

— О ЧЕМ МЕЧТАТЬ

КАК ПОНЯТЬ,
ЧЕГО ХОЧЕШЬ
НА САМОМ ДЕЛЕ,
И КАК ЭТОГО
ДОБИТЬСЯ

—
БАРБАРА
ШЕР

Оглавление

Предисловие	11
Введение	13
Глава 1. Чего от вас ожидали?	22
Глава 2. Как стать удачливым	35
Глава 3. Внутреннее сопротивление: так что же вас останавливает?	43
Глава 4. Дело верное	64
Глава 5. Страх успеха: оставляя любимых позади	96
Глава 6. Я слишком многого хочу — и разбрасываюсь	129
Глава 7. По неверной дороге с ветерком	153
Глава 8. А если я хочу что-то неправильное?	193
Глава 9. Помогите! Я не готов родиться	210
Глава 10. Перегруппировка — начинаем новую игру	241
Глава 11. Утрата заветной мечты: ничего не осталось	270

Глава 12. Меня ничто не интересует	292
Глава 13. Бунт против рутины	322
Глава 14. Отвлекающий маневр, или Отчаянные попытки полюбить не то, что хочешь на самом деле	361
Эпилог	379
Благодарности	381
Об авторе	382

*Памяти моего любимого отца Сэма Шера.
Он освещал нашу жизнь*

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

Предисловие

Не знать, что вы хотите делать в жизни, — дело серьезное. Неприятно не иметь цели. В первой моей книге «Мечтать не вредно»* я называю победой обретение желаемого и описываю, как шаг за шагом идти к победе и создавать жизнь, где воплотятся ваши заветные мечты. Однако вот уже многие годы читатели обращаются ко мне со словами: «Мне очень нравится ваша книга, но я не могу ею пользоваться, потому что у меня нет цели. Я просто не знаю, чего хочу».

Мне стало любопытно. Я решила выяснить, в чем заключается проблема этих людей, и начала встречаться с теми, кто не мог определиться с собственными желаниями. Они рассказывали мне свои истории, я задавала вопросы, и вскоре обязательно выяснялось, что все эти клиенты увязли во внутренней борьбе, о которой даже не подозревали.

Им никогда не приходило в голову, что в глубине души они знают, чего хотят, но их желания замаскированы внутренним конфликтом. Узнав о проблеме, они очень удивлялись и испытывали сильное облегчение. Оставалось только разработать план, как обойти эти конфликты, что было удивительно легко. Люди просыпались к жизни и приступали к действиям после одной-двух встреч!

* Барбара Шер. Мечтать не вредно. Как получить то, чего действительно хочешь. — М. : Манн, Иванов, Фербер, 2014.
Прим. ред.

Это было удивительно. И я решила собрать все наши открытия и стратегии — и объединить их в книге, чтобы они были доступны всем, кому нужна помощь.

Сейчас вы держите эту книгу в руках.

Вы не занимаетесь любимым делом и не идете за мечтой, потому что не можете понять, чего именно хотите? Уверяю, вы не одиноки. Проблема распространенная, и у нее есть решение. Как только вы узнаете себя в описании на этих страницах, вы тут же познакомитесь с техниками, которые смогут вам помочь. Не удивляйтесь, если обнаружите характерные для себя черты сразу в нескольких главах. Прочтите все. Большинство из нас — сложные, многосторонние создания, и упражнение, которое станет для вас прорывом, может оказаться в любой из глав.

Работа над книгой будет увлекательным, поучительным, иногда болезненным и часто очень веселым переживанием. Порой непросто понять, что происходит внутри, но, если это получается, вас ждет прилив энергии и грандиозное вознаграждение.

Вы сможете все, если только узнаете, что именно вы хотите. И это скоро произойдет.



Почитать описание и заказать
в МИФе

Смотреть книгу

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:

Взрослые книги:



Проза:



Детские книги:

