

КОРИСНА ІНФОРМАЦІЯ

Усе про книжку та багато іншої важливої інформації шукайте на сайті:

TheFireStarterSessions.com

Приєднуйтеся до мого всесвіту на **DanielleLaPorte.com**

Знаходьте мене та інших Розпалювачів Вогню у мережі *Facebook*:

www.daniellelaporte.com/facebook

Обожнюю *Twitter*: **@daniellelaporte**

Хештег для «Розпали вогонь» у *Twitter*: **#FireSS**

Збагатіть свій досвід разом зі мною — адже це більше ніж книжка.

TheFireStarterSessions.com — це додаткові можливості. Тут ви знайдете такі матеріали:

- **The Workbook o'Fire** («Збірник завдань із розпалювання вогню») — доступний для безкоштовного завантаження буклет із запитаннями та завданнями для самостійної роботи відповідно до книжки.

- **The Camp Fire Guide** («Як розпалити багаття») — безкоштовний посібник з організації книжкового клубу чи групових дискусій.

- Супровідна відеопрограма, онлайн-спільнота, списки ресурсів... а також багато інших цікавих матеріалів і справді корисних інструментів.

[Купить книгу на сайті kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

ЗАСТЕРЕЖЕННЯ + ЗІЗНАННЯ

1. Усе, що я можу вам дати, насправді ви вже маєте. Багатьом із вас така заява здається надзвичайно приємною: «Авжеж!» В інших вона викличе миттєве роздратування: «І це книжка про саморозвиток?» Не хвилюйтеся. Ми освітимо все те добре, що притаманне вам від народження, — а його чимало!

2. Зрештою, все зводиться до такої думки: **ви стаєте новатором завдяки тому, що залишаєтеся собою.** Це річ проста — і найсуттєвіша.

3. Визнаю: **я хочу бути вашою улюбленою піроманкою, чий вогонь робить усе навколо чітким і зрозумілим, розпалює любов, живить бажання, допомагає досягти результатів.**

4. Я, можливо, не знаю вас, але **я вас уже люблю.** Ось я й зізналася.

З любов'ю,

A handwritten signature in cursive script, appearing to read "David", followed by a small "Xo." mark.

ПІДХОДЬТЕ, СІДАЙТЕ БІЛЯ ВОГНЮ...

Коли вірність собі стане вашим пріоритетом, ви почнете насолоджуватися своїм життям у всіх його проявах. Ви будуватимете свою кар'єру, роблячи дійсно улюблену справу; ваша вітальня буде саме такою, про яку ви мріяли; ви матимете споріднених духом друзів; а ваш добробут — визначити його можна по-різному — почне відповідати вашому уявленню про свободу. Іноді сміливість бути вірним собі виявляється у формі публічної заяви, бунту чи *обітниці, пройнятої любов'ю*. В інших випадках це мовчазна впевненість, яку можна прочитати у ваших очах. Вірність собі, хоч яка вона — гучна та рішуча або стримана та обережна, — це та сила, що допомагає вам ґрунтовно переглянути свої переконання, дії та обмеження й надає мужності робити те, що, на думку декого, зробити неможливо. Здатність бути справжнім є основою цілісності. І хай інколи це незручно й не завжди безболісно, та це єдиний спосіб жити справжнім, *повним життям*.

БУТИ ВІРНИМ СОБІ — ЦЕ НАЙЕФЕКТИВНІША У СВІТІ ФОРМУЛА УСПІХУ.

У більшості шкіл чи на семінарах із тайм-менеджменту нам про це не розповідають. Та й інструкції для співробітників навряд чи навчать вас, як

**вибудовувати стратегію реалізації бажань;
знаходити баланс між суперечностями;**

**казати «ні» образі і «так» натхненню;
зробити легкість критерієм успіху.**

Ці правила розпалюють вогонь у вашій душі, вказують шлях до ваших справжніх мрій. Саме завдяки їм з'явилася ця книжка.

Вогонь душі

Вогонь палає в наших душах з давніх-давен і є невід'ємною частиною кожного з нас — він незгасимий, але часто слабшає та стає непомітним. Він може ледве жевріти через нашу надмірну невпевненість у собі. Ми беремо під сумнів доцільність ентузіазму та своє право на душевні пориви. Ми боїмося, що порушення правил не дозволить нам отримати підвищення зарплатні, а звернення від першої особи відлякає потрібних клієнтів. Ми непокоїмося, що наше саяво розтлумачать як хизування та відмовлять нам. А якщо ми таки сміливо висловимо свою думку, то спалимо мости, які колись, можливо, знову знадобляться.

Невпевненість у собі є настільки підступною рисою, що не лише змушує нас загрузнути у звичному житті, а й фактично послаблює нашу здатність мріяти про можливість вивільнитися з тієї рутини. Проте річ у тім, що мрія сама по собі є життєдайною, життєствердною силою. Помічено, що застосування уяви надзвичайно сприяє зростанню добробуту. Ейнштейн вважав, що уява навіть важливіша за саме знання.

Уявіть своє ідеальне життя у вигляді гори скарбів, що височіє перед вами. Вона поряд, до неї можна

прогулятися пішки під час обідньої перерви. Складіть у цю гору захоплень усе, що забажаєте: золоті зливки, плаский живіт, усміхнених друзів, гарно проведений у родинному колі час, цікаву роботу, що дарує вам задоволення, кохання всього життя, аплодисменти й пошану, вітальні крики вболівальників, які зустрічають вас на фініші, екологічно чисте довкілля, участь у гуманітарних акціях, міцне здоров'я, кабриолет із п'ятиступеневою коробкою передач, подорож до Монако першим класом, світло та спокій, які ви випромінюєте і які приваблюють симпатиків або коханих (а можливо, і тих, і інших). Докиньте до купи ще кілька множинних оргазмів і солідну премію в кінці року, якщо це вас потішить (а це ж вас потішить, правда?).

Ви стоїте на роздоріжжі. Припустімо, що обидві дороги ведуть до вашого ідеального життя. Ви бачите два дороговкази, які визначають напрямок.

*На одному написано: «ВАШ ШЛЯХ».
На другому написано: «ЇХНІЙ ШЛЯХ».*

Якою стежкою, на вашу думку, буде веселіше йти? Хай вас не хвилюють зараз освіченість і підняття вашого авторитету. На якій стежці ви станете не надто перейматися через падіння, більше сміятися, ризикувати, а ваше серце частіше калататиме?

Якщо ви вважаєте, що привабливі переваги зустрінуться на ЇХНЬОМУ ШЛЯХУ, ви маєте рацію: це дійсно так. І я не знущаюсь із вас. ЇХНІЙ ШЛЯХ випробуваний. А «випробуваний» може зекономити чимало вашого часу й уберегти вас від душевного болю.

Перемоги та провали людей, які є моїми зразками для наслідування — у фінансовому і духовному планах, — запобігли серйозним помилкам у моєму житті та зробили шлях пізнання рівнішим. Спосіб життя моїх сестер по духу глибоко впливає на мій життєвий вибір. Вам коли-небудь доводилося відверто казати приятелю: «Ой, мені шкода, що ти мусив це пережити, та тепер я вже маю твій досвід і мені не доведеться проходити через подібне. Дякую, друже»? Коли ми справжні друзі, ми переймаємо одне в одного досвід, захищаємо одне одного від болю, відпрацьовуючи певну карму разом.

Ви здатні скеровувати свою долю. Ви здатні побудувати життя, про яке мрієте — до найменших подробиць, — але вам не до снаги зробити це самотужки. ЇХНІЙ ШЛЯХ може бути надзвичайно повчальним і втішним. А втіха дуже цінна, коли доводиться всім ризикувати.

Проте **ЇХНІЙ ШЛЯХ** — це минуле. Це вже історія, хоча й потенційно корисна. Це міф про досвід, якому ми можемо довіряти чи ні. Будьте розсудливими. Візьміть собі з архівів випробуваних і надійних шляхів те, що хочете, а решту облиште. Зрештою, *рішення суто ваше*. Навіть коли ви втрачаєте контроль над ситуацією, саме вам вирішувати, як відповідати чи реагувати, хоч там що.

ВАШ ШЛЯХ. Дещо нерозсудливий, абсолютно зухвалий, не позначений на карті, інтуїтивний, непередбачений, який не витримує жодної критики та й навряд чи сподобається вашій мамі. Ви можете зазнати невдачі. Чи досягти такого успіху, що неабияк здивуєте своїх знайомих. (Ваші справжні друзі

завжди знали, що вам таке до снаги.) Ви можете здійснити прорив.

ВАШ ШЛЯХ

Шлях вогню, що горить у вашій душі.

Палка пристрасть.

Пристрасть, яку неможливо вдати.

Пристрасть, яку світ не в змозі заперечити.

Прагніть більшого

Цей досвід — я маю на увазі книжку та всі матеріали, розміщені на сайті, — має на меті допомогти вам витягти свої мрії на поверхню, оживити чи піднести їх на вищий щабель.

Я хочу, щоб удосконалення мрій стало для вас звичайною практикою. Користуйтеся зубною ниткою, робіть вправи на розтяжку, їжте достатньо зелених овочів і мрійте. Знову і знову.

Ваші бажання якнайточніше відображають вашу внутрішню сутність. Якщо ваша теперішня реальність аж надто далека від бажаного життя, ваші мрії стануть паливом, завдяки якому ви рухатиметеся вперед. ***Якщо ви хочете повною мірою скористатися своєю потужністю, то пориньте у мрії про ідеальне життя.*** Ваші підсвідомі та проголошені мрії — то золотоносні жили, що ведуть до успіху.

Не має значення, хто ви в житті: підприємець, чий бізнес іде вгору, чи виконавець, якого поглинає рутина, студент, який кидається рятувати планету, чи матуся-домогосподарка, яка переживає особистісну

кризу, мандрівний шаман чи добре облаштований на місці городянин — вам необхідно свідомо зрошувати свої мрії. Ми маємо доглядати свої бажання так само пильно, як доглядали би багаття, що дає нам змогу приготувати їжу, зігрітися вночі та відлякує вовків. Звісно, турбота про потаємні бажання — не питання життя чи смерті. Якщо ви не палаєте пристрастю, ви все одно здатні сплачувати за оренду, бути хорошою людиною і плестися життєвою стежкою, як це робить багато хто з нас. Ви виживете. Та ми тут не для того, щоб поговорити про виживання чи виправдати просте існування. Ця книжка — пошук шляху до вашого *успіху*.

Ідеалісти, єднайтеся!

Ніщо не зрівняється з одержимістю людини, в якій є мрія і сміливість відповісти на телефонний дзвінок. Мріяти надзвичайно важливо, та це лише частина рівняння. Ви повинні втілити стратегію в дію (читачі, котрі звикли домагатися успіху наполегливою працею, мабуть, говорять: «Ще б пак! Головне — етапи, народ, етапи!»). Пристрасть — це вітер, що розпинає ваші вітрила, а практичність — стерно. Щоб дістатися пункту призначення, вам потрібно і те, і те.

Як кажуть, **«правильне те, що діє»**. Ви можете розпоряджатися своїм часом із вправністю ніндзя, малювати на дошці свої мрії, визначати квартальні цілі, доки майбутнє не стане таким яскравим, що вам доведеться надіти сонцезахисні окуляри. Та якщо всі ці методики не діють, тоді щось не те. Ви можете медитувати до посиніння, молитися, брати участь

у процесіях, тренуватися, повторювати певні самонавіювання, мислити позитивно, відвідувати сеанси *психотерапії*. Та коли ви не стаєте спокійнішою, доброзичливішою людиною, яка люб'язно розмовляє з офіціантом і не втрачає рівноваги через затори на дорогах, тоді, мабуть, вам варто переглянути критерії результативності ваших шукань.

Якщо вогонь у вашій душі досі нагадує проблиски, які мерехтять далеко від вас, тоді час обміркувати, що здатне розпалити вас тут і зараз. І, можливо, для цього доведеться застосувати радикальний підхід.

Директор компанії вартістю в мільярд доларів, яка працює у сфері розваг, одного разу сказав мені:

— Є еволюція і революція. Еволюція — вихід на інший рівень, а *революція* змінює все. Візьміть, наприклад, *Starbucks*. Вони здійснили революцію в кавовому бізнесі. Будь-чий наступні кроки будуть звичайною еволюцією. І еволюція — це добре, бо надійно; вона може вас цілком задовольняти. Та революція! О... Це дійсно збуджує. Хто не воліє бути революціонером?! Ким би ти радше стала?

Я — за революцію, дякую. Я не за тепло, а за *спеку*. Не яскраву — *палаючу*.

Ознакою будь-якої революційної зміни є неможливість згасити її промені; вона змінює тих, кому випало стати її свідками чи учасниками. Революції всередині нас і зовні трапляються щодня. Вам не обов'язково ставати на чолі боротьби свого народу за незалежність або воювати з представниками профспілок (хоча чому б і ні, якщо маєте до цього потяг). Революцією може бути цілковито новий погляд, що змінює ваше бачення кар'єри, шляхів зміцнення здо-

ров'я, побудови успішних стосунків. **Революція — це спосіб буття, який перетворюється на значно ліпший спосіб дій.** Вона зрушує людей, які оточують вас, зі звичних місць і піднімає їх разом із вами на вищий рівень, вона максимально розширює межі всесвіту. Книжка «A Course in Miracles»¹ визначає чудо як «зміну в сприйнятті». Революція може здаватися чудом.

Коли важко скинути тягар із серця

Розпалення багать і революцій потребує завзятості та віри. А їх набути дуже важко, коли ви не рухаєтеся вперед і душа ваша зморена. Душевна втома — це нездужання, що має багато назв. Це може бути апатія. Чи пригніченість. Або безперервна образа. Хронічні сумніви. Заціпеніння. Відчуття приниження. Постійний страх перед втратами. Додайте важкий розрив стосунків, порушення обміну речовин, звільнення через скорочення штату, нещасний випадок, надлишок напівфабрикатів у раціоні та просякнуті страхом заголовки, відомі нам як щоденні новини, — і ось ми вже на шляху до гнітючої втоми.

Коли ви зазнаєте фізичної травми, здорова решта організму пристосовується та намагається компенсувати послаблену ділянку. Вона приймає на себе головний удар, намагаючись вистояти й діяти далі так, аби ви навіть не відчували, що якась частина вашого тіла постраждала та виснажена. Коли йдеться про психіку, з болем у серці й душевними муками ми можемо роками шкандибати життєвим шляхом, у змозі забез-

¹ «Курс чудес» — книжка, що обіцяє читачам допомогу в духовному перетворенні; видана у США 1976 року.