

## ПЕРЕДМОВА ДО УКРАЇНСЬКОГО ВИДАННЯ

14 березня 2018 року було опубліковано звіт щодо щастя World Happiness Report, згідно з яким Україна посіла 138-е місце (зі 156 держав) за рівнем щастя та стала однією з п'яти країн світу, чий рейтинг щастя за останні роки впав найбільше. Зрозуміло – в країні війна та економічна криза. Але так чи інакше, статистика невтішна. Тим більша мотивація є в нас, щоб ретельно прочитати кожну сторінку цієї книжки! Адже вона в деталях та цифрах показує, як бути щасливим за будь-яких зовнішніх умов.

З 2013 року ми з командою однодумців координуємо в Україні Міжнародний день щастя, що відзначається 20 березня. У партнерстві з міжнародним волонтерським рухом Action for Happiness ми доносимо світу, що в Україні теж є величезна кількість людей та ініціатив, які прагнуть зробити нашу країну і світ трохи кращими і щасливішими. Свято засноване Генеральною Асамблеєю ООН з метою підтримки ідеї, що прагнення до щастя є невід'ємним бажанням кожної людини на планеті.

Цю ідею підтримує і Мо Гавдат, який має всі підстави вивчати з інженерними інструментами найскладніші явища сучасності, адже він очолює, мабуть, найпередовішу лабораторію майбутнього під назвою Google [X]. Цей фантастичний досвід дає йому можливість створити особисте бачення Дизайну Всесвіту та ролі кожного з нас як частини грандіозного проекту. Нарешті не богослов, не теолог, не філософ і не езотерик відважився системно торкнутися теми щастя. Вивчаючи цей феномен понад 15 років, я вперше побачив настільки сміливий та цілісний підхід.

Але, мабуть, якби людську сутність розбирав на молекули холодний дослідник і аналітик, не вийшло б такої книги. Саме те, що автор пройшов крізь жорстоке випробування, дало йому сили сказати ВСЕ

до останньої крапки, оголити відчуття й дістатися фантастичного рівня довіри. Це робить книгу надпотужною.

Читання будь-якої книги є дуже приватною річчю. А такої, як «Формула щастя», й поготів. Читаючи окремі глави, я, батько трьох дорослих дітей, іноді не міг втримати сліз і дякував Богові (Всесвіту), що десять років тому, перебуваючи у пошуках сенсу життя та власної формули, зміг написати книгу «Перехрестя», не заплативши настільки високу ціну за розуміння щастя.

Особлива цінність цієї книги – для бізнесменів і підприємців, які можуть відкрити для себе та своїх співробітників нові мотивації в роботі – щастя в діяльності: «У той час, як успіх не приносить щастя, щастя дійсно сприяє успіху». На мою думку, вона також допоможе тим, хто зазнав втрат через війну. Прочитавши книгу, маю натхненне передчуття наближення нової ери людських стосунків у свідомому суспільстві та нової економіки, де «Індекс щастя» буде відігравати ключову роль, швидко змінюючи світ на краще.

Мо Гавдат навчає не боятися помилок, не зациклюватись на них, не зважати на критиканів та робити те, що приносить радість. Причому він дає не просто «цінні вказівки», а практичні поради – із вправами та прикладами, як подолати дрімучі нетрі нашого «печерного» мислення та хитрощі рептильного мозку. Книга буде корисною і студентам, і політикам. До речі, найпопулярнішим курсом в Єльському університеті за всю його 316-річну історію є «Психологія та добре життя». Адже щастя прагнуть всі.

Радію від того, що всі шукачі щастя, незважаючи на різні віросповідання, напрямок освіти і роботи, виходять на єдині загальнолюдські цінності всього людства на нашій маленькій планеті Земля.

Володимир Чеповий,  
бізнесмен, співзасновник організації «Інститут вивчення щастя».