



ДЖОН СТРЕЛЕКИ

*Самые яркие главы
в твоей книге жизни
ты напишешь сам*

Книга ответов, которая поможет
принять важные решения

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Москва

УДК 159.9
ББК 88.52
С84

John Strelecky
YOUR QUESTIONS, MY ANSWERS

© 2023 John Strelecky
Aspen Light Publishing

Illustrations Copyright © Root Leeb

Стрелеки, Джон.

С84 Самые яркие главы в твоей книге жизни ты напишешь сам. Книга ответов, которая поможет принять важные решения / Джон Стрелеки; [перевод с английского Э. И. Мельник]. — Москва : Эксмо, 2025. — 384 с. : ил.

ISBN 978-5-04-218566-3

Внутри книги Джон Стрелеки отвечает на вопросы своих читателей о счастье, успехе, любви и отношениях. Если вы поклонник историй о кафе на краю земли, сборников озарений Джона, вам, вероятно, было интересно узнать больше о самом Джоне, его взглядах на жизнь и его пути к писательству. Здесь он раскроет все карты и расскажет о своей жизни, семье и, конечно, об истории возникновения кафе.

УДК 159.9
ББК 88.52

© Мельник Э.И., перевод
на русский язык, 2025

© Оформление.
ООО «Издательство
«Эксмо», 2025

ISBN 978-5-04-218566-3

СОДЕРЖАНИЕ

Вступление	11
Вам когда-нибудь приходят в голову странные мысли о жизни?	17
Каково главное препятствие, мешающее жить жизнью, которой для себя хочешь?	23
Каков космический алгоритм вселенной?	37
Каждый ли день является «музейным днем»?	43
Вы когда-нибудь думали о собственных похоронах? Чего бы вы хотели — планы, идеи?	51
Почему кажется, что в наши дни так много злобных и тупых людей?	59
Как мне стать счастливым? В смысле — по-настоящему счастливым? (Часть 1)	65
Как мне стать счастливым? В смысле — по-настоящему счастливым? (Часть 2)	71

Каково ваше мнение о холистическом здоровье?	75
Как стать смелее и меньше бояться?	85
Как вы стали писателем?	97
Какова цель жизни?	111
Как жить дальше, когда я подавлен и мне кажется, будто жизнь не имеет смысла?	121
Что мне делать, если я совершенно не представляю чего хочу?	137
Какой совет вы бы дали двадцатипятилетнему человеку, желающему жить полноценной жизнью? (Кратко и доходчиво, пожалуйста)	151
Каким был ваш любимый «музейный день» в этом году?	157
Каким был ваш самый любимый «музейный день» за всю жизнь?	165
Как развить духовную связь со вселенной?	173
Как избавиться от плохих мыслей?	183
Как найти свое предназначение?	191

Вы когда-нибудь представляли себе, какого успеха достигнете благодаря своим книгам?	197
Как выбраться из ВЕЧНОГО одиночества и прийти к здоровым отношениям?	205
Что такое Большая пятерка для жизни?	217
Как понять свои страхи и справиться с ними? (Часть 1)	223
Как понять свои страхи и справиться с ними? (Часть 2)	235
Когда откроется ваше первое настоящее кафе?	241
Каковы главные препятствия на пути к исполнению своего предназначения и как их избежать?	243
Как повысить самооценку?	251
Если бы вы могли дать себе-юноше один совет, что бы это был за совет?	259
Каковы взаимоотношения между целью существования и Большой пятеркой для жизни?	265
Как стать счастливее?	269
Почему вы пишете книги по самопомощи?	271

В чем смысл жизни?	275
Как понять, когда настало подходящее время, чтобы поменять работу, отношения и т. д.?.....	283
Каковы ваши чувства и мысли, когда вы начинаете работу над очередным производением?	289
Как справляться с жизнью, когда мной владеет уныние или печаль?	295
Как мне применить на практике все те концепции, о которых вы рассказываете?	301
Как мне преодолеть страх перед осуждением со стороны других людей?	307
Что изо дня в день поддерживает вашу мотивацию?	313
Вы когда-нибудь заряжались вдохновением от фруктов?	319
Что мне делать, если в жизни я чувствую себя заключенным, не способным совершить побег?	327
Как вы определяете успех?	347
Куда вы больше всего любите ездить?	353

Как разобраться, что я хочу делать со своей жизнью?	361
Сколько времени пишется книга?	365
Если бы вы могли оставить этому миру только одну мысль или идею, что это была бы за идея?	373
Об авторе.....	377



ВСТУПЛЕНИЕ

Я просто обожаю задавать вопросы. Однако мне потребовалось немало времени, чтобы к этому прийти. В юности я был ужасно стеснительным. Так что, хотя вопросов у меня было великое множество, я не хотел казаться глупцом, задавая их. Я боялся, что, если стану спрашивать, все вокруг поймут, что я не знаю ответов.

Это был ошибочный и вредный подход. Но такова уж она, жизнь. Порой люди, пока не извлекут уроки из собственного горького опыта, совершают саморазрушительные поступки. Все мы — проекты, процессы в развитии. Ну, что я тут могу сказать...

Однако хорошо то, что в какой-то момент я осознал одну очень важную истину. Всех ответов не знает *никто*. И лучше задавать вопросы, рискуя показаться глупцом, чем пытаться разобраться во всем самостоятельно. Потому что вот этот подход — пытаться совладать со всеми жизненными вопросами, тайнами и непонятностями в одиночку — действительно *был* глупостью.

Тут вот в чем дело: каждый из нас проходит через опыт человеческого существования по-своему, сталкиваясь с собственными трудностями, глядя на

него сквозь призму своего собственного восприятия. Наши переживания, убеждения, воспитание, комплексы, таланты — все это создает совершенно особенных, единственных в своем роде нас. И в силу этой самой уникальности у нас на глазах имеется и собственный уникальный набор шор.

На осознание этого факта я тоже потратил немало времени. Там, где я вижу серьезное препятствие на своем пути, вы вполне можете увидеть потрясающую возможность.

Я заглядываю в свой холодильник, вижу там яйца, помидор, перышко зеленого лука — и думаю: «Ну вот, поесть нечего». Вы смотрите на те же самые продукты и представляете будущий омлет. Именно так работает человеческий опыт.

Это значит, что для того, чтобы дать себе шанс идти по жизни с максимальным возможным количеством «качественных» минут, сто́ит постоянно присматриваться к тому, что делают другие люди. А еще сто́ит задавать вопросы, когда мы оказываемся в тупике, теряемся или попросту испытываем любопытство.

Что и подводит нас к этой книге. С тех пор как я написал серию, в которую наряду с другими семью книгами входят «Кафе на краю земли» и «Большая пятерка для жизни», я получаю много вопросов от читателей. Это очень лестно. Для меня большая честь знать, что моя работа внушает людям мысль о том, что я кое-что понимаю в че-

ловеческом опыте. А еще это отлично воспитывает смирение и скромность, потому что бывают такие дни — и их немало! — когда мне кажется, что я совершенно ничего в этом самом человеческом опыте не смыслю.

Поэтому вот что я хочу вам предложить. Я собрал присланные мне вопросы. Их было очень много! Некоторые из них очень серьезные. Другие — чуть более экстравагантные. (Например: «Вы когда-нибудь заряжались вдохновением от фруктов?») Я много думал над этими вопросами. И я записал свои ответы на них.

Я, безусловно, никак не могу гарантировать, что это «правильные» ответы. И все же многие из них содержат идеи и прозрения, оказавшие огромное влияние на мою судьбу и на жизни тех людей, с которыми я делился этими мыслями. Так что надеюсь, и для вас они станут поворотными, вдохновляющими и преобразующими.

Сорок шесть вопросов. Едва ли все они покажутся вам одинаково значимыми и интересными. Хотя наверняка вопрос о моем «фруктовом вдохновении» войдет в первую десятку у большинства читателей. (Ладно-ладно, может быть, и нет. Однако меня он заставил от души посмеяться.)

Как бы там ни было, именно так я представляю себе ценность книг. Если я читаю книгу и нахожу в ней одну-единственную фразу, от которой по телу бегут мурашки, или один-единственный совет, ко-

торый кажется мне невероятно ценным, значит, эта книга стоила потраченного на нее времени и денег.

Ведь я буду возвращаться к этой фразе или совету снова и снова, обдумывать их, применять в жизни и расти благодаря им *до самого конца своих дней*. А это значит очень-очень долго.

Мне также всегда казалось, что если я прочел книгу и обнаружил в ней нечто, что сможет стать для меня опорой на всю жизнь, значит, эта книга *множественно* окупилась все затраты времени и денег. Потому что такие находки помогают нам менять свое поведение, открывать новые горизонты, достигать результатов, о которых мы и мечтать не смели. И мы можем пользоваться этими открытиями *до конца наших дней*. Опять-таки, это очень-очень долго.

Я верю, что вы найдете в этой книге немало советов, которые будут полезны для вас. Немало мыслей, которые станут вашим вдохновением или вашей опорой. По крайней мере, надеюсь на это. Но тут вот в чем загвоздка: то, что становится опорой для одного человека, для другого может оказаться просто еще одной любопытной концепцией, не более. Поэтому предлагаю вам не читать всю книгу подряд, от первого до последнего вопроса. Это не такая книга.

Ознакомьтесь с оглавлением, найдите вопрос, который вызывает у вас самое жгучее любопытство, который больше всего вас волнует или с которым вы сами больше всего мучаетесь, и начните с него. Когда прочтете что-то такое, от чего у вас

побегут мурашки, что заставит ваше сердце биться чаще или вызовет у вас живой яркий отклик, подчеркните этот отрывок, выделите его маркером или оставьте заметку на полях. А если совсем не сможете совладать с чувствами, приклейте на страницу стикер со своими замечаниями.

Теперь вернитесь к оглавлению, выберите следующий вопрос и прочитайте ответ. Возможно, вы будете читать эту книгу не одну неделю или даже не один месяц. Потому что при ознакомлении с материалом такого типа один-два вопроса в день могут оказаться тем максимумом, с которым вы справитесь. Это нормально. Более того, это идеально. Ваша цель не в том, чтобы поскорее добежать до финиша. Цель в том, чтобы впитать содержание книги и применить его в жизни.

Мое всегдашнее и неизменное, мое главное желание как писателя — чтобы читатели моих книг жили необыкновенной жизнью. Такой жизнью, о которой они будут размышлять с радостью, энтузиазмом и удовлетворением. Я верю, что ответы из этой книги помогут вам. Просто не читайте ее от корки до корки.

А теперь — к фруктовому вдохновению и другим важным вопросам.

Ваш собрат-путешественник в странствии под названием жизнь,

Джон