

---

# МЕЧТАТЬ НЕ ВРЕДНО

КАК ПОЛУЧИТЬ  
ТО, ЧЕГО  
ДЕЙСТВИТЕЛЬНО  
ХОЧЕШЬ

---

**БАРБАРА ШЕР**  
**ЭННИ ГОТТЛИБ**

# Содержание

Предисловие	11
Введение	15
<b>Часть I. Человеческий гений: вскармливание и уход</b>	<b>23</b>
Глава 1. Кем вы себя считаете?	25
Глава 2. Окружение, создающее победителей	41
<b>Часть II. Загадывание желаний</b>	<b>63</b>
Глава 3. Поиск стиля	65
Глава 4. Поиск цели	108
Глава 5. Трудные времена, или Сила негативного мышления	144
<b>Часть III. Развиваем навыки I: прокладываем путь к цели</b>	<b>171</b>
Глава 6. Мозговой штурм	173
Глава 7. Артельная помощь	213
Глава 8. Работаем со временем	252

<b>Часть IV. Развиваем навыки II: двигаемся дальше и дрожим</b>	<b>279</b>
Глава 9. Боимся, но побеждаем, или Первая помощь при страхе	<b>281</b>
Глава 10. Не-делай-это-сам	<b>308</b>
Глава 11. Двигаемся дальше	<b>336</b>
<b>Эпилог. Учимся жить с успехом</b>	<b>341</b>
<b>Об авторах</b>	<b>348</b>

# 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 предупредила, 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

---

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

не как к знаменитости. Мы разговариваем как старые знакомые, и мне это очень нравится.

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.