

ДОРОТИ БРАНД

Събуди се и живеј!



КАКВО БИХТЕ НАПРАВИЛИ,
АКО ЗНАЕТЕ,
ЧЕ Е НЕВЪЗМОЖНО
ДА СЕ ПРОВАЛИТЕ?

AMG
PUBLISHING

София • 2017

Съдържание

ВЪВЕДЕНИЕ	7
ПЪРВА ГЛАВА	
ЗАЩО СЕ ПРОВАЛЯМЕ?.....	17
ВТОРА ГЛАВА	
ГОТОВНОСТТА ЗА ПРОВАЛ	25
ТРЕТА ГЛАВА	
ЖЕРТВИТЕ НА ГОТОВНОСТТА ЗА ПРОВАЛ	35
ЧЕТВЪРТА ГЛАВА	
НАГРАДАТА ОТ ПРОВАЛА	47
ПЕТА ГЛАВА	
ДА ТРЪГНЕШ В ПРАВИЛНАТА ПОСОКА.....	65
ШЕСТА ГЛАВА	
СИСТЕМАТА В ДЕЙСТВИЕ	79
СЕДМА ГЛАВА	
ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ И СЪПРОТИВЛЕНИЯ.....	95

ОСМА ГЛАВА

СПЕСТЯВАНЕТО НА ПРИКАЗКИТЕ 103

ДЕВЕТА ГЛАВА

ЗАДАЧАТА НА ВЪОБРАЖЕНИЕТО 113

ДЕСЕТА ГЛАВА

КОДОВЕ И СТАНДАРТИ 121

ЕДИНАЙСЕТА ГЛАВА

ДВАНАЙСЕТЕ ДИСЦИПЛИНИ 131

ДВАНАЙСЕТА ГЛАВА

ПОЖЕЛАВАМ ВИ УСПЕХ! 159

ВЪВЕДЕНИЕ

Преди две години попаднах на формула за успех, която коренно промени живота ми. Тя беше толкова проста и очевидна, че когато я приложих на практика, чак не ми се вярваше, че работи – беше като магия. Първо обаче трябва да призная, че по онова време бях тотално срината. Едва ли някой страничен наблюдател го разбра, ала аз и хората, които ме познаваха добре, знаехме, че не използвам и една десета от възможностите си. Имах интересна работа, животът ми хич не беше скучен, но позицията, която заемах, всъщност беше жалък заместител на онова, с което реално исках да се занимавам. Оттам идваше и вътрешното ми усещане за провал. Давах си ясна сметка, че имам много по-голям потенциал и съм в състояние да се справям с работата си далеч по-добре, дори да се боря за по-висок пост. Единственото, за което полагах усилия обаче, бе да измислям безброй находчиви оправдания пред себе си за липсата на успех.

Разбира се, не преставах да търся изход от задънената улица. И в момента, в който той се появи на хоризонта, не посмях да повярвам на късмета си. Отначало дори не се и опитах да анализирам или да си обясня ситуацията. Резултатът от прилагането на формулата беше толкова невероятен, че едва ли не станах суеверна. Всичко изумително приличаше на магия, но как можех да знам, след като изобщо не бях веща в магиите и заклинанията? Реалист до мозъка на костите си до този момент, ми се наложи да обмисля предпазливо отношението си към случващото се. И преди се бях опитвала да се справя с трудностите и точно когато ми се струваше, че съм на прага да успея, те се стоварваха още по-безмилостно върху мен.

Основната причина, поради която не отделях достатъчно време за анализ и обяснение на резултатите, след като започнах да прилагам формулата стъпка по стъпка, бе, че бях заета и се забавлявах твърде много. Стигаше ми да се наслаждавам на лекотата, с която се справях с уж невъзможните задачи, да наблюдавам как смятаните за непреодолими бариери се стопяват пред мен, да усещам как се отърсвам от инертността и плахостта, които ме бяха държали в оковите си.

Бях в застои в продължение на години. Знаех какво искам, бях добре подготвена за професията си, но не предприемах нищо. От малка знаех, че призванието ми е да пиша, и се втурнах в това начинание с големи оч-

аквания. Повечето от завършените ми творби бяха приети добре. Но когато дойде време за следващата стъпка и опитах да доведа докрай започнатото, блокирах. Усещах, че няма да мога да направя и крачка напред.

Едва ли е нужно да казвам, че бях нещастна. Е, не говорим чак за болезнено отчаяние, но депресията от безплодните ми усилия направо не ми даваше мира. Захванах се с редактиране, тъй като опитите ми в творческата страна на литературата явно претърпяха провал, ала така и не спрях да се тормозя. Исках съвети от преподаватели, психоаналитици и психолози как да се измъкна от собствения си капан. Четох, интересувах се, мислих, притеснявах се. Опитах всяка „рецепта“, но нито една не ми донесе пълно спокойствие. Да, някои от методите проработваха, ала резултатът беше временен. Работех с трескава възбуда, но не повече от седмица-две. Изведнъж всичко замираше, оставяйки ме там, откъдето бях тръгнала, далеч от крайната ми цел. И всеки път все по-обезверена.

Докато веднъж, между два удара на сърцето, не се появи идеята, която ми донесе свобода. Този път не я бях търсила съзнателно. Напротив – бях се заела с проучване от съвсем друг характер. И тогава попаднах на едно изречение в книгата, която четях – „Човешката личност“ от Ф. У. Х. Майерс*. То бе толкова показва-

* *Human Personality and Its Survival of Bodily Death* от Фредерик Уилям Хенри Майерс. – Бел. прев.

телно, че оставих книгата настрана и се замислих за богатството от идеи, побрани в едно прозорливо предположение. Когато отново се върнах към книгата, вече бях друг човек.

Всеки аспект, всяко отношение и всяка нагласа към живота ми се бяха променили. Признавам, че в началото не го осъзнах. Но ден след ден увереността, че съм открила талисман срещу провала, инертността и обезсърчението, се засилваше. И това ми стигаше! Дните ми бяха изпълнени с толкова работа, че няха време за самоанализи. Ако преди някоя задача ми се струваше неизпълнима, сега се справях с нея с лекота. Като насън, подобно на старата дама от детското стихотворение, си казвах: „Това не съм аз“, ала без никакво съмнение именно аз жънех успехи: книгите, които толкова дълго исках да напиша, но все не успявах, сега се изливаха върху хартията с бясна скорост. За разлика от преди обаче не се чувствах изцедена от работата си. Непрекъснато ми идваха нови идеи, явно блокирани до този момент в съзнанието ми от досегашните задачи, които не им позволяваха да се покажат.

Представям ви равносметката от написаното в последните двайсет години от мен, преди да открия формулата. Поразкрасила съм доста голяма част от списъка със скромно количество писания, сътворени болезнено, мъчително и без вдъхновение. Седемнайсет разказа, двайсет ревюта на книги, шест вестникарски

статии и един неуспешен опит за роман, който зарязах след първата му третина. Или средно по по-малко от два завършени материала на година!

А ето и рекорда ми две години след настъпилото прозрение: три книги, като първите две написах за по-малко от година и постигнаха успех в съответната област; двайсет и четири статии, четири разказа, седемдесет и две лекции, синопсиси* на още три книги и безброй писма с професионални съвети и консултации, изпратени в цялата страна.

Това обаче далеч не са всички резултати, постигнати след прилагането на формулата. След като открих действието ѝ при отприщването на енергията ми за писане, ми стана любопитно с какво още би могла да ми бъде полезна и как да я активирам и в други проблемни за мен области. Колебанието и стеснителността, които ме бяха преследвали през целия ми живот, изведнъж се изпариха. Всички интервюта, лекции и ангажменти, които с години бях принудена да изпълнявам против волята си, сега ми доставяха истинско удоволствие. Веднага прекъснах дузината глупави незначителни проекти, в които се бях въвлякла от чувство за вина, докато бях в задънена улица. Вече се разбирах добре със самата себе си и престанах да се самонаказвам, увещавам и издевателствам над същността си – все дейности, които ненужно ме отегчаваха и уморяваха.

* Кратък обзор, резюме. – Бел. ред.

И въпреки че моята формула бе дала такива поразителни резултати, смятах, че случилото се с мен е уникално, затова я споделих с малцина от приятелите си. С неоправдан егоизъм реших, че е безполезно да я споделям с останалите деветдесет и девет процента от познатите си, тъй като мислех, че моят случай е уникален. А и едва ли някой беше изпадал в подобна ситуация, камо ли да успее да приложи моята формула върху своите проблеми със същия успех като мен. И тъй като вече не живеех в заблуда и сляпа за случващото се наоколо, от време на време разпознавах признаците, че някой погубва живота си, точно както аз погубвах своя навремето. Щом аз имах късмета да се измъкна от това положение, вероятно и останалите все някога щяха да го сторят. Ако съдбата не ми беше дала знак, едва ли щях да се сетя публично да споделя простата програма, която толкова ми бе помогнала. Вероятно никога нямаше да осъзная, че голяма част от възрастните малко или много изживяват дните си неефективно и това им носи само страдание.

Преди няколко месеца обаче ме поканиха да изнеса лекция на тема „Трудностите пред начинаещия писател“ пред група книжари. Вероятно защото бях описала тези трудности доста подробно в първата си книга. Честно казано, няхах никакво желание просто да прочета глава от вече издадена книга пред група хора, които по всяка вероятност са я прочели преди

това. Подготвяйки речта си, осъзнах, че няма какво друго да добавя към казаното в книгата ми, освен че най-голямата трудност пред писателите е сблъсъкът със собственото им бездействие и страховете им. И тъй като имах смътното усещане, че лекцията ми ще е в духа на „възхвалата на Божията слава“ от устата на някой старомоден проповедник, доста се постарях да избегна това.

Всички изводи, до които достигнах, намериха мястото си в тази книга: че сме жертви на примирението си пред провала; че ако не искаме да си отидем от този свят, без да сме изпълнили намеренията си, трябва да осъзнаем този факт навреме и да предприемем действия срещу него; че има начин да се противопоставим на това примирение, който дава почти магични резултати. Изнесох лекцията си. Това, което наистина ме потресе, беше ефектът ѝ върху слушателите. Преди да започнат да пристигат съобщенията, писмата и обажданията, си мислех, че разказът как един човек е превъзмогнал колебанията си слабо би заинтригувал публиката и би помогнал на максимум двама-трима от слушателите, които се отъждествяват с героя в историята.

Оказа се, че почти всеки от присъстващите се намира в положението, което описвах, и търси начин да се измъкне от него. Изнесох лекцията още два пъти и резултатите бяха почти същите. Заваляха съобщения, въпроси и покани за интервюта. А най-хубавото от

всичко бяха трите писма, които пристигнаха в рамките на следващите две седмици. Трима от слушателите ми бяха решили да не чакат по-подробно разясняване по темата. Явно не бяха изпитали и грам съмнение, че формулата може да не проработи при тях, защото веднага я бяха приложили на практика. Една жена бе написала и продала за публикуване история, преследвала я с години, която до момента ѝ бе изглеждала твърде странна, за да бъде издадена. Един мъж се бе прибрал у дома и спокойно бе заявил на властната си сестра, че не желае повече да ѝ се подчинява. После си бе върнал вечерната работа, която напуснал по настояване на сестра си. Изненадал се, когато тя изведнъж забравила за заядливото си хипохондрично поведение, след като разбрала, че повече няма влияние над него, и дори се почувствала по-щастлива отвсякога. Третият пример е твърде личен, за да го споделям тук, но може би затова, а и по много други причини, той бе най-показателен. Значи поне трима души бяха установили, че формулата действа. И точно като мен бяха поразени от резултатите.

Живеем толкова под възможното си ниво на стандарт, че когато се освободим от спънките, пречещи ни да реализираме потенциала си, изглеждаме напълно преобразени. Пълноценният, полагащ ни се по право живот ни се струва невъзможен, за разлика от несигурния, плах, боязлив живот, който се насилваме да жи-

веем. Погледнато от този ъгъл, е по-лесно да си дадем сметка, че всички преуспели мъже и жени, независимо дали са политици, философи, артисти или бизнесмени, абсолютно независимо един от друг, имат подобен начин на мислене и отношение към работата си. Докато на събратята им, които не са късметлии като тях, се налага да се потрудат, за да достигнат до това прозрение, иначе са обречени да си отидат, без изобщо да са го разбрали. Случаен поглед върху биографиите и автобиографиите на тези хора показва, че това просветление често идва благодарение на религията, философията или пълното посвещаване някому. Така личността, макар и често да изпитва неувереност, черпи сили от отдадеността си и нерядко се оказва достатъчно издръжлива и способна на подвизи, влияние и гениални идеи, които ни карат да ѝ се възхищаваме. Но тези, които не са родени с познанието, благодарение на което се случва чудото, водещо до краен успех, и тези, които не са го усвоили достатъчно рано, за да са забравили състоянието си преди него, както и онези, които по някаква причина не намират опора в религията и философията или пък не мобилизират силите си, за да се противопоставят на инертността си, все пак могат да се постараят, за да получат най-доброто в живота си. Ако го сторят, много от заплетените ситуации в ежедневието им, ще се разрешат. Но тази книга не разказва историята на раждането на една идея. Тя

СЪБУДИ СЕ И ЖИВЕЙ!

има за цел да бъде практическо ръководство за тези, които искат да прогонят безсилието и да започнат да живеят щастливо.