

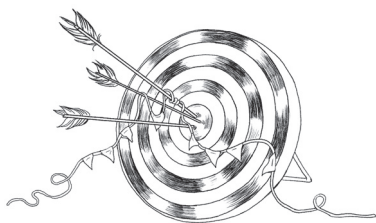
Барбара Шер

Энни Готтлиб

# Мечтать не вредно

Как получить то,  
чего действительно хочешь

*Перевод с английского Екатерины Козловой*



Москва  
«Манн, Иванов и Фербер»  
2014

Посвящается моей маме,  
**которая всегда в меня верила**

# Содержание

<b>Предисловие</b>	8
--------------------	---

<b>Введение</b>	12
-----------------	----

## Часть I

### Человеческий гений: вскармливание и уход

---

Глава 1. Кем вы себя считаете?	20
--------------------------------	----

Глава 2. Окружение, создающее победителей	35
---	----

## Часть II

### Загадывание желаний

---

Глава 3. Поиск стиля	58
----------------------	----

Глава 4. Поиск цели	99
---------------------	----

Глава 5. Трудные времена, или Сила негативного мышления	134
--	-----

## Часть III

### **Развиваем навыки I: прокладываем путь к цели**

---

Глава 6. Мозговой штурм	162
Глава 7. Артельная помощь	202
Глава 8. Работаем со временем	240

## Часть IV

### **Развиваем навыки II: двигаемся дальше и дрожим**

---

Глава 9. Боимся, но побеждаем, или Первая помощь при страхе	268
Глава 10. Не-делай-это-сам	294
Глава 11. Двигаемся дальше	320
<b>Эпилог. Учимся жить с успехом</b>	325
<b>Об авторах</b>	331

# Предисловие

Трудно поверить, что прошло тридцать лет с того момента, когда я держала в руках свою первую книгу, разглядывая обложку с заглавием «Мечтать не вредно» и своим именем. Моя жизнь не изменилась. По крайней мере не сразу. Как и десять лет перед этим, я одна растила двух мальчишек, напряженно работала и с трудом сводила концы с концами. Я уж не говорю, что мне было почти сорок пять и по меркам 1979 года считалось, что начинать что-то новое поздновато, тем более женщине.

Но в тот день я чувствовала себя Золушкой на балу, ведь мою книгу опубликовали. Все было как во сне. В глубине души я всегда боялась, что вот проживу жизнь и никто обо мне не узнает. Теперь все было в порядке. Я написала книгу, хорошую книгу, и в этом не сомневалась, ведь в ее основе лежал тщательно разработанный двухдневный семинар, успешно проводимый мною на протяжении почти трех лет. Я знала, что этот семинар помогал людям. У меня на глазах они использовали мои техники, чтобы помочь друг другу осуществить, казалось бы, невозможное, открывали свое дело, добивались, чтобы их пьесы ставили в театрах Нью-Йорка, получали гранты и ехали в Аппалачи фотографировать местных ребятишек, поступали на престижный юридический факультет и заканчивали его, находили пути, содействие и усыновляли детей. Эти мечты были столь же уникальны, как и их обладатели.

Я надеялась, что «Мечтать не вредно» поможет людям, как помогал им мой семинар, но не была в этом уверена. Семинары записывались (очень много аудиокассет — ведь каждый длился около двенадцати часов), в книге все излагалось теми же словами, что и на занятиях. Но там люди работали лицом к лицу, и я беспокоилась, что книга не сможет оказать нужного воздействия.

Долго волноваться не пришлось.

Через несколько недель после выхода книги я начала получать письма. Настоящие письма в конвертах, с адресом, написанным от руки, и с наклеенными марками. Сначала приходило несколько писем в неделю, затем все больше, и через полгода мой шкаф был уже забит картонными коробками с письмами. Читатели благодарили меня за практический подход и простоту — за то, что я понимаю их жизнь, за то, что помогла им обратить внимание на свои мечты. Я предупреждала, что они столкнутся со страхом и негативом, и они это оценили. Им понравился мой совет жаловаться кому-либо время от времени.

Некоторые, обратив внимание на тренинговое происхождение «Мечтать не вредно», стали читать мою книгу в группах. Иногда у них уходил год, чтобы пройти ее вместе и воплотить свои мечты. Одни рассказывали, что изучали «Мечтать не вредно» в курсе колледжа, другие хотели создать «команды успеха», используя книгу в качестве руководства, и просили помочь им в этом. Многие просто читали книгу и говорили, что больше не чувствуют себя одинокими. Письмами они впускали меня в свою жизнь, хотели сказать, что благодаря «Мечтать не вредно» поняты, услышаны и обрели помощь. Я испытывала ни с чем не сравнимое ощущение.

Прошло уже тридцать лет, а я все еще получаю благодарственные письма, причем порой от людей, которые спустя годы перечитывают «Мечтать не вредно» и сообщают мне, что книга

вновь и вновь им помогает. Иногда мне даже пишут их повзрослевшие дети.

У меня хранится небольшая стопка самых первых писем. И еще — несколько электронных писем, что продолжают приходить до сих пор. Но вне зависимости от того, сколько отзывов получаю, я всегда и считаю это за честь, и волнуюсь, когда читаю их, и стараюсь ответить лично.

С 1979 года «Мечтать не вредно» постоянно переиздается. Издатели с радостью брали мои новые рукописи и публиковали новые книги, судьба которых тоже складывалась удачно.

Благодаря «Мечтать не вредно» я стала «кем-то». Журналисты обращались ко мне за комментариями для своих статей. Я выступала сотни раз перед самыми разными аудиториями — от крупнейших компаний из списка Fortune 100 и фирм, занимающихся поиском работы за рубежом для сокращенных сотрудников, до родительских конференций по анскулингу\* и одаренных детей в сельских школах. Я выступала в США, Канаде, Австралии и Западной Европе, и даже в странах, недавно избавившихся от железного занавеса и желающих вновь научиться мечтать.

К моменту, когда пишутся эти строки, я подготовила пять специальных выпусков своих выступлений для марафонов по сбору средств в поддержку общественных телевизионных каналов и планирую продолжать. Порой меня даже узнают в аэропортах, что удивительно, ведь обычно после дальних перелетов я растрепанная, уставшая, да еще с собакой на руках. Я не похожа на знаменитость, и ко мне обращаются не как к знаменитости. Мы разговариваем как старые знакомые, и мне это очень нравится.

---

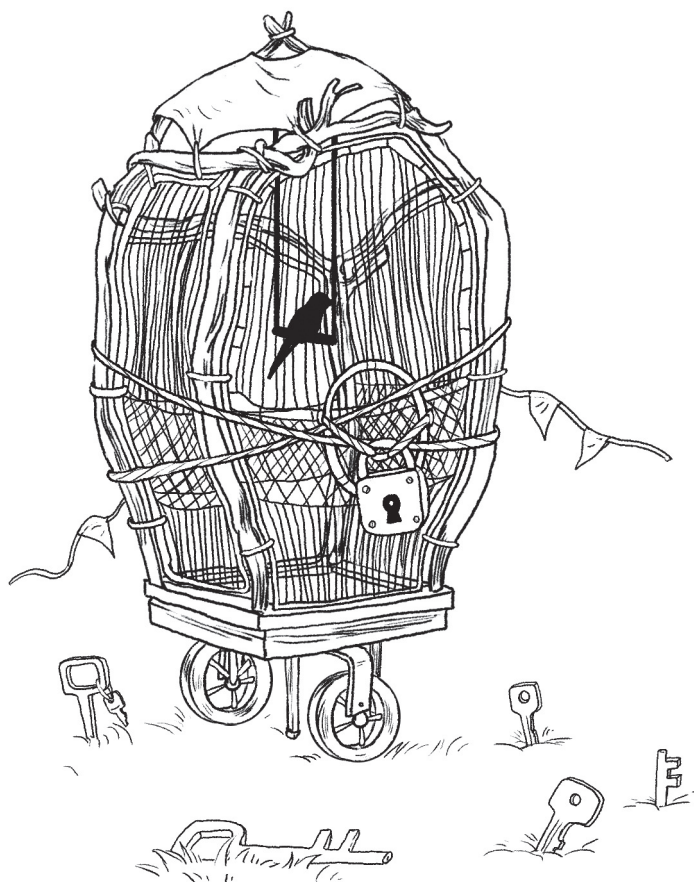
\* Анскулинг — разновидность домашнего, семейного образования, базирующегося на интересах ребенка. Как правило, не предполагает систематические занятия и следование программам обучения. *Здесь и далее прим. ред.*

С личной точки зрения, успех «Мечтать не вредно» превзошел все мои ожидания. Я получила редкую и удивительную возможность помочь людям осуществить их мечты, предложив им практические и работающие техники. Помочь, даже если они не видят свою цель, не представляют, как поверить в себя, или не могут сохранять позитивный настрой. Я заставляю их смеяться над собственным негативным мышлением и показываю, что у них уже есть все, чтобы создать жизнь своей мечты. Просто изолированность губит желания, а поддержка извне творит чудеса.

Сейчас мое послание, впервые прозвучавшее в «Мечтать не вредно», нашло отклик у миллионов людей. Благодаря этому я могу зарабатывать на жизнь, занимаясь тем, что действительно люблю. Как и у всех, у меня бывали и взлеты, и падения, но мне никогда не становилось скучно. Ни на секунду. Поэтому тридцать лет пролетели как одно мгновение.

И все началось с книги, которую вы держите в руках. От души надеюсь, что «Мечтать не вредно» подарит вам такую же интересную и полную смысла жизнь, как и мне. Более того, надеюсь, она вдохновит вас помочь другим осуществить их мечты. Это сделает меня самой счастливой.





Часть I

# Человеческий гений: вскармливание и уход

---

## Кем вы себя считаете?

Кем вы себя считаете? Очень интересный вопрос. А как бы интересен он был, если бы те, что в детстве нас об этом спрашивали, действительно хотели получить толковый ответ. К сожалению, ответ им был совершенно не нужен — у них уже был готовый. Они говорили:

«Ты кем себя считаешь? Сарой Бернар? Сними эту шаль сию минуту и помой посуду!»

Или:

«Ты себя кем считаешь? Чарльзом Дарвином? А ну убери эту мерзкую черепаху с моего стола и иди делать арифметику!»

«Ты астронавт? Ученый, как мадам Кюри? Кинозвезда? Ты кем себя считаешь вообще?»

Знакомо? Многие из нас слышали этот вопрос, подрастая. Обычно в тот острый момент, когда мы особо уязвимы, потому что решаемся на что-то ради своей мечты, планов, заветных мыслей. Но только представьте, что этот вопрос задают с интересом и участием, без язвительности и привычного презрительного тона.

Предлагаю провести очень простой эксперимент. Я опять дам вам этот вопрос. Но сейчас *постарайтесь услышать в нем именно вопрос. Вопрос, на который ждут вашего ответа.* Кем вы себя считаете?

## Упражнение 1. Кем вы себя считаете?

Возьмите чистый лист бумаги (мы с вами будем использовать много бумаги) и ответьте — от нескольких фраз до половины страницы — на вопрос: кем вы себя считаете? Мне это очень интересно. Какие четыре-пять главных черт определяют вашу личность? Здесь не существует правильных и неправильных ответов и есть всего одно правило: не думайте слишком долго и усердно. Просто запишите, что первое придет в голову: «Это я».

Теперь взгляните на свой ответ. Я больше чем на пятьдесят процентов уверена, что вы написали что-то вроде:

«Мне двадцать восемь, я католичка, не замужем, работаю секретарем в фирме по производству электроники, живу в Буффало».

*Или:*

«Рост 178 см, вес 79 кг, черноволосый, кареглазый, итальянец, бывший футболист, голосую за демократов, ветеран Вьетнама, продавец электроприборов».

*Или:*

«Бывшая учительница, замужем за любимым мужчиной, врачом-терапевтом, мама трех потрясающих детей: Марти тринадцати лет, Джимми восьми лет и Элизы пяти с половиной лет».

*Или же:*

«Черный, родился в Детройте, старший из пяти детей в семье. Отец работал на General Motors. Учился в Университете Уэйна, бакалавр. Программист. Следующим летом женюсь на девушке, которую люблю еще со школы».

При знакомстве мы обычно говорим что-то вроде: «Я вот здесь работаю, там-то живу, замужем, не замужем, зарабатываю деньги, не зарабатываю, мама того-то и того-то, протестант, учусь в школе». Обменявшись такими данными о нашей

жизни и работе, думаем, что поведали основное и имеем друг о друге какое-то представление.

Что я могу сказать? Мы ошибаемся.

Несомненно, все это очень важно для нас. Наша жизнь, собственноручно, и состоит из жизненного опыта, истории, ролей, отношений, заработка, навыков. Что-то из этого мы сами выбираем. Что-то из того, что называем своим выбором, на самом деле компромиссы. Что-то вообще случайность.

Но это не является вашей сущностью.

Возможно, вы удивитесь, но если бы я, сидя рядом с вами, помогала выбрать цель и спланировать идеальную для вас жизнь, то ни о чем подобном не спрашивала бы. Мне было бы все равно, как вы зарабатываете, если только вы не обожаете свою работу. Я не спрашивала бы о том, что вы обычно включаете в резюме — опыт, навыки, образование. Слишком часто мы отлично умеем делать то, что никогда не выбирали, то, что вынуждены были делать, например набирать тексты или драить полы (как в моем случае). Это совсем не то, что мы любим.

Когда же приходит пора выбрать дело, которым вы бы занимались с радостью и энергией, дело, которое принесло бы вам ошеломительный успех, ваши навыки совершенно не важны. Более того, они могут даже помешать, если вы сурово не отодвинете их на второй план. Забудьте о них на время.

Что?

Да-да, все верно. Я хочу, чтобы вы сейчас забыли о своей работе (если только вы ее не обожаете), о своей семье (даже если вы ее обожаете), обязанностях, образовании — обо всем, что составляет вашу реальность и личность. Не волнуйтесь. Никуда они не денутся. Я знаю, что они вам важны. Что-то из этого необходимо и очень дорого. Но все это не вы. Сейчас сосредоточьтесь на *себе*.

Меня интересует, *что вы любите*.

Возможно, вы сумеете дать ответ. Возможно, и нет. Это может быть ваша работа, хобби, спорт, походы в кино, то, о чем вы любите читать, предмет, который хотели бы изучать в школе, что-то, что вас зачаровывает, когда вы случайно встречаетесь с этим, даже если толком ничего об этом не знаете.

Таких увлечений вполне может быть несколько. Вне зависимости от того, что это — игра ли на гитаре, наблюдение за птицами, шитье, торговля на фондовой бирже, история Индии — есть очень-очень важная причина, по которой вам это нравится. Это ключики к тому, что в вас скрывается: *к таланту, возможностям, вашему уникальному взгляду на мир*. Вы можете и не догадываться об этом. У вас могут быть своеобразные провалы в памяти. Такие провалы, из-за которых вы даже не уверены, что же на самом-то деле любите. Как бы то ни было, *именно это — вы!* Это ваша индивидуальность, ваша сущность.

И даже нечто большее. Ваша сущность не является чем-то пассивным, постоянным и неизменным. Как сказал один философ, это важнейший план, чертеж, который должен воплощаться в реальность путем проживания всей вашей жизни. И уникальный рисунок ваших талантов, способностей, скрытый в том, что вы любите, представляет собой карту для поисков жизненного пути.

Вы когда-нибудь в детстве искали сокровища? Читали «Золотого жука» Эдгара По? Тогда вы знаете, что, прежде чем отправляться за кладом, нужно найти карту. Она может быть хорошенько спрятана, разорвана пополам или даже на миллион кусочков, но в первую очередь вы должны ее отыскать и собрать, подобно пазлу. Вот чем мы с вами будем заниматься на протяжении первой части книги.

Подсказки и ключи к вашей жизненной тропе не потеряны. Они разбросаны повсюду и спрятаны, иногда прямо у вас

под носом, на виду. Их нужно собрать и тщательно изучить, пока не начнете понимать, как создать жизнь, подходящую именно вам.

Жизнь, где вы каждое утро будете радостно вскакивать с постели навстречу миру, пусть порой испытывая страх, но всегда живя на полную катушку.

Если вам не хватает сил, постоянно хочется спать, вы все делаете через силу, то причина может быть вовсе не в нехватке витаминов и низком уровне сахара в крови. Возможно, просто не нашли свое предназначение. Вы сразу узнаете свой путь, как только ступите на него, ведь вас тут же переполняют энергия и творческие идеи.

В этом часть секрета людей, достигших настоящего успеха. Они нашли свой путь. Кроме того, у них есть особые умения, позволяющие воплощать мечты в действительность. Это очень важно, и научить вас таким умениям — цель второй части книги. Но сначала нужно выпустить на волю свою творческую изобретательность и страсть к делу, а единственный способ сделать это — найти свой путь. Только он увлечет вас по-настоящему. Кладом, к которому приведет вас этот путь, станет успех.

Давайте прямо сейчас сделаем кое-что символичное. Возьмите лист бумаги, на котором вы отвечали на вопрос «кем вы себя считаете?» Еще раз посмотрите на него. Теперь скомкайте и выбросьте в мусорное ведро.

Это единственный лист, который я попрошу вас выбросить, а я уже упоминала, что вам придется исписать немало.

Или сохраните его как сувенир. В будущем он послужит отличной иллюстрацией к сравнению «до и после», символом вашего неправильного представления о себе. Потому что вы, как и большинство из нас, заблуждаетесь относительно того, кем себя считаете.

Кто же вы на самом деле?

Вы забыли. Но вы же знали! Знали в детстве, совсем ребенком. Здесь-то мы и начнем искать потерянную карту ваших сокровищ — ваших талантов. В первых пяти драгоценных и загадочных годах вашей жизни. В периоде, когда вы больше всего познали.

Я скажу вам кое-что о вас в том возрасте.

Вы были гением.

## Ваш оригинальный гений

Не смейтесь, я совершенно серьезно. Мне все равно, чего вы добились в жизни или какой у вас IQ. Вы родились со своей собственной, уникальной гениальностью. И когда я это говорю, имею в виду не гения с маленькой — в отличие от Альберта Эйнштейна — буквы. А Гения с большой буквы — как Альберт Эйнштейн.

Мы присваиваем почетный титул «гений» только немногим — тем, кто, по нашему мнению, просто таким родился, с переизбытком некоей способности, будь то выдающийся ум, оригинальное видение мира, невероятная целеустремленность. И мы убеждены, что сверхспособности настолько сильны и неустойчивы, что преодолевают самые трудные обстоятельства.

Возьмем Моцарта. Музыка переполняла его с рождения. Или Пикассо, еще одного гения. Скульптор Луиза Невельсон сказала, что Пикассо «рисовал, подобно ангелу в колыбели». Вот это гении, куда нам с вами до них. Так, по крайней мере, говорит здравый смысл.

Отлично, давайте возьмем вот эти три критерия гениальности, что я назвала, — выдающийся ум, оригинальный взгляд на мир, невероятную целеустремленность. А сейчас посмотрим, было ли это у вас в двухлетнем возрасте.



Понятие «выдающийся ум» не так-то легко расшифровать. Мы в конце концов усвоили, что не можем точно оценить IQ. Даже если бы могли, то эти тесты измеряют только очень узкую область знаний и умений. Поэтому лучше назовем «выдающийся ум» частным случаем «оригинального взгляда на мир»: интеллектуальный взгляд, в отличие от художественного и музыкального или десятка других взглядов на мир, которые мы уже знаем или еще не открыли, — политического, эмоционального, спортивного, гуманитарного... Можете продолжить список.

В два года у вас был оригинальный взгляд на мир. Вы можете не помнить, но это связано с тем, что нам тяжело запоминать то, что нельзя выразить словами. В младенчестве мы настолько оригинально смотрели на мир, что никто не мог помочь нам это выразить. А если мы сами и находили слова, то никто не мог их понять!

Если вам доводилось прислушиваться к маленькому ребенку (например, если у вас есть дети), вы знаете, что они говорят странные и удивительные вещи: пытаются нам объяснить, как выглядит мир с той точки зрения, которая никогда прежде еще не существовала!

Великие поэты — люди, сохранившие способность смотреть на мир свежим открытым взглядом и рассказывать, что видят. Но и мы все это могли. Вы это могли в двухлетнем возрасте. Когда вам было два года, вы были очень заняты. Вы не просто изобретали собственный язык для своих целей. Вы, как сказал один мой друг физик, сами исследовали природу вселенной.

Так что оригинальный взгляд на мир у вас был. Абсолютно уникальный.

И у вас была невероятная целеустремленность.

Вы прекрасно знали, что вы любите и что хотите. Вы делали все, чтобы получить это, и никаких колебаний

и неуверенности в себе. Если видели печенье на столе, то не раздумывали: «А мне можно? А я заслуживаю? Не выставляю ли себя дураком? Я снова мешкаю — это прокрастинация?» Вы думали: «Печенье». И начинали плакать, выманивать угощение лестью, ползти, карабкались, сооружали лестницу из коробок — делали что угодно, лишь бы достать печенье. Если не получалось, вы скандалили, ложились вздремнуть, а затем меняли объект своего внимания. И это не мешало пытаться добыть следующую замечательную вещь, попавшую в поле вашего зрения.

Обратите внимание: в такие моменты не нужна уверенность в себе. Само это выражение лишается смысла. Вы себя даже не осознаете, вы полностью сосредоточены на цели.

У вас были все те редкие и особые качества, которые, как нам кажется, характерны для гениев. И у меня были.

Куда же они подевались?

Пока вы были слишком малы, чтобы прислушиваться к голосу рассудка, или вас рано было учить делать что-нибудь «полезное», пользовались восхитительной свободой быть самим собой. К пяти-шести годам, если не раньше, ваше драгоценное право выбирать, основываясь на собственных желаниях, начали отнимать. Как только вы научились себя контролировать и сидеть смирно за партой, сказка кончилась.

Вы, наверное, забыли, каково было пойти в первый класс. За плечами — пять лет прекрасного опыта: вы видели, узнавали, чувствовали, ненавидели и любили самые разные вещи. Но школа создана не для того, чтобы учиться у вас. Она создана учить вас. Она неумышленно убедила, что ваши знания, вкусы, суждения на самом деле гроша ломаного не стоят. Просто игнорируя вашу личность, она отменила весь богатый внутренний мир, с которым вы туда пришли. Все, что видели в школе — это чистый лист, который надо заполнить нужными знаниями. Если вам было важно

поговорить с лучшим другом, или помечтать, или порисовать, когда требовалось учить таблицу умножения, вас наказывали. Если вы вдруг понимали, как разговаривать с растениями, а растения вам отвечали, вас не спрашивали: «Хочешь научиться писать или ты занят чем-то другим?» Вам говорили: «Отойди от растений, и посмотрим, как быстро ты выучишь алфавит!»

Говорили ли вы с цветами или собаками, лепили ли скульптуры из грязи, собирались ли стать кинозвездой или доехать на коньках в страну эскимосов, вы быстро понимали, что это выведенного яйца не стоит. И потихоньку забывали. У вас развилась своеобразная амнезия. Отныне, если вам задавали вопрос: «А что вы умеете делать?» — вы с легкостью отвечали: «Ничего». Подразумевая: «Ничего такого, что можно считать важным». Или говорили: «Ну, мне легко дается математика». Или: «Я отлично набираю текст». Вам и в голову больше не приходило сказать: «Я люблю растения. Я помню все их названия и думаю, что знаю, как сделать их счастливыми».

Все, кого мы считаем гениями, — люди, которые улизнули от необходимости усыпить в себе любопытного, интересующего всем ребенка. Наоборот, они посвятили жизнь тому, чтобы вооружить этого ребенка всеми инструментами и навыками, необходимыми для игры на взрослом уровне. Знаете, Альберт Эйнштейн играл. Он делал великие открытия именно потому, что сохранил в себе ту свежесть взгляда и удовольствие, с которым малыши исследуют мир.

Первое, что вам нужно сделать, — пробудить в себе эти детские качества. Так что давайте вернемся в прошлое и посмотрим на гениев, которыми мы были. Это самая первая и очень важная подсказка к тому, какой задумывалась ваша жизнь, какие занятия могут принести вам наибольшую радость и что у вас будет получаться лучше всего.

Необычные достижения, великие произведения искусства и жизни, прожитые как произведения искусства, почти всегда корнями уходят в детство. Спросите любого знаменитого человека — и, вероятно, обнаружите, что он с ранних лет прекрасно знал, чем хотел заниматься.

В одной статье про певицу Линду Ронстадт говорилось, что первым ее воспоминанием было, как она просит родителей: «Поиграйте мне...» Однажды, в четыре года, она пела вместе с родителями и начала импровизировать. Отец сказал: «Ты поешь не эту мелодию!» Девочка ответила: «Я знаю»\*. А скульптор Луиза Невельсон в мемуарах *Dawns & Dusks*\*\* вспоминает: «С ранних, ранних лет я знала, что стану художником. Я чувствовала себя художником... много рисовала в детстве и каждый день занималась живописью. Ребенком могла зайти в комнату и запомнить все, что там находилось, достаточно было только взгляда. Это визуальное мышление».

Вас от этих людей отличает одно: между детьми, которыми они были, и взрослыми, которыми они стали, есть неразрывная преемственность.

Мы будем работать над восстановлением такой преемственности в вас. Но для этого нам нужно узнать, каким был ребенок. Что любила эта девочка, что любил этот мальчик? Детство — проект вашего жизненного пути в миниатюре, подобно генам в маленьком зернышке, определяющим, вырастет ли помидор, пальма или розовый куст. Я хочу, чтобы вы обратились к своему детству и постарались вспомнить как можно больше о том, что способно указать на ваш самобытный тип гения.

---

\* Elizabeth Kaye. Linda Ronstadt. Why is she the Queen of Lonely? Redbook 152 (February, 1979). *Прим. авт.*

\*\* Louise Nevelson. *Dawns and Dusks: Taped conversations with Diana MacKown*. Encore Editions, 1980. *Прим. авт.*

Если определение «гений» все еще кажется вам слишком дерзким, я придумала другое, даже лучше. Назовем это вашей *оригинальной сущностью*. Говоря «оригинальной», я подразумеваю оба значения: «первоначальной, исконной» и «уникальной, незаурядной».

## Упражнение 2. **Ваша оригинальная сущность**

Позвольте своему разуму побродить по просторам детских воспоминаний, уделяя больше внимания тем личным особым моментам, когда вам позволялось мечтать, играть или делать что вашей душе угодно. Теперь на отдельном листе бумаги запишите ответы на вопросы:

Что в детстве вас особенно привлекало и очаровывало?

Какое из чувств — зрение, осязание, обоняние — помогало ярче всего воспринимать жизнь? Или они все были одинаково важны для вас?

Что вы любили делать, о чем мечтали? Неважно, насколько глупым вам кажется это сейчас. Про какие фантазии и игры вы никогда никому не рассказывали?

Вы чувствуете, что какая-то часть вашей личности любит это до сих пор?

На какие таланты и способности указывают эти детские увлечения и мечты?

Марсия, 32 года, остро прочувствовала этот вопрос:

«Я реально вернулась к тому, что испытывала в первые пять лет своей жизни. Дальше все только ухудшалось. Это упражнение всколыхнуло сильные эмоции. Я долгое время занималась с психологом, но никогда не осознавала, что мои первые пять лет были настолько хорошими».

Вот еще ответы:

Эллен, 54 года: «Я вспомнила, что меня тянуло к деревьям. Могла стоять и подолгу смотреть на них, обнимать. Думаю, я знала, каково это — быть одним из них».

Джон, 35 лет: «Я был помешан на ритме. Всегда стучал по обеденному столу, отбивая какой-то свой ритмический рисунок. Никто не мог нормально поесть».

Билл, 44 года: «Я любил цвета. Начал рисовать, едва научился держать в руках карандаш. Рисовал яркие цветные каракули на бумаге, книжных страницах и даже на стене у своей кровати».

Анна, 29 лет: «Это прозвучит странно, но по телевизору в свое время шла реклама пива Hamm's, которое производилось в Миннесоте. У них была такая песенка, как сейчас ее помню: “Из страны небесно-голубых вод, из страны сосен, благородных смол, прибыло пиво освежающее, Hamm's — пиво освежающее”».

Очень запоминающийся мотив, и звуки тамтамов, и озеро, сверкающее при лунном свете. Ну... Ночью в кровати я любила залезать под одеяло с головой и представлять себя принцессой в Землях Небесно-голубых вод».

Если у вас еще не было цели, когда вы начали читать эту книгу, то я вас поздравляю. Можете не верить, но вы сделали первый шаг к ней.

Младшая дочь Эллен только поступила в колледж и сейчас подыскивает работу. Она могла — и все еще может — стать ботаником, лесничим, садовником, поэтом, художником или даже психотерапевтом.

Джон — опытный механик. Он мало знает о музыке, но мог — и все еще может — стать хорошим джазовым барабанщиком или танцором.

Билл — адвокат, как и его отец. Он хорошо зарабатывает, ему вполне нравится его работа. Но в нем ожидает своего часа талантливый художник или дизайнер интерьеров.

Анна — помощник редактора в издательстве. У нее был — и есть — тип воображения, необходимый писателю, или кино-режиссеру, или главному редактору.

Что вы ответили? Что ваш ответ говорит о ваших желаниях и о том, что у вас хорошо бы получалось?

А сейчас серьезный вопрос.

Почему Альберт Эйнштейн стал Альбертом Эйнштейном, в то время как Марсия, Эллен, Джон, Билл и Анна, а может быть, и вы не сумели воспользоваться своими талантами?

Если действительно мы все пришли в этот мир с запасом оригинальности и энергии, как тогда объяснить феномен Эйнштейна? Или, к примеру, Мэри Кассат?\* Лютера Бёрбанка?\*\* Маргарет Мид?\*\*\* Все они прошли через первый класс. Все выросли и платили по счетам. Как они уберегли свою «карту сокровищ»? Должно быть, обладали каким-то загадочным качеством — силой характера, упорством, уверенностью в себе, дисциплиной, даже неуравновешенностью, граничащей с безрассудством. Чем-то, что отличает особых людей от нас с вами.

Это правда. У гениев, по-настоящему успешных, реализовавших себя, было что-то, чего не было у нас. Но тут нет ничего таинственного. Это не то, с чем нужно родиться, не черта характера, которую необходимо развивать в многолетней одинокой борьбе. Я скажу вам, что именно было у Альберта Эйнштейна.

Земля, воздух, вода и солнце.

---

\* Мэри Кассат (1844–1926) — американская художница, последовательница импрессионизма.

\*\* Лютер Бёрбанк (1849–1926) — американский селекционер и садовод, создатель новых сортов овощных и фруктовых культур, вывел ряд необычных растений.

\*\*\* Маргарет Мид (1901–1978) — американский антрополог, этнограф и социолог, профессор Нью-Йоркского, Йельского и Колумбийского университетов.

## Окружающая обстановка

Если семя посадить в плодородную почву, дать ему вдоволь солнца и воды, ему не нужно стараться, чтобы прорасти. Ему не нужна уверенность в себе, самодисциплина или упорство. Оно просто прорастает. По сути, не может не прорасти.

Семя, вынужденное прорасти из-под камней, или в глубокой тени, или в засушливом месте, не вырастет в здоровое полноценное растение. Оно будет упорно стараться, ведь желание стать тем, кем тебе предначертано быть, невероятно велико. Но в лучшем случае превратится в призрачное подобие того, чем должно было стать: бледное, низкорослое, поникшее.

Так и с большинством из нас.

Я говорю о возвращении, вскармливании и заботе. Мы отличаемся от гениев средой, которая нас окружает, самой первой и важной средой — семьей, где родились и росли.

Вот как было с Эйнштейном:

Кто-то (не знаю, кто именно, — мать, отец, дедушка, дядя) объяснил: делать то, что ему нравится и хочется, — хорошо. Они разглядели в нем нечто — упрямство, застенчивость, особость, — уважали это и ценили. Я бы совершенно не удивилась, узнав, что кто-то дал ему компас, гироскоп, книги, заговорчески подмигнул и оставил в покое.

Это так просто. Но так редко встречается.

Сложно поверить в себя, если никто в тебя не верил, и практически невозможно оставаться верным собственному видению, встречая постоянное неодобрение. Даже книжную полку мы не сумеем сколотить, если никто не скажет, что мы это можем, не расскажет и не покажет, как это делать, и не даст материалы. Такова наша природа. Таковы мы.

В наш век, век экологии, из всех живых существ только от человека мы ждем, что он будет развиваться и цвести в любых условиях, даже в совершенно неподходящих! Мы не требуем,



чтобы паук сплел безупречную паутину в пустоте, не ждем от брошенного на стол семени, чтобы оно проросло. Но именно такие требования предъявляем к себе.

В результате большинство из нас не осознает, что среда, в которой мы росли, не располагала к созданию гениев. Просто уверены: мы не гениальны и виним наследственность или недостатки своего характера в том, что из нас вышло. В нашем окружении в детстве могло много чего не хватать, но мы предполагаем, что у гениев все было так же или даже еще хуже. Просто *они* все преодолели с помощью своей загадочной силы духа. Мы не замечаем бабушку или неординарного учителя, которые там были, окружали любовью и помогали в нужный момент. Даже столкнувшись нос к носу с ключевыми проявлениями правильного для воспитания и формирования окружения, мы их не распознаем.

В следующей главе я покажу вам такую среду, вы увидите, насколько она отличается от той, в которой росло большинство из нас. А затем продемонстрирую, что все действительно успешные, любящие свою жизнь люди вышли из подобной среды... хотя бы отчасти... или сумели создать ее для себя сами.

И мы начнем создавать ее для вас.



[Почитать описание, рецензии  
и купить на сайте](#)

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:



[Mifbooks](#)



[Mifbooks](#)



[Mifbooks](#)