

ЗМІСТ

ЧАСТИНА I	
ЯК ЦЬОГО ДОСЯГТИ	17
ЧАСТИНА II	
ЯК ПРИЙНЯТИ ТЕ, ЩО ТИ ОСОБЛИВИЙ	55
ЧАСТИНА III	
ЯК ЧЕРПАТИ ІЗ ЗОЛОТОЇ ЖИЛИ	91
ЧАСТИНА IV	
ЯК ПОЧАТИ ДОЛАТИ ВЕЛИКУ ДРІМОТУ	143
ЧАСТИНА V	
ЯК ПОКАЗАТИ СВОЮ СПРОМОЖНІСТЬ	205

*Моїм батькові та брату Стефену
за їхню невпинну ласку та підтримку*

*Навіть Сонце, навколо якого споконвіку обертається Земля,
ніколи не дорікає їй: «Ти мені винна».*

*Погляньте, те саме із коханням: воно просто осяює все
небо, нічого не просячи натомість.*

Гафіз*

* Уривок із твору «Дар» Деніела Ладінскі, copyright 1999, використано з дозволу автора. – Прим. авт.

ПЕРЕДМОВА

Ви можете почати з нічим, нізвідки й з нічого, знайшовши спосіб.

**Преподобний Майкл Бернард Беквіс,
колись затятий наркоман, який обернувся на завзятого духівника
і став урешті натхненним крутим чолов'ягою**

Свого часу я вважала, що такі цитати — то цілковитий непотріб. А ще не могла второпати, про що, в біса, ідеться. Тобто мені було байдуже. Я була надто крутою. Про духовність і саморозвиток знала вкрай мало і вважала духовний світ неприпустимо низькосортним: від нього відгонило відчаєм, надмірною набожністю та небажаними обіймами з непривабливими незнайомцями. Про те, як я жалілася на Бога, годі й говорити.

Водночас у моєму житті існувала купа речей, які я відчайдушно прагнула змінити, тож якби могла проїхатися бульдозером по власній зверхності, може, і попросила б про поміч. Справи в мене йшли навіть незле: написала кілька книжок, мала багато чудових друзів, згуртовану родину,

квартиру, справне авто, харчі, здорові зуби, одяг, чисту питну воду, — порівняно з більшістю населення планети, я жила наче в Бога за пазухою. Проте, порівняно з тим, на що я, на моє переконання, була здатна, мене, скажімо так, усе це не вражало.

Я питала себе: «Ну ж бо, чи я на більше не здатна? Невже? Невже я справді хочу заробляти стільки, аби вистачило сплатити оренду цього місяця і все? Знов? Чи готова я ще один рік витратити на купу диваків, на непевні стосунки без зобов'язань, що додаватиме ще більше драматизму? Невже? Мушу нарешті збагнути свою справжню мету, інакше вкотре борсатимусь у трясовинні цієї невизначеності».

Я. Спала. Прихропуючи.

Я відчувала, що моє життя — мляве і безбарвне — лише іноді спалахує чимось по-справжньому значимим. Але десь у ГЛИБИНІ душі знала, що я справжня рок-зірка, яка здатна дарувати й отримувати любов найліпших чоловіків, ладна підкорювати найбільші висоти і зреалізувати будь-що, що спало мені на думку, і... *Що таке? Мене щойно оштрафували за неправильне паркування? Жартуєте, покажіть-но. Я не можу його сплатити, це ж уже втретє за місяць! Зараз же піду до них і побалакаю...* А тоді знову гучна вечірка, і я йду собі, укотре поринувши в малоістотні дрібниці, аби за кілька тижнів знову виявилось, що я не збагну, куди ці тижні поділись і як так сталося, що я досі стирчу в цій обшарпаній квартирі, вечеряючи на самоті тако* за долар.

* Тако (ісп. *taco*) — страва мексиканської кухні: сандвіч із тортильї, згорнутої в невеличкий конвертик, який наповнюють різноманітними начинками: смаженим фаршем, морепродуктами, шматочками гострих ковбасок чорісос, цибулею тощо і приправляється прянощами.

Якщо ти читаєш ці сторінки, то, гадаю, у тебе також все не надто барвисто. І ти певен, що може бути набагато ліпше. Може, ти живеш зі своєю сродною душею і щиро даруєш любов усьому світові, але такий бідний, що твій пес мусить сам шукати собі харч, коли голодний. Чи навпаки, у тебе з грошима все пречудово й ти чітко відчуваєш свою вищу мету, але вже й не згадаєш, коли востаннє сміявся до коцьок. Або в тебе все кепсько і ти тільки те й робиш, що плачеш. Чи випиваєш. Чи зганяєш злість, приміром, на контролерці парковки, позбавленій почуття такту, яка, принаймні у твоїй уяві, бодай почасти винна у твоїх матеріальних негараздах. Чи, може, маєш усе, чого душа бажає, але чомусь досі відчуваєшся нереалізованим.

І річ не обов'язково в тому, щоб заробляти мільйони доларів чи сприяти вирішенню світових проблем, щоб створити власне шоу на телебаченні, якщо, звісно, це не твій коник. Може, твоє покликання просто в тім, щоб дбати про свою родину чи, наприклад, виростити ідеальний тюльпан.

Ідеться про те, щоб чітко зрозуміти, що дарує тобі щастя, завдяки чому ти відчуваєш повноту життя і, врешті, здобути все це, а не вдавати, ніби це тобі не до снаги. Або що ти цього не заслуговуєш. Щоб перестати думати, що ти жадібний егоцентричний маніакальний телепень, який прагне більшого, ніж уже має. Чи дослухатися до того, що, на думку тата чи тітоньки Мері, ти *маєш* робити.

Ідеться про те, щоб мати яйця, аби перетворитися на найблискучішу, найщасливішу, найкрутішу версію себе, хай би що ти під цим розумів.

Радую тебе, що для цього потрібна одна проста зміна. Потрібно перейти від бажання змінити щось у житті до твердого рішення змінити своє життя.

.....

Хотіти ти можеш, сидячи на канапі з бонгом* і туристичним буклетом на колінах.

А вирішити – це без вагань зірватися з місця і діяти рішуче попри все, йти до своєї мрії так завзято й наполегливо, як чірлідерка шукає собі супутника на випускний бал і має для цього лише один тиждень.

.....

Можливо, тобі доведеться робити те, чого ти й уявити не міг, бо якби хтось із твоїх друзів побачив, що ти це робиш чи витрачаєш на це гроші, ти ніколи не зміг би з цим жити. Друзі турбуватимуться про тебе. Або не схочуть більше товаришувати з тобою, бо ти перетворився на дивака і став геть іншим. Тобі доведеться вірити в те, чого ти не бачиш, а також у те, щодо неможливості чого існують стовідсоткові докази. Тобі доведеться знехтувати своїми страхами, раз по раз зазнавати невдачі та звикнути робити речі, які тобі робити не надто зручно. Тобі доведеться відпустити давні переконання, що обмежують тебе, втілюючи своє рішення створити таке життя, якого прагнеш, ніби це питання життя і смерті.

І знаєш що? Твоє життя таки дійсно від цього залежить.

Бо хай яким важким це здається, воно й близько не таке нестерпне, як прокидатися серед ночі, почувуючись так, ніби хтось поставив тобі на груди автівку, почувуючись розчавленим від усвідомлення того, що твоє життя мчить повз тебе, а ти ще й не розпочав жити так, як для тебе справді важливо.

Тобі, мабуть, випадало чути про людей, у житті яких стався прорив саме в ту мить, коли вони опинялися на краю

* Бонг – пристрій для куріння марихуани (від тайського «бамбукова трубка»).

прірви — вони спіткнулись у житті, втрапили в неприємності, їм відімкнули електрику за борги чи вони вже готові були піти в ліжко з незнайомцем, аби запопасти гроші на дозу, та раптом ніби прокидалися й перетворювалися на іншу особистість. Не чекай, поки скотишся на самісіньке дно, щоб наважитися виповзти зі свого глухого кута. Усе, що тобі треба зробити — наважитися. І зробити це ти можеш негайно.

В одіозної літераторки Анаїс Нін є пречудові рядки: «І настав час, коли залишатися бутоном стало болісніше й небезпечніше, ніж розквітнути». Саме так трапилося зі мною, і, гадаю, так трапляється з більшістю людей. Тож рішення за будь-яку ціну змінити власне життя, хай що довелося б для цього зробити, стало для мене початком шляху, початком процесу (який і досі триває). Жоден із уже випробуваних мною способів не подіяв: розмірковувати над цим знов і знов із товаришами по нещастю чи з лікарем, гаруючи як проклятий, чи цмолити пиво, сподіваючись, що все залагодиться саме собою... Я дісталася межі, коли ладна була спробувати будь-що, аби опанувати себе, Боже, святий Боже, Усесвіт ніби перевіряв мене, аби переконатися в моїй непохитності.

Я відвідувала мотиваційні семінари, де на мене чіпляли бейдж з ім'ям, а той, хто сидів поряд мене, «давав п'ять», вигукуючи водночас: «Ти класна, і я теж нівроку!». Я била подушку бейсбольною биткою, горлаючи, ніби все моє тіло палає, я налаштувала зв'язок зі своїм духівником, брала участь у груповій церемонії, одружуючись сама з собою, писала любовного листа власному лону й читала книжку, як дати собі раду, гріючись під сонцем, і врешті проциндрила шалені гроші — позичені гроші — на приватних коучів.

Фактично, я робила все це за компанію.

Якщо ти лише ступаєш на шлях саморозвитку, сподіваюся, ця книжка допоможе тобі в тому, що стосується основоположних понять, які цілковито змінили моє життя. Отже, ти теж досягнеш важливих проривів і в тебе не виникне бажання зійти з цього шляху, несамовито горлаючи від жаху. Якщо ти вже помацав ніжкою водичку у ставку самовдосконалення, сподіваюся, щось із побаченого тобою по-новому стане дороговказом на твоєму шляху, щоб ти спромігся на вагоміші зміни, досягнув відчутніших результатів і прокинувся одного дня у сльозах, не тямлячи себе й не ймучи віри, що ця людина, певно, ти і є.

І якщо я зможу зарадити бодай одній людині, то для мене це значитиме, що надія є, і я досягла мети.

Працюючи над собою, я зосередилася на зароблянні грошей. Я не мала жодної ідеї, як вийти на якийсь постійний заробіток, тож була приголомшена усвідомленням того, що я цього взагалі бажала. Я була письменницею і музиканткою; тож думала, що достатньо зосередитися на творчості (і, так, згодна, творчість — справа шляхетна), а питання із заробітком якось вирішиться саме собою. І в мене непогано виходило. Адже від підлості, на яку часом ішли люди заради грошей, мені ставало моторошно. І це не кажучи про тих, хто мав постійний заробіток, але працював на такій нестерпно нудній і виснажливій роботі, схожій на торттури, що собі я такого не побажала б. Якщо додати до цього руйнівні переконання, які затягували, мов трясовина, і мою щиру зневагу до триклятих грошей, дивно, що я взагалі не харчувалася зі смітника.

Нарешті я збагнула, що потрібно не просто зосереджуватися на заробітку, а насамперед подолати страх і неприязнь до грошей, якщо вже я хочу загрібати їх лопатою. Саме тоді