

# Иди и делай. 12 принципов жизни, полной побед и достижений

**Автор:**

[Брайан Трейси](#)

Иди и делай. 12 принципов жизни, полной побед и достижений

Брайан Трейси

Учиться у лучших. Брайан Трейси

«Если вам чего-то хочется, для начала нужно выяснить, как другие люди этого добились», – говорит Брайан Трейси, всемирно известный мотивационный оратор и автор более 80 бестселлеров. В своей книге он делится проверенными инструментами достижения личного и карьерного роста, которые сформулировал на основе более чем 30-летнего опыта бизнес-коучинга. Успех определяется не везением или благосклонностью Вселенной – его можно создать самому, если точно формулировать цели, действовать активно и верить в свои силы!

В формате PDF A4 сохранён издательский дизайн.

Брайан Трейси

Иди и делай. 12 принципов жизни, полной побед и достижений

Эта книга с любовью посвящается самым важным людям в моей жизни: моей чудесной жене Барбаре и четырем нашим невероятным детям: Кристине, Майклу, Дэвиду и Катерине (Великой).

Вы позволили мне создать мое собственное будущее.

Brian Tracy

CREATE YOUR OWN FUTURE: HOW TO MASTER THE 12 CRITICAL FACTORS OF  
UNLIMITED SUCCESS

© 2002 by Brian Tracy.

В оформлении обложки использована иллюстрация: Creative Stall /  
Shutterstock.com

Используется по лицензии от Shutterstock.com

© Сотникова Е.С., перевод на русский язык, 2022

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2022

Вступление

Пределов нет

Если бы мы делали все, на что действительно способны, то поразили бы сами себя.

- Томас Эдисон

Давным-давно в далекой стране в доме на вершине холма жил старик. Он посвятил всю жизнь образованию и медитации и был широко известен своей эрудированностью, чуткостью и мудростью. Политики, бизнесмены и высокопоставленные лица приходили к нему с вопросами, и его ответы всегда оказывались верны. Он словно обладал особым умением постигать суть любой проблемы. Его советы и предложения всегда давали превосходные результаты. И вскоре слава о нем разлетелась по всей стране.

В деревне у подножия холма жила группа мальчиков, которые часто играли вместе. Иногда они поднимались на холм, заходили к старику, задавали ему вопросы, и он всегда находил правильные ответы. Постепенно это превратилось в небольшую игру: мальчики пытались придумать вопрос, на который старик не смог бы ответить. Но у них это никак не получалось.

Однажды заводит компанию, мальчик по имени Арам, собрав остальных ребят, сказал: «Я придумал, как поставить старика в тупик. Видите, у меня в руке птицу? Мы пойдем и спросим его, жива она или мертва. Если он скажет, что птица мертва, я отпущу ее, и она улетит. Если он скажет, что она жива, я раздавлю ее, и она умрет. В любом случае мы подловим старика на неверном ответе». И мальчики побежали на холм. Старик смотрел, как они поднимались, и заметил их нетерпеливые взгляды. Арам вышел вперед и спросил: «Старик, у меня в руке птица. Живая она или мертвая?»

Старик окинул взглядом их хитрые выжидающие лица и тихо ответил: «Арам, все в твоих руках».

Вы владыки своих судеб

Мораль истории: все, что случается с вами, в ваших руках. Ваша судьба во многом зависит от вас. Ваше будущее во многом определяется вами, вашим выбором и решениями. Все, чего вы достигаете, – это результат того, что вы делаете или не делаете день за днем, год за годом.

Холодным зимним днем, когда мне был двадцать один год, я сидел в своей маленькой однокомнатной квартире и рассуждал о будущем. Оно представлялось мне не слишком многообещающим. Я вылетел из старших

классов, работал на стройке, жил от зарплаты до зарплаты, и у меня не оставалось денег, чтобы сходить куда-нибудь в выходной. Внезапно меня осенило. Я понял, что, как и в истории о старике, все, что случится со мной с этого самого момента, в моих руках. Никто другой ничего не сделает за меня. Моя жизнь – только моя ответственность.

Вы можете создавать свое будущее

Гуру менеджмента Питер Друкер писал: «Лучший способ предсказать свое будущее – стать его создателем». Каждый хочет быть счастливым, здоровым, популярным, обеспеченным и успешным в своем деле, но единственный способ достичь желаемого и насладиться им – построить свое собственное будущее. И у вас никогда не будет больше шансов для достижения целей в любой из сфер деятельности, чем сегодня. Брать от мира все возможное – вот что должно стать для вас главной жизненной целью.

Существует всего два типа людей: активные и пассивные. Лишь 10 % проактивны, и, хотя они в меньшинстве, именно они влияют на все происходящее. Это люди, которые берут жизнь в свои руки и управляют ею. Они полностью принимают ответственность за себя и за результат своих действий. Они не боятся идти вперед и столкнуться с неизвестным. Решив собственными руками создавать свое будущее, вы присоединяетесь к этому энергичному меньшинству и вне очереди проходите в свою собственную жизнь.

Большинство людей пассивны в своих реакциях. Они постоянно надеются и мечтают, что с ними случится что-то хорошее. Они покупают лотерейные билеты, целыми днями смотрят телевизор и жалуются на жизнь. Их возмущают успешные люди, но сами они не готовы приложить те же усилия, чтобы достичь того, чего достигли другие. Их жизнь подобна ожиданию автобуса на улице, по которой не ходит транспорт.

Надежда – не стратегия

Надежда – это не стратегия успеха. Ваша жизнь слишком ценна и важна, чтобы доверять ее воле случая. Возьмите на себя управление своим будущим и придайте своей судьбе такую форму, как хочется вам, сделайте что-то чудесное со своей жизнью.

За те годы, что прошли с момента озарения, я побывал и поработал в более чем восьмидесяти странах. Я основал, построил и сделал прибыльными двадцать две компании. Я работал консультантом и тренером в пятистах компаниях и обучил стратегиям успеха в бизнесе и личной жизни более двух миллионов студентов и участников семинаров. На страницах этой книги я поделюсь своими лучшими идеями, чтобы помочь вам создать такое будущее, которого вы желаете и заслуживаете.

Иногда на своих семинарах я спрашиваю: «Есть ли здесь тот, кто хочет удвоить свой доход?» Словно по команде, руки поднимают все.

«Что ж, – говорю я, – у меня для вас хорошая новость. Я могу гарантировать, что каждый из присутствующих удвоит свой доход, если проживет достаточно долго. Если ваш доход продолжит расти за счет инфляции примерно на три процента в год и вы проработаете еще двадцать или двадцать пять лет, то точно его удвоите».

Значит, как удвоить доход – не главный вопрос, верно? Главный вопрос: как быстро это сделать?

Нажмите на газ

Если вы похожи на меня, вам не терпится получить результат. Решая совершить что-то новое и необычное, а особенно создать собственное будущее, вы захотите сделать это как можно быстрее. Вот и отлично. Так и должно быть.

В книге я покажу вам, как нажать на педаль газа собственной жизни и достичь целей быстрее, чем вы мечтали. Я поделюсь с вами серией действенных и опробованных методов, работающих для каждого, кто использует их, и дам вам самые мощные и популярные инструменты и техники достижения личного и

карьерного успеха, которые используют успешные люди во всех сферах.

Присоединяйтесь ко мне в этом путешествии, чтобы открыть и исследовать неизведанные области своего потенциала. Начните прямо сегодня создавать свое будущее.

## Глава 1

### Успех предсказуем

Наша обязанность, как мужчин и женщин, идти вперед, словно нет предела нашим возможностям.

- Пьер Тейяр де Шарден

Философский вопрос, который мучал людей во все времена: как жить, чтобы быть счастливым? Великие умы человечества тратили годы, а иногда и жизни, на поиски ответа на него. Ваша способность задавать вопросы и отвечать на них правильно для себя – ключ ко всему, что с вами происходит и чего вы достигаете. Худший способ использовать время и жизнь – много работать, чтобы вскарабкаться на лестницу успеха, а потом осознать, что она ведет не в то здание.

Я не закончил школу. Я ничего не делал и покинул ее в составе той части класса, которая делает возможным существование другой, более успешной части. Из-за недостатка образования я мог претендовать лишь на тяжелую физическую работу. Годами я ездил с места на место, мыл посуду, работал на лесопилках, лесозаготовках и стройках, трудился на фермах и ранчо.

Когда физическая работа кончилась, я занялся прямыми комиссионными продажами и ходил от двери к двери, от офиса к офису. Я не боялся никакой работы, но даже тяжелой было недостаточно. Я жил от продажи до продажи. А потом сделал то, что изменило мою жизнь.

## Учитесь у лучших

Я подошел к главному торговцу компании, мужчине, который продавал и зарабатывал минимум в пять раз больше меня, и спросил с раздражением: «Что вы делаете по-другому?»

Он продавал тот же продукт из того же офиса по такой же цене таким же людям на таких же условиях. Но – значительно больше, чем я, и гораздо быстрее. Я спросил еще раз: «Что вы делаете по-другому?»

И он ответил. Но сначала он узнал, как я вел продажи и какие получал результаты, и только потом рассказал, как важно задавать вопросы и понимать настоящие нужды и проблемы потенциального покупателя, прежде чем предложить ему что-то. Он объяснил, как представить продукт в качестве наилучшего варианта для конкретного покупателя. Он научил, как развеять наиболее частые сомнения, которые возникают у клиентов, и показал, как убедить в необходимости покупки.

Оказалось, в начале карьеры он серьезно обучался методологии профессиональных продаж в большой компании. Он отработал навыки базового процесса, а затем адаптировал их под текущие продукты. Он понял, что однажды освоенную систему продаж, как езду на велосипеде или автомобиле, можно перенести на другой продукт, услугу или индустрию, и она сработает так же успешно.

Его откровения подействовали на меня как удар грома. Они изменили мою жизнь. Вы только представьте! Для всего, что происходит, для любого успеха или поражения в любой сфере существуют причины. Если мне чего-то хочется, мне нужно всего лишь узнать, как другие люди этого добились. И в большинстве случаев, если я просто сделаю то же, что и они, то в конце концов приду к такому же результату.

Вот мое первое правило: Если вы делаете то же, что и другие успешные люди, ничего не мешает вам в итоге достичь такого же результата. А если вы не делаете то, что делают они, вы ничего не получите.

Я нашел свой путь! В последующие годы я работал в разных компаниях на разных должностях. Каждый раз, начиная трудиться в новой сфере, я концентрировался и изучал все, что только мог, о правилах успеха в данной организации, затем применял, что узнал, адаптируя под текущую деятельность, и так до тех пор, пока не достигал таких же или лучших результатов, что и другие в той же сфере.

## Великий вопрос

Когда я начал продвигаться вверх, то задался другим вопросом: почему некоторые люди более успешны, чем другие? Почему у одних денег больше, работа лучше, семьи счастливее, здоровье крепче, а жизнь более интересна, чем у других? Почему некоторые люди ездят на крутых машинах, носят брендовую одежду и живут в дорогих домах? Кажется, что у них всегда есть деньги в кармане и на счете. Они ужинают в роскошных ресторанах, ездят в шикарные туры и живут приятной и полной удовольствий жизнью. Почему?

Обычно мне отвечали, что эти люди просто оказались удачливее большинства, словно родились с особой хромосомой, которой у других не было. Даже те, кто достиг многого, связывали свой успех с удачей.

Тем не менее я чувствовал: что-то не так в этом объяснении. На самом ли деле удачливы люди, которые начинали с низов и достигли успеха? А если они много работали, постоянно учились и своими усилиями достигли высокого положения, это тоже исключительно благодаря удаче?

Неужели людям, приехавшим со всего мира без чужой поддержки и знания языка, без денег и перспектив, начавшим с нуля и постепенно ставшим финансово независимыми, миллионерам в первом поколении, или даже миллиардерам, просто повезло? Такое объяснение меня не устраивало.

Статистика не лжет

Согласно налоговому управлению США, в стране более пяти миллионов миллионеров, и большинство из них в первом поколении. В США почти 300 миллиардеров и почти все начинали с нуля или с самого малого. Более ста тысяч человек становятся миллионерами каждый год, а это примерно один миллионер каждые пять минут. Неужели все они просто удачливы?

## Прорыв в философии

Примерно в 350 году до н. э. греческий философ Аристотель сформулировал то, что сейчас считают основным законом западной философии и западной мысли. Во времена, когда большинство людей верило в богов, живших на горе Олимп, и в беспричинное, хаотичное влияние цветов, камней, деревьев и элементов на жизнь человека, Аристотель вывел свой «принцип причинности». Он заявил, что мы живем в организованной Вселенной, управляемой великими и неизменными законами, и что всему происходящему есть причина независимо от того, знаем мы закон или принцип, стоящий за этим, или нет.

Сегодня мы называем этот закон – законом причины и следствия. И принимаем его как базовый способ интерпретации всего происходящего в мире. Но во времена Аристотеля это была выдающаяся новаторская идея, прорыв мысли. Она перевернула философское учение. Считалось, что вся западная мысль за две тысячи лет была лишь примечанием к Аристотелю.

Проще говоря, закон причины и следствия гласит: у всего есть причина. Каждое следствие имеет причину или цепочку причин, знаете вы о них или нет. Ничего не происходит случайно.

Согласно этому закону, если есть в жизни что-то, чего вы хотите, какое-либо следствие, к которому вы стремитесь, вы можете его достичь. Просто найдите тех, кто уже добился нужного вам результата, и делайте то же, что делали они, снова и снова, до тех пор, пока вы не достигнете того же. Этот процесс полностью предсказуем и контролируем.

Какова вероятность?

Когда мне было тридцать с чем-то, я подал заявку и был принят на программу MBA для управляющих в хорошем университете. За четыре года учебы, включая вечера, выходные, более четырех тысяч часов я изучал причины и последствия отношений, которые определяют успехи и провалы в бизнесе. Именно тогда я впервые столкнулся с непростым предметом «Теория вероятности». И то, что я узнал на данном курсе, сильно повлияло на ход моих мыслей и ответило на многие вопросы об удаче. Он основан на существовании определенной вероятности того, что то или иное событие случится. Иногда ее можно подсчитать с высокой точностью, а иногда нет. Вся мировая индустрия страхования, включая миллиарды долларов страховых премий и триллионы долларов компенсаций, основана на актуарных таблицах, созданных на основе теории вероятности.

Эксперты-статистики в сфере страхования жизни знают: есть вероятность того, что определенный человек определенного возраста и с определенной историей болезни умрет в определенный срок. Но поскольку неизвестно, кто именно этот человек, всех людей в данной категории можно застраховать по такой стоимости, которая позволит осуществить выплаты тем немногим, кто действительно умрет в период действия страховки. Это называется «объединенными рисками».

## Закон вероятностей

Закон вероятностей помогает объяснить удачу. Он гласит: для каждого события существует вероятность, что при определенных условиях оно произойдет.

Если степень вероятности можно рассчитать с высокой точностью, степень предсказуемости можно значительно повысить. Например, если вы подбросите монетку, она упадет орлом вверх с пятидесятипроцентной вероятностью и с такой же вероятностью – решкой. Процент вероятности орла или решки для каждого отдельного броска сохраняется независимо от того, сколько раз вы его сделаете. Даже если это будет пять тысяч раз. Что позволяет вам предсказывать исход броска с большой точностью.

Вы можете повысить вероятность успеха

Станьте выдающимся на базовом уровне

Если вы хотите достичь успеха в любой сфере и у вас есть четкие письменные планы, которых вы придерживаетесь каждый день, вероятность добиться результата гораздо выше. Усердно учась и развивая навыки, необходимые для продвижения в своей сфере, вы повышаете вероятность своего успеха. Если вы общаетесь с нужными людьми, хорошо контролируете себя и свое время, принимаете быстрые решения, когда открываются новые возможности, не сходите с пути и не пасуете перед препятствиями, вы станете успешным.

Готовность к продуманным рискам в процессе достижения четко определенной и горячо желаемой цели ведет вас по верному пути. Вы повернете все возможные вероятности в свою пользу и достигнете за год или два того же уровня успеха, которого другие люди не могут достичь за десять или двадцать лет менее сфокусированного и направленного поведения. Вы создадите свое будущее, и это не вопрос удачи!

Хватайтесь за любую возможность, чтобы снизить неопределенность

Физический принцип неопределенности Гейзенберга оказал большое влияние на науку и принес своему создателю Нобелевскую премию. Согласно ему возможно предсказать общее поведение группы частиц, но невозможно предсказать, какие конкретные частицы поведут себя именно так. Поэтому в физике всегда существует степень неопределенности, несмотря на логичность общей теории.

Если перенести этот принцип на повседневность, можно предсказать, что около 5 % американцев достигнут чистого дохода в один миллион или более за время работы. Но невозможно заранее определить, кто конкретно это окажется. Мы можем быть уверены лишь в степени вероятности.

Если говорить о здоровье, счастье и продолжительности жизни, определенный процент людей проведет счастливую жизнь, вырастит счастливых и здоровых детей, внесет большой вклад в свое дело и общество и доживет до восьмидесяти и девяноста лет. Но мы не знаем, кто именно это будет.

Вот ключ к созданию своего будущего: чего бы вы не хотели, делайте все возможное, чтобы повысить вероятность достижения желаемого. Даже один незначительный фактор может стать решающим.

Ваша первоочередная цель – повысить вероятности того, что именно вы окажетесь одним из тех выдающихся людей, которые достигают высот и меняют мир. И это в ваших руках.

Чтобы осознать свой полный потенциал, исключите, насколько возможно, случайность и неопределенность. Организуйте жизнь таким образом, чтобы вероятность достижения целей стала очень высокой. Изучите причинно-следственную связь между тем, чего вы хотите, и тем, как этого достичь. Возьмите под полный контроль каждый аспект своей жизни и создавайте свое будущее. Не доверяйте ничего воле случая.

## Случай и удача

Когда кто-то достигает успеха быстрее остальных, ему тут же приписывают удачливость.ломаю свою жизнь, зачастую из-за собственных ошибок, люди списывают все на отсутствие удачи. Один политик недавно сказал: «Жизнь словно казино. Кому-то удастся достичь больших успехов за игровым столом жизни, а кому-то нет. Тех, кто более успешен, нужно заставлять делиться выигрышем с остальными».

Подобное заблуждение в отношении причин успехов и провалов вызвано тем, что большинство людей не видят разницы между случайностью и удачей. Случайность – это про азартные игры, казино, блек-джек, покер, игровые автоматы и скачки. Когда речь идет о случайности, вы практически не в состоянии контролировать исход. У вас нет или почти нет возможности влиять на результат. Риск в азартных играх настолько высок, что вероятность выиграть в длительной перспективе стремится к нулю.

Удача же кардинально отличается от случайности. То, что мы привыкли называть удачей, на самом деле действие закона вероятностей. Человек достигает больших высот только в результате череды событий, которые случились в прошлом и привели к определенному исходу в настоящем. Он сделал многое, что в итоге значительно повысило вероятность достижения желаемой цели.

Если посмотреть на историю любого великого успеха и оценить все действия, которые ему предшествовали, можно выявить определенную схему. Вы убедитесь, что успешный человек совершил бесчисленное количество маленьких действий, которые в итоге сделали возможным большой успех.

### Базовые принципы успеха

Есть правило: существует прямая связь между количеством начинаний и вероятностью успеха.

Если новый специалист по продажам каждое утро встает пораньше, планирует свой день, равномерно трудится в течение дня, общается с как можно большим количеством покупателей, настойчиво доводит сделки до конца и постоянно работает над улучшением своих навыков продаж, изучая необходимые материалы, посещая курсы и семинары, он окажется значительно более успешен, чем другой специалист, который не делает всего этого. Его высокий уровень дохода – результат не удачи, а планирования.

Если вы получите хорошее образование, сделаете осмысленный выбор карьеры, учитывая свои таланты и умения, и будете постоянно улучшать навыки и повышать вклад в работу компании, ваш успех не будет результатом удачи.

Используйте средние числа

Дополнительный фактор удачи – закон средних чисел, который дополняет закон вероятностей. Согласно этому закону, хоть вы и не в состоянии предсказать, какое из событий окажется успешным, по закону средних чисел вы можете быть уверены, что, сделав определенную вещь определенное количество раз, достигнете цели.

Если вы будете читать больше книг, велика вероятность, что вы узнаете то, что поможет вам в работе или личной жизни. Совершая больше звонков, вы намного более вероятно встретите покупателя, который нуждается в том, что вы продаете. Если вы будете постоянно искать новые решения и пробовать новые методы для достижения целей или решения ключевых проблем, вы станете значительно более успешным, чем тот, кто не рискует и не пробует ничего нового.

Чего вы хотите на самом деле?

Все хотят быть счастливее, здоровее, богаче и брать от жизни больше, чем сейчас. Чего бы вы уже не достигли, вы всегда хотите больше, и это правильно. Ваше желание постоянных улучшений заставляет вас расти, развиваться и реализовывать свой потенциал на все сто процентов.

Но сегодня в мире почти неограниченных возможностей лишь немногие, по их собственным словам, действительно делают все, на что способны. Большинство людей испытывают некомфортное ощущение, что могли бы сделать значительно больше, чем сейчас, если бы только знали как.

Успех, как ни посмотри, не случайность. Это не результат удачи, победившей неудачу. Даже если вы не анализировали все шаги, которые предприняли или не предприняли, продвигаясь туда, где вы сейчас, сюда вас привел вполне определенный процесс. Все ваши действия и решения могли доставить вас только сюда.

Вы там, где вы есть, и тот, кто вы есть, благодаря себе. Решения, которые вы принимали в течение многих месяцев и лет, определили условия вашей сегодняшней жизни. Но вы в любой момент можете принять другие решения ради своего будущего, можете сделать иные шаги, и в результате окажетесь в

совершенно другом месте.

## Фактор удачи

Закон вероятностей позволит вам создавать свое будущее с высокой точностью и предсказуемостью. Необходимо лишь научиться особым поведенческим моделям, которые повысят вероятность вашего успеха, и начать использовать их. И тогда вы сможете взять под контроль свою судьбу и достичь всего, чего действительно хотите.

Все эти действия, модели поведения и стратегии, повышающие вероятность успеха, я называю факторами удачи. За годы изучения тысяч успешных людей я выявил десятки таких факторов. Любой из них, если вы еще им не пользуетесь, способен изменить вашу жизнь, иногда – всего за одну ночь.

Если пользоваться этими факторами, успех становится предсказуемым. Вы значительно повысите количество «удачи» в своей жизни, если станете постоянно делать то, что делают удачливые люди.

## Начав с нуля

Эту историю мне рассказал участник одного из моих семинаров, Иван Стригорский, иммигрант из России. После распада Советского Союза он мечтал уехать в США. Спустя несколько лет безуспешных попыток он наконец получил визу и купил билет на самолет. Он прибыл в Нью-Йорк, не зная ни слова по-английски, с картонной коробкой, перевязанной шнурком, в которую уместились все его вещи.

Он добрался до района Нью-Йорка под названием «Маленькая Россия», где жило множество русских иммигрантов. В первый год единственной доступной ему работой была доставка пиццы из русской пиццерии другим русским в радиусе пары кварталов. Но Иван имел одно большое преимущество, которого не достает многим людям. Он был убежден, что Америка – страна возможностей. И никто

ничего не сделает за него. Он должен был создать свою «удачу».

Еще он знал, что ключ к успеху в США – хорошее владение английским. Чтобы выучить язык, он слушал мои программы об успехе и достижениях, о продажах и личном менеджменте, а также программы других авторов и рассказчиков. Он читал наши книги и статьи о личной и деловой эффективности. Он изучал английский и базовые принципы успеха одновременно. Все идеи оказались для него в новинку, и он впитывал их как губка. В Советском Союзе он не слышал ничего подобного.

К концу первого года его уровень английского вырос настолько, что он смог заняться продажами в полиграфической фирме. К концу второго года он стал настолько успешным в этом деле, что решил открыть свою фирму в качестве брокера по полиграфическим услугам. За свой третий год он продал услуг на два миллиона долларов и заработал более четырехсот тысяч. Его успех не имел никакого отношения к удаче.

Вы создаете свою удачу

В США миллионы мужчин и женщин, которые родились в неблагоприятных условиях и встретились со всевозможными препятствиями, смогли создать для себя чудесную жизнь. Зачастую окружающие описывают их успех как удачу. Но если поговорить с этими людьми и проследить их путь с самого начала до сегодняшнего дня, становится ясно, что удача не имеет никакого отношения к их результату. И к вашему тоже.

Закон причины и следствия работает в обе стороны. Он также гласит, что если в вашей жизни есть некое следствие, будь то нехватка денег, лишний вес, проблемы в отношениях, нелюбимая работа и любая другая трудность, его можно отследить до причин. А убрав причины, вы уберете и следствия, порой даже моментально.

Пользуйтесь проверенными принципами

Говоря простыми словами, успешные, счастливые, здоровые и преуспевающие люди – это те, кто открыл принципы, управляющие нашим существованием, и выстроил свою жизнь так, чтобы находиться в гармонии с ними. В результате они испытывали намного больше радости и удовлетворения и за несколько лет достигли гораздо большего, чем среднестатистический человек за всю жизнь.

Игроки в покер говорят: «Победители смеются и рассказывают анекдоты, в то время как проигравшие заявляют: “Заткнись и сдавай”». В окружающем нас мире победители всегда заняты и активно работают, чтобы достичь целей, а обычные люди больше надеются на счастливый случай. Победители всегда приписывают свой успех работе и стараниям. Обычные люди связывают свои провалы с неудачей.

### Действия имеют последствия

Закон действия и противодействия – другая версия закона причины и следствия. Он был впервые сформулирован Исааком Ньютоном. Согласно ему всякому действию соответствует равное по величине и противоположное по направлению противодействие. Другими словами, действия имеют последствия.

Помнить об этом очень важно. В начале любого проекта вы выбираете, что делать, и можете контролировать свои действия, но только не их последствия. Как только вы совершили или сказали что-то, наступают последствия. Именно поэтому успешные люди больше задумываются о том, что говорят и делают, чем остальные. Неуспешные люди, наоборот, оказываются более беспечными и легкомысленными, когда дело касается их утверждений, поведения и того, что может произойти в итоге.

Совершать больше действий, которые принесут желаемые последствия, – вот ключ к тому, что называют удачей. Одновременно сознательно избегайте тех действий, которые или не принесут желаемых последствий, или, что еще хуже, принесут нежелательные.

Если вы занимаетесь продажами, ежедневные исследования, презентации и сопровождение, а также постоянная работа над созданием лидов и рефералов неизбежно принесут последствия в виде успешных продаж, более высокого

дохода, личной гордости и удовлетворенности от работы. Чем больше таких действий вы совершаете, тем более приятными окажутся последствия. Ваш успех будет под вашим контролем и перестанет зависеть от удачи.

Если вы менеджер, ежедневное тщательное планирование и организация рабочего процесса, подбор правильных людей, качественное делегирование, вдумчивое наблюдение и энергичное выполнение задач принесут успех в работе. И он тоже не будет зависеть от удачи.

### Закон посева и жатвы

Еще одна версия закона причины и следствия пришла из Ветхого Завета: закон посева и жатвы. Он гласит: «Что посеешь, то и пожнешь». Вы получаете то, что вкладываете, а все, что пожинаете сегодня, – результат ваших прошлых решений и поступков.

Законы причины и следствия, действия и противодействия, посева и жатвы – это неподвластные времени истины, универсальные принципы, существующие с начала времен. О них часто говорят как о железных законах человеческой судьбы. Долгосрочный успех, счастье и высокие достижения – это следствие организации жизни в гармонии с этими принципами. Когда вы так поступаете, то достигаете удовлетворения и удовольствия на уровнях, редко доступных обычному человеку. Полностью возьмите под контроль свое будущее. И тогда, конечно же, люди посчитают вас удачливым.

Что вы можете сделать сейчас?

Практические упражнения:

1. Сформулируйте личное определение счастья. Какие занятия или условия доставляют вам больше всего удовольствия?

2. Подойдите к одному из ведущих специалистов в своей сфере и попросите у него совет, который поможет вам стать успешнее.
3. Вспомните самые удачные события, которые когда-либо происходили в вашей жизни и проследите все действия, которые к ним привели.
4. Установите причинно-следственные связи между тем, чего вы хотите, и лучшим способом это получить. Опишите их.
5. Немедленно сделайте одно конкретное действие, которое повысит вероятность достижения одной из целей. Прямо сейчас!

## Глава 2

Первый принцип: ваш потенциал безграничен

Если уверенно двигаться в направлении своей мечты и стремиться жить той жизнью, о которой мечтаешь, обязательно встретишь удачу, невозможную в обычное время.

– Генри Дэвид Торо

Ваш разум достаточно силен, чтобы перенести вас куда угодно. Ваше умение обуздать невероятное и креативное, а также конструктивные возможности мышления определяют все, что происходит с вами. Разблокировав свои умственные способности, вы за несколько месяцев достигнете большего, чем многие люди за несколько лет.

Мысль креативна

Пожалуй, наиболее важный вывод из закона причины и следствия таков: мысли – это причины, а реальность – это следствие.

Ваш разум – самая мощная сила в вашей Вселенной. То, кем вы являетесь и где находитесь, – следствие ваших привычных схем мышления. Ваши мысли креативны, и они неизбежно создают вашу реальность. Как говорил Эмерсон: «Человек становится тем, о чем постоянно думает». Поэтому, если изменить образ мышления, изменится и жизнь, и вы действительно станете другим человеком и получите другие результаты.

Величайшие мыслители всех времен, начиная с ранних религий, философы и школы метафизики всегда делали акцент на способности человеческого мышления формировать судьбу.

Станьте магнитом для удачи

Закон притяжения объясняет наиболее важный фактор удачи. Он сформулирован примерно в третьем тысячелетии до нашей эры и утверждает, что вы являетесь живым магнитом и неизбежно привлекаете в свою жизнь людей, обстоятельства, идеи и ресурсы, созвучные вашим главным мыслям.

Закон притяжения подчиняется закону причины и следствия и объясняет практически любые обстоятельства в вашей жизни. Люди, которые постоянно думают и говорят о том, чего хотят, привлекают все больше таких вещей в свою жизнь. А люди, которые говорят, чего они не хотят, о своих страхах и тревогах, злятся и обижаются, постоянно привлекают негативный и печальный опыт в свою жизнь.

Закон притяжения сам по себе нейтрален, как и все остальные законы и принципы. Он объективен, а не субъективен. Законы природы никому не покровительствуют и не обращают внимания на отдельных людей. Они работают автоматически и безэмоционально, а их положительное или отрицательное влияние зависит лишь от того, как вы их используете: конструктивно или деструктивно.

Вот наиболее важный урок: чтобы стать успешным и счастливым, нужно думать и говорить только о том, чего вы хотите. В то же время, необходимо приучить себя не думать и не говорить о том, чего вы не хотите. Возможно, правило звучит просто и очевидно, но зачастую это наиболее сложное из всех упражнений по самоконтролю и самообладанию.

Вы увидите, когда поверите

Еще один фактор удачи, который можно использовать, – закон веры. Он утверждает: все, во что вы убежденно верите, становится вашей реальностью.

Уильям Джеймс, психолог из Гарварда, писал: «Вера создает реальный факт». А в Новом Завете говорится: «И каждому воздастся по вере его». Ветхий Завет утверждает: «О чем человек думает, тем он и является». Во все времена люди отмечали, что наша вера играет главную роль в том, как мы видим мир, как ведем себя и как думаем.

Если вы уверены, что вам предначертан большой успех, вы думаете и ведете себя соответственно, и он становится реальностью. Если уверены, что удачливы и с вами постоянно случается что-то хорошее, это тоже становится реальностью.

Вы видите то, во что уже верите

Однажды двух продавцов обуви из разных компаний отправили в одну из стран Африки для исследования рынка. Первый продавец ненавидел задание и мечтал избежать поездки. Второму продавцу задание понравилось, он видел в нем хорошую возможность для продвижения.

Прибыв, они изучили местный обувной рынок, затем оба отправили телеграммы в свои офисы. Первый продавец, которому поездка не нравилась, написал: «Командировка оказалась провальной. В этой стране вообще нет рынка. Никто не носит обувь».

Второй продавец написал в телеграмме: «Чудесная поездка. Возможности рынка безграничны. Никто не носит обувь».

Вы создаете свою реальность

В одном произведении есть такие строки: «Два человека смотрели сквозь тюремную решетку. Один видел грязь, а второй – звезды».

Шекспир писал: «Нет ничего хорошего или плохого, наши размышления делают все таковым».

Ваши убеждения действительно становятся вашей реальностью. Закон разума, следствие закона веры, гласит: «Мысли опредмечиваются. То есть производят подобное себе». Результаты вашего привычного образа мышления появляются вокруг вас. Все, что вам нужно сделать, – это оглянуться по сторонам и увидеть истинность упомянутых принципов.

По плодам их

В Новом Завете есть слова Иисуса: «По плодам их узнаете их». По плодам жизни можно понять, о чем человек думает большую часть времени. Счастливый, здоровый, процветающий человек, имеющий хороших друзей и семью, большую часть времени думает о своей жизни в положительном ключе. Он без сомнений верит, что его счастье и успех – это естественный ход жизни.

Несколько лет назад Гарвардский университет провел исследование и сделал три прогноза на текущий год. Как оказалось в дальнейшем, эти предсказания сбывались и в каждый последующий год. Вот они. Во-первых, в новом году будет больше изменений, чем когда бы то ни было. Во-вторых, в новом году будет больше соперничества, чем когда-либо. В-третьих, в новом году будет больше возможностей, чем когда бы то ни было. Четвертое заключение, сделанное в виде сноски, гласило: те, кто не приспособятся к большой скорости изменений, увеличению соперничества и не воспользуются новыми доступными

возможностями, потеряют работу в течение двух лет.

## Возможности будущего

Правда о возможностях заключается в том, что сегодня их больше, чем когда бы то ни было, но они отличаются от возможностей, которые существовали в прошлом. Сегодня существует больше возможностей для большего количества людей для достижения большего количества целей в сфере здоровья, счастья и финансовой независимости, чем существовало когда-либо в истории человечества. Но чтобы воспользоваться ими, вам придется подстроиться и адаптироваться к новым особенностям вашей ситуации, какими бы они ни были.

Одним из величайших факторов удачи, который так мало людей ценят, является фактор рождения и жизни в нашем мире в его текущем состоянии. Большинство серьезных заболеваний побеждены, не случается больших войн или революций, инфляция контролируется, уровень безработицы снижается, а возможности для позитивных и креативных людей, по сути, не ограничены.

Человечество стоит на пороге нового золотого века, о котором оно мечтало на протяжении столетий. Так что вашей целью должно стать полноценное использование всех чудес современного мира для создания своего будущего.

Безусловно, всегда будут существовать социальные, политические и экономические проблемы, которым приходится противостоять. Мировой терроризм вызывает новое чувство неуверенности и незащищенности. Но такие взлеты и падения неизбежны. Есть множество вызовов, с которыми вам предстоит бороться и в конце концов победить. Хорошая новость: ваши возможности безграничны.

## Ограничений не существует

Ваши основные ограничения приходят не извне. Они живут внутри вас, внутри вашего мышления. Они возникают из ваших личных ограничивающих установок,

которые подобны тормозам для вашего потенциала. Например, установка недооценивать себя, соглашаться на гораздо меньшее, чем то, на что вы реально способны.

Многие люди считают себя недостаточно умными, творческими и талантливыми, чтобы получить то, что хотят. Но на самом деле большинство таких установок не имеет реальных оснований. Они просто ошибочны. Существует очень мало ограничений для ваших возможных достижений кроме тех, что содержатся в вашей голове. Как говорил Генри Форд: «Считаете ли вы, будто что-то можете, или полагаете, что не можете, в обоих случаях вы правы».

Важная мысль: вы не можете одновременно сильно желать чего-то и не иметь шанса это заполучить. Существование желания как такового обычно служит доказательством того, что внутри вас уже есть все необходимое для его достижения. Ваша задача – просто понять, как следует поступать. Определите все, что требуется сделать, чтобы увеличить вероятность и повысить шансы достичь цели в том виде и в то время, как вы этого хотите.

### Ожидайте лучшего

Закон ожиданий содержит в себе и объясняет еще один фактор удачи. Он гласит: все, чего вы ожидаете с уверенностью, становится вашим самоисполняющимся пророчеством.

Самый сильный и очевидный мотиватор – позитивный настрой. Люди особенно склонны действовать, когда убеждены, что их усилия приведут к успешному положительному результату. Они берутся за дело, потому что считают – результатом их действий будет нечто хорошее.

Чтобы создать ментальное силовое поле позитивных ожиданий, начинайте каждое утро с фразы «Я верю, сегодня со мной случится что-нибудь чудесное!». Повторяйте ее несколько раз, пока ваш разум не наполнится уверенностью. «Я верю, сегодня со мной случится что-нибудь чудесное!»

Перед сном кратко проанализируйте события прошедшего дня. Вы удивитесь, сколько чудесных вещей, больших и маленьких, действительно случилось с вами, пока ваш разум был заряжен силой уверенных ожиданий.

Для успешных людей характерны позитивные самоожидания. Они настроены, что получаться у них будет больше, чем не получаться. Они рассчитывают выигрывать больше, чем проигрывать. Они надеются извлечь пользу из любого опыта и ищут хорошее в каждой ситуации, даже когда все идет не так, как им хочется. Для них стакан всегда наполовину полон.

### Секрет успеха самых богатых

Изучив истории пятисот самых богатых людей Америки, Наполеон Хилл сделал вывод: все они имели одну общую особенность – позитивные ожидания. У них вошло в привычку искать в каждом препятствии или неудаче равнозначную или даже бо?льшую выгоду или преимущество. И всегда находят. Делайте то же самое.

Начиная новую карьеру или дело, уверенно ожидайте успеха. Вы должны настроить себя, что люди станут покупать вашу продукцию и пользоваться вашими услугами, а ваш банк или инвесторы – предоставлять необходимые суммы. Вы должны быть убеждены, что привлечете лучших людей для реализации своей мечты. Такое отношение озарит вашу жизнь, словно факел, и повлияет на каждого, с кем вы имеете дело.

Сталкиваясь с любой неудачей или трудностью, воспринимайте ее как ценный урок и пытайтесь научиться как можно большему. Отказывайтесь рассматривать возможность провала. Оставайтесь открытыми и гибкими. Будьте готовы пробовать новое и отказываться от старых неработающих методов. Никогда не сдавайтесь. А если вы сохраните такой настрой на целый день, как думаете, что произойдет?

Ваши представления о себе и мире создают ожидания, которые определяют настрой. Он в свою очередь определяет ваше поведение и отношение к людям. А то, как вы относитесь к другим людям, определяет то, как они ведут себя по отношению к вам.

Чем более уверенным и позитивным вы становитесь, тем сильнее верите, что вам предначертан большой успех. Вы создаете вокруг себя более мощное силовое поле, которое притянет больше людей и возможностей, способных помочь вам быстрее достичь целей. Вы построите свое будущее, и вас будут постоянно называть удачливым.

Используйте умственные способности целиком

Ваше подсознание станет еще одним фактором удачи, если правильно его использовать. Закон подсознательной деятельности гласит: любая мысль или цель, которую вы принимаете в своем сознании, воспринимается подсознанием как команда или инструкция.

Ваше подсознание – отправная точка для силы притяжения – начнет притягивать в вашу жизнь необходимых людей и ресурсы, как только будет запрограммировано на конкретные цели. Оно заставляет ваши слова и действия соответствовать вашим представлениям о себе, доминирующим мыслям и идеям. Ваше подсознание определяет язык тела и способы взаимодействия с людьми. Команды, которые вы дадите своему подсознанию через привычное мышление, повлияют на тон голоса, энергетику, энтузиазм и настрой.

Ваше подсознание невероятно сильно. Оно работает круглосуточно. Используя его для достижения своих целей, вы начнете двигаться вперед с такой скоростью, которую и представить не можете.

Активируйте ретикулярную формацию

В вашем мозге есть небольшой орган, похожий на палец. Его называют ретикулярной формацией. Он подобен распределительной панели, которая принимает и переадресовывает звонки извне. Ваша ретикулярная формация, или ретикулярная активирующая система, передает информацию в сознание и подсознание. Она работает на основе ваших команд, которые относятся к тому, что вы хотите и что для вас наиболее важно.

Например, если вы захотите красный спортивный автомобиль, вы начнете видеть такие автомобили на каждом углу. Это желание активирует ретикулярную формацию и делает сознание крайне чувствительным к красным спортивным машинам. Вы будете замечать их повсюду: на перекрестках и парковках, на фотографиях и рекламных баннерах. И вы привлечете людей и идеи, которые помогут вам, в конце концов, получить красный спортивный автомобиль.

Есть ли в вашей жизни что-то, чего вы очень хотели долго время, но в итоге не получили?

Решив, что хотите стать финансово независимым, вы моментально разовьете повышенное внимание к информации, людям и возможностям, которые могут как-то помочь вам в этом плане. Вы начнете привлекать в свою жизнь людей, у которых для вас есть идеи и советы, станете находить книги и статьи, отвечающие на ключевые вопросы. Вы увидите, как совершаете шаги в направлении желаемой финансовой независимости.

Запрограммируйте сознание на успех

Ваши внешние действия определяются тем, на что вы запрограммированы внутри. Такое программирование может быть как случайным, так и специальным. Контролируя значимые влияния в жизни, вы активируете еще один фактор удачи и можете сами запрограммировать сознание при помощи аффирмаций, которые повторяете снова и снова.

Повторяя аффирмации, вы действительно меняете ваши мысли, чувства и поведение. Вы не только становитесь тем, о чем думаете большую часть времени, но и тем, что вы говорите себе и во что верите. Любую цель, которую вы озвучиваете снова и снова в положительном ключе и настоящем времени, ваше подсознание принимает как команду и затем начинает работать над воплощением этих целей в жизнь.

Например, повторяя аффирмацию «Я зарабатываю пятьдесят тысяч долларов в год! Я зарабатываю пятьдесят тысяч долларов в год! Я зарабатываю пятьдесят

тысяч долларов в год!» снова и снова, вы внедряете эту цель глубже и глубже в подсознание. В конце концов подсознание принимает ее и начинает действовать самостоятельно. И очень скоро внутри и вокруг вас начинают происходить вещи, которые помогают этой цели воплотиться в жизнь.

Люди, которых называют удачливыми, всегда с уверенностью говорят о том, чего хотят, и конкретных вещах, которые могут сделать для достижения своих целей. Они убеждены: мы не только становимся тем, о чем думаем, но мы еще и получаем то, о чем говорим. Поэтому они намеренно говорят о том, чего действительно хотят, а не о том, чего не хотят.

Ваша внешняя жизнь отражает внутреннюю

Закон соответствия объясняет один из наиболее сильных факторов удачи, а также практически все, что происходит с вами. Он гласит: ваш внешний мир является зеркальным отражением внутреннего. То, что происходит с вами снаружи, является воспроизведением и манифестацией того, что происходит у вас внутри. И по-другому быть не может.

Стоя у зеркала и рассматривая свое отражение, вы понимаете, что увиденное вами определяется тем, что вы показываете зеркалу. Анализируя каждый аспект своей жизни, вы видите отражение своего отношения и убеждений. Вы видите мир не таким, какой он есть, а каким воспринимаете его именно вы. То, кем вы являетесь внутри, определяет все происходящее с вами снаружи.

Ваш образ и личность определяют характер ваших отношений с людьми. Ваш настрой и то, как люди реагируют на вас, определяется вашими убеждениями и ожиданиями, а также вашим отношением к себе. Внутренний уровень желаний и решимости создает ваш внешний мир успеха и финансовых достижений. Люди бедны снаружи в первую очередь потому, что бедны внутри.

Ваше состояние здоровья и физическая форма в основном определяются тем, что вы думаете о своем здоровье и физической форме. Люди, которые постоянно думают о еде, склонны к полноте. Люди, которые постоянно думают о здоровье и физической форме, оказываются худыми и очень энергичными. Здоровье и хорошая физическая форма начинаются с мыслей.

Конец ознакомительного фрагмента.

----

Купить: <https://tellnovel.me/ru/brayan-treysi/idi-i-delay-12-principov-zhizni-polnoy-pobed-i-dostizheniy>

Текст предоставлен ООО «ИТ»

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию: [Купить](#)