СПЕНСЕР ДЖОНСОН

ВЕРШИНЫ И ДОЛИНЫ



ИСТОРИЯ О ТОМ,
КАК ПРЕВРАЩАТЬ
ПАДЕНИЯ ВО ВЗЛЕТЫ

БОМБОРА

Книги-странники. Их передают из рук в руки

Спенсер Джонсон

Вершины и Долины. История о том, как превращать падения во взлёты

«Эксмо»
2009

УДК 159.923.2
ББК 88.52

Джонсон С.

Вершины и Долины. История о том, как превращать падения во взлёты / С. Джонсон — «Эксмо», 2009 — (Книги-странники. Их передают из рук в руки)

ISBN 978-5-04-256410-9

Бестселлер The New York Times от автора знаменитой притчи «Где мой сыр?». Это история-странник, которая попалась вам неслучайно. Она сама находит человека, когда в его жизни наступает черная полоса. Философская притча обладает удивительным свойством — она меняет взгляд на происходящее и помогает переписать судьбу. Главное — воспринимать ее сердцем, а не разумом. Устав от жизни в родной долине, юноша решает подняться на горную вершину. Там он встречает мудрого старца, который рассказывает ему о самом важном законе жизни: падение — не конец пути, а возможность взлететь еще выше. Если после знакомства с этой историей вам стало легче, посоветуйте ее тому, кто особенно нуждается в надежде. В формате PDF A4 сохранен издательский макет книги.

УДК 159.923.2
ББК 88.52

ISBN 978-5-04-256410-9

© Джонсон С., 2009
© Эксмо, 2009

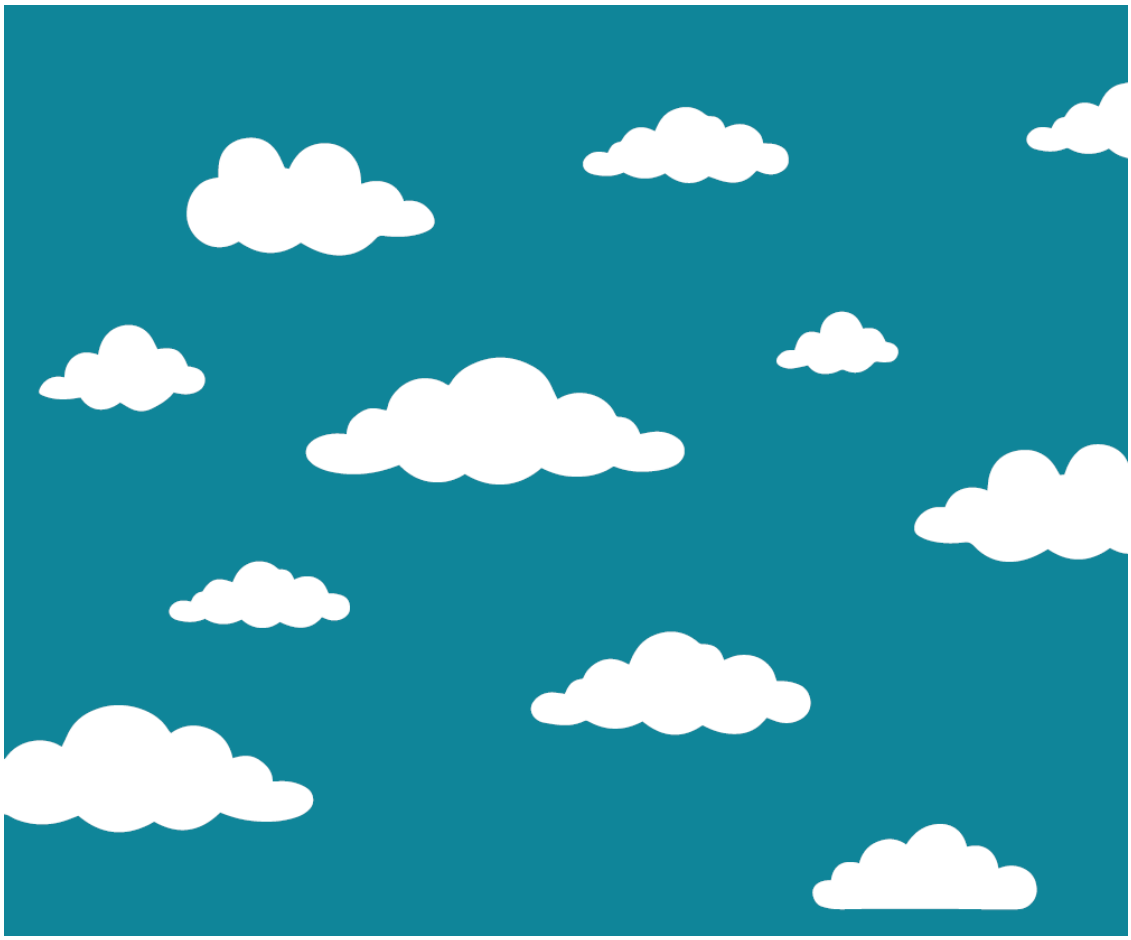
Содержание

Предисловие 6
Конец ознакомительного фрагмента. 7

Спенсер Джонсон
Вершины и Долины. История о том, как превращать падения во взлёты

Истинный смысл путешествия не в том, чтобы увидеть новые земли, а в том, чтобы обрести новый взгляд на жизнь.
Пруст

Знания ценны лишь тогда, когда их используют.
Конфуций



Spencer Johnson
Peaks and Valleys: Making Good and Bad Times Work for You – at Work and in Life

Copyright © 2009 by Spencer Johnson, M.D.

Beyond Words/Atria Books, an Imprint of Simon & Schuster, LLC, is the original publisher

© Опекунская Т.А., перевод на русский язык, 2026
© ООО «Издательство «Эксмо», 2026

Предисловие

Дождливым нью-йоркским вечером Майкл Браун толкнул дверь кафе, притаившегося между магазином с ретропластинками и букинистической лавкой. Внутри его ждали. Кто именно – он не знал, но организовавший встречу приятель, уверял: этот человек поможет справиться с чередой неудач на работе и в личной жизни.

Майкл был на пределе. Казалось, еще чуть-чуть – и все полетит под откос: его попросят написать заявление по собственному, Линда потеряет терпение и подаст на развод, а шестнадцатилетний Кевин вляпается в историю, которая испортит всю его жизнь. С мыслями об этом Майкл переступил порог залитого приглушенным светом кафе.

– Энн Карр? – Он растерянно уставился на сидевшую за столиком женщину. Кто бы мог подумать, что придется встречаться именно с ней!

Они были знакомы разве что заочно. Энн руководила одним из соседних департаментов. Считалась своего рода легендой. Топ-менеджер, который с нуля создал огромную рыночную нишу, сделав свою компанию ее абсолютным лидером. Правда, последние года полтора поговаривали, что у Энн затянулась черная полоса. В ее департаменте дела шли не блестяще, плюс у родителей начались серьезные проблемы со здоровьем. Но сейчас, в теплом свете обрамлявшей окно гирлянды лампочек, женщина выглядела совершенно довольной жизнью. Майкл даже поймал себя на легком раздражении.

– Похоже, у тебя все отлично. Трудные времена позади? – спросил он после обязательного обмена любезностями.

– Смотря что ты имеешь в виду под словом «позади», – улыбнулась Энн. – Проблем всегда хватает. Просто они перестали мешать мне радоваться жизни.

– Как это? – Раздражение Майкла усилилось.

– Я научилась решать проблемы, не проваливаясь в них, не делая происходящее частью себя. Понимаешь?

Майкл не понимал, но из вежливости спросил:

– И как тебе это удалось?

– Для начала объясни мне, что тебя привело на встречу со мной. Я должна решить, может ли тебе помочь то, что помогло мне.

Майкл собрался с мыслями и постарался как можно короче изложить все, что его тревожило. Без подробностей. Очень не хотелось выворачивать душу тому, кто может запросто поболтать с твоим шефом или корпоративным эйчарам.

Энн слушала, помешивая ложечкой кофе.

– Давай попробуем, – сказала она, когда Майкл замолчал. – То, что я сообщу, может показаться странным, но постарайся на время отключить критическое мышление. Полгода назад одна старая знакомая рассказала мне… назовем это историей.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.