
Как не стать неудачником

Жизнь без цели — человек без головы



Игорь Михайлович Муравьев
Как не стать неудачником.
Жизнь без цели –
человек без головы

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=67243746
ISBN 9785005615367*

Аннотация

Эта книга предназначена для тех, кто ищет ответы на вопросы «как я живу?», «для чего я живу?», «почему не все люди богатые и счастливые?» и «можно ли изменить свою жизнь?». Здесь каждый найдет для себя не только ответы на волнующие его вопросы, но и конкретные советы, упражнения и практики, которые много лет помогают людям обрести здоровье, гармонию и смысл жизни!

Содержание

| | |
|---|----------|
| В ЭТОЙ КНИГЕ МЫ ПОГОВОРИМ О ТАКИХ важных ПОНЯТИЯХ КАК УСПЕШНОСТЬ И НЕУДАЧА. КАЖДЫЙ ЧЕЛОВЕК МЕЧТАЕТ О БОГАТОЙ И СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ. ВОПРОС ЛИШЬ В ТОМ, КАК ЭТО СДЕЛАТЬ? КАК НЕ ПРОЖИТЬ БЕСПОЛЕЗНУЮ ЖИЗНЬ? В ЭТОЙ КНИГЕ ПРЕДСТАВЛЕНЫ НЕ ТОЛЬКО ОПРЕДЕЛЕНИЯ УСПЕХА И НЕУДАЧИ, НО И ПРОВЕРЕННЫЕ ВРЕМЕНЕМ ЗАКОНЫ И ПРАВИЛА ПО КОТОРЫМ ДОЛЖЕН ЖИТЬ ЦЕЛЕУСТРЕМЛЕННЫЙ ЧЕЛОВЕК. А ТАК ЖЕ УПРАЖНЕНИЯ И ТЕХНИКИ ДЛЯ ПРИВЕДЕНИЯ В ПОРЯДОК СВОЕГО ЗДОРОВЬЯ И ЖИЗНИ В ЦЕЛОМ | 5 |
| ВВЕДЕНИЕ | 6 |
| 1. ЗАКОНЫ ПРИРОДЫ | 7 |
| 2. ВСЕ МЫ ИЗ ДЕТСТВА | 10 |
| 3. НЕВЕЗЕНИЕ | 13 |
| 4. УСПЕХ | 25 |
| 5. ЗАКОН ОБНУЛЕНИЯ ПРОШЛОГО Сильные прощают, слабые мстят! | 31 35 |
| 6. ЗАКОН ОПРЕДЕЛЕНИЯ ЦЕЛИ | 42 |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 45 |

Как не стать неудачником Жизнь без цели – человек без головы

Составитель Игорь Михайлович Муравьев

ISBN 978-5-0056-1536-7

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

**В ЭТОЙ КНИГЕ МЫ
ПОГОВОРИМ О ТАКИХ важных
ПОНЯТИЯХ КАК УСПЕШНОСТЬ
И НЕУДАЧА. КАЖДЫЙ
ЧЕЛОВЕК МЕЧТАЕТ О БОГАТОЙ
И СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ.
ВОПРОС ЛИШЬ В ТОМ, КАК
это сделать? КАК НЕ ПРОЖИТЬ
бесполезную ЖИЗНЬ? В ЭТОЙ
КНИГЕ ПРЕДСТАВЛЕНЫ
НЕ ТОЛЬКО ОПРЕДЕЛЕНИЯ
УСПЕХА И НЕУДАЧИ,
НО И проверенные временем
законы и правила по которым
должен жить целеустремленный
человек. А так же
УПРАЖНЕНИЯ и техники ДЛЯ**

ВВЕДЕНИЕ

**У КАЖДОГО нормального ЧЕЛОВЕКА,
В ЖИЗНИ ЕСТЬ КУМИР – ЧЕЛОВЕК
НА КОТОРОГО МЫ ХОТИМ РОВНЯТЬСЯ,
КОТОРЫЙ НАС ВДОХНОВЛЯЕТ
НА ТЕ ИЛИ ИНЫЕ ДЕЙСТВИЯ. ДЛЯ
КОГО ТО ЭТО АРТИСТ, ДЛЯ КОГО ТО
БИЗНЕСМЕН, ДЛЯ КОГО ТО ГЕРОЙ
ОФИЦЕР... И Т. Д. ДЛЯ НАШЕЙ СЕМЬИ
И ДЛЯ МЕНЯ В ЧАСТНОСТИ ТАКИМ
ОРИЕНТИРОМ ЯВЛЯЮТСЯ МОИ
РОДИТЕЛИ..!ОТЕЦ, В СИЛУ СВОЕЙ
РАБОТЫ И ОБСТОЯТЕЛЬСТВ, МНОГО
РАЗ БЫЛ НА ВОЛОСОК ОТ ГИБЕЛИ,
НО НЕ ТОЛЬКО САМ С ЧЕСТЬЮ ВЫХОДИЛ**

ИЗ СЛОЖНЫХ И ОПАСНЫХ СИТУАЦИЙ

1. ЗАКОНЫ ПРИРОДЫ



Давно известно, что наша Вселенная не является случайной или произвольной.

Абсолютно все, что существует во вселенной – каждое растение и животное, каждая горная порода, каждая частица вещества и световой волны, связано законами, которым они подчиняются.

Во Вселенной действуют законы двух типов: законы, созданные человечеством, и законы природы. Вы можете нарушать человеческие законы, например правила дорожного

движения, и вас могут на этом поймать или не поймать. Но, попытавшись нарушить законы природы, вы будете пойманы каждый раз без исключения.

Законы природы, в свою очередь, делятся на две категории: законы физики и ментальные законы. Действие законов физики, например тех, что управляют электричеством или механикой, может быть проверено путем контролируемых экспериментов и практической деятельности. Ментальные законы можно проверить только с помощью опыта и интуиции, наблюдая за их действием в собственной жизни.

Некоторые ментальные законы были сформулированы примерно во втором тысячелетии до нашей эры, то есть примерно четыре тысячи лет назад. В античном мире эти законы, или принципы, преподавались в так называемых «школах таинства». Ученики поступали в такие школы и обучались там в течение продолжительного времени. Их медленно и последовательно посвящали в эти принципы. В те времена указанные принципы не были предназначены для широкой публики. Руководители таких научных школ полагали, что средний человек неверно истолкует эти законы и будет использовать их не по назначению. Возможно, что для того времени так оно и было.

Сегодня большинство указанных законов описаны и обсуждаются открыто. Но несмотря на это с ними знакомы только немногие. В действительности любой истинный и долгосрочный успех приходит тогда, когда жизнь приведе-

на в гармонию с перечисленными принципами.

Здесь очень важно отметить следующее обстоятельство. Ментальные законы похожи на законы физики в том смысле, что они действуют всегда и везде.

Закон гравитации, к примеру, работает всюду на планете Земля двадцать четыре часа в сутки. Спрыгнув вниз с десятиэтажного здания, вы упадете на мостовую с одинаковой силой как в центре Нью-Йорка, так и в центре Москвы.

Совершенно не имеет значения, что вы знаете о гравитации, согласны ли вы с ней, говорил ли вам кто-то об этом, когда вы были ребенком. Закон беспристрастен. Он работает применительно к вам повсюду, независимо от того, знаете вы о нем или нет и удобен ли он вам в настоящий момент.

Ментальные законы также работают сто процентов времени, несмотря на то что физическое их проявление не так легко увидеть. Всякий раз, когда жизнь идет гладко, ваши мысли и действия приведены в гармонию с этими невидимыми ментальными законами. Каждый раз, когда вы сталкиваетесь с проблемами, вы неизменно нарушили один или более законов, заведомо зная об этом или находясь в неведении. Из-за их центральной роли в достижении счастья очень важно познакомиться с ними и интегрировать во все, чем вы заняты.

2. ВСЕ МЫ ИЗ ДЕТСТВА



Во все времена при любом общественном строе существовали и будут существовать люди разных характеров, жизненных принципов, интеллектуальных особенностей и т. д...

При рождении все люди очень похожие, несмотря на то, что каждый младенец имеет свой собственный набор психологических и биологических особенностей, которые стремительно развиваются именно в 1-ый год жизни ребенка. Со временем каждый ребенок развивает не только свои пси-

хологические особенности, но и приобретает социальные навыки, опыт общения с окружающими, взаимоотношения. Время проходит, а круг общения и знакомств человека все больше разрастается, так что и опыт его общения становится все больше и многостороннее. Именно так и формируется личность, так появляется и уникальность каждого отдельного человека, потому что и жизненный опыт, и круг общения у людей совершенно разный. Невозможно их спланировать или просчитать, потому что в этом деле слишком много случайных моментов, явлений, жизненных обстоятельств, которые меняются каждую минуту. Жизненный опыт приобретается человеком не только в связи с человеческим общением, но и в связи с различными общественными и личными событиями.

Поэтому, детство – это период, когда закладываются фундаментальные качества личности, обеспечивающие психологическую устойчивость, позитивные нравственные ориентации, жизнеспособность и целеустремленность. Эти духовные качества личности не развиваются спонтанно, а формируются в условиях выраженной родительской любви, когда семья создает у ребенка потребность быть признанным, способность сопереживать и радоваться другим людям, нести ответственность за себя и других, стремление научиться многому.

Большинство из нас от рождения наделены огромным потенциалом, но лишь 3% людей добиваются успеха, а все

Остальные из нас проживают свою жизнь если не в бедности, то практически на ее черте.

Почему так происходит и что с этим делать?

Давайте разбираться.

3. НЕВЕЗЕНИЕ



В Толковом словаре Ожегова дается такое определение: **НЕВЕЗЕНИЕ** – несчастливое стечение обстоятельств, постоянное отсутствие удачи.

С чем же связаны неудачи в жизни человека? Почему они происходят и в чем их истинная причина? Как справиться с неудачами в жизни?

Как выяснили ученые – основная причина неудач в жизни

заключается в том, что существуют подсознательные барьеры, препятствующие достижению поставленных целей.

Образ мыслей это то, что большинство из нас даже и не пытается изменить. Мы смотрим на это как на что-то уже запрограммированное, данное нам в пользование на всю жизнь.

Если рассмотреть биографии знаменитых и успешных людей, можно заметить одну объединяющую их черту. Они все были твердо убеждены в своей исключительности. Никто не мог переубедить их в способности справляться с трудностями. Такая вера дает успешным людям – ученым, политикам, предпринимателям – силы трудиться над улучшением своей жизни и жизни других людей, совершать важные поступки вопреки всем прогнозам окружающих.

Но есть люди, которые буквально притягивают к себе неудачи. Постоянно оказываются в разного рода глупых неприятностях, находят ситуации, приносящие ему страдания разного характера, Несмотря на все усилия для многих поставленная цель остается недостижимой. Обычно мы виним трудное детство и недостаточное образование, родителей и начальство, неудачные обстоятельства и карму, правительство и финансовый кризис, даже не задумываясь о том, что проблемы в нас самих. Мир вокруг нас мы воспринимаем так, как мы его видим. На самом деле восприятие мира у нас происходит через призму наших убеждений, мыслей и опыта. Мы считаем, что книги пишут талантливые люди,

продвигаться по службе могут те у кого есть связи, а бизнесом занимаются люди, которые имеют к этому склонность или дети богатых родителей. Мы не осознаем навязанные нам убеждения. Достаточно один раз что-то сделать, как этот навык отложится в подсознании. Например: осознанно мы не думаем, как мы пишем, или ходим – это делает подсознание, мы только думаем, что писать и куда идти. Если мы ставим себе цель – это действие осознанное, однако выполнять его будет подсознание, которое подталкивает нас к определенным действиям, в зависимости от ситуации. Люди не в состоянии добиваться поставленных целей из-за ограничения возможностей психологическим барьером.

Но есть и объективные причины невезения:

– Разочарование в окружающем мире и себе .

В жизни любого человека случаются такие моменты, когда он начинает чувствовать безысходность и потерю веры в собственные силы. Многие успешно минуют этот период, но некоторые люди самозабвенно продолжают терзать себя. Причина подобного явления в том, что многие ставят перед собой недостижимые цели.

– Агрессивность к другим людям .

Разочарованный во всем человек не может выпустить эмоциональный пар в процессе достижения заветной цели. Следовательно, в нем накапливается энергия, которая часто выплескивается в виде нападок, придириков, грубости по отношению к близким или коллегам.

– Неуверенность в своих силах.

Причину подобного явления чаще всего стоит искать в раннем детстве, когда закладывается характер ребенка. В период взросления (при установке жизненной позиции) также может произойти эмоциональный сбой, который приведет к неуверенности в себе.

– Симптом «один среди толпы».

Невезение часто настигает именно одиноких людей, потому что получается своеобразный замкнутый круг. Люди, которые ограждают себя от общения с окружающим миром, или не уверены в себе, или создают защитный барьер вокруг своей жизни, потому что лишены поддержки близких и друзей.

– Обида на весь мир.

Любой человек с хроническим невезением будет искать причины напастей не в себе, а в других. Гораздо комфортнее утешить себя, что во всех происходящих неудачах виноват суровый рок, завистливый коллега и подозрительно счастливый сосед с «дурным глазом».

– Чувство опустошенности.

Человек, привыкший к неблагоприятности фортуны, перестает замечать простые радости жизни. У него начинает пропадать желание пробовать что-то новое и необычное, потому что, все это однозначно приведет к краху. Итог – опустошение, которое может перейти или в апатию, или в агрессию.

Но все описанные симптомы могут присутствовать и в жизни даже успешного и самодостаточного человека.

По каким же признакам можно определить неудачника?

Современные психологи предлагают такие варианты определения человека, которые притягивают невезение и неудачи:

отсутствие жизненного вектора

– Их успех зависит от других людей, от их оценки или поведения. Более того, даже будучи достигнутым, такой успех мимолётен. Человек, только что купивший квартиру, немедленно обнаруживает, что у знакомого квартира больше и лучше. Машина мечты, ради которой человек копил деньги несколько лет, вдруг оказывается менее престижной и богатой, чем машина друга или соседа.

Они не берут ответственность за свою жизнь на себя.

– В неудачах эти люди всегда винят кого-то. Такой человек всегда найдёт виноватого в каждой неурядице. Он никогда не смотрит правде в глаза, никогда не признаётся себе в том, что истинным виновником его неудач является, прежде всего, он сам. Любые попытки объяснить это неудачнику, как правило, заканчиваются крахом. А объясняющий неизбежно становится врагом.

Не приемлют риска.

– Эти люди не готовы рискнуть своим нынешним, пусть посредственным, но благополучием, ради возможного буду-

щего настоящего успеха. Они очень боятся потерять то, что уже есть. Неудачники боятся риска настолько, что никогда не пойдут на более высокооплачиваемую, но ответственную работу, не сделают серьёзной попытки открыть свой бизнес (а будут только разглагольствовать об этом или попробуют для вида и сдуются при первом же затруднении).

Слишком любят себя.

– Они большие эгоисты. Они настолько любят себя, что практически не замечают интересы других людей. Они живут в мире, в котором центром мироздания являются они сами. Собственный комфорт для них превыше всего. Такой человек никогда всерьёз не поступится своим комфортом ради другого человека. По его мнению, мир должен сам дать ему всё желаемое без всяких усилий с его стороны.

Не воспринимают критику.

– Чужая критика для них это очередное свидетельство того, что они неудачники. Свидетельство, высказанное другим человеком, и от того, ещё более болезненное. Эти люди не могут смотреть на критику как на возможность улучшиться, стать более эффективным, исправить свои ошибки и недоработки. Наоборот, критику они воспринимают как личный выпад, принимают за стремление обидеть и унижить. В этом смысле критиковать неудачника совершенно бесполезно – он всё равно не сделает должных выводов, а Вы наживёте себе врага.

Не извиняются и не признают свои ошибки.

– Они всегда считают себя правыми, почти никогда не извиняются. Признать собственную неправоту для них – страшное усилие. Их раздражает чужая успешность и собственная посредственность. Это их постоянно мучает, хотя они это и тщательно скрывают. Поэтому публичное признание собственной неправоты для них как дополнительная пытка.

Не умеют прощать.

– Случайно нанесённую им обиду, эти люди воспринимают как смертельное оскорбление. Даже произнесённые слова прощения, они всё равно носят обиды внутри себя, копят их, скрупулёзно коллекционируют.

Постоянно ставит под сомнение чужие успехи .

– Ничто так ярко не продемонстрировало эту черту неудачников как развитие интернета и социальных сетей. Любой человек, публично демонстрирующий свои знания в интернете, неизбежно атакуется толпами неудачников. Они начинают поливать его грязью, троллить, ставить под сомнение каждое его слово, активно занимаются словоблудием. И называют это «конструктивной критикой» или «высказыванием своего мнения».

Плохие работники.

– На самом деле они не умеют работать. Не вкладывают в работу душу. Что и понятно, ведь у них нет жизненного вектора. Для них работа это просто место, где они зарабатывают деньги.

Не умеют ценить время.

– И поэтому его всегда хронически не хватает. За длительный период времени он не добивается никаких результатов, потому что большая часть из него была потрачена совершенно впустую. Многие из них могут целыми днями просиживать перед телевизором, просматривая массу низкопробных шоу и телепередач.

Несправедливость к друзьям.

– Неудачники приветливы и признательны по отношению к тем, кто им бесполезен, но пренебрежительны и не благодарны к тем, кто с ними добр. Они не умеют заводить дружбу и не способны строить отношения.

Дурные манеры.

– Неудачники патологически не воспитаны. Они игнорируют правила, опаздывают на встречи, пренебрегают договоренностями, забывают поблагодарить за подарки.

Очень любят деньги.

– Но мало зарабатывают. У них хроническая нехватка денег, их красивая жизнь, зачастую, оплачена в кредит. Со временем такие люди перестают карьерно расти, а, значит, перестаёт расти и их зарплата. Всё дело в том, что рано или поздно работодатель распознаёт неудачника. И не повышает ему зарплату, справедливо рассудив, что тот её банально не зарабатывает... Фактически, работодатель ждёт, когда у такого человека откроются глаза, он всё поймёт и изменит свою жизнь. К сожалению, большинство не поймет никогда...

Остается добавить сюда то, что бесшумно сопровождает всех неудачников, – трудные времена и плохое правительство – эти оправдания давно стали визитной карточкой тех, кто вручил свою жизнь обстоятельствам. Несомненно, можно прожить жизнь, скрестив пальцы и избегая неудач. Это тоже выбор. Однако, следует осознавать, что избегая неудач, мы избегаем и удач.

Мы все понимаем, что от неудач и потерь в жизни нам ни куда не деться, но вот от комплекса неудачника можно научиться избавляться и преодолевать его. Разочарованный в жизни человек, как магнит, сам того не подозревая, притягивает к себе еще больше неудачи и невезение.

Конечно, сейчас трудно назвать великих художников Ван Гога или Гогена неуспешными людьми, но при жизни они постоянно нуждались в деньгах, а значит, были типичными неудачниками. И, наверное, с радостью поменяли бы свою посмертную славу на возможность жить в скромном достатке.

Если вы думаете, что вы невезучий или что-то идет не так, поверьте, есть люди, которым гораздо хуже.

Некоторые жители нашей планеты просто обречены жить с ужасными дефектами, а есть и те, кого можно назвать явными аутсайдерами среди других.

И на их фоне многие проблемы кажутся незначительными и не такими страшными. Взгляните на этот список людей.

Попробуем представить себя на месте хорвата Фране Се-

лака. Все началось в далеком 1962 году. Вагон поезда, в котором он ехал, сошел с рельсов – прямым ходом в реку с ледяной водой. Погибли все семнадцать пассажиров этого вагона, а восемнадцатый – Фране – остался жив. Что значат переохлаждение, шок и перелом руки по сравнению с гибелью? Ничего, пустяк. Но вот спустя некоторое время автобус, в котором едет Селак, падает... в реку. Погибли четыре пассажира, а Фране остался жив и невредим. В последующие сорок пять лет Фране попадал в катастрофы еще пять раз. Из самолета, вошедшего в штопор, он выпал, но не разбился, поскольку попал прямо в стог сена. Он побывал в двух серьезных автокатастрофах, слегка опалив волосы, в одной из них. Однажды он переходил шоссе, поскользнулся и упал, а в это время на него несся автобус, у которого отказали тормоза, и только падение спасло Фране от наезда на него аварийного автобуса. И вот не так давно, когда Селак ехал в горах на своей «Шкоде», он едва не столкнулся с несшимся на него с огромной скоростью грузовиком. «Шкода» зависла над пропастью, Фране в этот момент выкинуло из машины. Он зацепился за дерево и видел, как его машина свалилась в пропасть.

С жителем Великобритании Джоном Лином произошло целых 16 несчастных случаев. Когда он был мальчиком, его переехал фургон, но он остался жив. Повзрослев, он выпал из конной повозки, чуть не погиб, упав с дерева, два раза за один и тот же день умудрился сломать одну и ту же руку,

правда, в разных местах, в него попадала молния, он пережил три автоаварии, его заваливало в шахте, а также он падал в канализационный люк, повредив при этом спину и оба колена. Он считает себя невезучим.

Казалось бы, Вильяму Баду повезло. В лотерее штата Пенсильвания в 1988 году он выиграл безумную сумму – 16,2 миллиона долларов. «Это был настоящий кошмар», говорит Вильям. Его бывшая девушка через суд получила право на часть его выигрыша. Его брат нанял киллера в надежде наследовать его выигрыш. Другие его родственники подбили Вильяма на вложение средств в семейные автомобильный и ресторанный бизнес, в которых он просто потерял потраченные средства. Мало того, в результате этой аферы он остался должен миллион долларов.

В 1883 году Генри Зигленд порвал отношения со своей невестой. Она посчитала это для себя позором и покончила счеты с жизнью. Брат бывшей невесты Генри решил отомстить ему – он подкараулил Зигленда и выпустил в него пулю, после чего покончил счеты и со своей жизнью. Но Генри выжил, поскольку пуля попала не в него, а в дерево, рядом с которым он находился. Спустя годы, он решил убрать «памятное» дерево, из которого так и не доставал ту самую пулю, но почему-то предпочел воспользоваться не пилой, а динамитом. Это трудно себе представить, но от взрыва пуля выскочила из дерева и попала Генри прямоком в лоб и сразила наповал.

Для классического неудачника жизнь представляет собой многолетнюю борьбу за выживание. При этом ощутимых результатов труда нет. Обычный итог карьеры в лучшем случае – скудная пенсия.

Неудачник перегружен обязательствами и нереализованными желаниями. Он сосредоточен на текучке. Ему всегда «надо» что-то делать. Он годами не может расслабиться. «Настоящая жизнь» где-то в будущем. А будущего остается все меньше.

Так что, если вы обнаружили одну из этих причин у себя, то это еще не повод для беспокойства – возможно у вас просто тяжелый жизненный период. Но, если вас все-таки что-то насторожило, то вы теперь знаете, над чем работать.

Теперь давайте разберем детально понятие успешности.

Что такое успех, с чем он связан, откуда берутся успешные люди и можно ли изменить свою жизнь в лучшую сторону?

4. УСПЕХ



Успех – достижение поставленных целей в задуманном деле, положительный результат чего-либо, общественное признание.

Все говорят об успехе, многие хотят его достичь, но для каждого успех имеет свое значение. Кто-то мечтает о славе, кого-то интересует финансовый успех, кому-то нужен мир и спокойствие в душе.

Но успех – это такая вещь, о которой много слышишь и знаешь, но реально понимаешь, что такое успех, только ко-

гда достигаешь его.

Критерии успеха общеизвестны. Это деньги, то есть «состояние» или «богатство», это высокие должности, титулы, звания, достижения в бизнесе, науке или искусстве. Чаще всего именно деньги являются главным мерилем успеха. Успешный человек в качестве вознаграждения за достигнутые им «показатели» получает (от общества, государства, клиентов) более или менее крупную сумму денег.

Успех нельзя измерить деньгами. Есть много богатых людей, которые далеки от полноценного чувства успеха. Так же как есть достаточно людей, не обладающих большими финансовыми возможностями, но имеющих то самое чувство внутренней радости.

Но если вы хотите стать успешным человеком, необходимо внедрить определенные законы успеха в свою жизнь и проанализировать самого себя – что именно для вас означает успех, какие критерии помогут понять вам, что вы достигли успеха. Самое главное здесь – абстрагироваться от чужих идей и штампов по этому поводу. Нужно понять именно свое значение успеха.

Если взять все законы успеха и выделить их в простую формулу, то она будет выглядеть так – $X = (A+B) \times C$

Успех = (цель + знания) x действия.

Невозможно добиться успеха в жизни, если Вы не исполняете эти законы- Цель – Знания – Действия.

Только цели дано управлять нашим мышлением. Времена

изменились, и нынче каждый из нас сам несет ответственность за свою судьбу. Никто не будет сегодня устраивать нас на работу, предоставлять льготы и гарантировать высокую пенсию. Нужно самостоятельно ставить себе цели, намечать приоритеты и направления развития.

Знания – это и есть жизнь!

Без необходимых знаний выжить невозможно.

Эволюция – это постоянное самосовершенствование, постоянное саморазвитие, постоянное получение и осмысление всё новых и новых знаний. Этот процесс – бесконечный, очень интересный и захватывающий.

В зависимости от качества и количества приобретённых знаний, а также от окружения, в котором человек находится, у него формируется определённое представление о том, как устроен этот мир, какое место он сам занимает в нём, и куда следует направить свой потенциал.

Опять же, любой хоть сколько-нибудь стоящий успех – результат длительных усилий. И поэтому, после того, как вы поставили четкую цель и получили необходимые знания, требуются действия, действия и еще раз действия!

Однако, в жизни каждому из нас не раз придется столкнуться с проблемами. И если мы приучены смотреть на них не как на конец света, а как на один из неизбежных этапов в собственном развитии, нам будет легче жить.

Даже если вы потерпели поражение после 1—2 попыток

добиться успеха, ни в коем случае не прекращайте работу по той причине, что: «это не ваше», «вам не суждено», «вы не можете» Ведь ничего само по себе не приходит. Понаблюдайте за тем, как дети учатся ползать, сидеть или ходить – они неделями и месяцами пробуют, пока у них, наконец-то не получится. Никто из них при этом не думает: «вот попробую пару раз, если не получится, значит мне «не дано»... Все великие истории успеха – это результат многолетних попыток человека достичь желаемого.

Уолт Дисней, Джек Лондон, Томас Эддисон, Карл Бенц, Владимир Путин, Генри Форд и многие другие – потратили годы на то, чтобы добиться своих целей.

Не надо бояться ошибок.

Любой человек, достигший успеха, построил его на своих ошибках. Успешный человек видит в сложностях ступени, ведущие его к успеху.

Вы, возможно, удивитесь, если узнаете, что успешные люди допускают намного больше ошибок, чем обычные люди. Особенностью успешного человека является то, что он в ошибках видит опыт, который ведет его к единственно правильному пути. Руководствуясь этим, успешный человек не боится вновь и вновь пробовать, до того момента, пока не откроет ту единственную дверь, которую он ищет. На пути к успеху человек встречает гораздо больше неудач и разочарований, чем открытий и везения. Однако важно то, какую суть этих проблем вы сможете разглядеть: конструктивную

и полезную или разрушительную и бесполезную.

Теперь вы знаете как можно достичь успеха обычному человеку. Это не трудно, главное не отступать и не сдаваться.

Правда жизнь привнесла свои корректировки в эту формулу.

Как выяснилось из практики, у многих людей ничего не получается даже при условии наличия всех составляющих этой формулы – цели, знаний, и действий.

Дело в том, что жизнь не стоит на месте и изменения – это единственное, что стало постоянным, это единственное, что не меняется. И если ты не готов меняться, ты либо начнешь деградировать, либо жизнь начнет тебя заставлять меняться, но способы не будут доставлять удовольствие: потеря работы, любимого человека, бизнеса и т. д. В эпоху изменений мы проигрываем, если по-прежнему пользуемся теми же способами взаимодействия с миром, как и несколько лет назад, да что уж там, несколько месяцев назад или даже недель.

В полный стакан воды не нальешь. Это один из основополагающих принципов любых перемен. Невозможно кардинально изменить жизнь и переписать историю, если действовать, исходя из неразобранного багажа опыта.

Ваш жизненный пазл будет всегда собираться в одну и ту же картину, если вы будете использовать те же самые элементы, сколько раз их не перемешивай на старте. Начинать осознанное создание себя и своего нового опыта надо с обнуления прошлого.

Не с поиска целей, не с декларирования видения себя через 5 лет, не с вопросов миссии и предназначения надо начинать исправления в своей жизни. Весь этот процесс будет путаться о былые представления, которые, к тому же, забирают уйму энергии.

Начинать надо с выкидывания всего хлама из своей жизни: на физическом, энергетическом и ментальном уровнях.

Поэтому первый закон на пути к успеху звучит так:

5. ЗАКОН ОБНУЛЕНИЯ прошлого



Что это значит?

Это значит – надо избавиться от груза прошлого.

Как известно человек – существо духовное. Мы воплощаемся на Земле, чтобы искупить грехи прошлых воплощений. То, что совершаем ныне, придется искупать в следующих жизнях, пока не достигнем совершенства, если не сделаем это сейчас.

Настоящее – это результат наших поступков и мыслей в прошлом, а будущее рождается из поступков и мыслей в настоящем.

И для того, чтобы жить полноценной жизнью, вам необходимо во-первых отпустить своё прошлое, а во-вторых простить себя

Сколь бы плохим ни было прошлое, это всего лишь прошлое. Оно обладает лишь той силой, которую вы ему даёте, – это ваш выбор. Сколь бы болезненными ни были события прошлого, вам нужно научиться думать о них без негативной эмоциональной привязки. Больше всего выигрывает именно простивший. Прощение оказывает колоссальное целительное воздействие на ваш собственный ум и сердце.

ПРОЩЕНИЕ

Универсальная формула счастья.

Выглядит она так:

$P = -P$,

где P – простить, $-P$ – быть прощённым

Прощение начинается с признания. Признание ошибки, вины или неправильных действий не означает слабости. Наоборот, это признак зрелости и силы. Мешают признанию ошибки гордыня, разные комплексы и страхи, особенно страх «А что будет?».

Не стесняйтесь просить прощения (даже у собственных детей или подчинённых). Этим вы расчищаете путь любви

и закрываете прошлые ошибки.

Сколько семей развалилось из-за нежелания признать вину, сколько работы пошло прахом по той же причине... Для признания своей ошибки необходимы мужество и смелость. Вот и получается, что есть время, когда молчание – золото, а есть, когда оно хуже ржавчины.

Обида – это плач души, а когда душа плачет – она глубоко несчастна! А несчастному человеку остаётся создать себе проблемные ситуации, которые проявляются в виде конфликта. Конфликт возникает либо с самим собой, что проявляется в болезнях. Либо в отношениях с разными людьми, а это – создание негармоничных отношений с ними.

Нельзя жить с обидой в сердце, этим человек сам себя разрушает. От неудовлетворенности и обид все наши болезни. Почему, слишком больно прощать именно близких людей, потому что мы не ожидаем от них зла, предательства, грубости, необоснованных обвинений, мы ведь доверяем своим близким. Но в любом случае, прощать родных не только нужно, но и очень важно, и главное простить не на словах, а всем сердцем, тогда человек почувствует легкость, и сердце его успокоится. А близкий человек, скорей всего осознает свои ошибки и раскается.

Если человек испытывает агрессивные чувства, то со временем они лишают человека сил, его жизненной энергии. «Что посеешь, то и пожнешь!».

Человек получает лишь то, что отдает. Игра жизни осно-

вана на принципе бумеранга. Мысли, дела и слова человека рано или поздно возвращаются к нему с неумолимостью естественного закона.

Таков закон

Неспособность прощения, – не только источник страданий личности, а и источник возникновения заболеваний, включая бич человечества – рак.

Непрощение равносильно тому, если самому выпить яд и ожидать смерти других.

Прощая же, мы освобождаемся от нитей, связывающих нас с негативным прошлым.

Простить – означает спастись, очиститься. Современная наука иммунология доказала, что в состоянии обиды, непрощения человек мстит самому себе.

Эмоция обиды – разрушающий фактор. В организме обижающегося протекают процессы, уничтожающие собственные клетки, разрушающие иммунные тела. Таким образом, прощение – необходимый акт самосохранения.

Прошлое влияет на нашу жизнь. Чтобы изменить что-либо в нашей сегодняшней жизни, необходимо изменить своё собственное отношение к прошлым негативным ситуациям. Это возможно сделать через прощение.

А для этого необходимо провести экскурсии в прошлое и обратиться к причинам проблем и обид.

Изменив своё отношение к прошлым ситуациям, связанным с переживаниями по поводу обид, мы очищаем про-

странство для радости, творчества и любви, для нашего будущего.

Сильные прощают, слабые мстят!

Помните, что жизнь – не добрые мама или папа, а судьба – это или игрок, с которым вы играете, или компаньон, который требует от вас своего вклада в ваш совместный бизнес. И жизни, и судьбе совершенно безразлично, что вы думаете о них. Мир не поменяешь. Он такой, какой есть; он не создан божественным провидением, чтобы угождать лично вам. Ваши обиды на людей равноценны обиде на плохую погоду. Но она плохая, и все тут. А значит, надо изжить чувство обиды из собственной души!

Техника прощения

Представьте, что вы идете по проселочной дороге. Вокруг цветочный луг. Дорога разделяет огромное поле, осыпанное прекрасными полевыми цветами. Вы слышите жужжание насекомых, пение жаворонок в высоком небе. Вам дышится легко и спокойно. Вы не спеша двигайтесь по дороге.

Навстречу вам идет какой-то человек. И чем ближе он к вам приближается, тем больше вы начинаете понимать, что это ваш отец. Это ваш папа, только в молодости.

Вы подходите к нему, берете его за руки и говорите: «Здравствуй, папочка. Прости меня, пожалуйста, за то, что я не был (а) таким, как тебе хотелось. Спасибо тебе за все,

за то, что было и чего не было. Папочка, я очень сильно тебя люблю. Я прощаю тебя за все. Я прощаю тебя за то, что ты не был рядом, когда мне тебя так не хватало. Я прощаю тебя. Ты мне ничего не должен. Ты свободен».

Вы начинаете замечать, как ваш отец превращается в маленького ребенка. Ему около 3 лет. Вы смотрите на этого малыша, и вам хочется взять его на ручки, прижать нежно к себе и сказать: «Я люблю тебя. Я очень сильно люблю тебя». Маленький ребенок превращается в крошечного, он помещается у вас на ладони. Вы с нежностью и любовью помещаете его в свое сердце, в свою душу. Там, где будет ему комфортно и спокойно.

Вы делаете глубокий вдох и выдох и идете дальше. Навстречу вам идет какой-то человек. И чем ближе он к вам приближается, тем больше вы начинаете понимать, что это ваша мама, только в молодости. Ей сейчас столько лет, во сколько она вас родила. Вы подходите к ней и беря ее за руки говорите: «Здравствуй, мамочка. Прости меня, пожалуйста, за все, за то, что делала тебе иногда больно. Прости за то, что не оправдала твоих ожиданий. И я прощаю тебя за все. За то, что было и чего не было. Прощаю за то, что когда я так нуждалась в твоей поддержке, тебя не было рядом. Я прощаю тебя с любовью. Теперь ты свободна. Спасибо тебе за все, за то, что благодаря тебе, я появилась на свет. Спасибо за нежность и заботу»

Вы начинаете замечать, как ваша мама превращается в ма-

ленькую девочку 3 лет. Она стоит перед вами. Вы берете ее на ручки, прижимаете нежно к себе и говорите:» Я очень тебя люблю. Ты самая близкая и дорогая». Она становится такой крошечной, что помещается у вас на ладонке. Вы садите ее в свое сердце, в свою душу. Там, где ей будет тепло и комфортно.

Вы делаете глубокий вдох и выдох и двигайтесь дальше. Вдалеке вы видите фигуру какого-то человека. И чем ближе вы подходите, тем больше вы начинаете понимать, что это вы сами. Вы смотрите на себя и говорите: «Ну, здравствуй. Прости меня, пожалуйста, за все. За то, что вечно тебя оцениваю. Я на самом деле очень тебя люблю. Ты самый близкий и родной для меня человек».

Вы начинаете замечать, как человек, который стоит перед вами, становится трехлетним малышом. Вы берете его на ручки, прижимаете к себе, говорите: «ты же знаешь, я люблю тебя, я очень сильно люблю тебя». Этот чудесный ребенок становится совсем маленьким, он помещается на вашей ладонке. Вы помещаете его в свое сердце, в свою душу, в свой внутренний мир.

Теперь ваш внутренний ребенок, внутренний родитель, внутренний взрослый вместе с вами. Эти части помогают вам жить и действовать эффективно.

Вы снова идете по проселочной дороге. Вам дышится легко и свободно. У вас спокойно на душе. И теперь в вашей жизни все будет по другому, потому что вы другой. Вы на-

полнены любовью к себе и ваши части гармоничны. Сделайте глубокий вдох и выдох и откройте глаза.

Техника «Развенчание»

Составьте список всех людей, с которыми вы контактируете, и все свои ожидания (сначала – позитивные), связанные с этими людьми. Затем вспомните, что эти люди не являются вашими родственниками (это не ваши мать или отец, не ваши бабушка или дедушка), они вам ничего не должны. У них свои ожидания, которые не совпадают с вашими. Так развенчайте свои ложные надежды, пока не поздно. Хотя, конечно, это не означает полной безответственности, анархии во взаимоотношениях.

Однако при работе с позитивными, идеальными ожиданиями есть один существенный момент, связанный с возможным перекосом, с переходом от одного полюса к другому. Не фиксируйтесь на мнении, что от людей обязательно нужно ждать чего-то плохого. Именно в этом состоит ошибка при работе с такой техникой. Просто поймите, что это совершенно другие люди, не ваши ближайшие родственники; у них есть своя жизнь, свои ожидания, в том числе и в отношении вас.

Техника «Списки ожиданий»

Она во многом пересекается с предыдущим упражнением. Запишите на листе бумаги все, что вы ждете от родных или друзей: как они должны вас воспринимать, что им следует о вас думать, как им надо о вас заботиться, что вам про-

щать и т. п.

При случае дайте этим людям посмотреть ваш список и попробуйте у них выяснить, насколько ваши ожидания реальны. Скорее всего, вас ждет не слишком приятное открытие: реальность вряд ли будет соответствовать вашему о ней представлению. И у родственников и знакомых будет иное мнение по поводу того, как себя с вами вести.

Затем составьте другой список: чего окружающие ждут от вас? Можно попросить нескольких друзей составить подобные же «списки ожиданий» в отношении вас. Быть может, вы сами регулярно обижаете близких неверным поведением, поскольку не соответствуете их ожиданиям. Важно регулярно обсуждать эту проблему с близкими, и тогда обид будет куда меньше.

Думаю, многие люди никогда бы не решились заключить брак, если бы заранее обменялись «списками ожиданий» в отношении друг друга. Жалко, что такой обмен вряд ли войдет в практику. Ведь чаще всего муж и жена слабо представляют, что один ожидает от другого. Мужчина полагает, что любимая каждый вечер будет преданно ждать его дома, кормить, развлекать, говорить, что он самый сильный, красивый и умный на свете, и ничего не требовать. Женщина считает, что муж будет постоянно о ней заботиться, решать все ее проблемы, проводить с ней все свободное время, веселить ее. Не удивляйтесь, но люди постоянно держат в голове подобные застывшие представления, почему-то считая, что

их ожидания непременно должны стать реальностью. И через несколько лет (а то и месяцев) семейный кризис становится неизбежным. «Внезапно» выясняется, что жена отнюдь не считает постоянной готовку, стирку и уборку своей священной обязанностью, а муж и не собирается постоянно делать благоверной дорогие подарки или проводить воскресный вечер дома, вместо того чтобы пойти в бар с друзьями.

Техника «Сценарий обиды»

Закройте глаза и представьте себя гениальным режиссером и не менее гениальным актером; выстройте сначала фильм о своей обиде в виде трагедии (как индийские фильмы, где героев мучают, не дают им жить); а потом этот же фильм – в жанре комедии (вас по-прежнему мучают, но все это идет уже под флагом юмора). Или же другой вариант подхода: представить ту же самую трагедию в виде философской притчи, найти в этом глубокий смысл, взглянуть на все немного отстраненно.

Техника «Звездное небо»

Представьте себе ночное небо, в котором мерцают звезды. вспомните, что ваши мать и отец тоже смотрели на звездное небо и любовались им; и ваши бабушка с дедушкой, и прабабушка с прадедушкой. Они ведь тоже обижались на кого-то, но, глядя на это звездное небо, они успокаивались и думали, что их предки тоже смотрели на такое же небо. А затем перейдите в будущее: представьте себе, что ваши дети смотрят на звездное небо и тоже несут свои обиды; и ваши внуки.

Получается величественная картина вечного неба с мириадами мерцающих звезд, на фоне которой идет постоянная смена поколений, когда звенья цепочки человеческих жизней выстраиваются в единую линию. Ваши обиды по сравнению с этим уже не будут выглядеть так драматично и тяжело, а будут смотреться всего лишь как кратковременные эпизоды бытия, не более.

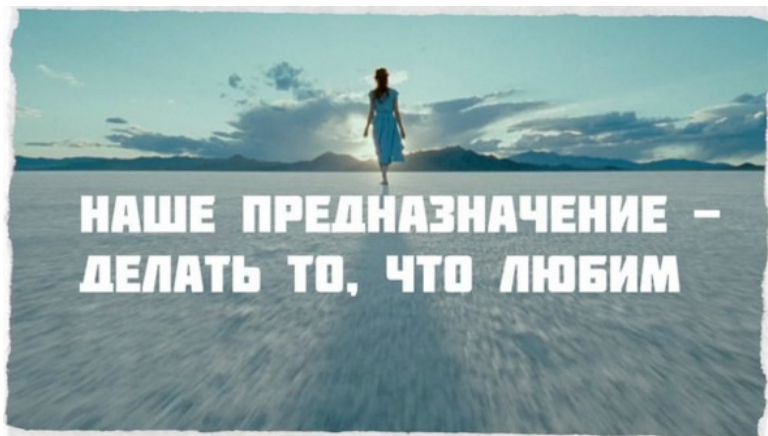
Техника «Взгляд из будущего»

Мысленно посмотрите на вашу настоящую обиду из будущего, перенеситесь вперед хотя бы на год, а лучше на пять, и вы почувствуете большую разницу между ее теперешним восприятием и тем, как бы вы ее восприняли тогда, ибо, как уже говорилось ранее, время рассасывает обиды и смягчает боль.

И помните, что «на обиженных воду возят».

Второй закон Успеха

6. ЗАКОН ОПРЕДЕЛЕНИЯ ЦЕЛИ



Жизненные цели человека определяют вектор его развития, его будущее. Это элемент, который концентрирует силы и энергию на том, что должно быть достигнуто.

Очень часто человека рано или поздно начинают мучить вопросы: «Кто я, для чего живу на земле, и как найти свое предназначение в жизни?» Самое сложное – отыскать правильные ответы, но далеко не всем это удается.

Взрослые спрашивают ребенка: «Кем ты хочешь стать?» – и с этого начинаются размышления о его роли в этой жизни. Девочки хотят быть актрисами и моделями, мальчики – космонавтами или гонщиками. У каждого – своя меч-

та. Но со временем, когда дети взрослеют, их мечты не всегда становятся реальностью. Люди находят то, что им более по душе, или хватаются за возможность получить достойную работу, совсем не в той сфере, о которой были мечты. Не предавайте себя Также большинство неправильно формулируют вопросы к самому себе. Надо отвечать на вопрос: «Чего я хочу от жизни?», а не такой: «Какая из предложенных ролей мне больше всего подойдет?» Но даже если правильно его задать, ответ последует о материальных ценностях. Многие одержимы деньгами и готовы на всё ради их получения, забывая о том, что когда-то была мечта... Развивайте свои способности Способности. У каждого они свои. Чаще всего их корни уже заложены изначально в человеке, с самого рождения. Это может быть как чувство вкуса и стиля, так и чувство пространства, которое свойственно художникам. Способности надо развивать и ни в коем случае не терять. Навыки гораздо сложнее наработать, так как приходится начинать с нуля. В то же время, если развивать способности, то будет легче, ведь базовый уровень уже заложен. Найти своё предназначение в жизни довольно-таки непросто. На самом деле способности и призвание тесно связаны между собой. Если таковые имеются, в этом деле человек получает шанс быть лучше других, и таким образом, работа, которую выбирают, будет приносить радость и не будет в тягость. Конечно, вполне можно добиться успеха, не имея способностей, но имея большой интерес. В таком случае терпе-

ные и труд всё перетрут. Но далеко не все терпеливы. Большинство людей, у которых нет нужных способностей, бросают начатое на полпути, если не видят прогресса и не добиваются никакого успеха. Когда человек не знает, в чем его назначение, он начинает метаться от одного к другому, не достигая вершин ни в какой области.

Поэтому первостепенная задача каждого уважающего себя человека найти одну главную, жизненную цель, достижение которой потянет за собой исполнение всех остальных желаний.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

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