

СОДЕРЖАНИЕ

Выражение признательности	4
Введение	8

Часть I.

ФАКТОР АЛАДДИНА

1. Пять препятствий, мешающих нам просить	17
2. Совершенно новый мир	61
3. Мастера волшебной лампы	88

Часть II.

КАК ВЫПУСТИТЬ ДЖИННА ИЗ БУТЫЛКИ

4. Как узнать, чего мы хотим на самом деле	109
5. Как зажечь волшебную лампу	122
6. Победоносное преодоление лабиринта страха	137

Часть III.

КАК ПРОСИТЬ, КОГО ПРОСИТЬ И ЧТО ПРОСИТЬ

7. Как просить	197
8. Просите своих домочадцев	262
9. Просите в учебном заведении	290
10. Просите на работе	302
11. Просите весь мир	335
12. Спросите самого себя	369
13. Просите высшую силу	382
14. Чего же вы ждете? Действуйте!	392
15. У нас есть просьба	396
Об авторах	397
Персоналии	398

Введение



Однажды в далекой-далекой стране, на желтой, иссохшей земле сидел в пыли ребенок, неряшливый и весь грязный. Зажав между колен сильно потертую лампу, мальчуган пристально глядывался в нее и пытался скovyрнуть с металла нарoщиую коросту грязи. Старая и помятая, эта лампа все еще оставалась красивой и очень приятной на оцупь. Мальчонка провел пальцами по надписи, выгравированной сбоку, но совсем неразборчивой, а потом поплевал на рукав своей рубахи и долго тер им лампу, пока смог наконец прочесть слова:

Попроси — и тебе будет дано.

Едва он закончил читать, как лампа словно бы сама по себе задрожала в его руках и стала крутиться в разные стороны. От страха у мальчишки по коже поползли мурашки, а волосы на затылке стали дыбом. И вдруг парнишка, которого звали Аладдин, услышал громоподобный глас, который, как ему показалось, исходил изо всех закоулков просторной рыночной площади.



— Кто ты такой и почему звал меня?



Хоть ветра и не было, пыль, плотно покрывавшая землю, вдруг закружилась вихрем у ног Аладдина, а потом взмыла вверх и стала носиться в воздухе, вмиг окутав всю его маленькую фигурку. Перед глазами у мальчика завер-

телись радужные круги, а потом ему показалось, будто неведомая сила подняла его и вознесла высоко-высоко в небо.

— Где я и что происходит со мной? — закричал Аладдин. — И кто ты такой?



— Я — всемогущий джинн, и ты теперь со мной, а я с тобой, ибо ты призвал меня, — произнес все тот же трубный глас. — Я здесь, дабы удовлетворять все твои просьбы и помочь тебе получать все, чего ты только пожелаешь.



— Я желаю только одного — пусть меня признают тем, кто я есть на самом деле. Да, я выгляжу сейчас нищим, но все равно прекрасно знаю, что в действительности я самый настоящий принц. Если бы люди смогли увидеть и понять это, тогда все несметные богатства сего царства стали бы моими, — отозвался Аладдин.



— Так ты действительно желаешь, чтоб другие признали твое высочайшее происхождение и титул? — спросил джинн.



— Да, и более того.



— Тогда все твои пожелания, о юноша, — для меня приказ. Сядь у моих ног, дитя мое, пока я буду ткать узорчатый диван моего повествования об удивительных чуде-*

* Диван (перс.; первоначальное значение: запись, книга) — в классических литературах Ближнего и Среднего Востока так именуется сборник лирических стихотворений; здесь данный термин толкуется в более широком смысле. — *Здесь и далее примечания переводчика.*

сах и невероятных успехах, которые станут твоим делом, когда ты научишься просить о том, чего ты хочешь в этой жизни. Я привел с собою многих из числа своих друзей, и эти достойные люди готовы поделиться с тобой историями собственного успеха. Пристально всматривайся в эту волшебную лампу, сын мой, и наблюдай, как разворачивается наш рассказ о чудесных изменениях, которые всенепременно произойдут и в твоей жизни, коль ты тоже научишься просить.



Пока я не узнал, что могу безбоязненно просить обо всем, чего хочу, моя жизнь текла в покорности и смирении, а сам я как бы заранее вышел в отставку и удалился от дел — разумеется, не официально, но из-за этого ничуть не менее реально. Я молча согласился с тем, что не буду никому причинять неприятностей, не стану никого беспокоить, никогда не злоупотреблю чьим-либо вниманием, никогда не отниму у кого-то ни минуты времени и уж, конечно, не буду занудой и несносным типом, который проел всем печеньку!

Мы с моей женой Джорджией рано связали себя брачными узами и сейчас живем по большей части в своем загородном доме, расположенном практически на самом берегу озера в западной части штата Массачусетс. Поскольку дом этот находится на довольно-таки крутом склоне холма и к нему не подъехать, мы ставим машину немного выше, непосредственно на обочине шоссе, а потом спускаемся по длинной лестнице прямо к кухонной двери. До ближайшего города от нас много миль, так что всякий раз, когда мы отправляемся туда за покупками и вместе ходим по магазинам, у нас в результате собирается никак не меньше десятка пакетов и бумажных мешков с продуктами и прочими припасами. И после того, как нам удается наконец попасть к себе, я, весь в поту, спешно перетаскиваю все наши многочисленные приобретения из машины на кухню, а Джорджия потихоньку

распаковывает все сумки и раскладывает их содержимое по соответствующим полкам.

Подсознательно меня эта ситуация всегда раздражала. Мне приходилось, как проклятому, носиться под открытым небом вверх-вниз по лестнице, преодолевая бесконечное число ступенек, в то время как Джорджия занималась совсем легкой, на мой взгляд, работенкой — просто доставала разные вещи из пакетов и располагала их по местам. Особенно сильно я обижался в тех случаях, когда на дворе лил дождь или валил снег. Такая вот традиция сложилась у нас в семье, и моя обида, которую вполне можно назвать даже безмолвным негодованием, тянулась достаточно много лет.

Однажды, когда мы с женой посещали семинар, посвященный способам укрепления брачного союза, каждую из участвовавших в нем супружеских пар попросили изложить на бумаге и поделиться друг с другом устно любыми взаимными обидами и претензиями, которые у нас накопились. Я рассказал Джорджии о своем давнишнем раздражении, вызванном тем, что в наших отношениях мне всегда доставалась роль эдакого ишака или как минимум вьючной лошади — особенно когда дело доходило до поездок по магазинам с моей последующей беготней по лестнице. Ответ жены навсегда изменил мою жизнь. Она сказала: «Боже праведный, я же никогда не имела ни малейшего понятия о том, что тебя такое разделение труда делает несчастным. Почему ты никогда не проронил ни словечка, почему не дал мне знать об этом хотя бы намеком? Я была бы даже рада помочь тебе таскать эти сумки. Единственное, что ты должен был для этого сделать, — попросить меня».

Стало быть, единственное, что я должен был сделать, — это попросить? Насколько элементарно? Но почему же я сам не додумался до столь простого выхода? Мне такое даже не приходило в голову. Но почему, почему? Внезапно у меня перед глазами пронеслась целая вереница ретроспективных кадров с теми ситуациями, которые не раз случались в моей жизни, когда я нуждался в помощи, но боялся даже заикнуться об этом.

Очень часто мне хотелось попросить своих школьных учителей излагать материал помедленнее и снова возвращаться к каким-то не совсем ясным мне темам, но я боялся, что они сочтут меня тупым.

В старших классах школы я не раз хотел попросить ребят во время летней практики, чтобы те помогли мне поднять большую кипу торфяного мха, который я перетаскивал в другое место, но опасался, как бы они не назвали меня слабаком.

Опять же, в школьные годы мне хотелось попросить одного из своих одноклассников, чтобы он показал мне, как берет кое-какие хитрые аккорды на гитаре, но я боялся, что не смогу научиться их достаточно быстро, а он рассердится на меня за то, что я отнимаю у него кучу времени.

Я всегда соглашался на меньшее — например, на не бог весть какие места в театрах или, скажем, на ерундовые столики в ресторанах. Ни единого раза я не отсылал там назад, на кухню, невкусные, остывшие или скверно приготовленные блюда. Отправляясь в командировки, я не смел возражать против дрянных, дешевеньких номеров в гостиницах, лишенных стандартных удобств, и летал на авиалайнерах вторым классом, тогда как по своему служебному статусу вполне мог рассчитывать на первый. Я принимал у самых разных смежников и соисполнителей плохо выполненную работу. Носил одежду, далеко не идеально сидевшую на мне, а иногда покупал обувь, которая явно была мне тесна («Не волнуйтесь, пожалуйста, кожа потом обязательно растянется»). Боялся возвращать или обменивать неподошедшие покупки и очень редко просил продавцов помочь мне найти какую-нибудь вещь — если вообще когда-либо находил в себе силы обращаться к ним с подобными просьбами.

В день моего отъезда из дому в колледж отчим вручил мне двадцатидолларовую купюру и сказал: «Если у тебя когда-нибудь возникнет нужда в том, чтобы кто-то протянул тебе руку помощи, протяни вперед свою собственную руку и посмотри на пальцы — именно оттуда тебе и должна прийти помощь». Основополагаю-

щая идея этой фразы была ясна как божий день: «Отныне ты человек самостоятельный. Рассчитывай только на себя. Нас ни о чем не проси». Впрочем, и на протяжении предшествующих восемнадцати лет я слышал от своих матери и отца, а потом от отчима исключительно следующие фразы:

— Если ты когда-нибудь влипнешь в неприятности, то не вздумай, сломя голову, бежать за помощью ко мне.

— О чем это ты? Ничего не знаю и знать не хочу!

— Ты думаешь, деньги растут на деревьях?

— За кого ты меня держишь? Может, тебе мерещится, будто я Рокфеллер?

— Хватит меня дергать, а уж тем более — просить. Больше на эту тему я не хочу ничего слышать!

— Не задавай так много глупых вопросов!

— Мой ответ — раз и навсегда «нет», так что прекрати меня доставать!

— Оставь мать в покое. У нее сегодня и без тебя был трудный день.

— Я сказал «нет» — и это конец!

Я зарабатывал намного меньше денег, чем стоил мой труд, я смеялся над шутками, которых не понимал, и никогда не тянул в классе руку. Я принимал как должное слишком многое, не подвергая сомнению авторитеты, и чуть не откусывал себе язык, когда хотел попросить кого-нибудь о чем-то из ряда вон выходящем. Я с безнадежной тоской смотрел на все, чего мне хотелось, но очень редко получал желаемое. Такова была моя жизнь — жизнь человека, соглашавшегося на меньшее, чем ему хотелось, на меньшее, чем он заслужил, на меньшее, чем самое лучшее, и на меньшее, чем это было возможно на его, то есть на моем, месте.

ДЖЕК КЭНФИЛД



— *А теперь ты должен понять, о Аладдин, Джек рассказал эту невеселую историю, дабы проиллюстрировать*

пять главных препятствий, не позволявших ему обращаться с просьбами. Во-первых, его держало в ловушке элементарное неведение. Он вообще не знал, что может о чем-то попросить окружающих и что это окажется столь просто. Во-вторых, его ввели в заблуждение собственные ошибочные убеждения. Он считал, что если бы жена действительно любила его, то она автоматически сообразила бы, чего ему хотелось, и сама предложила ему помочь. В-третьих, любой ситуацией, связанной с просьбой, управлял страх, а вовсе не сам Джек. Он боялся получить на свою просьбу отказ и тем самым попасть в еще более унижительное положение, чем прежде. В-четвертых, на пути Джека стояла его собственная гордыня, которая внесла немалую лепту в нарастающую у него в душе обиду по отношению к людям и постепенно начинала играть доминирующую роль в его жизни. И наконец, в-пятых, из-за низкой самооценки и, соответственно, приниженного чувства собственного достоинства Джек не чувствовал себя человеком, имеющим право просить и получать ту помощь, в которой он нуждался и которой заслуживал.

Перечисленные пять препятствий — это звенья одной цепи, которая приковывает тебя к неверному шаблону поведения и не дает обращаться к окружающим с теми или иными просьбами. Пока ты не сломаешь все эти звенья одно за другим и не сумеешь вырваться из плена, на который тебя обрекает создаваемая ими цепь гнета, у тебя не будет свободы действий, которые позволили бы тебе реализовать свои мечты.

1

ПЯТЬ ПРЕПАТСТВИЙ, МЕШАЮЩИХ НАМ ПРОСИТЬ: почему мы не просим того, чего хотим

1. НЕВЕДЕНИЕ

В одной старинной притче рассказывается о воре, который где-то украл великолепное одеяние. Оно было изготовлено из самых лучших тканей и прочих материалов — даже пуговицы и те были сплошь серебряными да золотыми. Когда этот тать, продавши похищенное убранство торговцу на рынке, возвратился к приятелям и собутыльникам, самый близкий к нему человек поинтересовался, сколько же он выручил от продажи столь ценного убранства.

— Сто мер серебра, — таков был ответ жулика.

— Неужто ты хочешь сказать, что получил всего сто мер серебра за это воистину бесценное облачение? — спросил у него друг.

— А разве есть число, большее, чем сто? — удивился воришка.

Многие из нас не знают, о чем просить. Либо мы просто не ведаем о том, что нам доступно и что мы можем получить, поскольку никогда прежде не сталкивались с такой

возможностью, либо настолько плохо знаем себя, что вообще не способны прочувствовать свои реальные жизненные потребности и желания. Некоторые из нас до того оцепенели в ступоре повседневности, что просто не в состоянии осознать своих совершенно естественных стремлений. Мы до того закомплексованы, что даже в глубине души не понимаем, чего же нам в действительности хочется.

Кроме того, большинство из нас не знает, как просить. Нас никогда не учили технике эффективного обращения к кому-либо с просьбой. Мы не видели у себя в семье, как моделируются навыки, связанные с общением в целом и с умением просить, в частности, и нас не обучали этому позднее — ни в школах, ни в институтах, ни на работе.

Многие из нас не знают, кого просить и когда просить. Нас никогда не учили, как найти человека, способного предоставить нам то, о чем мы хотим попросить, — будь то крепкое объятие, мудрый совет или заказ на некий товар или услугу. И большинство из нас не умеет читать те невербальные реплики и ответные сигналы, которые подают нам люди и которые отчетливо сообщают: «Я — с тобой» или «Подожди-ка, не сейчас».

Страх всегда проистекает из неведения.

РАЛФ УОЛДО ЭМЕРСОН

■ Мы не ведаем, что доступно и что возможно

Большинство американцев не знали, что можно купить дом, не потратив на это буквально ни цента, пока не прочли книгу Роберта Аллена*. Не подозревали мы и о том, что мо-

* Имеется в виду книга современного автора Роберта Г. Аллена «Nothing Down: How to Buy Real Estate With Little or No Money Down», где рассматриваются вопросы приобретения жилья за минимальные деньги.