки. Ці учні й гадки не мають, що вони хороші люди. А їхньому оточенню байдуже. Люди намагаються запхнути

їх у різні кутки й забути, тримаючись осторонь. Для мене ж головна винагорода — бачити, як ці очі відриваються від підлоги й зустрічаються з моїми. Тоді я розумію, що в них усе вийде.

Головним завданням Джо Енн було підготувати учнів до роботи у сфері послуг.

— Вони можуть отримати робочі навички на будь-якому місці, якщо люди ставитимуться до них терпляче, — пояснила вона. — А от із навичками, необхідними для життя, буває складніше.

Коли вона везла дітей в автобусі, щоб перекусити, вони зупинялися коло улюбленого закладу кожної дитини, щоб вона могла вибрати те, що їй до вподоби. В Об'єднаній Церкві Христа, де Джо Енн працювала вчителькою недільної школи, вона відкрила «Секцію свідомої турботи». Її члени відвідували хворих, надсилали листівки й допомагали пацієнтам дістатися лікарні.

Як лідерка дівчаток-скаутів, Джо Енн завжди ставила задоволення на перше місце. Тож коли вони виїжджали до табору, комфорту зазвичай не бракувало.

— Раз на рік ми їздимо до Шератона, — зізналася вона пошепки, мов та дитина, яка вирішила розкрити свою таємницю. — І якщо дівчатка хочуть витратити свої кишенькові гроші, я їм не забороняю. Мені подобається, коли людина отримує задоволення від усього. Коли проводиш час весело і з задоволенням, запам'ятовуєш це на все життя, незалежно від того, чим займаєшся: уроками, хатніми справами чи церковною діяльністю.

Понад усе вона боялася втратити лише одну роботу — материнську. Їй хотілося дожити до моменту, коли її 16-річний син Тоні стане скаутом-орлом, а донька Дон, якій було 14, прийме таїнство конфірмації в церкві. Вона знала, що не доживе до того часу, коли її діти закінчать школу, одружаться, народять дітей. Джо Енн просто хотіла, щоб вони пам'ятали, як сильно вона їх любила. Хотіла, щоб вони знали, що їм належить краса й дивовижність

кожного дня — з тієї самої миті, коли вони прокидаються вранці.

Джо Енн обожнювала світанки.

— О, це прекрасно! Коли бачиш, як сходить сонце, розумієш, що це — слава Господа, — вона говорила голосом, який швидко затихав.

Вона хотіла, щоб діти та учні поділяли її думку з приводу того, яким має бути їхнє покликання в житті. Жінці імпонували слова з її улюбленої книжки, Біблії, — то було Послання до Ефесян: «Отож, благаю вас я, в'язень у Господі, щоб ви поводитися згідно з покликанням, що до нього покликано вас, зо всякою покірною та лагідною, з довготерпінням, у любові терплячи один одного, пильнуючи зберігати єдність духа в союзі миру... Ви були колись темрявою, тепер же — світлом у Господі: поведіть же ся ж як діти світла».

Її світло згасло на Великдень. Джо Енн Голліс померла на світанку — у час, який любила найбільше.

Коли я про це дізналася, то відразу зателефонувала її чоловікові Біллу.

— Пам'ятаєте ту колонку, яку ви написали про великодні солодощі? — спитав він.

Я збралася з духом. «О ні, — подумала я. — Невже саме вона підштовхнула її до кінця? Невже все було настільки погано?»

Білл розповів, як сидів біля ліжка дружини й читав її мій матеріал.

— Вона сміялася без упину, — сказав він. — А пізніше того дня впала в кому і більше не прокидалася. Я хочу подякувати вам за ту колонку, адже саме завдяки їй ми востаннє сміялися разом.

То був подарунок від Джо Енн. Усвідомлювати, що, навіть маючи найгірший вигляд, можна бути для когось подарунком. Що навіть недостатні зусилля можуть глибоко проникати в душу якоїсь людини. Знати, що результати моєї праці — то не моя справа.

ПРО АВТОРА

Регіна Бретт — авторка книжки «Бог ніколи не моргає. 50 уроків, які змінять твоє життя», бестселера за версією «New York Times», і колонки в газеті «Plain Dealer» у Клівленді, штат Огайо. Двічі була фіналісткою Пулітцерівської премії в номінації «Коментар» та отримала численні нагороди за письменницьку діяльність, включно з премією «National Headliner» за статті про рак грудей у 1999 та 2009 роках. Ведуча власної радіопрограми «Шоу Регіни Бретт» на радіостанції WKSU, дочірній організації Національного громадського радіо північно-західного Огайо.

Живе у Клівленді, штат Огайо, зі своїм чоловіком Брюсом. Має свій веб-сайт www.reginabrett.com.

ЗМІСТ

Вступ	6
Урок 1. Почни діяти там, де ти зараз	10
Урок 2. Роби те, що тобі до снаги	14
Урок 3. Ти можеш змінити багато, навіть якщо отримаєш мало	19
Урок 4. Примножуй добро	24
Урок 5. Роби все якнайкраще і не думай про те, що буде. Не забігай наперед	28
Урок 6. Усі ми робимо одне й те саме. Важливим є те, як ми це робимо	34
Урок 7. Перешкоди на твоєму шляху — це Божі завдання	39
Урок 8. Перш ніж допомагати, вдягни свою «кисневу маску». Інакше не принесеш користі ні собі, ні іншим	45
Урок 9. Стався до людей так, як вони хочуть, щоб до них ставилися	50
Урок 10. Хочеш побачити диво? Будь дивом	54
Урок 11. Кожна людина є для когось важливою	58
Урок 12. Заступайся за інших, особливо якщо вони не можуть себе захистити	63
Урок 13. Народжуйся знову щодня	67
Урок 14. Іноді досить зробити щасливою лише одну людину ...	72
Урок 15. Секрет життя — у кожній його миті	77
Урок 16. Не можеш бути скелею? Стань хвилиєю	82
Урок 17. Віддавай, немовби весь світ — твоя родина. Бо так і є	87

Урок 18. Кожна людина — це твій учень або вчитель. Більшість поєднує в собі обидві якості	92
Урок 19. Молися натхненно	96
Урок 20. Приходь вчасно	101
Урок 21. Мрій по максимуму.....	107
Урок 22. Запитуй поради у власної душі. Можливо, у її глибині вже є відповідь	112
Урок 23. Долучайся до гри.....	119
Урок 24. Бог не завжди обирає сильних. Іноді треба бути досить слабким, щоб Йому служити.....	123
Урок 25. Самої лише віри буває досить	126
Урок 26. Будь гарним ченцем або черницею. Перетвори своє життя на молитву	130
Урок 27. Вір у широту душі	134
Урок 28. Сяй. Байдуже, яка темрява панує навколо	138
Урок 29. Втішай хворих. Коли всі тікають, будь тим, хто залишиться	142
Урок 30. Невичерпний достаток дає тобі Отець, який любить тебе. І іншим теж.....	148
Урок 31. Коли йдеш угору, тягни інших за собою.....	154
Урок 32. Будь оригіналом — торуй власний шлях	158
Урок 33. Візьми на озброєння силу надії.....	163
Урок 34. Обмірковуй свої слова. Стеж за тим, що говориш і пишеш	168
Урок 35. Не бери до серця. Бери до душі	172
Урок 36. Скажи світові «так»	177
Урок 37. Щоб стати сильнішим, об'єднайся з іншими	182
Урок 38. Ти найважливіший учитель для своєї дитини	187
Урок 39. Мисли позитивно	191
Урок 40. Цілься вище	195
Урок 41. Здійсни чиясь мрію	200

Урок 42. Визнач пріоритети	205
Урок 43. Святий — це той, хто знає, як сильно його любить Бог.	210
Урок 44. Не здавайся, доки не станеться диво	215
Урок 45. Якнайшвидше загладжуй провину — поки можеш.	220
Урок 46. Нехай гамір стихне. Коли маєш сумніви чи не можеш зробити вибір, залиш місце для Бога	224
Урок 47. Щоб стати провідником миру, залишайся відкритим	229
Урок 48. Боягузи не зможуть прославити Божі діяння	234
Урок 49. Залиш спадок, який не знищить час	238
Урок 50. Якщо ти сьогодні прокинувся, у Бога ще є плани щодо тебе	244
Подяки	250
Про автора	252

Популярне видання

БРЕТТ Регіна

**Будь дивом: 50 уроків,
щоб зробити неможливе можливим**

Головний редактор *С. І. Мозгова*
Відповідальний за випуск *О. М. Пікалова*
Редактор *Р. А. Трифонов*
Художній редактор *Ю. О. Дзекунова*
Технічний редактор *В. Г. Євлахов*
Коректор *О. М. Шелест*

Підписано до друку 21.12.2021.
Формат 70х90/32. Друк офсетний.
Гарнітура «Myriad Pro». Ум. друк. арк. 9,36.
Наклад 2000 пр. Зам. № .

Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля»
Св. № ДК65 від 26.05.2000
61001, м. Харків, вул. Б. Хмельницького, буд. 24
E-mail: cop@bookclub.ua

Віддруковано з готових діапозитивів на ПП «ЮНІСОФТ»
Свідоцтво ДК №3461 від 14.04.2009 р. www.unisoft.ua
61036, м. Харків, вул. Морозова, 13Б

UNISOFT

Бретт Р.

Б87 Будь дивом: 50 уроків, щоб зробити неможливе можливим / Регіна Бретт ; пер. з англ. В. Кучменко. — Харків : Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», 2022. — 256 с.

ISBN 978-617-12-9324-3

ISBN 978-1-4555-0033-8 (англ.)

УДК 159.9