

Билл Ньюмен

**ДЕСЯТЬ
ФАНТАСТИЧЕСКИХ
СПОСОБОВ ДОБИТЬСЯ
УСПЕХА**

*Посвящается Дэну и Люку.
Летайте как орлы!*

ЭТА КНИГА МОЖЕТ ИЗМЕНИТЬ ВАШУ ЖИЗНЬ!

Нередко мы, читая какую-либо книгу, принимаем решение использовать содержащиеся в ней мысли в своей жизни. Увы, по истечении нескольких недель мы забываем о своих намерениях. Ниже я приведу пять практических способов,

как превратить намерения в практические привычки

1. Пользуйтесь карточками

Записывайте те основные положения или фрагменты книги, которые хотите запомнить, на карточки размером с почтовую открытку и просматривайте их как можно чаще.

2. Отмечайте в ежедневнике

Каждый день отмечайте в ежедневнике конкретное время — часы и минуты, — когда вы планируете просмотреть свои решения.

3. Возвращайтесь к подчеркнутым абзацам

Подчеркивайте в данной книге важные абзацы и перечитывайте их как можно чаще.

4. Незамедлительно применяйте на практике усвоенное вами содержание

Существует старое изречение:

Если услышишь — забудешь,

Применяйте то, чему вы научились, как только подвернется подходящий случай, — тогда вам легче будет запомнить усвоенное.

5. Создайте шкалу важности того, чему вы хотите научиться

Выбрав и применяя на практике две или три темы из данной книги, вы сделаете их прочной привычкой. Помните: каждый разумный человек старается превратить свои намерения в навыки и привычки. Если вы на деле воспользуетесь пятью приведенными выше способами, то благие намерения станут реальностью.

ПРЕДИСЛОВИЕ

Ни у кого нет желания взбираться по лестнице успеха только для того, чтобы в результате убедиться: ее приставили не к той стене!

Успех — это серия правильных выборов. Каждый день мы оказываемся на распутье. Приняв решение сделать что-то одно, мы должны отказаться от чего-то другого.

Эффективного лидера характеризует готовность чем-то пожертвовать ради достижения намеченных целей. Мы должны знать, чего хотим добиться, а потом — стремиться к этому без всяких колебаний.

Элтон Трублуд, великий квакер¹, много лет назад с огромной проникательностью заметил:

Человек в состоянии выносить всяческие неудобства, как физические, так и духовные. Но есть одна вещь, которой ему не вынести никогда — отсутствие смысла жизни. Мы должны придать нашей жизни какое-то значение, иначе нас поразит безумие.

Таким образом, ваша жизнь должна иметь смысл и цель. Надеюсь, что данная книга позволит вам определить эту цель. Ваша жизнь должна быть наполнена ощущением высокого предназначения. Постарайтесь обнаружить, в чем смысл вашей жизни. Было бы воистину трагедией, если лишь в конце жизни вы поймете, сколь многого могли бы добиться.

¹ Квакеры (самоназвание — “Общество друзей”) — члены религиозной христианской общины, основанной в середине XVII века в Англии и сейчас наиболее распространенной в США. Отвергают институт священников и церковные таинства, молятся молча, проповедуют пацифизм, занимаются благотворительностью. (*Здесь и далее — примечания переводчика.*)

Не верьте, когда вам говорят, будто победа не важна. ~~Живите~~
просто существовать — начинайте жить, начинайте побеждать.

В момент рождения у каждого из нас одинаковые шансы на то, чтобы стать кем-то необычным.

В 1936 году Джесси Оуэне вернулся с Олимпиады самым быстрым человеком в мире². Во время пресс-конференции, на которую собралось очень много журналистов, первый вопрос звучал так:

— Как тебе это удалось, Джесси? Четыре золотых медали! Ты вогнал в смущение самого Гитлера в его родном городе³, стал самым быстрым человеком в мире. Как ты смог совершить подобное?

— Понимаете ли, — ответил великий спортсмен, — мне кажется, что все это началось, когда я еще учился в школе. Тренер собрал нас и произнес речь, которую я запомнил навсегда. Он сказал, что мы можем стать тем, кем только пожелаем. Я посмотрел на него и воскликнул: “Я уже знаю, кем хочу быть! Самым быстрым человеком в мире!”

Тренер повнимательней пригляделся к худому, нескладному чернокожему мальчугану, а потом сказал:

— Джесси, это действительно великая мечта. Я, право, не знаю, слышал ли когда-нибудь что-либо подобное. Но есть одна проблема.

— Какая?

— Мечты обычно витают высоко в небесах — как облака — и никогда не становятся действительностью, пока ты не наберешься мужества приставить к ним лестницу.

— А как можно построить такую лестницу?

— Знаешь, Джесси, — ответил тренер, — ее строят понемногу, ступенька за ступенькой.

По своей натуре я человек весьма практичный. Меня не интересуют советы, которые не приносят конкретной пользы. В данной

² Оуэнс Джесси (1913-1980) — темнокожий американский спортсмен, выигравший на Олимпийских играх 1936 г., проходивших в Берлине, четыре золотых медали (бег на 100 и 200 м, прыжки в длину и эстафета 4 x 100 м), установив фантастические мировые рекорды. Тем самым он разрушил планы Гитлера использовать указанные игры как свидетельство превосходства арийской расы.

³ В действительности Гитлер родился в Австрии.

книге я привожу десять действительно эффективных способов достижения успеха. Их благополучно опробовали многие люди. Сейчас указанные способы ждут, чтобы их опробовали и вы.

Начнем без промедления, сразу же. Эти идеи, если выразаться самым скромным образом, просто потрясающие. Старайтесь не избегать ни одной из них. Продвигайтесь шаг за шагом. В конечном итоге они приведут вас на самую вершину.

Мы вместе откроем, в чем состоит сила удачной жизни.

1. Будьте хозяином своих мыслей

Люди меняются в соответствии со своими представлениями.

2. Ставьте перед собой конкретные цели

Вы забиваете голы или только защищаете свои ворота?

3. Будьте хозяином того, что говорите

Слова оказывают влияние на то, что думаете вы сами, и на других людей. Будьте позитивны в своих высказываниях.

4. Будьте ответственным

Не тяните!

5. Преодолевайте неприятности и травмы

Не делайте из травм культа, не возвращайтесь к ним в мыслях и не проклинаяте, а используйте их. Травмы могут вдохновить вас или, наоборот, озлобить и преисполнить горечью.

6. Имейте дело с надлежащими людьми

Вы становитесь похожим на тех людей, среди которых вращаетесь.

7. Работайте разумнее, а не интенсивнее

Думайте. Каким образом можно выполнить задачу лучше? Ключ к успеху — внимание к мелочам.

8. Делайте больше, чем от вас ожидают

Не бойтесь пройти лишнюю милю. Разницу между хорошим и превосходным образует небольшое дополнительное усилие.

9. Будьте настойчивым

Всегда слишком рано, чтобы сдаваться. Никогда не отказывайтесь от борьбы. Будьте настойчивым.

10. Будьте увлеченным

Вы не достигнете в жизни ничего, если не отдадитесь этому целиком и полностью.

СПОСОБ 1

БУДЬТЕ ХОЗЯИНОМ СВОИХ МЫСЛЕЙ

ЛЮДИ МЕНЯЮТСЯ В СООТВЕТСТВИИ СО СВОИМИ ПРЕДСТАВЛЕНИЯМИ

Однажды, будучи в очень красивом викторианском городке Бендиго⁴, я прохаживался неподалеку от раскинутого там цирка. Меня всегда манили шапито, а поскольку они в некотором смысле образуют одну из составляющих моей работы, мне просто надо было остановиться, чтобы присмотреться к этому большому шатру повнимательнее. Неподалеку от него я увидел огромных цирковых слонов. Один из них стоял, прикованный цепью к небольшой палке, вбитой в землю.

И я подумал: “Ведь этот силач мог бы с легкостью вырвать маленький столбик из земли и вернуть себе свободу. Почему же он не сделал этого?” Внезапно меня осенило. Еще слоненком его приковали к большому столбу. И, хотя малыш очень старался, ему так и не удалось освободиться. В конце концов, разум животного оказался запрограммированным — этот слон навсегда останется рабом.

Хотя осознавать данный факт действительно трагично, но именно так и происходит со многими людьми. Они с самого начала приговаривают себя к поражению, думая, будто не в состоянии достичь в жизни ничего путного. Эти бедолаги никогда не приобретут надлежащей квалификации и не совершат ничего существенного. Их навсегда засосет одна и та же извечная рутина. Часто проблема состоит не в том, кем мы себя считаем, а в том, кем мы себя не считаем.

⁴ Бендиго — город на юго-востоке Австралии, основанный в 1851 г. во времена австралийской золотой лихорадки.

Ваш мозг является, вероятно, наиболее сложным механизмом
на свете. И уж наверняка он представляет собой самый важный орган
вашего тела. Благодаря ему вы думаете, помните, любите, ненавидите,
чувствуете, делаете выводы, воображаете себе разные вещи и
анализируете окружающую действительность.

В среднем по своим размерам в мозге содержится около 12
миллиардов нервных клеток. Каждая из них соединена с 10 тысячами
других мозговых клеток, что в сумме дает 120 триллионов нервных
связей. Ничего удивительного, что один ученый констатировал:
“Человеческий мозг — это наиболее сложная система во Вселенной”.

Технологиям сегодняшнего дня даже при использовании
суперсовременных компьютеров не удастся хотя бы приблизительно
скопировать возможности мозга. Огромное значение для работы мозга
имеет информация, которую вы туда вводите. Как сказал мудрый автор
Книги Притчей: “Человек таков, каково его представление о самом
себе”⁵.

Ваш мозг выполняет три весьма важные функции: управляет
вашим интеллектом, эмоциями и волей. Поэтому особенно не следует
удивляться, что мы столь часто реагируем на внешние события
негативным образом, если принять во внимание всю ту негативную
информацию, которой мы питаем свой мозг. Я никогда не начинаю
день с чтения газет, поскольку они переполнены дурными известиями.
Только в спортивной информации рассказывают об успехах, хотя и
там полным-полно поражений. Что за кошмарный способ начинать
очередной день!

**Если вы не управляете своими мыслями, то станете
рабом собственного окружения.**

Насколько же верно известное высказывание:

⁵ Поскольку автор здесь и далее цитирует Священное писание
приблизительно, мы сочли оправданным ограничиться максимально
точным переводом его ссылок на Библию, а не отыскивать
соответствующие места в каноническом синодальном издании на
русском языке, тем более, что в последнем принят достаточно
архаичный язык, резко отличающийся от разговорного стиля
англоязычных изданий Библии, особенно протестантских.

“Ваша жизнь зависит от вашей психологической установки”!

Больше всего косности в мире находится у нас под шляпой. Великий Бенджамин Дизраэли⁶ сказал: “Доставляйте своему разуму великие идеи, ибо вам никогда не взлететь выше собственной мысли”. Мы и только мы совершаем выбор, будут ли те мысли, которые, в конечном счете, определяют нашу жизнь, конструктивными или деструктивными, разрушительными или созидательными.

Если вы желаете достичь успеха, то должны напрягать свой разум - напрягать чуть не до боли.

Владение своим разумом — иными словами, мышление — это попросту тяжкий труд, но достигаемые благодаря ему фантастические результаты не поддаются измерению. Большинство из нас по своей природе проявляет умственную лень. Мы всегда движемся по линии наименьшего сопротивления. Однако после того как вы преодолеете инерцию мышления и начнете пользоваться мозгом, худшее для вас останется уже позади. Значит, вы смогли настроить и натренировать свой аппарат, служащий для мышления.

Ваш ум напоминает мускул, который нужно использовать, чтобы постоянно укреплять и развивать. Это мое самое крупное открытие в жизни. Не ограничивайте своих возможностей. Вы должны научиться упражнять свой ум точно так же, как укрепляете гимнастикой тело, — чтобы и то и другое развивалось, росло и было здоровым. То, чем вы не пользуетесь, отмирает.

Один из самых великолепных способов развивать ум — это чтение. Помните: лидеры много читают.

⁶ Дизраэли Бенджамин, граф Биконсфилд (по прозвищу “Диззи” (Dizzy — головокружительный]) (1804-1881) — британский государственный деятель и романист, который дважды был премьер-министром (1868, 1874-1880), а также министром финансов. С ним связывают расцвет викторианской Англии.

Научите свой ум опережать мыслью сегодняшнюю действительность. Если вам дадут слишком много сдачи, то вы всегда сможете вернуть деньги. Если вам попадет в руки вредная литература, то ничто не мешает отбросить ее. Запрограммируйте свой ум на будущее: это действительно срабатывает и помогает.

Не спешите. Мысль - это источник силы.

Не говорите, что у вас нет времени задумываться. Время, которое потрачено на размышления, — это самая большая экономия времени. Дровосек не теряет времени понапрасну, когда точит свой топор.

ПОБЕЖДАЙТЕ БЕСПОКОЙСТВО, СОМНЕНИЕ И СТРАХ.

Три самых опасных врага, с которыми вам придется сражаться, — это беспокойство, сомнение и страх. Вы будете сталкиваться с ними каждый день. Они будут похищать у вас время и лишать вас сил.

Сегодня как раз наступило то завтра, о котором вы беспокоились вчера.

Существует старинная шведская поговорка, которая гласит: “У обеспокоенного человека каждая мелочь бросает длинную тень”.

Вот несколько способов для преодоления беспокойства, сомнения и страха:

1. Тщательно проанализируйте причины своего огорчения.
2. Подумайте, какие оно может иметь последствия.
3. Решите, есть ли у вас подлинные основания расстраиваться.
4. Чего вы в действительности боитесь: прошлого или будущего?

Помните: 40 процентов наших огорчений никогда не воплощаются во что-либо конкретное, 30 процентов касаются прошлого, которое невозможно изменить, 12 процентов — это проблемы других людей, которые вообще не должны нас беспокоить,

10 процентов вызываются подлинными или мнимыми болезнями, так что на самом деле стоит беспокоиться по поводу всего лишь восьми процентов. Подойдите к этим восьми процентам активно и с большой верой, тогда в большинстве случаев вам удастся преодолеть те беспокойства, сомнения и страх, которые угрожают вашему счастью и не позволяют достичь поставленных целей.

Ум — это самый хрупкий и самый чувствительный инструмент из всего, что сотворил Господь.

Как и тело, разум состоит из того, чем вы его питаете.

НАУЧИТЕСЬ ДУМАТЬ КРУПНОМАСШТАБНО

Люди мелкие и поверхностные никогда не добиваются в жизни подлинного успеха. Я знаю нескольких вполне высокопоставленных людей, которым в действительности присущи мелкие, пустяжные мысли, а качество их жизни постоянно ухудшается.

Сконцентрируйте мысли на больших, даже великих целях. В результате спора вы можете обрести убежденность в собственной правоте, но потеряете друзей.

Вы можете доказать своему супругу или супруге, что те не правы, но спокойствие и счастье навсегда покинут ваш семейный союз. Вы можете поднять большой шум по поводу незначительных нарушений, допущенных вашим учеником или сотрудником, но в результате вам не удастся в полной мере раскрыть присущий им потенциал.

Большие люди не смеются над большими идеями. Те, кто утверждают, будто ничего не удастся сделать, почти никогда не добиваются успеха. Часто их свершения не более чем посредственны. Обратите на это особое внимание.

Не позволяйте, чтобы негативно настроенные люди разрушали ваши планы поддерживать грядущий успех изнутри своим правильным мышлением. Таких людей полным-полно везде, а особое удовольствие им доставляет возможность саботировать позитивные усилия окружающих.

Поскольку часто эти люди скверно чувствуют себя в собственной шкуре, то они пробуют низвести и вас до своего среднего уровня.

Не позволяйте, чтобы за вас принимали решение отщепенцы.

доктор Джон. Эдмон Хаггаи⁷

О вас четко свидетельствуют ваши знакомые. Свой свояка видит издалека. Помните: нужно тянуться к тем людям, которые думают надлежащим образом.

Удалите из своего окружения ядовитые мысли.

Каждый из нас несет ответственность за свою психологическую установку и образ мышления. Тело производит химические вещества, именуемые эндорфинами⁸, которые воздействуют на головной и спинной мозг. Эти соединения уменьшают боль и снижают воздействие нежелательных стимулов. Они вызывают у нас просто самое настоящее хорошее самочувствие. Ученые открыли, что оптимистические мысли и позитивная жизненная установка могут способствовать производству эндорфинов.

Будьте хозяином своих мыслей и не позволяйте, чтобы они стали вашими хозяевами. Вообразите, каким вы хотите быть, а затем поступайте так, чтобы стать именно таким человеком. Если вы воспринимаете себя как неудачника, то и будете неудачником. Если вы смотрите на себя как на человека, стремящегося в жизни к конкретной цели, то таким и станете.

Человек таков, каково его представление о себе.

Никогда не подчиняйте своих мечтаний навязчивым и наглым негативным эталонам.

⁷ По-английски его фамилия совпадает с именем библейского пророка, которого у нас именуют Аггей.

⁸ Эндорфины — нейропептидные гормоны, обладающие морфиноподобным действием и образующиеся, главным образом, в головном мозге. Оказывают болеутоляющий, успокаивающий и иные позитивные в эмоциональном плане эффекты, а также влияют на секрецию гормонов гипофиза.

СПОСОБ 2

СТАВЬТЕ ПЕРЕД СОБОЙ КОНКРЕТНЫЕ ЦЕЛИ.

ВЫ ЗАБИВАЕТЕ ГОЛЫ⁹ ИЛИ ТОЛЬКО ЗАЩИЩАЕТЕ СВОИ ВОРОТА?

Есть такая абсолютная истина: если вы потерпите поражение при планировании, то наверняка запланируете свое поражение. В состоянии ли вы вообразить себе баскетбол или бейсбол без завоевания очков?

Да это же просто сумасшедший дом! Ставить себе цели — это один из самых важных шагов на пути к успеху. Кем вы ожидаете быть через 20 лет? А через десять, пять лет, через два года, через год или даже через шесть месяцев? Ставьте себе конкретные цели на месяц, день или даже час. И вы увидите, насколько это потрясающе: отдавать себе отчет в том, как много вы хотите реализовать.

Когда-то мой сын Бен мучался над таблицей умножения. Я сказал ему:

— Бен, единственный способ овладеть математикой — это овладеть таблицей умножения.

Я посоветовал ему поставить себе будильник и выделить 20 минут на изучение таблицы умножения, а потом сконцентрировать все свое внимание и усилия на выполнении поставленной задачи, чтобы затем смело пойти поиграть. Через 20 минут мальчик знал всю

⁹ Нужно иметь в виду, что английское слово goal означает как “цель” в широком смысле, так и “цель усилий спортсменов” (футбольные ворота, баскетбольное кольцо и др.), равно как и “удачное действие в спорте” (забитый гол, бросок в корзину и т. д.).

Десять фантастических способов добиться таблицу наизусть и счастливый побежал во двор. Что же произошло?
Он поставил себе цель, и выделил конкретное время и добился результата. В этом и состоит постановка цели.

ВЫ ЗАБИВАЕТЕ ГОЛЫ ИЛИ ТОЛЬКО ЗАЩИЩАЕТЕ СВОИ ВОРОТА?

Вот несколько рекомендаций, которые укажут вам путь к раскрытию фантастических возможностей, таящихся в постановке целей. Составьте список своих жизненных целей. Позвольте себе помечтать. Вот несколько идей:

- стать лучшим отцом или матерью, мужем или женой;
- улучшить свою профессиональную ситуацию на работе;
- поднять уровень своего образования;
- больше читать;
- быть лучшим врачом, учителем и т. д.;
- стать самым лучшим механиком в своем цехе;
- получить ту работу, о которой вы мечтаете;
- научиться играть на пианино;
- организовать собственную фирму и т. д.

А теперь расположите выписанные цели в порядке важности, поместив в начале списка те, которых вы хотите достичь быстрее всего. Затем установите для каждой из поставленных целей дату. Будьте реалистом. Ставьте перед собой только достижимые цели. (Например, вы не сможете стать бойцом спецназа, если у вас нет соответствующих физических данных, особенно роста!)

Цель _____	Дата _____
1 _____	_____
2 _____	_____
3 _____	_____
4 _____	_____
5 _____	_____
6 _____	_____
7 _____	_____
8 _____	_____
9 _____	_____

Цель _____	Дата _____
10 _____	_____
11 _____	_____
12 _____	_____
13 _____	_____
14 _____	_____
15 _____	_____

А сейчас, когда вы уже составили перечень целей, запишите каждую из них в верхней части бумажной карточки. Для каждой цели отведите отдельный листок. Затем разделите эту карточку на 3 части и озаглавьте их следующим образом:

Цель № 1

Действия

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____

Качества, которые понадобятся мне для достижения данной цели

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____

Трудности, которые мне придется преодолеть

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____

Здесь напишите, что вы должны предпринять, чтобы добиться своей цели. Помните: без труда не вытаскишь и рыбку из пруда. В данной рубрике укажите, например, те дополнительные усилия, которых потребует достижение поставленной вами цели: скажем, обучение для приобретения новых знаний, экономия денег и т.д.

КАЧЕСТВА, КОТОРЫЕ ПОНАДОБЯТСЯ МНЕ ДЛЯ ДОСТИЖЕНИЯ ДАННОЙ ЦЕЛИ

Следующий шаг: выпишите подробно, каких свойств характера потребует достижение данной цели. Представьте самого себя в новой роли — человека, которого, например, характеризует приятное поведение, привлекательный внешний облик, живость ума, умение интенсивно трудиться и т.д.

ТРУДНОСТИ, КОТОРЫЕ МНЕ ПРИДЕТСЯ ПРЕОДОЛЕТЬ

Сейчас, когда вы ясно поставили перед собой цель и хорошо знаете, что нужно сделать ради ее достижения, задумайтесь над тем, какие препятствия могут вам помешать. Не будьте по отношению к себе чрезмерно суровым, но честно оцените, что именно может стать преградой на вашем пути к цели. Когда вы будете стремиться к ее достижению, и перед вами возникнут препятствия — это могут быть лень, склонность тратить время впустую, критические высказывания окружающих, собственное нетерпение и т. д., — то у вас уже будет готовый план для их преодоления.

Аналогичным образом поступайте с каждой из перечисленных ранее целей. Всегда держите эти бумажные карточки под рукой — в ежедневнике или в каком-то другом месте, куда вы сможете часто заглядывать и контролировать, как идут дела.

Выработайте у себя внутреннюю волю к реализации планов, невзирая на всякого рода неблагоприятствующие обстоятельства. Не беспокойтесь по поводу того, что скажут, подумают или сделают

другие люди. Вы должны развить в себе пламенное желание добиться того, что по-настоящему важно в вашей жизни.

Не располагая ясно поставленными целями, мы концентрируемся на бесцельной, безрезультатной деятельности и, в конце концов, становимся ее рабами. Помните: нет радости победы, если не было риска поражения.

Случай никогда не приходит в руки тем, кто просто ждет. Его может поймать лишь тот, у кого есть мужество атаковать.

Реализация наших намерений должна приносить пользу другим людям. Если наши цели обижают других или причиняют им вред — они эгоистичны. Самой большой наградой в жизни являются любовь и чувство свершения. Все прочее не имеет ни смысла, ни значения.

Становитесь тем, кто дает, а не берет.

НЕ БОЙТЕСЬ СТАВИТЬ ПЕРЕД СОБОЙ ВЫСОКИЕ ЦЕЛИ

Достижение целей требует упорного труда, решимости и увлеченности. Однако многие люди даже не пытаются этого делать попросту из-за страха перед тем, что покажутся смешными или потерпят поражение. Есть и те, кто боятся, что их цели не будут сколько-нибудь значительными или, хуже того, что они, напротив, будут свидетельствовать об их зазнайстве или даже наглости.

Ставьте перед собой разумные цели. Добейтесь, чтобы они были:

- конкретными;
- измеримыми;
- достижимыми;
- реалистичными;
- легко понятными.

Нельзя достичь того, что невозможно идентифицировать. Если вы тщательно определите, чего именно хотите добиться, то выполните это лучше. Лидер и победитель — это человек, который превращает потенциал в конкретные результаты.

Блага и выгоды, проистекающие из постановки перед собой

Десять фантастических способов добиться целей, просто не поддаются измерению. Без конкретных целей перспективное видение и мечты представляют собой не более чем благие пожелания. Постановка целей приносит огромную пользу. Она облегчает принятие решений, улучшает ваше физическое и психологическое состояние, позволяет обзавестись позитивной жизненной установкой. Благодаря постановке целей вам будет легче преодолевать стресс, неразбериху и страх. Люди уважают тех, у кого есть в жизни цели. Постановка целей даст вам чувство свершения, нацеленности и устремленность в будущее. Именно устремленности в будущее и настойчивость выделяют победителя среди прочих.

Обладайте мотивацией!

То, в какой степени вы мотивированы, зависит только от вашего мнения по поводу собственных целей. Если вы не верите в них от всей души, то можете тем самым изначально подавить в себе стремление к достижению успеха и остановить свое развитие.

Подлинная жизненная трагедия состоит не в том, что целей невозможно достичь, а в их отсутствии.

Начинайте немедленно!

Определите, чего вы хотите в жизни более всего, и каким образом намереваетесь этого достичь, а затем не допустите, чтобы хоть что-нибудь отвлекло вас от данного намерения.

Генри Киссинджер¹⁰

¹⁰ Киссинджер Генри Альфред (род. в 1923 г.) — американский политик и политолог. Определял внешнюю политику США как государственный секретарь (1973-1977) и советник двух президентов по вопросам национальной безопасности (1969-1975). Нобелевская премия мира (1973) за содействие окончанию войны во Вьетнаме.

СПОСОБ 3

БУДЬТЕ ХОЗЯИНОМ ТОГО, ЧТО ГОВОРИТЕ

**СЛОВА ОКАЗЫВАЮТ ВЛИЯНИЕ НА ТО,
ЧТО ДУМАЕТЕ ВЫ САМИ,
И НА ДРУГИХ ЛЮДЕЙ.
БУДЬТЕ ПОЗИТИВНЫ
В СВОИХ ВЫСКАЗЫВАНИЯХ.**

Одна из самых поразительных вещей в мире — то воздействие, которое оказывают на наш жизненный путь слова, высказываемые нами. То, что мы говорим, влияет не только на наш образ мышления, но и на людей, с которыми мы контактируем.

Когда-то я читал лекцию перед группой заключенных. Я сказал им: “Большинство из вас, господа, очутились здесь, поскольку ваши родители, родственники или так называемые друзья убедили вас, что вы непременно кончите за решеткой”. Они смотрели на меня с недоверием, думая, будто у меня есть хрустальный шар, позволяющий читать прошлое и предсказывать будущее. Один из них произнес: “Мои родители сказали мне однажды, что я кончу в тюрьме, а я не хотел их подвести!” Полагаю, что, по самым скромным оценкам, 90 процентов узников обладают подобным опытом.

ВАШ ЯЗЫК РАСПОЛАГАЕТ ВЛАСТЬЮ НАД ВАШЕЙ ЖИЗНЬЮ

Мы можем сказать: “Ненавижу тебя” или “Люблю тебя”. Это только слова, но какая же в них заключена могучая сила! А теперь скажите честно, какое из этих выражений вы предпочли бы услышать?

Помните: то, что вы говорите, возвращается бумерангом к вам самому. Желая быть хозяином своего языка, вы должны, прежде всего, стать хозяином своего ума. Хорошие или дурные мысли представляют собой основу для рассудительного или же безрассудного высказывания.

Мы пожинаем то, что посеяли. Если мы критикуем других людей, то и они будут нас критиковать. Если мы их осуждаем, нас тоже станут осуждать. Если мы прибавляем им мужества, то взамен и сами получим от окружающих слова ободрения. Если мы будем проявлять по отношению к людям заботу, любовь и внимание, то они будут относиться к нам так же.

Тот компьютер, которым является ваш разум, должен постоянно программироваться с помощью позитивной информации.

Слова — это самая мощная штука во Вселенной. Слова, которые мы говорим, могут связать нас по рукам и ногам или, напротив, привести к успеху. Контролируйте свою речь.

Вот несколько весьма популярных высказываний, которые не позволяют вам до конца использовать свой подлинный человеческий потенциал:

- Я слишком глуп для этого.
- Ничего не поделать, такой уж у меня характер.
- Мне этого никогда не удастся сделать.
- Я не в состоянии заставить себя совершить нечто подобное и т.д. и т.п.

Сами видите: слова бывают как творческими и созидательными, так и разрушительными. Как сами слова, так и манера их высказывания на самом деле могут реально изменить вашу жизнь.

Вы говорите в соответствии с тем, что думаете, действуете в соответствии с тем, что говорите, а от ваших действий зависит ваше будущее.

Слова, которые вы соотносите с собою и обстоятельствами своей

жизни, в состоянии буквально переменить все. Это они могут составлять разницу между поражением и успехом.

Высказывания, наполненные страхом, сомнением, неверием и негативной установкой, могут привести вас к жизненному поражению. С другой стороны, фразы, полные оптимизма, надежды и веры, создадут для вас положительное будущее.

Слова определяют вашу установку по отношению к миру.

То, что вы произносите, “программирует” ваш дух на успех либо на поражение. С помощью слов вам удастся шаг за шагом переменить свою нынешнюю жизнь, а это, в свою очередь, окажет влияние на ваше будущее.

Позитивные слова воздействуют на вас, как руль на корабль. Они могут переменить направление, в котором вы плывете. Хотя слова не заменяют упорного труда и настойчивости, именно они определяют вашу психологическую установку. И не забывайте, что от установки зависит ваше перспективное видение.

Если ты будешь постоянно повторять, что наступают трудные времена, у тебя большой шанс стать пророком.

Айзек Зингер¹¹

То, что мы сообщаем другим, обладает огромной мощью. Некий разносчик молока в Америке каждый день утром, ставя бутылку перед дверями одного из домиков, тянул за кудряшки маленькую девочку и спрашивал: “Ну, и как сегодня поживает наша маленькая “Мисс Америка”?” Он повторял эти слова столь решительно и последовательно, что девочка в конечном итоге действительно завоевала звание “Мисс Америка”.

Супруги иногда публично унижают и оскорбляют друг друга, пользуясь резкими словами и несдержанными выражениями”. Например: “Как это мило, что ты пришел к нам сегодня на ужин. Хоть раз мы поедим в хорошей компании!” и т.д. и т.п.

Родители губят в своих детях чувство собственного достоинства:

¹¹ Зингер Айзек (Исаак) Башевис (1904-1991) — американский писатель, эмигрировавший из Польши в 1935 г. Лауреат Нобелевской премии по литературе (1978).

Десять фантастических способов добиться “Посмотри-ка на Джона, он все еще не в состоянии завязать себя шнурки”. А в итоге Джон говорит себе в глубине души: “Это правда, я безнадежен, ну просто безнадежен”.

Учителя не ценят школьников, преподаватели — студентов. Начальники разрушают связи со своими сотрудниками, постоянно критикуя их и недостаточно используя похвалы.

ПОХВАЛА РОДИТЕЛЕЙ ИМЕЕТ ОГРОМНОЕ ЗНАЧЕНИЕ

Самыми важными для нашей самооценки являются чувство принадлежности к группе, а также ощущение самоценности и уверенности в себе. Чувство принадлежности изначально зависит от семейных отношений, а чувство самоценности вытекает из того, кем мы являемся по существу. Источником же уверенности в себе являются наши реальные свершения.

Следует постоянно утверждать в детях чувство собственного достоинства.

Нужно хвалить детей за то, что они делают и какие усилия предпринимают для развития имеющихся у них способностей.

Можно ли высказать слишком много похвал, что называется, перехвалить? Ни в коем случае! Если похвала обоснована и искренна, — она никогда не бывает чрезмерной. Но слова одобрения не должны становиться лестью или манипуляцией, преследующей исключительно личную цель.

Исследования показали, что, желая уравновесить одну негативную мысль, высказанную в адрес ребенка, вы должны произнести четыре позитивных фразы.

Родители! Не концентрируйтесь на мелочах и не критикуйте.

Все мы формируем свой имидж в зависимости от того, в какой степени нас принимали собственные родители.

МОЛОДЫЕ ЛЮДИ ПОРОЮ ВЗАИМНО УНИЧТОЖАЮТ ДРУГ ДРУГА

13-14 лет — это возраст, который может оказаться самым

разрушительным периодом в жизни человека. Именно тогда молодые люди присматриваются друг к другу весьма критическим взором. Они оканчивают младшие классы и направляются в старшие, полные надежд и честолюбивых амбиций. Подросткам помогает пройти через этот трудный период сочувствие. Не говорите ему и особенно ей: “Что там у тебя на лице, банан или нос?” и т.д. и т.п. Подросток в таком возрасте особенно нуждается в сильном поощрении, а также в помощи со стороны родителей, учителей и друзей.

ВЫ - ЕДИНСТВЕННЫЙ И НЕПОВТОРИМЫЙ

Что делает вас столь исключительным? Размышляли ли вы когда-нибудь о том, насколько вы исключительная личность, хотя бы в чисто физическом смысле? Разговаривая с подростками, им говорят:

- ТВОИ УШИ

Они по-прежнему растут, хотя другие части тела уже перестали. Если бы ты прожил тысячу лет, у тебя были бы уши, как у слона.

- ТВОИ ВОЛОСЫ

Они прочные, словно алюминий. Тонкий канатик, сплетенный из человеческих волос, выдержит вес маленького автомобиля.

- ТВОЙ ЧЕРЕП

Он крепкий, как сталь, хотя пропорционально аналогичному объему весит на четыре пятых меньше.

- ТВОИ ГЛАЗА

Ты думаешь, что у тебя красивые большие голубые глаза. На самом деле это не так — в действительности они красные и только кажутся голубыми. Радужную оболочку, образующую цветную часть твоего глаза, покрывают малюсенькие кровеносные сосуды, которые, когда на них смотрят сквозь роговицу, кажутся голубыми.

- ТВОИ ЗУБЫ

Самая твердая часть твоего тела — это эмаль на зубах. Она тверже слоновой кости.

- ТВОИ РУКИ

Вероятно, это самый сложный из твоих инструментов, они умеют

Десять фантастических способов добиться выполнять тысячи мелких действий. Даже для того, чтобы взять чашку в руку, необходимо участие множества мышц, суставов и сухожилий: от плеча до кончиков пальцев. Например, чтобы набрать суп в ложку, нужно, чтобы сработали более 30 суставов и 50 мышц.

- ТВОИ НОГИ

В течение одного дня они принимают на себя нагрузки, которые в общей сложности составляют тысячи тонн. Они в состоянии, не утомляясь, выдерживать вес 90 килограммов на 310 квадратных сантиметров. Это возможно благодаря поразительному сочленению костей и суставов: одна четверть всех костей, имеющихся в твоём теле, находится в ступнях.

- ТВОЕ СЕРДЦЕ

Человеческое сердце ударяет около ста тысяч раз в сутки и около сорока миллионов раз на протяжении года. Как правило, оно бьётся 70 раз в минуту. Но часто наш “мотор” подгоняет свой ритм к темпу музыки или быстрых ударов в барабан. Можно заставить его пульсировать в соответствии с любым ритмом — сердце автоматически синхронизирует с ним свои сокращения.

Быть может, ты этого не замечал, но тебе присуща некоторая асимметричность. Как правило, левая нога немного короче правой. Одна рука чуть длиннее другой, одно ухо крупнее второго, и, скорее всего, на одной стороне головы у тебя волос больше, чем на другой.

- НИКТО ДАЖЕ НЕ ПАХНЕТ ТАК, КАК ТЫ!

Именно поэтому тебя распознает твоя собака! Нельзя не признать: ты — человек исключительный.

БУДЬТЕ ПОЗИТИВНЫ В СВОИХ ВЫСКАЗЫВАНИЯХ

Следует использовать позитивные формулировки, причем обращаясь не только к другим, но и к самому себе. Как-то одна женщина, усаживаясь в кресло, решила поставить чашечку с кофе на пол и сказала: “Я наверняка разолью его”. Можете быть уверены, что именно так оно и случилось!

Разумный работодатель никогда не примет в свою фирму человека, который пользуется грязными выражениями. Он знает: если

такой человек не в состоянии владеть своим языком, то можно подозревать, что на рабочем месте он не сможет удержать свои липкие руки на месте.

Наниматель не может позволить себе такую роскошь, как включение в коллектив человека, настроенного критически, который постоянно высказывается негативным образом. Пройдет совсем немного времени и все окружающие могут начать думать негативно, а не позитивно, как хотелось бы.

Когда я прошу кого-либо сделать что-нибудь, то люблю, если мне отвечают: “Никаких проблем!” Учитесь применять позитивные слова. Они изменяют вашу жизнь (и жизнь других людей). Забудьте о выражениях вроде “не могу”; вместо них используйте слова “сумею” и “будет сделано”. Мы все видели спортсменов-победителей, которые в телевизионных интервью перед стартом предсказывали свою победу. Такая настроенность меняет все.

ГОВОРИТЕ О ЛЮДЯХ ТОЛЬКО ХОРОШЕЕ

Если вы не в состоянии сказать о ком-то ничего хорошего — лучше промолчите. Желая достичь успеха, вы должны исключить из своих высказываний всякие сплетни. Можете проверить свою склонность сплетничать! ответив на следующие вопросы:

1. Распускаю ли я сплетни о других людях?
2. Всегда ли у меня есть в запасе хорошие слова о других?
3. Люблю ли я слушать про разные скандалы?
4. Оцениваю ли я людей только на основании фактов?
5. Призываю ли я других рассказывать мне свежие слухи?
6. Начинаю ли я иногда разговор со слов “только не говори никому”?
7. Не выдаю ли я кому-либо доверительную или конфиденциальную информацию?
8. Испытываю ли я чувство вины по причине того, как высказываюсь о других людях?

Помните: изрубив топором мебель своего соседа, вы не добьетесь, чтобы ваша обстановка выглядела хоть чуточку лучше.

Начинайте всякий день с твердого решения, что будете позитивны в своих высказываниях. Не огорчайтесь, если вам это будет не всегда

Десять фантастических способов добиться удаваться. Язык находится в мокром и скользком месте, и временах ему очень просто повернуться не в ту сторону. Поработайте над позитивным характером своих высказываний на протяжении 30 дней — и вы увидите, насколько сильно переменится ваша жизнь.

Самоконтроль являет собой основную черту лидера. Владение своим языком имеет фундаментальное значение.

У меня есть близкий друг, который всегда вызывает у меня трогательное чувство, когда я спрашиваю у него, как дела. В ответ неизменно раздается: “Дела обстоят прекрасно, но завтра будут еще лучше”.

Действия часто опережают чувства. Выражайтесь позитивно и понаблюдайте, как это изменит вашу психологическую установку. Ваш день зависит от того, в какую сторону направлены у вас уголки губ: опущены вниз или подняты вверх. Здоровый подход к миру заразителен: не ждите, пока вы “прихватите” его от других — сами будьте его носителем!

Вы являетесь тем, что говорите.

СПОСОБ 4

БУДЬТЕ ОТВЕТСТВЕННЫМ

НЕ ТЯНИТЕ!

Ответственность — это один из самых важных ключей к успеху. Проще всего проспать подходящий момент и позволить другим выйти в лидеры. Помните:

Без труда не вытащишь и рыбку из пруда.

Поэтому прямо сейчас принимайте решение, что вы будете человеком ответственным.

С незапамятных времен людям свойственно перекладывать ответственность на других. Подлинное развитие достигается только благодаря дисциплине и ответственности. Та рука, которая более всего может помочь вам, находится в конце вашего собственного предплечья.

Неудачниками управляет жизнь - победители сами управляют жизнью.

Какие же черты характеризуют ответственного человека?

1. Выражайте признательность. Развивайте в себе чувство благодарности.

Я бы хотел, чтобы все молодые люди смогли проработать хотя бы полгодика в одном из ресторанов Макдональдса и научиться там говорить “спасибо” и “пожалуйста”. Перестаньте думать, будто вам причитаются услуги с чьей-то стороны. Благодарите людей. Пишите им письма или открытки. Навестите человека, который проявил к вам любезность, или позвоните ему.

2. Будьте любезным человеком.

Не причиняйте другим боль, не критикуйте. “Не делай другому

Критикуют только люди ограниченные.

На дверях одного офиса висела следующая табличка: “Просим входить без шума и выходить точно таким же образом”. Помните: если вы швыряете в других грязью, то проигрываете. Подростки уничтожают друг друга, взаимно используя саркастические и унижительные слова.

Хамство — это имитация силы со стороны слабого человека.

3. Говорите комплименты.

Никогда не прекращайте искать случай похвалить кого-либо. “Тебе очень к лицу платье этого цвета”, “Ну и симпатичная же у тебя квартира!”, “Ты поработал просто классно!” — вот прекрасные фразы. При этом не притворяйтесь, будьте искренним. Говорите, что думаете, и смотрите, как от ваших слов расцветают люди. Награда с лихвой окупит ваши усилия.

4. Искренне интересуйтесь другими.

Наблюдательные люди всегда в состоянии сказать, когда в процессе разговора вы настроены по отношению к ним благосклонно, даже если беседа ведется по телефону. Я знаю, что делает человек, разговаривая со мной: сфокусирован на общении или же одновременно пишет либо занимается еще чем-то другим. Когда вы беседуете с кем-то, даже в битком набитой комнате (а именно тогда и происходят самые лучшие разговоры), то сконцентрируйтесь на своем собеседнике. Если это необходимо, попросите, чтобы вам не мешали. Выключите телефон. Участвуйте в разговоре всей душой, не погружайтесь в собственные мысли и люди будут за это вас любить и уважать.

Когда кто-то пожимает вам руку, не позволяйте, чтобы у человека сложилось впечатление, будто он держит в руках дохлую рыбу. Пусть ваше рукопожатие будет крепким. Смотрите в глаза тому, с кем вы здороваетесь за руку.

Выработайте у себя небанальное рукопожатие.

Старайтесь помнить имена и фамилии людей. Это требует изрядных усилий.

Для каждого человека слаще всего звучат его собственные имя и фамилия.

Тот, кто умеет запоминать лица и имена, находится в лучшей ситуации, нежели забывающие их. Постарайтесь выработать у себя хорошую память в этом отношении.

Вот несколько советов, как это сделать:

- Вы должны быть искренне заинтересованным. Если нечто на самом деле важно для вас, вы это обязательно запомните. Коль речь идет о фамилии вашего нового начальника, то вы запомните ее наверняка!
- Сконцентрируйтесь.
- Несколько раз повторите фамилию и имя в уме. Если это необходимо — запишите их.
- Создавайте ассоциации. Свяжите данное имя или фамилию с каким-то конкретным образом или представлением. Если, например, чья-то фамилия Палкин, то вообразите себе человека, который ходит, опираясь на суковатую палку.
- Запоминать фамилии чрезвычайно важно. Одни люди должны работать над этим больше, другие — поменьше.

5. Будьте этичным.

Будьте приличным человеком. Полоний в “Гамлете” Шекспира сказал: “Всего превыше: верен будь себе”. Хороший характер — это одна из самых ценных вещей, какие у вас есть. Твердо держите данное кому-то слово.

Наилучшей проверкой характера человека является его поведение в одиночестве.**6. Будьте дружелюбны.**

“Если человек хочет иметь друзей, он сам должен быть дружелюбным”. Рискните сделать первый шаг.

Без подлинных друзей даже миллионер нищ.

Жизнь — это проверка связей между людьми. Многие борются с серьезной проблемой — отсутствием ощущения собственной ценности, а это не позволяет им доброжелательно раскрыться по

Десять фантастических способов добиться отношения к другим. Не ждите, пока кто-либо придет к вам. Друзей нельзя купить, а подлинная дружба требует времени и усилий, но потрудиться ради этого очень даже стоит.

7. Будьте полны энтузиазма.

Энтузиазм обладает потрясающей силой. Словно смазка, которой покрыта ступица колеса, он облегчает путь к цели и ликвидирует трения. Ваше спонтанное поведение, полное восторженного энтузиазма, обязательно вызовет отклик окружающих.

Неустанно подпитывайте свой энтузиазм, читая соответствующие книги, слушая аудиозаписи и общаясь с людьми, полными энтузиазма.

Помните: ваша психологическая установка по отношению к миру передается другим. Заражайтесь энтузиазмом и заражайте им свое окружение.

Без энтузиазма жизнь была бы пресной, словно прохладительный напиток без пузырьков, да еще и теплый. Меня неизменно радует, что подход моих детей к жизни проникнут энтузиазмом. А ведь энтузиазм требует мужества. Мир принадлежит тем, кто смотрит на него с большим энтузиазмом.

Негативный подход к жизни — это самый настоящий яд для вашего тела, он может даже вызвать болезнь или психический срыв.

Я свято убежден, что, если вы хотите выработать у себя установку, которая коренным образом изменит вашу жизнь, то основным ее компонентом должен стать именно энтузиазм. Настойчивость, ловкость, интеллект и т.д. — все это важно, но без энтузиазма даже самые потрясающие идеи могут окончиться ничем, а ваш корабль сядет на мель.

Энтузиазм превращает неприятности в вызовы.

Ваш энтузиазм порождает энтузиазм у других людей.

Энтузиазм очищает разум, избавляя его от огорчений и напряженности.

Энтузиазм улучшает ваше самочувствие и взгляд на мир.

Энтузиазм не помнит о вчерашнем дне и бодро берется за сегодняшние дела.

Итак, заполняйте свои мысли неподдельным энтузиазмом.

8. Будьте естественным.

Когда вы скованны и зажаты, ваше состояние передается другим, а если вы расслабитесь, то так же поступят и окружающие. Сбросьте маску, будьте самим собой.

Будьте самим собой, причем в самой лучшей версии.

Не притворяйтесь, будто вы — не тот человек, которым являетесь на самом деле. Люди наверняка почувствуют вашу неестественность, и она им совершенно не понравится.

9. Будьте счастливым - улыбайтесь.

Пожимая кому-либо руку, крепко стисните ее своей ладонью, посмотрите человеку в глаза и улыбнитесь. Ваша улыбка говорит: “Я в полном порядке и ты в полном порядке”. Улыбка — один из ваших самых ценных “природных ресурсов”. Используйте ее. Если рассуждать с точки зрения экономии затрат, то при улыбке у вас срабатывает меньше мышц, нежели в том случае, когда вы морщите брови. Иногда даже на бутылке с ядом изображены более счастливые физиономии, чем те, которые встречаются у отдельных людей! Тренируйтесь в умении улыбаться — и вы увидите, какое большое воздействие оказывает улыбка на вас самого и на других. Не производите такого впечатления, словно вы только что вышли от директора своего банка или на вас обуты слишком тесные туфли. Слишком многие люди выглядят таким образом, как будто их секунду назад насильно напоили неразведенным лимонным соком.

10. Будьте ухоженным.

Нужно, чтобы внешний облик был вашим активом, а не пассивом. Покупая журнал, что вы берете из толстой пачки, лежащей на прилавке: тот потрепанный экземпляр, который лежит на самом верху, или же вытаскиваете из середины свежий и глянцевый? А в магазине какое яблоко вы предпочитаете выбрать: гладкое и красивое или же побитое и усыпанное пятнами? Люди хотят того, что выглядит лучше всего. Ваш внешний вид очень многое говорит о вас.

Первое впечатление можно произвести только раз в жизни.

Отличное первое впечатление идет вам на пользу. Если вы хорошо одеты, то растет ваша уверенность в себе. Вы спросите: откуда

Десять фантастических способов добиться вам знать, как следует одеваться? Самое важное, чтобы ваша одежда соответствовала обстоятельствам. Ведь вы же не пойдете на деловое свидание в том наряде, который носите на пляже. Прочитайте в какой-нибудь хорошей книге о различных способах правильно одеваться, и вы тем самым, кроме всего прочего, сэкономите массу денег. Пройдитесь по магазинам. Ваши туалеты не должны быть чрезмерно дорогими, но постарайтесь, чтобы они были опрятными и выглаженными. Не забывайте чистить обувь и отдавать ее в ремонт, когда в этом возникнет необходимость. Тщательно одетый человек начинается с обуви. Ногти должны быть чистыми и коротко остриженными. Очки (если вы их носите) следует держать протертыми.

Я знаю, что мы живем в свободной стране, где каждый может выглядеть так, как ему нравится, однако, хотим мы того или нет, люди обращают внимание на внешний облик окружающих. Постарайтесь, чтобы ваша внешность работала на вас. Волосы, невзирая на прическу, всегда должны быть промытыми. Когда вы хорошо выглядите, то хорошо чувствуете себя и хорошо действуете.

11. Будьте рациональным и уравновешенным.

Уравновешенность — это большое достоинство в жизни каждого индивида. Оставьте свои капризы и дурное настроение для себя, никому другому они совершенно не нужны. Апостол Павел сказал: “Одно это творю”.

Делайте одну вещь тщательно, а не сотню, но по верхам.

Будьте спокойным и рассудительным. Люди не будут питать к вам доверия, если вы вспыльчивы или запальчивы.

12. Имейте ощущение быстротечности времени - будьте пунктуальным.

Человек, который вечно опаздывает, — либо эгоист, либо недисциплинированная и неорганизованная личность. Если вы, направляясь на встречу с сотней человек, опоздали всего на одну минуту, то потеряли сто минут. Трудно вообразить, сколько времени мы тратим впустую на разного рода совещаниях и заседаниях. Уважайте время других людей. Ведь время — это самый ценный земной дар. Если я уделяю вам свое время, то вы получаете от меня то, чего не купить ни за какие деньги. Хорошо распоряжаться временем

помогает продуманное расписание.

Вы навсегда теряете то, чего не использовали.

Не теряйте времени. Используйте его. Оно весьма ценно.

13. Будьте готовы действовать.

Авраам Линкольн¹² когда-то сказал: “Я всегда готовлюсь использовать шанс, который однажды придет”. Один бойскаут научил меня “быть всегда готовым”. Прежде чем встретиться с людьми, запланируйте, о чем вы их спросите или что им сообщите.

Если вам приходится ездить по чужому городу на автомашине, всегда имейте в кошельке мелкие деньги, чтобы расплатиться за парковку. Планируйте. Готовьте свой ум к каждой возможной ситуации — и тогда, несмотря на напряженность, вы будете в трудный момент принимать правильные решения. Я сочувствую человеку, заранее не собравшему всех ресурсов: духовных, финансовых или каких-то иных, — которые необходимы на случай кризиса.

14. Ощущайте нужды других.

Эгоизм представляет собой одну из главнейших проблем современного общества. Мы обитаем в стране, где нуждающихся можно встретить буквально на каждом шагу. Не живите с постоянной мыслью: “А что я с этого буду иметь?”

Не то важно, что я получу, а что дам.

Существует две разновидности людей: те, которые дают, и те, которые берут. Вступайте в ряды первых — и мир полюбит вас. Изучайте историю. Теплее всего вспоминают тех, кто дал что-либо обществу.

Короче говоря, становитесь человеком ответственным. Соответствуйте словам Зига Зиглара¹³: “Будьте осмысленной конкретностью, а не путником, блуждающим в потемках”. И поэтому:

СДЕЛАЙТЕ ЭТО СРАЗУ ЖЕ!

¹² Линкольн Авраам (1809-1865) - 16-й президент США (1861-1865), возглавивший союз северных штатов в ходе Гражданской войны и ликвидировавший рабство на Юге (1863).

¹³ Известный специалист по мотивации, автор нескольких бестселлеров: “На самой вершине”, “Искусство продаж”, “Устремите взгляд на вершину”.

ПРЕОДОЛЕВАЙТЕ НЕПРИЯТНОСТИ И ТРАВМЫ

**НЕ ДЕЛАЙТЕ ИЗ ТРАВМ КУЛЬТА,
НЕ ВОЗВРАЩАЙТЕСЬ К НИМ В МЫСЛЯХ
И НЕ ПРОКЛИНАЙТЕ, А ИСПОЛЬЗУЙТЕ ИХ,
ПОСКОЛЬКУ ОНИ МОГУТ ВДОХНОВИТЬ ВАС –
ИЛИ ЖЕ, НАОБОРОТ, ОЗЛОБИТЬ
И ПРЕИСПОЛНИТЬ ГОРЕЧЬЮ.**

Единственное место в мире, у обитателей которого нет никаких проблем, — это кладбище. Неприятности представляют собой одну из неизменных сторон жизни. Речь идет о том, чтобы превращать их в благоприятные случаи, переделывать кислый лимон в сладкий лимонад.

И вы, и я знаем немало людей, которые, невзирая на огромные проблемы со здоровьем, средние умственные способности, низкое происхождение или недостаточное образование, достигли в жизни очень многого.

В каждой проблеме содержится зародыш ее решения. В биографии человека, который одерживает успехи, не бывает ни единого дня без порции новых проблем. Мерой успеха как раз и является умение эффективно справляться с ними.

Существует множество людей, которые тяжело трудятся, чтобы их дети никогда не узнали проблем, ставших фундаментом величия отцов. Принимайте неприятности как вызов.

КАК РЕШАТЬ ПРОБЛЕМЫ

Придерживайтесь следующих шести шагов:

1. Не бойтесь проблемы.

Успокойтесь. Негативные мысли отнюдь не способствуют преодолению проблем. Холодный, владеющий собой разум работает куда эффективнее, нежели ум, поглощенный огорчениями.

2. Тщательно проанализируйте проблему.

Обратитесь за советом. Изучите факты. Всесторонне ознакомьтесь с ситуацией. Не засоряйте ум мусором.

3. Сконцентрируйтесь на разрешении проблемы.

Слишком многие люди размышляют о своей проблеме, совсем не уделяя внимания тому, как с ней справиться. Не обвиняйте себя, других людей или обстоятельства. Многие серьезные проблемы можно разрешить совсем простым способом.

4. Начните с того, что вы знаете, а затем переходите к вещам неизвестным.

Используйте знания и опыт, приобретенные в процессе решения предшествующих проблем.

5. Выбирайте решение, благоприятное как для других, так и для вас.

Это улучшит ваши отношения с другими людьми и принесет вам всем пользу.

6. Предпринимайте конкретные действия.

Чем быстрее вы начнете действовать, тем быстрее разрешите возникшую проблему. Действуйте, даже если это требует определенного риска. Возможно, перед вами встали личные или профессиональные проблемы, которые подавляют и угнетают вас. Выделите немного времени на посещение больницы или визит к знакомому, у которого гораздо более серьезные трудности, чем у вас, — и вы почувствуете, что ваша беда в принципе совсем не так уж велика.

Решение проблем может даже доставлять удовольствие. Неприятности и их преодоление придают жизни ту остроту и вкус, без которых она была бы просто нудной. Не создавайте проблем. Решайте их.

Превращайте неприятность в движущую силу.

Нет в мире человека, которому жизнь хотя бы раз не нанесла травму. Не исключено, например, что ваш брак завершился фиаско. Или разошлись ваши родители. Вами мог пренебречь тот или та, кого вы любите, либо вы являетесь объектом неустанной критики.

Помните: если кто-либо пнул вас сзади, это означает, что вы находитесь впереди него. Не обращайтесь на критиканов, ведь никто еще не поставил памятник критику. Если вы немного подумаете, то придете к выводу, что в жизни человека есть лишь два дня, когда его никто не критикует: день рождения и день смерти.

КАК СПРАВЛЯТЬСЯ С КРИТИКОЙ И ИЗВЛЕКАТЬ ИЗ НЕЕ ВЫВОДЫ

1. Что фактически в вас критикуют?
2. Обоснованна ли эта критика?
3. Логична ли она?
4. Не являются ли приводимые примеры односторонними?
5. Не смешивают ли те, кто вас критикуют, в одну кучу факты и собственные мнения?
6. Не слишком ли они обобщают?
7. Насколько убедительны выводы, к которым приходят критикующие?
8. Не выдержана ли провозглашаемая критика исключительно в негативных тонах или же содержит какие-то позитивные рекомендации, которые вы можете немедленно внедрить в практику?
9. Достигнете ли вы лучших результатов, если воспользуетесь советами тех, кто вас критикует?

Если вы находитесь на передовой, то именно в вас будут направлены первые выстрелы.

Даже в ситуации, когда множество людей произносят комплименты по вашему адресу, порой достаточно критики со стороны одного-единственного человека, чтобы вы забыли о своей широкой поддержке и думали только о резких словах. Мы с вами не можем позволить себе такую роскошь.

НЕ ДЕЛАЙТЕ ИЗ ТРАВМ КУЛЬТА

Отбросьте то, что произошло, и замените случившееся позитивной психологической установкой и положительным отношением к миру. Если вы станете жалеть себя, это уничтожит и вас, и тех, кто вам близок.

НЕ ВОРОШИТЕ ТРАВМ В МЫСЛЯХ

Постоянные размышления о собственных проблемах превращают их из холмика, который нарыл крот, в непреодолимую гору.

НЕ ПРОКЛИНАЙТЕ СВОИ ТРАВМЫ

Вполне возможно, что вы сейчас стоите где-то в конце очереди, но никто не мешает вам обойти ее и оказаться в первом ряду. Помните:

Травмы могут вдохновить вас иди же наоборот, озлобить и преисполнить горечью.

Научитесь прощать другим. Самый идеальный пример являет собой Иисус Христос. Ведь он, уже пребывая на кресте, воскликнул: “Отче! Прости им, ибо не знают, что делают”¹⁴.

Умение прощать - одна из основных потребностей современного мира.

Сделайте следующий шаг. Если вы ранили кого-то или нанесли человеку душевную травму, имейте в себе достаточно мужества и величия, чтобы извиниться перед ним. Попросите у него прощения, скажите: “Извините меня, пожалуйста”.

Правильно считается, что самое трудное дело в мире — вовсе не физический труд и не интеллектуальные достижения, а три моральных заповеди: отвечай любовью на ненависть, принимай того, кто отвержен, и признавайся в собственных ошибках.

¹⁴ Евангелие от Луки, 23:34. Иногда говорят “ибо не ведают, что творят”.

**СПОСОБЫ
ИМЕЙТЕ ДЕЛО
С НАДЛЕЖАЩИМИ
ЛЮДЬМИ**

**ВЫ СТАНОВИТЕСЬ ПОХОЖИ
НА ТЕХ ЛЮДЕЙ, СРЕДИ КОТОРЫХ
ВРАЩАЕТЕСЬ.**

Когда-то я имел честь принимать участие в торжественном обеде по случаю национального праздника в Вашингтоне. По дороге я проезжал мимо печально знаменитого комплекса зданий “Уотергейт” и мысленно вернулся к трагическим дням во времена президентства Никсона, который перестал занимать свой высокий пост, поскольку послушался советов и нашептывании людей, недостойных доверия¹⁵.

Нет более правдивой поговорки, чем “С волками жить — по-волчьи выть”, а поэтому выбирайте себе надлежащих друзей. Молодой человек, если вы попадете в дурную компанию, она утянет вас вниз прежде, чем вы сумеете вытащить ее наверх. Выбирайте друзей тщательно и осмотрительно.

Давление со стороны окружения является большой проблемой не только среди молодежи — мы все ему подвергаемся. Отношения, сложившиеся у вас на работе, или чрезмерное стремление к достижению успеха любой ценой, могут стать причиной того, что вы отступите от своих принципов и пойдете на компромисс.

¹⁵ Речь идет о крупнейшем политическом скандале, связанном со злоупотреблением властью высшими должностными лицами страны. Под угрозой неминуемого импичмента президент Ричард Никсон (род. в 1913 г.) в 1974 г. был вынужден уйти в отставку.

Жизненный успех во многом зависит от поддержки и помощи со стороны других людей. Никому не удавалось достичь его в одиночку.

Внимательно присмотритесь к своему ближайшему окружению, поскольку именно эти люди определяют направление вашего продвижения.

Если вы хотите иметь друзей, то должны сами быть дружелюбным.

ВКЛАДЫВАЙТЕ МНОГО УСИЛИЙ В ПОСТРОЕНИЕ УДАЧНЫХ МЕЖЧЕЛОВЕЧЕСКИХ СВЯЗЕЙ И ОТНОШЕНИЙ

Без дружбы человек осужден на одиночество. Цените своих друзей и их дружбу. Говорите друзьям, что они для вас очень важны. Друг — это словно безопасная пристань, где вы чувствуете себя уверенно и общаетесь без слов.

Дружба - это трудно выразимое словами чувство безопасности в обществе человека, перед которым не нужно взвешивать мысли или соизмерять слова.

Джордж Элиот¹⁶

Неустанно работайте над своими отношениями с другими людьми. Не считайте друга чем-то данным вам навечно. Если вы не станете постоянно “шлифовать” свои отношения с другими, то ваши связи могут “запылиться”, “испачкаться” или “заржаветь”. Звоните знакомым, посылайте им письма и открытки, навещайте и приглашайте их к себе, дарите им что-либо на память. Усиленно занимайтесь отношениями, которые складываются в вашем браке и семье, а также связями, установившимися у вас с родителями и детьми. Или, быть может, в вашей ситуации особого внимания требуют

¹⁶ Элиот Джордж (настоящее имя — Мэри Анн Эванс, 1819-1880) — британская писательница. Заимствовала из философии позитивизма идею постепенной эволюции общества и гармонии классов. Ее творчество некоторыми чертами предвещало натурализм. Социальная проблематика сочетается с тонким психологическим анализом.

Хорошие отношения между людьми опираются на взаимное уважение. Осознавайте собственную ценность и уважайте это в других.

Друг — это человек, который укажет вам на допущенную ошибку, не нанося при этом рану. Старая китайская поговорка гласит: “Не пользуйся топором, чтобы согнать муху со лба своего друга”.

Мой лучший друг - это человек, который извлекает из меня все лучшее, что во мне есть.

Генри Форд

Если вы хотите приобретать друзей, то должны интересоваться людьми, а не пробовать заинтересовать их собою. Дружба вовсе не состоит исключительно в том, что вы оказываете кому-то разные услуги, но и в заботе, которую вы проявляете по отношению к своему другу, — ведь в такого рода заботе нуждается каждый.

Одной из больших проблем современного мира является отсутствие подлинных друзей. Дружба требует огромного умения прощать. Это искусство не замечать поражений и ошибок других.

КАК ЗАВЯЗЫВАТЬ ДРУЖБУ

1. Будьте приятным в общении. Старайтесь быть таким человеком, которого любят окружающие.
 2. Идите навстречу людям. Не бойтесь сделать первый шаг. При каждом удобном случае представляйтесь и называйте себя.
 3. Правильно запоминайте имя и фамилию собеседника и старайтесь, чтобы тот верно усвоил ваши.
 4. Не ожидайте ни от кого идеального совершенства. Примите как данность, что есть самые разные люди и у них есть свои недостатки.
 5. Постарайтесь в каждом найти то, что могло бы вызвать у вас восхищение.
 6. Разговаривайте. Поощряйте других к разговорам.
 7. Всегда старайтесь быть вежливым.
- Воистину благословенны те, у кого есть друг — та*

единственная людская душа, которая достойна полнейшего доверия, тот человек, кому известны наши самые лучшие и самые худшие стороны, который любит нас, невзирая на наши недостатки, который скажет нам чистую правду в то время, когда мир вводит нас в заблуждение пустой лестью, одновременно посмеиваясь у нас за спиной, человек, который даст нам разумный совет и поругает в дни успеха и самонадеянного бахвальства, но поддержит наш дух в тяжкие и печальные минуты, когда мир приговаривает нас вести борьбу в одиночестве.

Чарлз Кишели¹⁷

КАК УКРЕПЛЯТЬ ДРУЖБУ

Вот несколько основополагающих принципов, которых следует придерживаться, когда куешь и закаляешь дружбу.

1. Научитесь принимать других.

Принимайте своих друзей такими, каковы они на самом деле, — без прикрас.

Во время корейской войны¹⁸ в одном состоятельном доме на восточном побережье Соединенных Штатов раздался телефонный звонок. К своему радостному изумлению женщина, поднявшая трубку, услышала голос собственного сына. На протяжении долгих месяцев его пребывания в Корее мать не получала от него никаких вестей и

¹⁷ Кингсли Чарлз (1819-1875) - британский религиозный деятель и писатель, автор романов социально-критической направленности в духе христианского социализма, а также исторических романов, сказок и проповедей.

¹⁸ В конце июня 1950 г. после вступления войск КНДР на территорию Республики Корея между ними вспыхнула протекавшая с переменным успехом война, в которой на стороне КНДР участвовали китайские военные формирования (“добровольцы”), а на стороне Республики Корея — войска США и 19 других государств, действовавшие под эгидой и флагом ООН. После стабилизации фронта по 38-й параллели (она разделяла две Кореи и до начала указанной войны) в июле 1953 г. между сторонами было достигнуто довольно хрупкое перемирие, действующее по сей день.

Десять фантастических способов добиться потому была потрясена и восхищена, услышав, что ее дорогой мичмен находится сейчас в Америке, а точнее — в Сан-Диего на берегу Тихого океана и возвращается домой.

— Мама, я только хотел сказать тебе, что привезу с собой однополчанина. Его серьезно ранило, он потерял глаз, руку и ногу. Я бы хотел, чтобы он поселился с нами.

— Разумеется, сынок, — ответила женщина. — Похоже, что это храбрый и достойный юноша. У нас найдется для него место на какое-то время.

— Мама, ты не поняла меня. Я бы хотел, чтобы он поселился с нами.

— Ну ладно, — уступила та. — Мы сможем попробовать подержать его у себя в доме каких-нибудь шесть месяцев.

— Нет, мама. Я хочу, чтобы он остался у нас навсегда. Мы необходимы ему. У него лишь один глаз, одна рука и одна нога. Он в кошмарном состоянии.

Тут мать потеряла терпение.

— Сын, ты не в состоянии трезво взглянуть на ситуацию. У тебя к ней слишком эмоциональный подход, потому что ты побывал на войне. Этот коллега будет тебе обузой и доставит нам всем серьезные хлопоты. Будь разумным человеком.

Телефон внезапно замолк. На следующий день родители получили телеграмму, которая повергла их в отчаяние. Оказывается, накануне вечером их сын покончил с собой, выбросившись из окна двенадцатого этажа отеля в Сан-Диего. Неделю спустя в родительский дом прибыл армейский гроб. С невыразимой печалью несчастные мать и отец смотрели на тело своего однорукого, одноногого и одноглазого сына.

Если вы принимаете людей лишь при соблюдении определенных условий, это губит и их, и ваши отношения. Помните, что Господь принимает нас без всяких оговорок благодаря тому спасению, которое даровал нам Христос.

2. Обращайте внимание на взаимное притяжение.

В обществе некоторых людей вы сразу будете чувствовать себя хорошо.

3. Будьте увлечены дружбой.

Представляется, что в нашем обществе женщины лучше способны создавать глубокие и прочные союзы, нежели мужчины. А ведь многие из них нуждаются в чувстве безопасности и поддержки, которые дает крепкая дружба. Если вы хотите подлинной и прочной дружбы, то будьте увлечены ею.

4. Будьте открытым.

Я знаю, что это рискованно, но польза от этого носит взаимный характер. Когда я раскрываю перед кем-то книгу своей жизни, то открываюсь перед ним и это может мне дорого обойтись. Но насколько дороже будет стоить, если я не сделаю этого? Сбрасывайте маски.

5. Научитесь ценить чужие достижения и радоваться им.

Всячески радуйтесь любым успехам своих друзей.

КАК НЕ НАДО ВЫБИРАТЬ ДРУГА

Существует опасность того, что мы откроемся перед неподходящими людьми. Мнение, будто нам годятся любые друзья, неверно.

1. Научитесь бывать в собственном обществе.

Лучше всего готовы принять дружбу те люди, которые умеют находиться наедине с собой. Человек должен уметь твердо защищать свои убеждения невзирая на то, какое влияние окажет подобный подход на его популярность или положение в обществе.

2. Научитесь говорить “нет”.

Люди не являются нейтральными с точки зрения морали. Они оказывают на нашу жизнь воздействие как хорошее, так и плохое.

3. Научитесь избегать:

а) сплетников

Не сплетничайте. Если вы нелояльны по отношению к другим, то они также не будут проявлять лояльность по отношению к вам.

б) людей взрывного темперамента

Мудрец, который написал Книгу Притчей, сказал: “Не связывайся с человеком гневливым, не общайся с порывистым, дабы

Десять фантастических способов добиться не привыкнуть к подобным путям и не расставить ловушку для своей жизни".

в) *людей нелояльных*

Лояльность представляет собой одно из главнейших достоинств в дружбе. Наделяйте ею других и ожидайте ее от них.

г) *вечно недовольных и брюзжащих*

Будьте повнимательнее с теми, кто скулит, жалуется, а также с людьми, которые постоянно ставят под сомнение авторитеты и хулят складывающиеся обстоятельства.

д) *людей, которые позволяют себе слишком многое.*

Держитесь подальше от эгоистов, которые смотрят только на самих себя, свои желания и устремления.

е) *аморальных типов*

С такими друзьями вас ждет несчастье. Когда им удастся уговорить вас прочитать непристойную книгу, просмотреть неприличный фильм или выслушать грязные слова, это окажет на вас самое худшее воздействие.

Внимательно присматривайтесь к своим связям с ближайшими знакомыми, поскольку именно они определяют направление, в котором вы продвигаетесь.

ОБОРОТНАЯ СТОРОНА МЕДАЛИ

Ваши друзья либо развернут и расширят ваше перспективное видение, либо развеют ваши мечты.

“Кто пребывает с мудрым, тот обретает мудрость”, а спутник глупцов испытает вред”.

Выбор зависит от вас!

СПОСОБ 7 РАБОТАЙТЕ РАЗУМНЕЕ, А НЕ ИНТЕНСИВНЕЕ

КЛЮЧОМ К УСПЕХУ ЯВЛЯЕТСЯ ВНИМАНИЕ К МЕЛОЧАМ

Почему так трудно встать с постели, когда в перспективе нас ждет работа, школа или занятия в университете, зато, если мы собираемся отправиться на рыбалку, то без всяких проблем вскакиваем в половине пятого утра? Разница заключается в мотивации. Хорошо мы делаем лишь то, к чему испытываем настоящее желание. Секрет заключается в том, чтобы подходить к каждому делу с энтузиазмом и энергией. Поскольку в офисе, магазине, школе или университете мы должны провести 8 часов, то нужно получать от этого удовольствие и удовлетворение. Следует идти навстречу обстоятельствам, а не позволять, чтобы они нас побеждали.

Человек, полный мотивации, сам определяет направление, в котором он должен двигаться, и действия, которые должен предпринять, чтобы достичь поставленной перед собой цели. Я нередко повторяю молодым людям в старших классах средней школы:

Жизнь ничего не преподнесет вам на блюдечке. Только упорным трудом вы можете достичь многого.

Часто необходимо работать как разумнее, так и интенсивнее, особенно поначалу. Выработайте в себе психологическую установку, что работа — это прекрасное развлечение, ибо так оно и есть на самом деле. Я бесконечно благодарен своему отцу, который являл собой прекрасный пример в области трудовой этики.

— Сынок, — часто говаривал он, — тяжкий труд еще никому не

И он был абсолютно прав. Можно преодолеть внутреннее напряжение, разочарованность и давление, если вспомнить, что обычный интенсивный труд прекрасно помогает как психическому, так и физическому здоровью человека.

Даже в словаре слово “успех” расположено после слова “труд”.

Похоже, что чем интенсивнее и больше вы трудитесь, тем больше вам выпадает счастья.

Все, как правило, стараются получить как можно больше при наименьших усилиях. Но это, попросту говоря, невозможно.

Не тратьте своего времени, которое стоит 10 долларов, на достижение результата, цена которому 10 центов.

РАБОТАЙТЕ РАЗУМНЕЕ.

Где пребывал бы сегодня мир, если бы не огромные дозы солидного труда и обучение тому, как работать наилучшим образом? Мы по-прежнему ездили бы на лошадях, а не на автомобилях (хотя это как раз было бы и неплохо!). Подумайте о небывалом скачке вперед, совершившемся хотя бы в сфере технологии и медицины. Принимаясь за какую-то работу, всегда задавайте себе вопрос: “Как я могу сделать это лучше?”

Самым большим препятствием на пути прогресса является старое, как мир, высказывание: “Но мы ведь всегда делали это именно так”.

КАК ДОБАВИТЬ СЕБЕ ЖЕЛАНИЯ ДЕЙСТВОВАТЬ

Мотивированный человек — тот, кто проявляет инициативу, то есть ту силу, которая вырывает его из инерции безделья и толкает к активным действиям.

1. Научитесь призывать самого себя к действию.

Если вы отправитесь в музей техники, то увидите старые легковушки и грузовики, в которых нужно было крутить

заводную рукоятку, чтобы двигатель завелся. Потом придумали стартер и автоматическое зажигание. Проблема состоит в следующем: вы умеете заводиться сами или же вам нужен человек, который “покрутит ручку”? Научитесь самостоятельно призывать себя к действию. Когда вы просыпаетесь утром, то берите день за грудки, прежде чем он возьмет вас.

2. Делайте максимум возможного.

Слишком часто мы вкладываем в то, что делаем, лишь половину необходимой энергии — иными словами, работаем в полсилы. Помните, что когда вы конкурируете с другим человеком или фирмой, то недостаточно, если вы делаете все возможное, — необходимо сделать больше, нежели ваш конкурент.

Постарайтесь, чтобы *преданность делу, решимость и готовность жертвовать чем-либо* стали вашим образом жизни. Добавьте к этому солидную порцию энтузиазма — и вы получите рецепт достижения жизненного успеха.

Примите решение, что в своей сфере вы достигнете наивысшего для себя результата. Спортсмены называют это своим личным рекордом. Если вы механик, то будьте самым лучшим. Если врач — будьте лучше всех. Если вы работаете столяром — и здесь будьте самым лучшим. Если вы санитарка или медсестра — тоже будьте самой лучшей. Как-то я спросил у одного старшекласника, кем он хочет стать в будущем.

— Журналистом, — прозвучало в ответ.

— А почему бы тебе не стать самым лучшим журналистом, который когда-либо жил в нашей стране? — спросил я.

Будьте увлечены своим делом. Делайте максимум возможного. Полюбите слово “дисциплина”.

Когда вы думаете, будто сделали все возможное, напомните самому себе, что то, что вы делаете вроде бы лучше всего, всегда может быть выполнено еще немного лучше.

Сделай немного больше, чем требует твоя зарплата;

Дай чуть больше денег, нежели обязан;

Постарайся сильнее, чем тебе хочется;

Целься выше, нежели тебе представляется возможным

И благодари бога от всего сердца за здоровье, семью и друзей.

Арт Линклеттер¹⁹

Вот шаги, необходимые, чтобы стать человеком действия:

- 1. Ставьте перед собой цели.**
- 2. Мотивируйте себя.**
- 3. Делайте все возможное и еще чуть-чуть.**
- 4. Действуйте сразу, не откладывая на потом.**

Неустанно задавайте себе вопрос: каким образом я мог бы сделать это лучше?

¹⁹ Линклеттер Арт (род. в 1912) - канадский специалист по мотивации.

СПОСОБ 8

ДЕЛАЙТЕ БОЛЬШЕ, ЧЕМ ОТ ВАС ОЖИДАЮТ

НЕ БОЙТЕСЬ ПРОЙТИ ЛИШНЮЮ МИЛЮ.

Совершенство — это очень сильное слово. Каждый обожает совершенство и остерегается посредственности. Так и должно быть.

Люди, фирмы или народы, которые не предъявляют к себе высоких требований, останутся позади в том мире, который полон все более быстрых перемен и прогресса.

Совершенство не достигается случайным образом или между прочим. Наши цели определяют наше будущее, и, хотя их не всегда удастся достичь, наличие высоких целей всегда будет оказывать на нас положительное воздействие. Стремление к совершенству означает следующее: посвятить всю жизнь реализации своего потенциала, попыткам полностью использовать все имеющиеся способности.

I. ПРИЗНАКИ ПО-НАСТОЯЩЕМУ СОВЕРШЕННОЙ ЖИЗНИ.

По-настоящему совершенную жизнь характеризуют следующие черты:

а) продуктивность

Никакие размышления, никакая медитация не засеяли рисового или пшеничного поля и не сжали его. “Если человек не будет работать, он не будет есть”, — сказал мудрый апостол Павел. Он произнес еще и следующие слова: “Пусть ваша жизнь не будет бесплодной”. Будущее приходит постепенно, час за часом. Ловите каждую минуту.

б) прогресс

успеха

Рутинная, повторение прошлого — это просто готовая могила, которую вы уже себе вырыли. Под лежащий камень вода не течет. Застойная вода бесполезна. Точно такие же слова можно сказать про застойную жизнь, которая не служит прогрессу.

в) мощь

Когда у вас есть в жизни какая-либо цель, вы можете направить всю свою энергию на выработку необходимой мощи. Однажды журналист спросил у великого скрипача Исаака Стерна²⁰: “Что по-настоящему отличает великого музыканта?” В ответе содержалась, в частности, такая мысль: “Великий музыкант — это человек, который постоянно старается улучшить свое искусство, тот, кто, никогда не будучи довольным прежними достижениями, ищет новых знаний о своем инструменте и музыке, которую он любит”. Это и есть совершенство.

2. МЕРА СОВЕРШЕНСТВА

Буквально все мы в ужасе от низкого качества продуктов и услуг в нынешнем мире. Ничего странного, что существует стремление к росту требований, предъявляемых буквально ко всему. Если вы хотите подлинных ценностей, то во всех сферах жизни вашей целью должно быть совершенство. Человек может владеть прекрасной фирмой, но при этом дом и семья будут у него находиться в отчаянном состоянии. Спортсмен может выглядеть героем для общества и оказаться полным неудачником в личной жизни. Что касается вашей жизни, то совершенство должно заполнять ее всю.

Сатермен и Питерс в своей разумной книге “В поисках совершенства” провели анализ ведущих фирм, стремясь открыть секрет их успеха. Они пишут: “Каждая отличная фирма очень хорошо знает, на чем она зиждется, и очень серьезно относится к процессу

²⁰ Стерн Исаак (род. в 1920) - американский скрипач, считающийся одним из крупнейших исполнителей XX века. Родился на Украине и приехал в Сан-Франциско, когда ему был один год. Первый крупный скрипач, обучавшийся целиком в США. В 1960 г. спас от сноса легендарный “Карнеги-холл” - самый известный филармонический концертный зал в Нью-Йорке.

формирования корпоративных ценностей”. И далее: “Указанные фирмы требуют необычных достижений от обычных людей”. Два упомянутых автора утверждают, что каждую процветающую фирму характеризуют следующие семь основополагающих ценностей:

- а) убежденность, что она лучше всех;**
- б) убежденность в важности деталей и мелочей;**
- в) убежденность, что люди важны как индивидуумы;**
- г) вера в высочайшее качество предоставляемых услуг;**
- д) убежденность, что большинство членов данной организации способны на внедрение новшеств;**
- е) вера в значимость неформального общения между людьми;**
- ж) отчетливая вера в экономическое развитие и признание важности прибыли.**

Приверженность долгу определяет судьбу.

3. ЧЕСТОЛЮБИВО СТРЕМИТЕСЬ ДОСТИЧЬ СОВЕРШЕНСТВА

Без амбициозных устремлений, без честолюбия вы неизбежно станете посредственностью. Каковы ваши жизненные амбиции? Достижения людей в профессиональной деятельности очень сильно зависят от их мотивированности, психологической установки и системы ценностей. Будьте победителем. Не бойтесь пройти лишнюю милю. Добивайтесь только золотой медали.

Небольшое дополнительное усилие - вот разница между хорошим и превосходным.

4. СОВЕРШЕНСТВО ТРЕБУЕТ:

- а) риска - вы никогда не откроете для себя новых**

б) умения противостоять критике;

в) ответственности, - а не способностей (помните, что важна ваша воля к действию, а вовсе не коэффициент интеллекта);

г) терпения и труда, которые непременно дадут свой эффект.

Совершенство — это наилучшее использование способностей человека в рамках имеющейся у него компетенции.

5. ОПАСНОСТИ, ТАЯЩИЕСЯ В СОВЕРШЕНСТВЕ

Помните: добившись успеха, будьте скромным.

Мама китеныша предостерегала своего сына: “Не забывай, что когда ты находишься на самом верху и начинаешь производить много шума, выдыхая воздух и пуская брызги, то в тебя легче всего попасть”.

6. ЦЕНА СОВЕРШЕНСТВА

а) цена изменения системы ценностей.

Становитесь орлом, который парит в небесах, а не курицей, копающейся в песке.

б) цена концентрации”

Не рассеивайте свою энергию во все стороны. Если вы будете двигаться по жизни зигзагом, то никогда не реализуете свой потенциал полностью.

в) цена выдержки и настойчивости,

Именно эти характеристики выделяют лидера. Существует очень много людей, которые вроде бы намерены приготовиться к тому, чтобы когда-нибудь начать думать о конкретных действиях — может быть, когда-либо, в один прекрасный день.

7. СОВЕРШЕНСТВО ТРЕБУЕТ:**а) ответственности.**

Будьте катализатором, а не хамелеоном.

б) честности.

Обладайте характером лидера. У нас сегодня слишком много людей, наделенных властью, но слишком мало подлинных лидеров.

в) трудолюбия.

Имейте высокие мечты, но будьте готовы уплатить за их реализацию тяжким трудом.

г) перспективного видения,

Необходимо, чтобы вас не удовлетворяло существующее положение.

д) творческого подхода.

Пусть ваши прочные принципы будут тем не менее, гибкими. Неустанно ищите новые идеи.

е) единства.

Работайте в коллективе. Подумайте: “Ведь один человек может отогнать тысячи, а двое — отогнать десять тысяч”, — как о том говорит Библия.

ж) стратегии.

Установите приоритеты и разработайте порядок действий.

Аристотель сказал: “Мы являемся тем, что многократно совершаем”. Это означает, что совершенство — отнюдь не единичное действие, а привычка, навык.

Мы должны научиться противостоять ситуациям, которые ведут к тому, что хорошее становится врагом лучшего.

Мудрый Соломон сказал: “За каждое дело, с которым встретится твоя рука, берись по силам своим”! Очень многие люди были наделены огромными способностями, но присущая им лень не позволила этим способностям проявиться.

Доктор Дэвид Макклеланд, профессор психологии Гарвардского

Десять фантастических способов добиться университета, утверждает: “С точки зрения психологии всех людей в мире можно разделить на две группы. Во-первых, меньшинство, которое интерпретирует вызов как возможность и готово упорно поработать, чтобы добиться чего-либо. С другой стороны, существует большинство, которое в принципе ничем подобным не заинтересовано”.

В нынешнем мире мы должны стремиться к тому, чтобы совершенство победило посредственность.

Одни гибнут во прахе, другие гибнут в пламени, а третьи умирают понемногу, играя в детские игры.

Разница между тем, что просто хорошо, и тем, что по-настоящему совершенно, состоит в небольшом дополнительном усилии.

Итак, бегите за золотой медалью!

8. СОВЕРШЕНСТВО ТРЕБУЕТ КАЧЕСТВА

Это может быть качество управления, качество продукта или качество жизни. Подлинные успехи непременно требуют качества. Времена, когда можно было себе позволить лишь бы что, прошли. Приглядитесь повнимательнее к любому победителю. Он стал таковым не благодаря своему высокому интеллекту, но потому, что все в его работе и жизни чуть-чуть выше нормы. Не старайтесь быть на тысячу процентов лучшим в какой-то одной области. Будьте на один процент лучше сразу в тысяче разных областей.

Хотя компьютеры очень помогают нам во многом, лишь человек способен оценить качество продукта или выполненного действия.

Не совершите распространенную ошибку и не стройте свою фирму только на фундаменте цифр и финансов, ибо неизбежно кончите банкротством. Сегодня в нашей стране ключом ко всему является качество.

Совершенство требует качества в руководстве, продуктах и труде.

СПОСОБ 9

БУДЬТЕ НАСТОЙЧИВЫМ

ВСЕГДА СЛИШКОМ РАНО, ЧТОБЫ СДАВАТЬСЯ

Поражение является окончательным лишь в том случае, если вы согласились с ним и позволите себе оказаться побежденным.

Весь секрет в том, чтобы учиться на собственных ошибках. Тот, кто никогда не ошибся, никогда ничего и не делал.

Научитесь говорить: “Мне не удалось, но это еще не конец света”.

Речь идет не о том, упал ли ты, а о том, поднимешься ли ты после падения.

Винсент Ломбарды²¹

А вот несколько соображений по поводу поражения, которые есть смысл запомнить:

1. То, что вы потерпели поражение, отнюдь не означает, будто вы ничего не стоите.

По крайней мере, вы старались. Помните: победа отнюдь не всегда означает выигрыш первого места на соревнованиях.

²¹ Ломбарди Винсент Томас (“Вине”, 1913-1970) — главный тренер футбольной команды “Погонщики из Грин-Бей”. В 1961-1968 гг. привел свою команду к пяти победам в чемпионате Национальной футбольной лиги (НФЛ) и двум выигрышам суперкубка. Один из самых удачливых тренеров в истории американского футбола; был подлинным лидером, вдохновлял и воодушевлял своих игроков, призывая их к победе. В ходе профессиональной карьеры Ломбарди команды, которыми он руководил, выиграли 74 процента матчей — абсолютный рекорд среди тренеров НФЛ.

2. Если вы извлекли урок из поражения, то забудьте случившемся.

Размышляя о своих поражениях, вы не сумеете вспомнить ни о чем ином. Поражение — это вовсе не катастрофа. Если бы оно было катастрофой, то все мы сплошь были бы несчастными людьми.

Только послушайте, как звучит фраза “За всю жизнь мне не случилось совершить хотя бы одну маленькую ошибочку!”

3. Вы не являетесь неудачником, пока стараетесь что-либо сделать.

Лучше, чтобы вам не удалось какое-то крупное предприятие, нежели если вы занимались сплошным ничегонеделанием и добились на этом поприще большого успеха.

4. Поражение никогда не является окончательным, если вы сами не дадите на это своего позволения.

Выбор принадлежит исключительно вам. Вы можете избежать риска — либо подняться и биться в очередном раунде. Эдисону не удалось первые 6 тысяч попыток изобрести лампу накаливания. Когда его спросили, не впал ли он из-за этого в отчаяние, великий человек ответил так: “Нет. Сейчас я уже великолепно знаю 6 тысяч способов, посредством которых этого нельзя добиться²²”.

Перестать пытаться — вот в чем состоит самое большое жизненное поражение.

Быть может, вы много раз старались получить желанную работу. Встаньте, стряхните с себя пыль и двигайтесь вперед. Может статься,

²² Эдисон Томас Алва (1847-1931) — американский изобретатель и предприниматель. Усовершенствовал телеграф и телефон, лампу накаливания (1879), изобрел фонограф (1877) и микрофон, сделал тем самым возможной звукозапись, построил первую в мире электростанцию общего пользования (1882), обнаружил термоионную эмиссию (1883) и др. Кстати, в других источниках фигурирует даже больше неудачных попыток: 10 тысяч или 14 тысяч.

что вашей фирме не слишком удастся процветать; тогда приостановитесь, проанализируйте ситуацию и двигайтесь вперед.

Всегда слишком рано отказываться от борьбы.

Люди никогда не планируют поражений, они просто терпят поражение в вопросе планирования успеха.

Уильям А. Уорд

Помните, что успех, достигнутый нечестным путем, — это скрытое поражение. И еще: вы никогда не станете полным неудачником, пока не начнете ненавидеть тех, которые добились успеха.

Когда одни двери закрылись, ищите другие, открытые. Мы так часто с сожалением и горем смотрим на захлопнувшиеся двери, что не замечаем тех, которые распахнуты прямо у нас перед носом. Катастрофа — это не что иное как урок, то есть первый шаг к чему-то лучшему.

Один путешественник, странствовавший по Африке, увидел, как большая тропическая бабочка пытается выбраться из кокона. Ему стало жаль красавицу, а потому он ножом разрезал узы, с которыми сражалось юное насекомое. Он действительно высвободил бабочку, но ее яркая окраска исчезла! Борьба, которую она вела, была необходима, чтобы у нее могли полностью проявиться цвета.

Вы увидите, что и ваша жизнь обретет иной цвет, если не поддаваться превратностям судьбы и победоносно преодолевать все испытания. Люди, которые никогда не сталкивались ни с какими трудностями либо проблемами, как правило, оказываются поверхностными и мелкими.

Временами тяжкое испытание просто необходимо, чтобы подготовить нас к великим свершениям. Чем дольше вы будете раздумывать над своими несчастьями, тем большую власть они обретут над вами. Единственный способ отшлифовать и отполировать до блеска алмаз или другой драгоценный камень — очень долго тереть его. Жемчужина образуется в результате травмы моллюска. Хлопоты, трудности и неудачи, которые встречают нас на жизненном пути, буквально обязательны для нашего развития.

Невзирая на то, сколь старательно вы запланируете путь к успеху, может случиться, что вам не удастся реализовать составленный план

Десять фантастических способов добиться в полном объеме. Если проблема слишком сложна, разбейте ее на несколько. Делите на части и побеждайте каждую из них поодиночке.

Никогда не сдавайтесь. Всегда слишком рано, чтобы отказываться от борьбы.

ПОМНИТЕ! Вот что ведет к успеху:

страстное желание,

решимость,

готовность к жертвам,

дисциплина,

предприимчивость,

умение любой ценой избегать растерянности.

Сэра Уинстона Черчилля попросили сказать несколько слов перед учениками его старой школы. Это происходило в большой столовой школы в Харроуон-Хилл, откуда видны огни Лондона. Директор школы в необычайно цветистых словах представил собравшимся этого интеллектуального великана ростом 165 сантиметров и весом свыше 100 килограммов. Черчилль вежливо поблагодарил за необычайно благосклонные слова, прозвучавшие в его адрес, и произнес незабываемую фразу:

— Молодые люди, никогда не сдавайтесь, никогда не сдавайтесь, никогда не сдавайтесь, никогда, никогда, никогда, никогда.

И сел.

Нельзя дать лучшего совета будущим лидерам страны.

Всегда слишком рано поддаваться. Я не знаю, на какую гору вы хотите взобраться, какой груз пронести, каким проблемам противостоять, равно как не знаю, какие испытания поджидают вас. Мне известно лишь одно: всегда слишком рано, чтобы отказаться от борьбы, поэтому никогда не сдавайтесь.

Успех состоит в том, чтобы подняться на ноги на один раз больше, чем вам доведется упасть. Полезность почтовой марки заключается еще и в способности прочно держаться за одну вещь, пока не доберется до пункта назначения.

Во время путешествия Колумба матросы постоянно грозили бунтом и настаивали на возвращении, поскольку на протяжении многих дней не было видно земли. Однако Колумб оставался глухим к их непрекращающимся требованиям и каждый день вписывал в бортовой журнал одну фразу: “Мы плывем вперед!”

Никому еще не удалось исчерпать всей мощи, скрытой в слове

ВПЕРЕД.

Одному начальнику как-то утерли нос.

— Вы можете собой гордиться, молодой человек, — сказал он страховому агенту. — Я отказал сегодня семи другим страхователям.

— Знаю, — ответил молодой агент, — потому что каждый раз это был я.

**Люди, которые отступают, никогда не побеждают.
Победители никогда не отступают.**

БУДЬТЕ УВЛЕЧЕННЫМ**ВЫ НЕ ДОСТИГНЕТЕ В ЖИЗНИ НИЧЕГО, ЕСЛИ НЕ ОТДАДИТЕСЬ ЭТОМУ ЦЕЛИКОМ И ПОЛНОСТЬЮ**

Я заметил всеобщую тенденцию не вовлекаться ни во что настоящему. Никто не хочет ни под чем подписываться. А ведь с вами никогда не случится ничего хорошего, если вы не будете готовы полностью посвятить себя тому, что делаете.

Приглядитесь повнимательнее к любому победителю либо человеку, играющему хоть какую-то роль в нашем мире. Никогда ни один из них не отказывался от своих обязательств.

Мне доводится встречать очень многих молодых людей, которые не видят ничего, кроме собственного пупка, и задают себе извечный вопрос: “Кто же я такой?” Они витают в облаках. Эти юноши напоминают одного политика, которого спросили, что он думает на одну конкретную тему, а тот ответил:

— Гм, часть моих друзей “за”, а часть — “против”. Что касается меня, то я согласен со своими друзьями.

Вот именно. Никаких обязательств.

Те, кто пытаются найти весь смысл жизни в самих себе, напоминают луковицу. Если снять с нее один слой, то что вы увидите под ним? Очередной слой. Снимайте его, а потом следующий и еще следующий. Что там останется? Ничегошеньки!

Покажите мне, что вас увлекает, и я скажу вам, кто вы такой.

Каковы ваши мечты? Отдайтесь им душой и телом.

Очень многие из нас лишь ожидают и ожидают, полностью бездействуя при этом. Я видел людей, бросающих монету в колодец, пруд или море, загадывая желание, которое должно осуществиться. При чем здесь монета? Ведь правильно говорится в старой поговорке: “Только от меня зависит, случится ли что-нибудь”.

Расстаньтесь с благими намерениями. Обзавайтесь большими мечтами. Запланируйте нечто

крупномасштабное. Возлагайте на себя серьезные обязательства.

С энтузиазмом возьмитесь за какое-то такое предприятие, которое без вашего увлеченного участия было бы обречено на провал.

В нынешние времена люди спокойно топают по пути к могиле!

Билл Факуа не делает абсолютно ничего и побил по этой части мировой рекорд. Он принадлежит к числу тех людей, которые в магазинах часами стоят неподвижно и ничего не делают, развлекая тем самым толпу ротозеев. У меня такое впечатление, что его рекорд мог бы оказаться многократно побитым. Жизнь тех людей, которые не вовлекаются ни во что, обладает весьма небольшой значимостью — не только для них самих, но и для других тоже.

Всегда лучше, если вам не удастся чего-то сделать, чем если вам удастся ничего не сделать.

Большинство людей зевают и упускают свой шанс, поскольку он одет в рабочий комбинезон и выглядит как самый настоящий труд.

Томас Эдисон

Если вы хотите добиться успеха, начинайте с нуля и не разочаровывайтесь — вот и весь секрет. Не спрашивайте: “А если у меня не получится?” — а задавайте себе совсем другой вопрос:

“А что, если получится?” В жизни вам встретится много трудностей и препятствий. Это очевидно. Никто не избавлен от хлопот. Даже лев вынужден сражаться с мухами!

Неудачниками можно стать многими различными способами, но самый эффективный из них состоит в том, чтобы никогда не рисковать. А ведь неприятности, беды и огорчения — это просто неотъемлемая часть жизни.

Перед лицом неприятностей у одних вырастают крылья, а другие надевают на себя неподъемное ярмо.

Гарольд У. Руфф

Вы являетесь оригиналом, а не копией. Вы неповторимы, и такого человека никогда больше не будет на белом свете.

Жизнь предлагает вам невероятные возможности, поэтому не

Десять фантастических способов добиться позволяйте, чтобы кто-либо воспрепятствовал вашим планам ежели вы сами, ни окружающие. У вас всего одна жизнь, и повторения не предвидится. Не прозевайте ее, не растратьте впустую, поскольку она слишком ценна. Что страшного, если вы упали? Поднимитесь, стряхните с себя пыль и двигайтесь вперед. Сразу же, немедленно. Ловите шансы, побеждайте.

Будьте как скороварка! Хотя она переполнена кипящей водой, которая находится под высоким давлением, но продолжает свистеть и плевать на все окружающее!

Не жалуйтесь, как плохой теннисист, будто мяч подпрыгнул неправильно, ибо может статься, что вы сами промахнулись при ударе по нему.

Не говорите, что умираете, пока не умерли. Слишком многие люди полагают, будто шанс состоит в возможности получить деньги без труда. Те, кто не ловят реальные шансы, не продвигаются вперед.

Демонстрируйте негибкую настойчивость. Уинстон Черчилль сказал когда-то: “Нос у бульдога сдвинут назад только для того, чтобы он мог дышать, не выпуская добычу”.

В Лондоне я посетил места, где этот великий политик работал во время второй мировой войны. Их оставили в неизменном виде. Уинстон Черчилль упорно стоял на своем, хотя на горизонте в ту пору маячила катастрофа. С неустойчивым мужеством он вел британцев, а также всех союзников к победе.

Важно не то, что вы имеете, а то, что вы сделаете с тем, что имеете.

Если это необходимо, разозлитесь на самого себя, либо на ситуацию, в которой находитесь, либо на условия, которые предлагает вам общество. Большинство победителей — это люди, которые проиграли и из-за этого впали в гнев. Вы словно пакетик с чаем — от него мало пользы, пока его не погрузишь в кипяток.

Потрясающая слепая дама Элен Келлер²³ сказала:

“Я одиночка, но по-прежнему остаюсь человеком. Мне не по

²³ Келлер Элен (Адаме) (1880-1968) — видная американская публицистка и педагог, которая была слепой и глухой. Ее обучение и деятельность являются собой экстраординарное достижение в сфере подключения инвалидов по зрению и слуху к нормальной жизни. В 1962 г. режиссер Артур Пени снял о ней кинокартину “Сотворившая чудо” по пьесе У. Гибсона, удостоенную премий “Оскар” и “Золотой глобус”.

силам сделать всё, но кое-что я ведь могу сделать. И я не упущу этого шанса”.

Не становитесь человеком, который доволен своей жизнью и своими достижениями.

Покажите мне совершенно довольного человека, и я покажу вам неудачника.

Томас Эдисон

Не может быть и речи ни о каких достижениях в жизни, если вы не будете полностью увлечены тем, что делаете.

Вы всегда будете объектом критики. Если человек находится на первой линии огня, именно он первым попадает под пули. Единственный способ избежать критики — ничего не делать и ничего не значить. Люди, которые действуют, неизбежно навлекают на себя критику.

Пойдите в какой угодно парк и проверьте, поставили ли там хоть самый захудалый памятник критикану. Коль люди говорят о вас плохо, постарайтесь жить так, чтобы никто им не поверил.

Если вы не будете страстно верить в свою мечту, то у вас не будет достаточно мотивации, чтобы реализовать ее. Увлечитесь своей целью, вообразите, что уже достигли ее. Сделайте все возможное, чтобы стать таким человеком, каким вы хотите и должны быть.

Нельзя систематически действовать в манере, которая противоречит вашему видению самого себя.

Зиг Зиглар

Итак, в путь. Все большие достижения начинаются с малых дел. Никто и никогда не достиг чего-либо великого, расслабившись в полном бездействии. “Да” и “нет” — вот два самых важных слова, которые вы произносите. Именно они определяют вашу жизнь. Скажите “да” увлеченности делом, “да” — своим мечтам, “да” — позитивному будущему, “да” — тем целям, которые вы перед собой ставите.

Жизнь - это либо приключение, требующее мужества, либо ничто.

Элен Келлер

Вы никогда не откроете новых океанов, если у вас не ~~уважения~~
мужества потерять из виду берег.

Нельзя отступать в будущее.

Подставляйте грудь проблемам.

Вовлекайтесь в каждое дело всей душой.

Добейтесь своего.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

ВАШ ПЛАН ДЛЯ ХОРОШЕГО СТАРТА

Все призывные слова, содержащиеся в этой книге, окажутся бесполезными, если вы не составите себе плана действий. Позвольте подсказать вам для начала несколько положительных идей.

1. Ясно определите, где вы находитесь в данный момент. Мы тратим слишком много времени на туманные размышления, а ведь самое важное — это ясность ума. Оцените свою жизнь и установите, что для вас самое важное.

2. Изолируйте себя на какое-то время в спокойном месте. Начните мечтать о том образе жизни, который вы хотели бы вести. Напишите план действий. Включите туда все, что вам придет в голову.

3. Составьте перечень препятствий, которые вы можете встретить на своем пути (например, отсутствие надлежащего образования, проблемы со здоровьем и т.д.).

4. Напишите, что вы готовы совершить для преодоления перечисленных препятствий (например, пойти учиться для повышения образовательного уровня и т.д.). Ваш план обязательно должен быть исполнимым и практичным.

5. Реально оцените, сколько времени вам понадобится на достижение поставленной цели — установите себе конкретные сроки.

6. Ничего не произойдет, если вы не разбудите в себе жгучей жажды успеха. Не отдавайтесь благим намерениям, потому что это ничем вам не поможет. Замените смутные надежды глубоким и

7. Постоянно обновляйте свои цели. Как можно чаще выделяйте время для их спокойного анализа и корректировки.

8. Не позволяйте себе менять курс. Забудьте о том, что говорят, думают или делают другие.

9. Ведите себя как человек, которым вы жаждете стать (“Человек становится таким, каким он себя видит в глубине души”). Нашему народу отчаянно нужны лидеры и благополучные, преуспевающие люди. Ваша жизнь имеет смысл, значение и цель. Молитесь, чтобы вам открылась

СИЛА УДАЧНОЙ ЖИЗНИ.

ИДЕИ, КОТОРЫЕ ДАЮТ СИЛУ

Помните!

Люди меняются в соответствии со своими представлениями.

- Если вы не управляете своими мыслями, то станете рабом собственного окружения.
- Если вы желаете достичь успеха, то должны напрягать свой разум — напрягать чуть ли не до боли.
- Дайте себе время на мышление. Оно — источник силы.
- Сегодня как раз наступило то завтра, о котором вы беспокоились вчера.
- Не позволяйте, чтобы за вас принимали решение отщепенцы.
- Удалите из своего окружения ядовитые мысли.
- Человек таков, каково его представление о себе. Вы забиваете голы или только защищаете свои ворота?
- Случай никогда не приходит в руки к тем, кто просто ждет. Его может поймать лишь тот, у кого есть мужество атаковать.
- Генри Киссинджер сказал: “Определите, чего вы хотите в жизни более всего, и каким образом намереваетесь этого достичь, а затем не позволяйте, чтобы хоть что-либо отвлекло вас от указанного намерения”. Не тяните!
- Без труда не вытащишь и рыбку из пруда.
- Неудачниками управляет жизнь, — победители сами управляют жизнью.
- Критикуют только люди ограниченные.
- Выработайте у себя небанальное рукопожатие.
- Для каждого человека слаще всего звучат его собственное имя и фамилия.
- Наилучшей проверкой характера человека является его поведение в одиночестве.
- Без подлинных друзей даже миллионер нищ.
- Наполняйте свои мысли неподдельным энтузиазмом.
- Будьте самим собой, причем в самой лучшей версии.

- Первое впечатление можно произвести только раз в жизни
- Делайте одну вещь тщательно, а не сотню, но по верхам.
- Вы навсегда теряете то, чего не использовали.
- Не то важно, что я получу, а что дам.

Слова оказывают влияние на то, что думаете вы сами, и на других людей. Будьте позитивны в своих высказываниях.

- Все мы формируем свой имидж в зависимости от того, в какой степени нас принимали собственные родители.
- Вы являетесь тем, что говорите. Не делайте из травм культа, не возвращайтесь к ним в мыслях и не проклинаяте, а используйте, поскольку они могут вдохновить вас или, наоборот, преисполнить горечью и озлобить.
- Превращайте неприятность в движущую силу.
- Если вы находитесь на передовой, то именно в вас будут направлены первые выстрелы.

Вы становитесь похожим на тех людей, среди которых вращаетесь.

- Если вы хотите иметь друзей, то должны сами быть дружелюбным.
- Дружба — это трудно выразимое словами чувство безопасности в обществе человека, перед которым не нужно взвешивать мысли или соизмерять слова.
- Мой лучший друг — это человек, который извлекает из меня все лучшее, что во мне есть. Ключом к успеху является внимание к мелочам.
- Внимательно присматривайтесь к своим связям с ближайшими знакомыми, поскольку именно они определяют направление, в котором вы продвигаетесь.
- Жизненный успех вовсе не гарантируется вам от рождения, — вы должны сами заработать его собственным трудом.
- Даже в словаре слово “успех” расположено после слова “труд”. Не бойтесь пройти лишнюю милю.
- Приверженность долгу определяет судьбу.
- Небольшое дополнительное усилие образует собой разницу между хорошим и превосходным.
- Помните: добившись успеха, будьте скромным.

- Одни гибнут во прахе, другие гибнут в пламени, а третьи умирают понемногу, играя в детские игры.
 - Итак, бегите за золотой медалью!
 - Совершенство требует качества в руководстве, продуктах и труде.
 - Сделай немного больше, чем требует твоя оплата; дай чуть больше денег, нежели обязан; постарайся сильнее, чем тебе хочется; целься выше, нежели тебе представляется возможным; и благодари Бога от всего сердца за здоровье, семью и друзей.
 - Подумайте: каким образом я мог бы сделать это лучше? Всегда слишком рано, чтобы сдаваться.
 - Речь идет не о том, упал ли ты, а о том, поднимешься ли ты после падения.
 - Люди никогда не планируют поражений, они просто терпят поражение в вопросе планирования успеха.
 - Никогда не сдавайтесь. Всегда слишком рано, чтобы отказываться от борьбы.
 - Люди, которые отступают, никогда не побеждают. Победители никогда не отступают.
 - Вот что ведет к успеху: страстное желание, решимость, готовность к жертвам, дисциплина, предприимчивость, умение любой ценой избегать растерянности.
 - Будьте увлеченным.
 - Вы не достигнете в жизни ничего, если не отдадитесь этому целиком и полностью.
 - Расстаньтесь с благими намерениями. Обзаведитесь большими мечтами. Запланируйте нечто крупномасштабное. Возлагайте на себя серьезные обязательства.
 - Большинство людей зевают и упускают свой шанс, поскольку он одет в рабочий комбинезон и выглядит как самый настоящий труд.
 - Перед лицом неприятностей у одних вырастают крылья, а другие надевают на себя неподъемное ярмо.
 - Покажите мне совершенно довольного человека, и я покажу вам неудачника.
- Нельзя систематически действовать в манере, которая противоречит вашему видению самого себя.
- Жизнь — это либо приключение, требующее мужества, либо ничто.

