



ШЭРОН ЛЕКТЕР

УЧЕНИЦА, ПОСЛЕДОВАТЕЛЬ

НАПОЛЕОНА ХИЛЛА

Р. Кийосаки рекомендует!

думай
и богатей

ДУМАЙ И БОГАТЕЙ! ДЛЯ ЖЕНЩИН

**Расстанься с безденежеством!
Начни привлекать деньги!**

Шэрон Л. Лектер
«Думай и богатей!» для
женщин. Расстанься с
безденежьем! Начни
привлекать деньги!
Серия «Думай и богатей!»

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=17037101
«Думай и богатей!» для женщин. Последняя книга, которую вы
прочитаете, прежде чем станете богатой! / Шэрон Лектер.: АСТ;
Москва; 2016
ISBN 978-985-15-2304-3

Аннотация

Почти 80 лет назад Наполеон Хилл написал свою знаменитую книгу «Думай и богатей!». Но написал он ее для мужчин! Как тысячи замечательных книг по достижению успеха, которые написаны в основном для мужчин. Они не учитывают личностную уникальность современных, стремящихся к успеху и финансовой независимости женщин. Данная книга написана женщиной и – для женщин! Ее настоятельно рекомендуют к изучению такие «звезды успеха», как Роберт Кийосаки, Брайан Трейси,

Харви Маккей, Боб Проктор. Прочитайте о 13 шагах к успеху, способных превратить каждую женщину в успешную бизнес-леди. 13 шагов, которые уже сделали Ангела Меркель, Маргарет Тэтчер, Джоан Роулинг, Мадонна, Барбара Де Анджелис, Опра Уинфри, Кэролайн Кеннеди, Марианна Уильямсон.

Содержание

Предисловие	9
Введение	12
1. Искреннее желание	30
В чем заключается ваше искреннее желание?	30
Мои личный опыт	56
Мудрые высказывания великих женщин	58
2. Вера	64
«Древо веры». Рост, преодоление трудностей и процветание	69
Мой личный опыт	82
Мудрые высказывания выдающихся женщин	86
3. Самовнушение	94
Мои личный опыт	106
Мудрые высказывания выдающихся женщин	110
Конец ознакомительного фрагмента.	113

Шэрон Лектер «Думай и богатей!» для женщин. Последняя книга, которую вы прочитаете, прежде чем станете богатой!

*Публикуется по соглашению с Jeremy P. Tarcher/ Penguin
(США) и с разрешения The Napoleon Hill Foundation.*

Sharon Lechter

Think and Grow Rich for Women:

Using Your Power to Create Success and Significance

© 2014 by The Napoleon Hill Foundation

Шэрон Лектер взяла лучшее из Наполеона Хилла, чтобы вдохновить женщин всех возрастов к тому, чтобы подумать и стать богатыми! Можно ли улучшить шедевр Наполеона Хилла? Да! И эта книга – тому доказательство.

Харви Маккей, автор бестселлера «Как плавать среди акул»

Шэрон – одна из немногих прирожденных предпринимателей, которых я когда-либо знал. Мы работаем с ней бок о бок, и мое уважение к ней растет с каждым днем».

Роберт Кийосаки

Замечательная вдохновляющая книга и весьма практичная, с самыми лучшими из существующих формулами для достижения личного успеха.

Брайан Трейси, автор многочисленных бестселлеров, один из лучших консультантов по развитию личности и менеджменту в мире

Эта книга вне всяких сомнений поможет миллионам женщин по всему миру изменить свою жизнь, ведь универсальные принципы, описанные Наполеоном Хиллом и Шэрон Лектер, эффективны для каждого человека. Если женщины примут во внимание советы, изложенные в книге, и начнут следовать им, то любая цель будет им по плечу.

Боб Проктор, президент «Института Проктора и Галлахера», автор книги «Вы рождены богатыми», один из специалистов по личностному росту, приглашенных в фильм «Секрет»

Вы держите в руках книгу, которая может изменить вашу жизнь и сделать ее гораздо лучше! Женщины – самые лучшие учителя для других женщин. Женщины могут научить женщин, как получать желаемое, как жить так, как хочется, получать то,

что хочется, и вдохновлять других делать то же самое. Разделите эту мудрость с одними из самых ярких женщин планеты. Используйте идеи этой книги и поделитесь ими со всем женщинам, которых вы знаете.

Марк Виктор Хансен, соавтор книг «Лекарство для души» и «Миллионер за минуту»

Мужчины, вам придется отойти в сторону. В современном мире появился новый голос, вдохновляющий людей на самосовершенствование. Это Шэрон Лектер.

Грэг Рид, автор бестселлера «Упорство» и соавтор книги «Думай и богатей. В трех шагах от богатства»

Если вы ищете книгу, которая смогла бы вдохновить вас на достижение самых важных целей, то «„Думай и богатей“ для женщин» – то, что вам нужно! Сегодня женщины добиваются все больших и больших успехов, атмосфера в деловом мире стала намного позитивнее. У Шэрон есть дар – словами, идеями и действиями она способна помогать людям открывать в себе самое лучшее. Эту книгу следует прочитать каждому, кто хочет понять, как добиться успеха в бизнесе и в других сферах жизни.

Билл Уолш, американский эксперт в области малого бизнеса

Шэрон Лектер страстно увлечена своим делом. «„Думай и богатей“ для женщин» – это именно та книга, которая поможет современной женщине в ее

стремлении совершенствоваться и быть достойным членом общества.

Дон Грин, президент «Фонда Наполеона Хилла»

«Думай и богатей» для женицин» – это нужная книга, которая появилась в нужное время. Теперь миллионы читателей смогут ознакомиться с идеями Наполеона Хилла. Я уверен, что для прекрасной половины человечества эта книга станет классическим трудом о развитии своих способностей и достижении успеха».

Доктор Джеймс Блэр Хилл, внук Наполеона Хилла

Наполеон Хилл обладал глубоким пониманием жизни и выдающимися исследовательскими способностями. У него был дар объяснять сложные идеи так, чтобы их смог понять любой человек. Мне кажется очень разумным то, что Шэрон Лектер тщательно проанализировала принципы, изложенные Наполеоном Хиллом, и выразила свою точку зрения. Это поможет женицинам преодолеть современные предрассудки и добиться успеха.

Чарльз Джонсон, доктор медицины, племянник Наполеона Хилла

Предисловие

От женщин, которые умеют жить

Мое детство прошло на юго-западе штата Виргиния. Мне всегда нравилось читать книги Наполеона Хилла – человека, который вырос в наших краях и добился невероятно-го успеха. Он не остановился на достигнутом и решил помогать другим людям добиваться высоких результатов. Наполеон Хилл искренне желал, чтобы каждый человек стал успешным, и убеждал нас в том, что в жизни не существует непреодолимых препятствий.

Шэрон Лектер не просто отдает дань уважения труду Наполеона Хилла. Она сама является олицетворением идей и принципов, изложенных этим великим человеком.

Автор вспоминает правила, сформулированные Наполеоном Хиллом, и превращает их в систему, идеально подходящую для женщин. Шэрон Лектер рассказывает о том, как совмещать карьеру и семейную жизнь. Она дает очень мудрые советы. Поэтому, читая книгу, начинаешь ощущать прилив сил и уверенность.

Шэрон Лектер утверждает, что любой человек сможет добиться всего, чего хочет, потому что в нас от рождения заложено все необходимое для процветания. Я обязательно подарю экземпляр книги «Думай и богатей» для

женщин» каждой знакомой женщине, которая стремится стать успешной и хочет узнать, как это сделать.

Адриана Триджиани,

автор бестселлеров по версии «Нью-Йорк таймс», жительница Виргинии – родного штата Наполеона Хилла

Концепция, созданная моим дедом, Наполеоном Хиллом, охватывает все, что я делаю в повседневной жизни как женщина, жена и мать.

Я очень рада, что Шэрон Лектер написала книгу «„Думай и богатей“ для женщин», ведь этот труд поможет представительницам прекрасного пола добиться абсолютно всего, к чему они стремятся.

Помню, как в нашей семье с большим интересом читали книги Наполеона Хилла.

В колледже я изучала химию и фармацию. Затем, несколько лет проработав фармацевтом, я решила посвятить себя воспитанию своих четырех сыновей. Это стало главным делом моей жизни. Затем следующие двадцать лет я применяла принципы, выработанные Наполеоном Хиллом. Я объясняла своим детям все то, что необходимо знать для достижения успеха, учила их ставить цели. Поэтому они всегда к чему-то стремились.

И такой подход оказался очень эффективным. Наши сыновья добились в жизни многого: трое работают врачами,

а четвертый – сотрудником в крупной компании.

Мой брат, Джеймс Блэр Хилл, однажды предположил, что именно книга нашего деда помогла членам семьи Хилл достичь финансовой стабильности, построить прекрасные взаимоотношения с людьми и стать по-настоящему счастливыми. Мы сумели мудро распорядиться бесценными идеями, которые Наполеон Хилл оставил нам в наследство.

Я убеждена, что в книге «„Думай и богатей" для женщин» каждая читательница найдет для себя очень много полезной информации. Это настоящие открытия, которые окажут положительное влияние на отношения внутри семьи, на профессиональную деятельность, а также на многие другие аспекты жизни женщины.

Тэрри Хилл Гок,
внучка Наполеона Хилла

Введение

Почему я решила написать «„думай и богатеи“ для женщин»

Принципы достижения успеха одинаковы для всех. А раз так, то нужно ли чем-то дополнять шедевр Наполеона Хилла «Думай и богатеи»? Стоит ли писать книгу специально для женщин? Наверняка кто-нибудь задается подобными и многими другими вопросами. С тех самых пор, как я начала строить карьеру, у меня тоже всегда было очень много вопросов, на которые хотелось найти ответы.

Первый раз я прочитала книгу «Думай и богатеи» в девятнадцать лет и потом еще не раз к ней возвращалась. Она оказала очень сильное положительное влияние на мою жизнь.

Мои родители всегда говорили мне, что можно добиться всего, чего хочешь, если много работать и быть целеустремленным человеком. Они всю жизнь усердно трудились, подавая мне пример. Однако осознать реальное положение дел в этом мире я смогла только в 1970-х годах, когда одна уехала в другой город и начала делать первые шаги в своей профессии.

В той сфере, которую я выбрала, работали в основном мужчины. И с самого начала я поняла, что мне придется прилагать дополнительные усилия, если я хочу опередить кон-

курентов. Именно с таким настроем я и принялась за дело. Никто не обещал, что будет легко. И действительно, пройденный мною путь нельзя назвать приятным и беззаботным. Мне пришлось столкнуться со множеством трудностей, однако стойкость и те уроки, которые я смогла извлечь из всего произошедшего, несомненно способствовали моим нынешним успехам.

С тех пор прошло более тридцати пяти лет. Я встречаю и продолжаю встречать очень много успешных женщин и каждый раз не перестаю удивляться их целеустремленности, смелости. Они смогли добиться всего, чего хотели. А ведь им пришлось столкнуться не только с предвзятым отношением к себе со стороны мужчин. Были и другие барьеры, например «стеклянный потолок», препятствующий женщинам занимать высокие должности.

Многие из этих преуспевающих бизнес-леди прочитали книгу «Думай и богатей» и благодаря идеям Наполеона Хилла достигли очень многого.

Борьба с трудностями не отбила у них желание продолжать работать. Они решили, что их благополучие должно приносить пользу не только им самим, и начали помогать другим добиваться успеха.

В этой книге я отдаю дань уважения всем тем женщинам, которые стремились к процветанию, с достоинством преодолели все препятствия, смогли изменить мир к лучшему и открыли новые пути достижения успеха. Теперь благодаря им

у любой представительницы прекрасного пола есть возможность стать преуспевающей.

Не стоит забывать и о том, что мир меняется. Например, экономика. Стало ясно, что успешные женщины умеют находить новые подходы к решению привычных проблем. И эти методы отличаются от тех, что применяют мужчины.

Конечно, впереди у нас еще много нелегких задач. Однако я вижу, что женщины стали гораздо более активными и целеустремленными во всех сферах жизни. Произошло то, что можно назвать «тихой революцией».

Я приведу самые последние статистические данные, из которых видно, что женщины действительно стали более влиятельными в обществе, чем были раньше.

Экономика:

- ✓ 60 % всего личного имущества в США находится в собственности женщин;
- ✓ 85 % покупок в США совершают женщины;
- ✓ общий объем чистых активов, находящихся во владении женщин в возрасте старше пятидесяти, составляет 19 триллионов долларов;
- ✓ в следующем десятилетии две трети личного имущества в США будет находиться в собственности женщин;
- ✓ в США потребительские и предпринимательские расходы женщин составляют 7 триллионов долларов;
- ✓ на мировом уровне расходы женщин составляют 20

триллионов долларов, и ожидается, что к концу 2014 года это число увеличится до 28 триллионов;

✓ в течение следующих сорока лет 70 % от 41 триллиона долларов личной собственности во всем мире, которая должна быть передана по наследству, перейдет во владение женщин.

Образование¹. Доля женщин от общего числа людей, получивших ученые степени: младший научный сотрудник – 61,6 %; бакалавр – 56,7 %; магистр – 59,9 %; доктор философии – 51,6 %. Таким образом, в 2013 году из числа людей, получивших ученые степени, на сто мужчин приходится сто сорок женщин.

Работа в корпорациях. Существенных результатов удалось достичь на уровне низшего звена управления. Однако, что касается директорских должностей, то одним из главных препятствий для женщин все еще остается «стеклянный потолок».

Среди занимающих должность президента компаний, входящих в рейтинг «Форчун 500»², число женщин составляет 23 человека, или 4,6 %.

¹ Данные получены в 2013 году министерством образования США.

² «Форчун 500» – ежегодный рейтинг 500 крупнейших компаний мира, критерием составления которого служит выручка компании. Рассчитан по методике американского делового журнала Fortune. – Прим. ред.

От общего числа занимающих другие высшие должности доля женщин составляет 14 %.

Организация «Кэтэлист» провела исследование деятельности компаний из списка «Форчун 500». Был составлен отчет «Результативность крупных компаний и работа женщин в высшем звене управления». В нем сообщается, что тем организациям, где большую часть директорских должностей занимают женщины, удастся достичь в среднем более высоких финансовых показателей, чем компаниям, в которых высшее звено управления представлено в основном мужчинами. Кроме того, в тех компаниях, где число женщин в совете директоров составляет три человека и более, результативность работы значительно выше.

Авторы отчета также обращают особое внимание на тот факт, что если компании с преобладающим числом женщин-руководителей сравнить с компаниями, где основную часть высших должностей занимают мужчины, то первые опережают вторых:

- ✓ по доходности собственного капитала – на 53 %;
- ✓ по доходности продаж – на 42 %;
- ✓ по доходности инвестированного капитала – на 66 %.

В США из числа людей, занимающих директорские должности, женщины составляют 16,6 %; в Норвегии – 40,9 %; в странах Азии – 6 %.

Следует отметить, что в Норвегии в 2003 году был принят закон, согласно которому на 40 % от общего числа руководящих должностей должны быть приняты женщины.

Также было проведено исследование деятельности корпораций, включенных в фондовый индекс «Морган Стэнли», который отражает ситуацию на рынке ценных бумаг в 24 развитых странах. Результаты исследования говорят о следующем: за шесть лет финансовые показатели тех компаний, где совет директоров представлен не только мужчинами, но и женщинами, оказались на 26 % выше, чем показатели компании, в высшем звене которых работают исключительно мужчины.

Оплата труда. Если взглянуть на статистические данные по заработной плате, то ситуацию в целом нельзя назвать безоблачной. Однако оптимизм вселяют следующие факты:

✓ в 1970 году на один доллар, зарабатываемый мужчинами, в среднем приходилось 59 центов, зарабатываемых женщинами; сейчас же³ в среднем приходится 77 центов;

✓ эта тенденция сохраняется уже в течение нескольких лет, однако по результатам новых исследований, проведенных в шестнадцати штатах, на один доллар, зарабатываемый мужчинами, сейчас в среднем приходится уже 80 и более центов, зарабатываемых женщинами;

✓ исключая всех владельцев собственного дела и тех, кто

³ Данные приведены по состоянию на 2014 год. – *Примеч. ред.*

работает неполный год, в 2012 году средняя заработная плата женщин составила 80,9 % от средней зарплаты мужчин.

Ситуация значительно улучшилась и для молодого поколения. Об этом свидетельствуют данные, полученные Бюро трудовой статистики США (табл. 1).

Таблица 1

Оплата труда женщин и мужчин разных возрастных групп

Возрастная группа (лет)	Доля женской заработной платы от мужской (%)
20–24	93,2
25–34	92,3
35–44	78,5
45–54	76,0
55–64	75,1
65 и старше	80,9

На мировом уровне: в развитых странах средняя зарплата мужчин на 17,6 % больше, чем у женщин. Самая большая разница в зарплатах – в Корее и Японии.

Согласно результатам исследования, проведенного компанией «Делуа», в развитых странах женщины начали получать более высокие заработные платы: их доход увеличился в среднем на 8,1 %, в то время как у мужчин – на 5,8 %.

Предпринимательская деятельность. Современные женщины все чаще создают свой собственный бизнес. В этом случае им уже не нужно волноваться о такой проблеме, как «стеклянный потолок».

Следующие данные – из «Отчета о деятельности компаний, владельцами которых являются женщины» за 2013 год⁴:

✓ в период с 1997 по 2013 год в США количество компаний, владельцами которых являются женщины, увеличилось в полтора раза;

✓ количество компаний, которыми владеют женщины, и компаний, в число владельцев которых входят и женщины, и мужчины, составляет тринадцать миллионов шестьсот тысяч;

✓ общий объем выручки этих компаний – более двух триллионов семисот миллиардов долларов;

✓ в них работают пятнадцать миллионов девятьсот тысяч человек;

✓ в США эти компании составляют 46 % от общего количества действующих в стране компаний;

✓ доля рабочих мест, предоставленных ими, составляет 13 % от общего уровня занятости;

✓ объем их выручки составляет 8 % от объема выручки

⁴ Отчет был составлен по поручению «Америкэн Экспресс Оупэн» – отдела компании «Америкэн Экспресс», занимающегося обслуживанием малого бизнеса.

компаний, действующих в США.

Политика. Все больше и больше женщин начинают политическую карьеру. Однако статистика показывает, что в этой сфере им еще не скоро удастся добиться такого же влияния, каким обладают политики-мужчины. На сегодняшний день в различных странах и самоуправляющихся сообществах на высших политических постах работают 30 женщин.

В США женщины занимают 20 % мест в сенате, 17,9 % мест в палате представителей и 23,1 % выборных должностей на уровне штатов.

Если женщины в полной мере осознают, какое существенное влияние они способны оказать на экономику, то данная ситуация будет улучшаться и в дальнейшем.

Об этих положительных изменениях говорила директор-распорядитель Международного валютного фонда Кристин Лагард, выступая на Всемирном экономическом форуме. По ее словам, экономический рост – это процесс, в который вовлечены все категории населения. Рассуждая о дискриминации и важности равенства, Кристин Лагард сказала: «Очевидно следующее: если женщины становятся успешнее, то это позитивным образом сказывается на всей экономике».

Положительные сдвиги, о которых говорит статистика, вызывают у меня восхищение и искреннюю радость. Однако многих женщин наверняка огорчают медленные темпы этого прогресса.

Сейчас женщины все еще довольно часто сталкиваются с предрассудками, мешающими им продвигаться по службе на равных с мужчинами. Мы также вынуждены признать, что никуда не исчезла и значительная разница в оплате труда мужчин и женщин.

Все эти препятствия, конечно же, являются стимулом для представительниц прекрасного пола, стремящихся построить успешную карьеру. И все-таки мы еще и еще раз должны обратить внимание на достижения женщин-лидеров в высшем звене управления, предпринимательстве, политике и образовании. Они достойны восхищения и уважения за свой успех, решительность и настойчивость.

Я считаю, старшее поколение должно передавать свои знания младшему. Нужно убедить каждую, кто только начинает свой путь, что можно добиться всего, чего хочешь, если проявить трудолюбие и целеустремленность. Женщины должны всегда помогать друг другу.

Шерил Сэндберг, операционный директор компании «Фейсбук», обратилась к женщинам с призывом поверить в себя и проявить больше настойчивости на пути к успешной карьере.

В 2013 году вышла ее книга «Не бойся действовать. Женщина, работа и воля к лидерству». Шерил советует читательницам перенять у представителей сильного пола некоторые способности, которые традиционно считаются исключительно мужскими, а именно: работать много часов в день, брать

на себя полную ответственность за результат и не бояться высказывать свое мнение.

Многие критики посчитали подход Шерил Сэндберг неправильным. По их мнению, она, представительница элиты, не до конца осознает, в каких условиях живут люди среднего класса. Читательницы, к которым она обращается, далеко не всегда могут позволить себе, например, оплатить услуги профессиональной няни.

Шерил Сэндберг пишет о внутренних, психологических барьерах женщин. Также она рассуждает о предрассудках и необоснованных ограничениях для сотрудниц крупных корпораций. Однако, по словам критиков, она мало внимания уделяет более важным проблемам, таким как, например, существенная разница в оплате труда мужчин и женщин или неравные возможности при приеме на работу.

Существуют разные мнения. Каждое из них имеет свое обоснование. Но, думаю, все-таки не стоит увлекаться обсуждением разногласий. Нам следует обратить внимание на все точки зрения и объединить усилия. Так мы сможем гораздо быстрее решить проблемы, с которыми сталкивается каждая из нас.

Некоторые слова Шерил Сэндберг о трудностях в жизни женщин мне особенно близки, например:

«На протяжении всей моей жизни люди говорили мне, что из-за дискриминации мне будет нелегко продвигаться по службе наравне с мужчинами. А еще очень нелегко будет

совмещать карьеру и семью. Но лишь от немногих я слышала о том, что иногда женщины сами препятствуют достижению своих целей».

«Не жмите на тормоза. Разгоняйтесь. Держите ногу на педали газа».

«Чем больше людей будут участвовать в гонке, тем больше рекордов удастся побить». «Чем больше женщин начнут занимать руководящие посты, тем легче всем нам будет бороться с предрассудками и несправедливостью, тем быстрее мы начнем жить в таком обществе, в котором к женщинам везде и всегда будут относиться с уважением».

Стремясь воодушевить читательниц, Шерил написала о том, как складывался ее собственный путь к высшим ступеням корпоративного мира. Одна из самых важных идей в ее книге заключается в следующем. Женщин с юных лет приучают к тому, что они не должны стремиться к власти и успеху. Именно такая установка делает их пассивными, и в какой-то момент они, как правило, перестают прилагать усилия, необходимые для развития в своей профессии.

Думаю, многие женщины (если не большинство) иногда не верят в то, что смогут на что-либо повлиять. Да, в одиночку вряд ли можно, к примеру, добиться изменений в законодательстве и устранить существующую разницу в оплате труда. Или сделать так, чтобы всем людям предоставлялись равные возможности при получении образования, работы и т. д. Однако я точно знаю, что каждая женщина способна про-

вести работу над собой, избавиться от влияния своих собственных стереотипов и поверить в то, что она может стать успешной.

О том, как освободиться от оков привычного мышления, осознать свою ценность, воплотить мечты в реальность, я и собираюсь рассказать на страницах книги «„Думай и богатей" для женщин».

Стоит заметить, что старые правила и идеи, которые помогали женщинам добиваться успеха, могут оказаться неэффективными для следующих поколений. Нам действительно необходимо избавляться от своих личных стереотипов, сомнений, страхов, учиться правильно совмещать работу и семейную жизнь. Однако, как мне кажется, нам необязательно стремиться во всем подражать мужчинам, чтобы стать успешными. Вместо этого мы могли бы больше сосредоточиться на своих преимуществах и особенностях. Это гораздо эффективнее может сработать в современных условиях бизнеса.

В течение последних десяти лет женщины стали добиваться больших успехов в профессиональной деятельности. Это привело к изменениям в сфере предпринимательства и корпораций. Перейдя из индустриальной эпохи в информационную, мы стали свидетелями перемен в деловых кругах. Эти перемены можно назвать духовными. В индустриальную эпоху бал правила жесткая конкуренция, диктовавшая свои условия всем, кто хотел преуспеть. Однако сегодня я вижу

совсем другую ситуацию.

Сегодня предприниматели стремятся стать партнерами, ведут совместную деятельность. И в выигрыше остается не только каждая компания, но и каждый клиент. Такая атмосфера дает женщинам прекрасные возможности для того, чтобы стать успешными.

Итак, мы видим, что усилилось влияние женщин на мировую экономику, произошли масштабные изменения в деловой сфере. Поэтому, как мне кажется, мы приближаемся к *переломному моменту* для женщин всего мира.

В течение многих лет я слышала от представительниц прекрасного пола, что им хотелось бы иметь что-то вроде учебного пособия о жизни и работе. Это мог бы быть сборник мудрых советов от тех, кто достиг в жизни многого и кому есть что рассказать об этом.

Я начала изучать биографии великих женщин и беседовала со многими современницами, которые добились выдающихся успехов. Затем я решила сопоставить их идеи и принципы с тринадцатью шагами к успеху из книги «Думай и богатей» Наполеона Хилла.

Говоря откровенно, я очень долгое время считала, что мы не нуждаемся в каком-то *особенном* «руководстве к действию». Но сейчас я понимаю, что настало время как раз для такой книги, как «„Думай и богатей" для женщин».

В ней вы узнаете о том, как наиболее эффективно преодолевать трудности, с которыми сталкивается современная

мать, и как правильно использовать имеющиеся возможности, чтобы добиваться того, что вам нужно, в любых аспектах жизни.

Думаю, мы всегда понимали, что женщинам следует самим организовывать свою жизнь так, чтобы режим дня позволял уделять необходимое внимание и работе, и детям, и домашнему хозяйству.

Но у нас, к сожалению, не было никаких четких, сложившихся правил и принципов, которые бы помогали успевать все и при этом не сходить с ума от затраченных усилий.

В этой книге я развенчиваю мифы, касающиеся баланса между работой и семейной жизнью. Из-за этих мифов многие жены испытывают чувство вины, бессилия и невозможности что-либо изменить. Честно говоря, мне кажется, что такое определение, как «баланс», было придумано пожилыми психологами-мужчинами. Видя успехи, которых начали добиваться дамы в деловом мире, эти знатоки решили обеспечить себе непрерывный поток клиентов, страдающих от чувства неполноценности и неспособности достичь того самого «баланса». Кстати, я, например, ни разу не слышала, чтобы кто-то из мужчин жаловался на неспособность сохранять «баланс между работой и семейной жизнью». А вы?

Я очень надеюсь, что, прочитав книгу, вы поймете, что все в ваших руках. У вас всегда есть силы и возможность сделать свою жизнь такой, какой вы хотите. Самое главное – ваш *выбор*. Можно или постоянно винить себя из-за неумения

совмещать карьеру и семью, или посмотреть на это с другой стороны и понять, что в каждой ситуации возможны разные варианты действий. В ваших силах выбрать самый подходящий из них.

Не тратьте усилия на достижение «баланса» между работой, детьми и домашними делами. Просто перестаньте делить свою жизнь на части. Начните проживать одну, цельную, полноценную жизнь, наполненную любовью и успехом.

Я не собиралась писать книгу, в которой мужчины объявлялись бы виновными во всех проблемах женщин. Несмотря на то что единственный представитель сильного пола, чьи слова я цитирую в тексте книги, это Наполеон Хилл, изменить свою жизнь мне помогли идеи и принципы не только автора «Думай и богатей», но и многих других мужчин. И все же я хотела, чтобы основным материалом для книги послужили рассуждения именно женщин.

Однако подобрать такие слова, которые в полной мере отражали бы идею каждой конкретной главы, оказалось непросто. Думаю, это еще раз доказывает, что женщинам следует обращать особое внимание на информацию, имеющую отношение к их проблемам. Нам нужно накапливать ее, делиться друг с другом и оказывать поддержку каждой, кто стремится к благополучию.

В послесловии я все-таки привела высказывания мужчин о принципах, затронутых в этой книге, потому что взгляды именно этих экспертов, как я считаю, окажут наиболее бла-

готворное влияние на мировоззрение любой из нас.

Наполеон Хилл, для того чтобы создать свой труд «Думай и богатей», беседовал более чем с пятьюстами самыми преуспевающими мужчинами своего времени, а также с тысячами тех, кто считал, что не смог добиться в жизни ничего значимого.

Я, собирая материал для этой книги, разговаривала со множеством женщин. Теперь у вас есть возможность прочитать самые разные истории успеха.

Названия и количество глав в настоящей книге такие же, как и в книге «Думай и богатей». В начале каждой главы я описываю одно из правил, сформулированных Наполеоном Хиллом, и анализирую способы его применения в современной жизни. После этого я привожу истории, рассказанные знаменитыми женщинами-лидерами. Это истории о том, как они использовали правило, приведенное в данной конкретной главе, и как это помогло им добиться успеха. Затем я рассказываю о своих личных открытиях, связанных с идеями из книги «Думай и богатей».

В каждой главе вы найдете мудрые высказывания выдающихся женщин. Наполеон Хилл писал, что в деле достижения успеха очень важным является фактор коллективных интеллектуальных усилий, ведь в результате таких усилий появляется много полезных соображений. Именно с такими идеями и мыслями великих женщин вы сможете ознакомиться в каждой главе настоящей книги. Представьте, буд-

то это и есть плоды коллективной интеллектуальной работы. А коллектив в данном случае – это те выдающиеся женщины-лидеры, чья мудрость стала доступна вам благодаря этой книге.

Также в конце каждой главы есть раздел, который называется «Спросите себя». Чтобы добиться успеха, мы должны действовать. Поэтому в разделе «Спросите себя» мы будем формулировать выводы по каждой конкретной главе, после чего вы начнете следовать изложенным в ней принципам. Заведите дневник. Читая истории из жизни успешных женщин, записывайте все свои мысли и идеи.

Книга «„Думай и богатей" для женщин» целиком и полностью предназначена для вас. А на странице www.sharonlechter.com/women помимо дополнительной информации, касающейся книги, вы можете скачать материалы в формате PDF. С ними работа, которую вы начнете выполнять в рамках раздела «Спросите себя», станет еще удобнее. Это поможет быстро и четко определить те аспекты жизни, в которых вы способны ускорить процесс достижения желаемых результатов. Сделайте свою жизнь такой, какой хотите именно **вы**.

Пусть вам всегда сопутствует успех!

Шэрон Лектер

1. Искреннее желание

**Это основа достижения успеха
в любом деле. У вас должно
быть искреннее желание**

*Я верила в свое предназначение и в то, что
обязательно смогу осуществить мечту.
Эсте Лаудэр*

В чем заключается ваше искреннее желание?

Возможно, вы спрашиваете себя: «А есть ли у меня какое-нибудь искреннее желание?» В отличие от обычного желания, искреннее желание ощущается как потребность сделать что-то или достичь чего-либо. Сначала это может быть определенная идея или воплощение какого-либо замысла, который затем становится движущей силой, наполняющей вдохновением каждый день вашей жизни. Эта сила действует на основе ваших ценностей и влияет на то, какие решения вы принимаете.

Вспомните, о чем вы мечтаете, чего хотите добиться, че-

го ждете от жизни, а также обратите внимание на свои увлечения. Все перечисленное непременно поможет вам определить свое *искреннее* желание.

Может быть, в ваших мыслях сразу же появился образ какой-нибудь цели, которой вы уже некоторое время пытаетесь достичь. Возможно, эта цель имеет отношение к здоровью. Возможно, она касается личной, деловой, финансовой или духовной стороны жизни. Если эта цель все еще не достигнута, то спросите себя: почему? Не потому ли, что у вас просто *отсутствует* настоящее желание, которое было необходимо для получения того, к чему вы стремились?

А теперь рассмотрим другую ситуацию. Вспомните о том периоде в жизни, когда кто-нибудь говорил о вас, употребляя следующие эпитеты: увлеченная, целеустремленная, решительная, сосредоточенная, ответственная, обязательная, настойчивая. Наверняка это были такие ситуации, в которых вы добивались того, к чему стремились всей душой.

Когда достижение цели совпадает с искренним желанием, вы получаете необходимое «топливо» (мотивацию, энергию, увлеченность), позволяющее разработать и выполнить план, который и приведет к успеху.

В книге «Думай и богатей» Наполеон Хилл рассуждает о стремлении к финансовому благополучию: «Когда человек взрослеет и понимает, что такое деньги и зачем они нужны, — хочет получить их.

Но, для того чтобы стать богатым, *хотеть* недостаточно.

Стать богатым вы сможете, только если начнете желать этого с такой силой, что желание превратится в страсть, затем придумаете определенные способы достижения этой цели и будете настойчиво следовать своему плану, *не боясь неудач*».

Далее Наполеон Хилл описал шесть конкретных практических шагов, необходимых для того, чтобы ваше *желание* стать богатым человеком стало реальностью. Вот список этих шагов:

1. Четко определите свое *желание*, то есть *точную* сумму денег, которую вы хотели бы получить.
2. Решите, что вы готовы сделать, чтобы получить эти деньги. (В жизни нельзя получить что-либо не отдав что-нибудь взамен.)
3. Определите точную дату, когда вы хотели бы получить желаемую сумму денег.
4. Составьте план действия и начинайте следовать ему *сегодня же*. Цель, не подкреплённая планом по ее осуществлению, это всего лишь мечта без искреннего желания. Не допускайте промедлений.
5. Сформулируйте свою цель и запишите ее. Это должно быть что-то вроде мантры, четкой установки, описывающей, чего вы хотите достичь, в какие сроки вы собираетесь это сделать и какие усилия намереваетесь приложить, чтобы получить желаемое. Запишите конкретные шаги, которые вы предпримете для достижения цели.
6. Читайте написанную вами установку два раза в день –

утром и перед сном.

«Во время чтения старайтесь *осознать, почувствовать* и *поверить*, что вы уже обладаете желаемой суммой денег.

Вот здесь-то вам на помощь и придет *искреннее желание*. Если вы *действительно* хотите увеличить доход и это желание перерастает в страсть, то вам не составит труда убедить себя, что цель будет достигнута.

Ваша задача – хотеть стать богаче. Вы должны быть настолько целеустремленным, чтобы суметь *убедить* себя в том, что обязательно добьетесь успеха.

По-настоящему богатыми становятся только те, кто осознанно подходит к решению финансовых проблем. „Осознанный подход" в делах, связанных с деньгами, означает такой настрой, при котором человек всей душой стремится к финансовому благополучию и, даже если цель пока еще не достигнута, уже ощущает себя обладателем желаемого».

В этом отрывке Наполеон Хилл объяснил, как добиться успеха в материальной сфере жизни. Однако у многих читателей возникали вопросы по поводу следующего утверждения: «„Осознанный подход" в делах, связанных с деньгами, означает такой настрой, при котором человек всей душой стремится к финансовому благополучию и, даже если цель пока еще не достигнута, уже ощущает себя обладателем желаемого».

Должна признаться, что каждый раз, когда я перечитываю

книгу «Думай и богатей», эта фраза заставляет меня на время прервать чтение и задуматься.

Многие обращают на нее особое внимание, потому что помнят предостережение из Библии: «...корень всех зол есть сребролюбие...» (1 Тим. 6:10). Конечно, в истории есть много примеров тому, как избыток материальных благ приводит к проявлению в людях худших черт их характера. Если вы плохой человек, то, став богаче, сделаетесь только хуже. Верно и обратное: если вам свойственно проявлять щедрость, то приумножение богатства, скорее всего, сделает вас еще более щедрым и великодушным.

Наполеон Хилл общался с самыми богатыми людьми мира, большинство из которых были истинными филантропами. Поэтому мне кажется, что написанную им фразу, которую мы сейчас обсуждаем, можно было бы дополнить следующим образом: «„Осознанный подход" в делах, связанных с деньгами, означает такой настрой, при котором человек всей душой стремится к финансовому благополучию, **чтобы получить больше возможностей совершать благородные поступки**, и, даже если цель пока еще не достигнута, уже ощущает себя обладателем желаемого».

Далее Наполеон Хилл писал о «выдающихся личностях»:

«Вы должны понимать, что все богатые люди, перед тем как достичь процветания, начинали просто с мечты. Они надеялись, стремились, искренне желали этого и, наконец,

составляли план действий, который приводил их к высоким результатам.

Возможно, вам также будет интересно узнать, что все выдающиеся личности в истории мира были мечтателями.

Искреннее желание стать таким, каким хочешь стать, и делать то, что хочешь делать, – это основа, отправная точка в жизни любого мечтателя. Равнодушный, ленивый, ни к чему не стремящийся человек никогда не сможет мечтать по-настоящему».

Обычно, читая рассуждения Наполеона Хилла о желании стать богаче, я чувствовала внутреннее неприятие. Вполне вероятно, оно отчасти объясняется тем, что я женщина.

О том, как по-разному определяют успех мужчины и женщины, в 2013 году в журнале «Форбс» писала Пэгги Дрэкслер, кандидат наук, доцент кафедры психологии и психиатрии Медицинского колледжа Вейл Корнелл:

«Что такое успех на самом деле? Женщины все чаще задаются этим вопросом, потому что для них это более сложное и многогранное понятие, чем для мужчин.

Специалист по гендерным особенностям мышления Барбара Аннис считает, что для сильного пола быть успешным означает именно побеждать. Это может быть стремление увеличить доход, получить более престижную работу, найти лучшее место для парковки, жениться на самой привлекательной женщине. Не имеет значения, сколько будет та-

ких „состязаний". Для мужчины главное – всегда одерживать верх над своими соперниками.

Что касается женщин, то они, разумеется, тоже стремятся побеждать. Но, по словам Барбары Аннис, для них также очень важно чувствовать себя нужными. Работая в качестве консультанта с компаниями, включенными в ежегодный рейтинг крупнейших мировых брендов „Форчун 500“, Барбара Анис поняла, что основная причина, по которой женщины покидают свои рабочие места, заключается в следующем: они чувствуют, что их труд не ценят, на их усилия не обращают внимание».

В июне 2013 года в одном из выпусков телешоу «Туд-эй» основатель и главный редактор интернет-издания «Хаффингтон Пост» Арианна Хаффингтон сказала: «Мужская точка зрения на понятия „успех“, „деньги" и „власть" не принесла ничего хорошего. Мы поверили в эти стандарты, но они оказались неэффективными ни для мужчин, ни для женщин».

«Хаффингтон Пост» обратился к своим подписчицам в «Фейсбуке» и «Твиттере» с вопросом: «Что такое успех для *вас?*» Этот опрос вряд ли можно квалифицировать как официальное научное исследование. Но мне кажется, результаты говорят очень много о том, что вкладывают представительницы прекрасного пола в понятия «сила» и «успех».

В июле 2013 года Эмма Грэй в своей статье процитировала слова, сказанные Валери Джарет на конференции «Но-

вый взгляд на успех», проводимой «Хаффингтон Пост»: «Вы способны добиться всего, чего хотите, но невозможно добиться всего сразу». Затем в статье приводится список из девятнадцати утверждений, которые, согласно результатам опросов, проведенных «Хаффингтон Пост», служат определениями успеха.

Что значит быть успешной, по мнению читательниц «Хаффингтон Пост»

1. Делать что-либо значимое и любить то, чем занимаешься.
2. Находить положительные стороны в неприятных обстоятельствах жизни.
3. Осознавать, что твои усилия не пропадут даром. Даже если твой труд не ценят другие, то он обязательно принесет пользу тебе самой.
4. Делать мир лучше, обучая других людей тому, как добиваться успеха.
5. Жить полной жизнью, любить искренне, не стыдясь своих чувств и ни о чем не жалея.
6. Бороться с несправедливостью. Например, стремиться искоренить этнические предрассудки.
7. Каждый день ходить на пляж!
8. Делать все, чтобы твоя семья была счастливой.
9. Активно способствовать установлению равенства женщин и мужчин.

10. Быть организованной.

11. Следить за своим здоровьем и помогать в этом другим женщинам.

12. Добиваться своих целей, делать это снова и снова, даже если тебя преследуют неудачи.

13. Гордиться собой.

14. Делать все, что в твоих силах. Благодарить жизнь за все то, что приносит тебе радость и счастье.

15. Организовать свою жизнь так, чтобы в ней гармонично сочетались здоровые внутрисемейные отношения и успешная карьера.

16. Общаться с людьми, которые делают твою жизнь позитивной, веселой.

17. Любить свою работу.

18. Быть уверенной в том, что твоя дочь не боится быть собой и всегда сможет бороться за справедливость.

19. Избавиться от суетливости, научиться жить *здесь и сейчас*.

Исследование, проведенное «Хаффингтон Пост», нельзя назвать научным, однако полученные ответы перекликаются с моим пониманием успеха. Когда меня спрашивают, что такое успех, я говорю: успех – это то, что вы чувствуете и думаете о себе, когда смотрите в зеркало в конце дня; и эти чувства и мысли никак не зависят от того, что вы видите в отражении!

Но разве женщины не стремятся стать богатыми? Конечно, стремятся. Однако я убеждена в том, что женщины понимают богатство в гораздо более широком смысле. Они хотят зарабатывать деньги потому, что относятся к ним как к средству, а не как к конечной цели.

Наполеон Хилл в своей книге давал советы тем, кто стремится разбогатеть. Но, следуя этим советам, мы также можем наладить личную жизнь, перейти на более высокий духовный уровень, улучшить здоровье. Давайте вспомним тот список из шести шагов, возьмем его за основу и сформулируем правила для тех, кто стремится стать *богатым* в широком смысле слова. При этом вам следует сосредоточить свое внимание на вашем *искреннем желании*.

Первое. Четко определите свое *желание*. Что именно вы хотите получить? Какие изменения желаете увидеть в своей жизни?

Второе. Решите, что вы готовы сделать, чтобы обладать этим. (В жизни нельзя получить что-либо не отдав что-нибудь взамен.)

Третье. Определите точную дату, когда вы хотели бы получить желаемое.

Четвертое. Составьте план действий и начинайте следовать ему *сегодня же*. Цель, не подкреплённая планом по ее осуществлению, это всего лишь мечта без искреннего желания. Не допускайте промедлений.

Пятое. Сформулируйте свою цель и запишите ее. Это должно быть что-то вроде мантры, четкой установки, описывающей, чего вы хотите достичь, в какие сроки вы собираетесь это сделать и какие усилия вы намерены приложить, чтобы получить желаемое. Запишите конкретные шаги, которые вы предпримете для достижения цели.

Шестое. Читайте написанную вами установку два раза в день, утром и перед сном.

И самое главное – старайтесь *осознать, почувствовать и поверить*, что вы *уже добились* того, к чему стремитесь. Каждый раз, когда вы всей душой хотите чего-либо достичь, что-либо изменить в жизни или в самой себе и когда к этому устремлены все ваши мысли, знайте: это и есть *искреннее желание*. В таком состоянии вы не только становитесь еще более целеустремленной. У вас также появляется ощущение внутренней гармонии.

Мать Тереза Калькуттская – выдающаяся личность. Ее деятельность была основана на искреннем желании, никак не связанном со стремлением к материальному вознаграждению. Свою жизнь она посвятила помощи нищим и тяжелобольным людям. Особенно многое она сделала для страждущих в Индии. Видя чужие несчастья, мать Тереза чувствовала искреннее желание помочь и своей самоотверженностью вдохновляла миллионы людей. Ее милосердие вселяло надежду и радость даже в самых тяжелых обстоя-

тельстввах.

У матери Терезы были преданность своему делу и искреннее желание дарить любовь всему миру. Она говорила: «Давайте не будем ограничивать нашу помощь страждущим только деньгами. Этого недостаточно, ведь самое главное – любовь. Дарите любовь всем, кого встречаете на своем жизненном пути». Мать Тереза всей своей жизнью смогла доказать, что даже одна женщина способна изменить мир к лучшему.

Вангари Маатаи – еще один, менее известный, пример тому, какое существенное влияние на историю оказывает искреннее желание, ставшее делом жизни. Она получила высшее образование в США, впоследствии стала первой женщиной в Восточной и Центральной Африке, которой была присвоена степень доктора наук, а также первой женщиной с Африканского континента, ставшей лауреатом Нобелевской премии мира. Кения, ее родина, долгое время страдала от бедности, засухи и последствий вырубки лесов. Женщины вынуждены были проходить огромные расстояния, чтобы раздобыть дрова и воду.

Вангари Маатаи считала, что все эти проблемы можно решить только одним способом – организовать массовую посадку деревьев, и в 1977 году основала общественное движение «Зеленый пояс». Участницы движения сажали деревья, и Вангари Маатаи выплачивала им за это небольшие суммы денег. В результате удалось предотвратить дальнейшую

эрозию почв и обеспечить необходимое количество дров для приготовления пищи. Благодаря деятельности движения «Зеленый пояс» по всей территории Африки начиная с 1977 года было посажено около 51 миллиона деревьев.

Вангари Маатаи считала, что фундаментом ее успеха были образование, желание приносить пользу обществу, четкое понимание ситуации, решимость и стремление взять на себя ответственность за результат. Она осуществила задуманное, потому что не просто выражала недовольство и не только выступала в защиту того, что считала правильным. Эта женщина совершала *действия*, руководствуясь идеями справедливости и нравственности. Она говорила: «Сажая деревья, мы сеем семена мира и надежды». А природу своих искренних стремлений она объясняла так: «Я точно не знаю, почему у меня возникает сильное желание помочь кому-то или изменить что-то. Просто, когда я узнаю о какой-то проблеме, я чувствую, что обязательно должна что-то предпринять. Наверное, так во мне проявляется Божья воля».

31 мая 2013 года **Опра Уинфри**, одна из самых знаменитых женщин, своими силами добившаяся невероятных успехов, выступила с речью перед выпускниками Гарвардского университета. Ей удалось, пожалуй, наиболее полно выразить суть того, что приходится переживать женщине, стремящейся достичь высот в своей профессии.

Большинство людей считает нынешнее время пиком ее карьеры, но она призналась, что совсем недавно ей пришлось

пережить самый тяжелый период. Сложно представить, что такую женщину, как Опра Уинфри, может что-либо выбить из колеи!

Чувствуя искреннее желание добиться своих целей, она составила план действий и установила для себя определенные сроки его выполнения. Все это должно было привести к существенным переменам в ее карьере. Решив, что «пришло время сделать что-то новое, перейти на другой уровень», она закрыла «Шоу Опри Уинфри», более двадцати лет являвшееся шоу номер один в мире, и запустила кабельный телеканал ***The Oprah Winfrey Network***, или ***OWN*** (***own*** в переводе с английского – «свой», «свой собственный»).

Она привыкла быть на вершине успеха, которого достигла благодаря шоу, и ожидала таких же превосходных результатов от ***OWN*** («Аббревиатура и мои инициалы подходили друг другу как нельзя лучше»). Однако на начальном этапе телеканал не оправдал ожиданий. Вот как Опра описала то, что произошло: «...практически все средства массовой информации назвали мой проект не просто провалом, а масштабным, смелым провалом. Я помню, как открыла номер „Ю-эс-эй Тудэй“ и увидела заголовок: „У Опри не получается как следует стоять на ***СВОЕМ***“. Я не поверила своим глазам. Неужели это написали в газете „Ю-эс-эй Тудэй“?! Я была разочарована, расстроена и очень сильно переживала. Это действительно был самый неудачный период за всю мою карьеру».

Именно в то время Опре Уинфри предложили выступить в Гарвардском университете. Ее должны были услышать выпускники одного из самых престижных учебных заведений. Но Опру одолевали сомнения: сможет ли она поделиться действительно полезными знаниями об успехе как раз в тот период, когда сама, можно сказать, перестала быть успешной?

Опра рассказала, как однажды, все еще беспокоясь о предстоящем выступлении, она вдруг вспомнила слова из старой песни: «Скоро, очень скоро взойдет солнце. Тревоги не длятся вечно, тревоги пройдут». В тот момент она решила поменять концепцию своего телеканала и поняла, что обязательно расскажет об этом в Гарварде.

Поблагодарив выпускников за то, что они вдохновили ее на эти изменения, Опра дала мудрый совет по поводу будущих резюме. Она сказала, что в них нужно писать не только то, что уже достигнуто, но и то, *чего* ты хочешь добиться в жизни и *почему*. Каждый должен сам ответить на эти вопросы, ведь именно это поможет не сходить с пути, когда начнутся трудности. Опра также посоветовала выпускникам задуматься о том, каково их предназначение в жизни, и рассказала, как она сама поняла, в чем заключается ее истинная цель. Опру вдохновила одна девятилетняя девочка, которая задалась целью накопить мелкие деньги и отдать их бедным. В результате она собрала почти тысячу долларов.

Однажды Опра обратилась к телезрителям с призывом

последовать примеру этой девочки. В результате за месяц удалось собрать более 3 миллионов долларов, и школьники из многих малоимущих семей получили возможность поступить в колледж. Так начала работу ее благотворительная организация «Энджел Нетворк».

Через некоторое время, благодаря поддержке и великодушию преданных телезрителей «Энджел Нетворк» построила 55 школ в двенадцати странах и восстановила почти 300 домов, которые были разрушены ураганами «Рита» и «Катрина». Несмотря на то что Опра уже давно работала на телевидении, ее благотворительная организация позволила ей по-другому взглянуть на свою деятельность и найти новый способ менять мир к лучшему. Так она стала больше сосредоточиваться на том, что объединяет людей, а не разделяет их.

Я советую вам прочитать речь Опры Уинфри целиком. Она обращалась непосредственно к выпускникам Гарвардского университета, однако все то, о чем она говорила, касается каждого человека. Опра сказала, что у всех нас иногда бывают неудачи. Но «любая неудача – это лишь способ, с помощью которого жизнь подсказывает нам, что нужно начать двигаться в другом направлении». А самое главное, по ее словам, это «...извлекать уроки из всех неудач, потому что каждое событие, каждая встреча и особенно каждая совершенная вами ошибка дает возможность чему-то научиться, приблизиться к пониманию своего истинного „Я“. А затем вы сможете сделать следующий шаг. Главное – развивать

свой внутренний голос, свою систему навигации, которая будет показывать вам верный путь».

В завершение своей речи Опра Уинфри сказала: «Время от времени у вас будет что-то не получаться, у вас появится много вопросов и сомнений. Но я точно знаю, что если вы прислушаетесь к тихому голосу внутри себя, то он обязательно подскажет вам правильное решение. И тогда вы не просто будете чувствовать себя хорошо. Вы станете счастливыми и сможете менять мир к лучшему».

Опра Уинфри – большая почитательница Наполеона Хилла. Ее убежденность в том, что каждый человек должен нести ответственность за свой жизненный путь, согласуется с принципами из книги «Думай и богатей».

Все мы знаем, какое существенное влияние на происходящие события оказывала и продолжает оказывать Опра Уинфри. С помощью средств массовой информации и благотворительности она изменила жизнь многих людей. Среди молодого поколения также есть немало женщин, которые совмещают успешную предпринимательскую деятельность с филантропической. К ним относятся, например, Сара Блэйкли и Тори Берч.

Поскольку на протяжении пятидесяти лет дамы были вынуждены покупать неудобное, плохо сидящее нижнее белье, у **Сары Блэйкли** появилось желание создать новые, комфортные модели. Это желание привело к тому, что она достигла невероятных успехов и стала одной из самых молодых

женщин-миллиардеров.

До этого Сара Блэйкли работала зазывалой в парке развлечений «Уолт Дисней уорлд», затем была эстрадным комиком. Ее огорчало то, что в магазинах не продавали модели корректирующих колготок без стопы. Их очень удобно было бы носить с брюками-слаксами и туфлями с открытым носом. Сара решила потратить все свои сбережения, на тот момент составлявшие 5000 долларов, и основала бренд под названием «Спэнкс».

Сначала компания производила только один товар. Через некоторое время это уже была организация с выручкой в несколько сотен миллионов долларов, предлагавшая более 100 фасонов нижнего белья. Товары марки «Спэнкс» рекомендовала Опра Уинфри в одном из выпусков «Любимых вещей Опры». Также они продавались в магазинах крупнейшей сети «Таргет».

Сара Блэйкли советует: «Верьте в свою идею, доверяйте чутью и не бойтесь неудач. С того момента, как я впервые задумалась о создании нового бренда, и до появления первого полноценного товара марки „Спэнкс“ прошло два года. На этом пути мне отказывали тысячи раз. Но, если вы полностью уверены в своей идее, не останавливайтесь! Главный фактор успеха „Спэнкс“ заключается в том, что я не боялась ошибаться».

В 2006 году Сара Блэйкли основала фонд, цель которого – предоставлять женщинам помощь в сфере образования

и предпринимательства. В 2013 году, когда ей исполнилось сорок два, она стала первой среди женщин-миллиардеров участницей благотворительной кампании «Клятва дарения», начатой Биллом Гейтсом и Уорреном Баффетом.

Успех Сары заключается не только в ее финансовых достижениях и филантропической деятельности. Миллионы представительниц прекрасного пола благодарны ей и за то, что с помощью товаров марки «Спэнкс» они смогли стать еще привлекательнее.

Другая женщина-миллиардер, Тори Берч, начала с того, что нашла свободную нишу в индустрии моды. Она создала линию элегантной одежды по доступной цене. Тори начала производство в 2004 году у себя дома, прямо на кухне. У нее не было глубоких познаний в ведении бизнеса, но зато были вера в успех и увлеченность своей работой.

В 2006 году появился самый знаменитый продукт Тори Берч – кожаные балетки за 195 долларов. Она назвала модель в честь своей матери – «Рева». В 2010 году об этой обуви рассказала Опра Уинфри в заключительном выпуске своих «Любимых вещей». В 2012 году, по информации журнала «Форбс», выручка компании Тори Берч составила почти 800 миллионов долларов, а в 2013-м эта женщина стала миллиардером. Она успешно совмещает карьеру и заботу о детях.

«Фонд Тори Берч», основанный в 2009 году, помогает женщинам начать предпринимательскую деятельность и достичь финансовой независимости. Организация предостав-

ляет кредиты на сумму до 50 000 долларов для малого бизнеса, а также предлагает программу обучения для начинающих предпринимателей, партнерами которой являются банк «Голдман Сакс», оказывающий поддержку малому бизнесу, колледж Бэбсон (Вэллэсли, штат Массачусетс) и колледж Ла-гардиа Коммьюнити (Нью-Йорк).

В своей статье для «Хаффингтон Пост» Тори Берч писала о филантропической деятельности «Голдман Сакс»: «На протяжении более чем пяти лет „Голдман Сакс“ проводит кампанию для женщин, начинающих предпринимательскую деятельность. В результате стало ясно, что такого рода кампании способствуют экономическому росту и ослаблению социального неравенства. Когда дамы получают больше возможностей для самореализации, это приводит к улучшению внутрисемейных отношений и благополучию общества в целом».

Бренды Тори Берч и Сары Блэйкли входят в список «Любимых вещей Опры». Опра Уинфри рассказывала о множестве самых разных брендов, благодаря чему о них узнавали миллионы людей, а их создатели достигали невероятных высот. Меня восхищает ее стремление показать людям, как важно брать на себя ответственность за свое благополучие. Кстати, в 2000 году в своем шоу Опра рассказала и об одной из моих книг.

По ее словам, в детстве она поняла следующее: «Если человек хочет добиться успеха, то инициатива всегда должна

исходить от него самого». Именно так она и живет. А на пути к своим собственным достижениям помогает еще и миллионам других людей.

Опра Уинфри, Сара Блэйкли и Тори Берч начинали с нуля. Однако у многих сейчас есть возможность добиться финансовой независимости, начав работать в уже существующих крупных организациях. С помощью сетевого маркетинга и франчайзинга те, кто решил сделать первые шаги в предпринимательстве, могут принять участие в образовательных программах и начать свое дело с минимальными рисками. Франчайзинг обычно подразумевает меньшие затраты, чем работа в сетевом маркетинге, однако оба варианта – это проверенные, надежные способы добиться успеха.

Донна Джонсон – женщина, которая сумела достичь многого, начав работать в сетевом маркетинге. Но перед этим ее жизнь была настоящей борьбой за выживание.

«Я выросла в штате Висконсин. Наша семья принадлежала к среднему классу. Однако после того, как отец ушел из семьи, оставив маму, меня и моих четырех братьев, мы очень быстро переместились из среднего класса в низший.

Отец уехал в Калифорнию и занялся типографским делом. Даже разбогатев, он не стал помогать нам и однажды сказал моим братьям: „О вас должно позаботиться государство". Отец ушел из жизни рано, оставив большую часть заработанного состояния своим наемным рабочим. Я поклялась, что никогда не поведу себя так, как он. А заодно по-

обещала себе, что стану самостоятельной и независимой.

Тогда я была еще в подростковом возрасте. Я начала заниматься плаванием и через некоторое время уже принимала участие в соревнованиях на уровне страны.

Я с головой погрузилась в борьбу с обстоятельствами. Люди часто воспринимают трудности как непреодолимые барьеры на пути к успеху. Но для меня все мои проблемы были лишь способом подняться на уровень выше. Я была готова к любым препятствиям и полностью сконцентрировалась, точно так же, как привыкла делать это на соревнованиях по плаванию.

У меня не было достаточно денег для того, чтобы поступить в колледж. Я вышла замуж довольно рано, завела детей и начала работать тренером по плаванию. Мне нравился этот вид спорта, нравилось работать с детьми, но с финансовой точки зрения это было не самое выгодное занятие.

Мой супруг не смог обеспечивать семью, и через некоторое время мы развелись. Оставшись с тремя маленькими детьми, я поняла, что не должна ни на кого надеяться. Мне нужно было придумать свой собственный план действий.

„Думай и богатей" Наполеона Хилла – первая книга по саморазвитию, которую я прочла. Я узнала о фундаментальных принципах, сформулированных этим человеком, и поняла, что даже я, ребенок из несчастливой семьи, выросший в бедном районе, способна добиться своих целей.

Первое понимание успеха появилось у меня еще в те вре-

мена, когда я побеждала на соревнованиях по плаванию. Я была уверена в своих силах и никогда не считала себя менее способной, чем мои соперники.

Обстоятельства жизни я использовала как опору для того, чтобы оттолкнуться и двигаться вперед. Я решила заняться предпринимательством и основала свою собственную сеть. Это было 26 лет назад. Я задалась целью зарабатывать пять тысяч долларов ежемесячно и добилась желаемого уже через пять месяцев.

Несколько лет спустя мой доход составлял уже более 100 000 долларов в месяц. Я осознала, что если хочу не только обеспечивать себя, но и помогать другим, то я не должна останавливаться на достигнутом. Ведь, чем больше я зарабатываю, тем больше у меня возможностей изменить мир к лучшему. Я всегда старалась поддерживать филантропические и просветительские кампании для молодежи, даже когда у меня самой были трудности с деньгами. А сегодня наша благотворительная организация „Спирит уингзкидзчерити“ помогает сиротским приютам по всему миру.

Своим сотрудникам я всегда говорю, что Наполеон Хилл не зря назвал книгу „Думай и богатей“. Надо начать *думать* – тогда разбогатеешь. Но не наоборот. Сначала вы должны стать процветающим в своих мыслях. Наверное, сейчас у вас не так много средств для того, чтобы помогать другим, но вы можете, по крайней мере, с чего-то начать. Делайте маленькие шаги в этом направлении. И постепенно все изменится.

Жизнь – это путешествие, а не пункт назначения. Станьте таким человеком, каким хотите быть, *уже сейчас*.

В историях всех этих успешных женщин есть кое-что общее. Они убеждены в необходимости служить обществу и помогать тем, кто в беде. Как писал Наполеон Хилл, «чтобы получить, вы должны что-нибудь отдать взамен». Это очень простая, но очень мудрая фраза.

Я приведу статистические данные, опубликованные Банком Америки. Это результаты, полученные в рамках исследования благотворительной деятельности компаний с высоким уровнем собственного капитала. Исследование проводилось Центром по изучению филантропической деятельности при Университете Индианы. Согласно этим данным:

◆ 95 % владельцев крупных частных капиталов отдают часть средств на благотворительность;

◆ 62 % из числа тех, кто расходует часть капиталов на филантропическую деятельность, считают, что помогать обществу – это одна из важнейших сторон жизни человека.

По данным Национального благотворительного фонда, 54 300 000 человек провели в общей сложности 15 млрд часов работая в качестве волонтеров. Эта помощь равноценна 296 млрд долларов.

В Гарвардской школе бизнеса было проведено исследование «Расходы на благотворительные акции и положительные стороны участия в них». Результаты говорят о следую-

щем: «Счастливые люди стремятся отдавать больше, а это, в свою очередь, делает их более счастливыми. Таким образом, желание помогать и душевное состояние человека находятся в прямой пропорциональной зависимости». Однако в исследовании отмечается, что часть людей делает пожертвования бескорыстно, а другие ожидают какой-либо персональной выгоды.

Конечно, к положительным сторонам участия в благотворительных кампаниях можно отнести налоговые льготы при пожертвованиях и работе в качестве волонтера. Однако самая главная выгода все-таки заключается в духовной стороне филантропической деятельности. Отдавая, человек начинает чувствовать себя нужным, а значит, счастливым. Если вы займетесь благотворительностью, то узнаете больше о проблемах, связанных с социальным неравенством и здравоохранением. Вы сможете распространять эту информацию и привлечь других людей к решению каждой конкретной проблемы. Благотворительность развивает духовность человека и помогает наладить отношения с окружающими.

Дэбра Мэш, кандидат наук, президент Института женской благотворительности, опубликовала отчет «Благотворительная деятельность женщин (2012)». В нем говорится о следующей тенденции среди представительниц прекрасного пола. Чем активнее они в деловых кругах и чем старше, тем больше им свойственно посвящать времени и средств на благотворительность. При прочих равных условиях в этом они

опережают мужчин. Женщины отдают меньшие суммы, но делают это чаще и, как правило, не ожидают никакой персональной выгоды.

Итак, Наполеон Хилл говорил: «Чтобы получить, вы должны что-нибудь отдать взамен». Мы видим, что истинность этих слов подтверждается не только историями жизни успешных женщин, но и результатами научных исследований.

Мои личный опыт

Свое настоящее желание, свою *страсть* я осознала в детстве. Отец в конце дня всегда спрашивал меня: «Шэрон, смогла ли ты сегодня сделать что-нибудь хорошее и полезное для окружающих?» Сейчас, спустя много лет, после того как он ушел из жизни, я каждый день сама задаю себе этот вопрос.

Помощь другим людям всегда была важнейшей стороной моей жизни. В детстве я участвовала в церковных и школьных волонтерских программах. В юности присоединилась к скаутскому движению. Сейчас сотрудничаю с несколькими некоммерческими благотворительными организациями.

У меня было много проектов, имеющих отношение к бизнесу, но я уделяла внимание и другим аспектам. Я реализовала себя и как женщина, и как деловой человек. Я основала журнал для женщин, а также принимала участие в создании первых «говорящих» детских книжек, которые издают звуки при прикосновении. Вскоре я расширила производство, и появилась целая индустрия по выпуску таких книг.

На протяжении последних двадцати лет я занимаюсь финансовым образованием молодого поколения, а также делюсь с предпринимателями своими знаниями о технологиях создания бизнеса. Я не называю эти занятия работой, потому что получаю во всех аспектах гораздо больше, чем отдаю.

Успешная предпринимательская деятельность дала мне много возможностей. Я поддерживаю финансовую программу для абитуриентов, участвую в проведении семинаров и консультаций для женщин, а также помогаю предпринимателям развивать свой бизнес и переходить на более высокий уровень. Часть доходов я регулярно вкладываю в некоммерческую деятельность. Больше всего я радуюсь, когда вижу, как у женщин, стремящихся добиться успеха, вдруг появляются хорошие идеи и уверенность в своих силах. Вот почему я всегда горю желанием продолжать делать то, что делаю.

Мудрые высказывания великих женщин

Мэри Кей Вагнер Эш (1918–2001), американская бизнес-леди, основательница компании «Мэри Кей косметик»:

«Женщина должна не только добиваться высоких результатов в своей профессии, но и быть хорошей женой, хорошей мамой. Конечно, это нелегко для тех, кто трудится полный рабочий день. Правильно распределяйте свое время, прилагайте максимум усилий и верьте в себя. Вы действительно сможете добиться всего, чего хотите. Я желаю вам воплотить все свои мечты в реальность и стать одной из самых преуспевающих женщин в стране».

Майя Энджелоу (Маргарет Энн Джонсон), американская писательница и поэтесса:

«Попросите у жизни того, чего хотите, и ваше желание обязательно сбудется!»

«Вы сможете добиться настоящего успеха, только если будете заниматься любимым делом. Не ставьте себе цель получить деньги. Вместо этого делайте ту работу, которая вам нравится. А затем дойдите до такого уровня мастерства в этой работе, чтобы окружающие восхищались вашими результатами».

«Быть успешным – значит любить себя и любить то,

что ты делаешь».

Мьюриэл Сиберт (1928–2013), первая женщина-брокер на Нью-Йоркской фондовой бирже:

«Не сидите сложа руки и не ждите, когда окружающие что-то сделают для вас. Иначе однажды вы вдруг с горечью осознаете, что жизнь уже прошла. Моей маме природа подарила чудесный голос. Ей предлагали выступать на сцене, она могла бы стать знаменитой. Но в те времена хорошие еврейские девушки считали, что такими вещами заниматься нельзя. Моя мать отказалась от своего таланта, и вся ее жизнь превратилась в сплошное разочарование. Я не хотела быть такой, как она, и поклялась, что буду делать в жизни только то, что хочу».

Индира Ганди (1917–1984), третий премьер-министр Индии:

«Стремитесь действовать. Делайте так, чтобы в жизни всегда что-нибудь происходило. Возьмите план по достижению цели, разбейте его на маленькие части и сделайте первый шаг уже сейчас».

Маргарет Тэтчер (1925–2013), первая женщина, ставшая премьер-министром Великобритании (1979–1990); ее пребывание на этом посту было самым продолжительным в XX веке:

«Что такое успех? Думаю, это многогранное понятие. Чтобы добиться успеха, нужно иметь способности к тому, чем ты занимаешься. Но также нужно понимать, что этого недостаточно. Необходимо прилагать усилия и всегда сосредотачиваться на определенной цели».

«Не может быть никакой свободы до тех пор, пока не наступит экономическая свобода».

«Иногда, чтобы одержать победу, приходится участвовать в сражении не один раз».

Тори Берч, американская бизнес-леди, дизайнер одежды:

«Вы можете добиться всего, чего хотите. Просто нужно понимать, что это вполне осуществимо».

Джоан Кэтлин Роулинг, британская писательница, автор серии знаменитых романов в жанре фэнтези о Гарри Поттере:

«Начните с небольших, доступных целей. Это первый шаг на пути к высоким достижениям».

Ивонн Чуа, президент Международного лицензионного общества, партнер юридической компании «Уилкинсон и Грист» (Гонконг):

«Любите то, чем занимаетесь, и занимайтесь тем, что любите. Делайте свою работу так, как считаете нужным,

и всегда цените поддержку окружающих. И пусть побеждают самые достойные!»

Я делюсь с вами этими высказываниями в надежде, что какие-то из них подтолкнут вас к поиску своей **страсти**.

В книге «Думай и богатей» Наполеон Хилл писал: «Есть огромная разница между простым желанием получить что-либо и **готовностью** получить это. Человек не сможет добиться успеха, пока не убедит себя в том, что это возможно. У вас должна быть **убежденность**, а не только желание или надежда. А для этого нужно быть открытым всему новому. Ограниченный кругозор никогда не сделает вас храбрым и уверенным в себе человеком».

Как сделать так, чтобы наши мечты, надежды, намерения и желания превратились в **уверенность**?

В следующей главе я расскажу о втором шаге к богатству. Этот шаг – **вера**. Вы узнаете, как убедить себя в том, что любая ваша цель вполне достижима.

Спросите себя

Записывайте в дневник все свои мысли и идеи. Также составьте план действий и зафиксируйте шаги, необходимые для его выполнения.

Вы уже поняли, в чем заключается ваше настоящее желание (страсть)? Занесите в дневник. Если вам пока трудно определиться с этим, то постарайтесь вспомнить ситуацию, когда люди характеризовали вас так: увлеченная, целеустремленная, решительная, сосредоточенная,

ответственная, обязательная, настойчивая.

Запишите, над каким проектом вы тогда работали, к чему стремились. Возможно, таких периодов было несколько. Обратите внимание на свои чувства, когда будете вспоминать каждую из тех ситуаций. Это поможет вам осознать свою страсть.

Теперь поставьте цели, распределив их по следующим категориям:

- личная жизнь;
- профессиональная деятельность;
- деньги;
- здоровье и внешность;
- духовность.

Проанализируйте каждую цель, задавая себе вопросы:

- Действительно ли я хочу добиться этой цели?
- Согласуется ли ее достижение с нормами морали?
- Смогу ли я сделать все необходимое, чтобы добиться цели?
- К какому сроку цель должна быть достигнута? (Если сроки не названы, то определите их!)

Теперь подробно опишите, как вы собираетесь идти к поставленной цели. Можете ли вы, используя воображение, представить, что уже добились желаемого? Сформулируйте четкую установку, «мантру», настраивающую вас на достижение поставленной цели. Помните, что в основе этой установки должно быть сильное желание осуществить задуманное. Запишите эту «мантру» на листок и

приклейте его к зеркалу в ванной.

Сегодня, когда будете смотреть в зеркало, скажите себе: «Я прекрасна! У меня все получится!» – а затем прочитайте сформулированную вами установку. Повторяйте ее каждое утро и каждый вечер до тех пор, пока цель не будет достигнута.

Также напишите в дневнике, как вы помогаете другим людям. В чем это выражается: в пожертвованиях? Волонтерской деятельности? Или вы как-либо применяете свои таланты? Как влияет эта помощь на ваше душевное состояние? Возможно, есть еще какие-нибудь благотворительные акции, в которых вы хотели бы принять участие? Готовы ли вы в ближайшие полгода каждый месяц отдавать больше времени и средств на благотворительность? Запишите, что именно вы намереваетесь сделать, как и кому помочь.

Итак, вы поняли, в чем заключается ваша страсть, и пообещали себе, что станете больше времени уделять благотворительности. Теперь вы на правильном пути.

Поздравляю! Начало положено!

2. Вера

Вера – это сила, благодаря которой разрушенный мир вновь становится целым.

Хелен Келлер⁵

Какие мысли появляются у вас при слове «вера»?

Наполеон Хилл считал, что это понятие имеет отношение не только к религии. Вера, как и ее отсутствие, определяет ваш жизненный путь. Она прокладывает дорогу, по которой идет ваше подсознание. Недостаток веры усиливает негативный настрой человека. А оптимизм, напротив, создает основу для благополучия.

Вера способна помочь в любых ситуациях. Она, словно топливо для нашего духа, позволяет двигаться дальше, даже когда наши тело и разум уже выбились из сил. Вера питает нас изнутри и спасает, даже если кажется, что во внешнем мире ждать поддержки уже бессмысленно. Вера всегда с нами, внутри каждого из нас. И мы всегда можем не только найти ее в себе, но и поделиться этим чувством с другими.

У каждого человека вера проявляется по-разному. Одни своим позитивным настроем всегда стремятся воодушевлять окружающих. А кто-то усердно выполняет поставленные за-

⁵ Хелен Адамс Келлер – американская писательница XX в., лектор и политическая активистка. – *Примеч. ред.*

дачи, чтобы добиться цели. Другие же участвуют в дискуссиях и увлеченно доказывают свою правоту тем, кто сомневается в пользе их устремлений. Вера всегда побуждает к каким-либо действиям.

Однако, говоря о вере, не следует забывать и о том, что работает против нее. Я имею в виду беспокойство, страхи, сомнения. Эти чувства действительно могут быть частью нашей жизни. Но у нас есть возможность самим решать, должны мы от них зависеть или нет.

Наполеон Хилл писал, что «вера – это состояние разума, которое можно вызвать с помощью самовнушения, то есть многократного повторения установок, обращенных к подсознанию».

Он также объяснял, что если *вера* совпадает с вибрациями ваших мыслей, то начинает действовать подсознание. А оно, в свою очередь, обращается к высшим силам и к мудрости Вселенной. Так происходит, например, во время молитвы. Вспомните, какие «молитвы» вы произносили в последнее время. Что вы пытались передать разуму и подсознанию? Ваш разговор с самой собой, по большей части, позитивный или негативный?

Да, *вера* нередко сталкивается с такими препятствиями, как беспокойство и страх. Особенно часто это происходит в жизни женщин. Очень важно понять, что человек может находиться только в одном из двух состояний: либо это вера (в себя, в свои силы, в успех), либо – тревога и опасения. Нель-

зя быть уверенным в себе и при этом чувствовать отчаяние.

В 2013 году специалисты клиники «Мэйо» опубликовали статью «Депрессия у женщин и мужчин. Различия». В ней сообщается, что женщин страдают депрессией почти в два раза больше, чем мужчины. А на каком-либо этапе жизни депрессия обязательно начинается у одной из пяти.

Пока еще нет единого мнения по поводу основных причин этой болезни. Однако специалисты установили, что депрессивному состоянию способствуют следующие факторы: гормональные изменения (переходный возраст, предменструальные нарушения, беременность, послеродовая депрессия, менопауза, климакс), врожденные особенности личности и определенные события жизни.

В статье говорится и о таких обстоятельствах, как стереотипы в современной культуре. Они отражаются на женщинах гораздо сильнее, чем на мужчинах. Например, чувство социального неравенства знакомо очень многим представительницам прекрасного пола. Оно подкрепляется такими распространенными и вполне реальными проблемами, как разница в оплате труда и «стеклянный потолок». А в некоторых регионах предрассудки привели к тому, что вклад женщин в семью, жизнь общества и экономику вовсе не ценится.

Авторы статьи также указывают на существование такой проблемы, как перегруженность.

Нередко мамы вынуждены успевать не только заниматься домашними делами и воспитывать детей, но и работать вне

дома, а также заботиться о старшем поколении родственников. Все эти трудности приводят к тому, что женщины чаще всего чувствуют себя слабыми и обеспокоенными, нежели уверенными.

Депрессия приносит вред, поскольку она – противоположность веры. Вера – это созидательная сила.

Основные причины возникновения депрессии пока еще не выяснены. Но нам важно знать, что мы можем научиться настраивать себя на успех с помощью позитивных мыслей. Давайте вспомним, что Наполеон Хилл писал о вере и о той роли, которую она играет в жизни человека:

«Верьте в свои силы. **Вера** – это бесконечный источник энергии.

Вера – это „неиссякаемый эликсир“, дарующий вашим мыслям силы и возможность воплотиться в реальность.

Вера – это основа достижения богатства и счастья.

Вера – это причина всех чудесных и необъяснимых событий, над разгадкой которых бьются ученые.

Вера – это единственное эффективное средство от *неудач*.

Вера в сочетании с молитвой дает вам прямой доступ к мудрости Вселенной.

Вера меняет вибрации мыслей, основанных на ограниченных возможностях человеческого разума, и поднимает их на высокий духовный уровень».

Сара О’Миара и Ивонн Фэддэрсон в полной мере во-

плотили в жизнь идеи Наполеона Хилла о *вере*. Каждая из этих женщин – олицетворение любви и целеустремленности. Они основали американскую некоммерческую организацию «Чайлдхэлп». Цель организации – помогать детям, которые пострадали от жестокого обращения. Работа ведется в эмоциональном, образовательном, духовном и физическом аспектах. За свой усердный труд основательницы «Чайлдхэлп» были номинированы на Нобелевскую премию мира.

Сейчас Сара и Ивонн расскажут вам о «Древе веры». Это история о том, как люди сеют семена надежды, ухаживают за ними, сохраняя веру даже в нелегкие времена, а затем собирают плоды той огромной силы, которую они взрастили, и делятся этим изобилием друг с другом.

В конце этой главы я также приведу «Карманные молитвы» Сары и Ивонн. Эти молитвы понадобятся вам на пути к благополучию.

«Древо веры». Рост, преодоление трудностей и процветание

Рост

Богатство не дается просто так. А вера – это то, что доступно везде и всегда.

Тревоги – это процент, который вы выплачиваете за проблемы еще до того, как они появляются. А веру можно сравнить с деньгами, хранящимися в надежном банке.

Наполеон Хилл писал: «Вера – это основа достижения богатства и счастья». Чаще всего мы живем именно так, как выбрали сами. Вера дает нам силы и смелость развиваться и менять свою жизнь к лучшему. Каждая мечта, превращенная в цель, однажды начиналась с веры. Если посеять семена надежды, а затем ухаживать за своим садом даже в самые опасные и трудные времена, то вас ждет процветание.

Когда мы создавали некоммерческую организацию «Чайлдхэлп», в основе всех наших мыслей и действий была именно вера. На этой благодатной почве появились наши правозащитные учреждения, реабилитационные центры, линия экстренной связи, центры по усыновлению и удочерению, учреждения по устройству детей, оставшихся без попе-

чения родителей, а также дома для проживания детей с психологическими и другими проблемами.

Мы каждый день прилагали максимум усилий. И вскоре труд стал приносить плоды. Наша деятельность повлияла на законодательство, были основаны программы по профилактике жестокого обращения с детьми. Мы никогда не сомневались в том, что Всевышний поддерживал нас и всех детей, нуждавшихся в помощи и защите.

Но что делать человеку, у которого нет веры? Что делать, если в трудных ситуациях вы перестаете надеяться на успех? Хорошая новость: вы можете развиваться и осознанно делать свою веру глубже, а дух – сильнее. В Библии сказано, что даже вера размером с крохотное горчичное зерно способна сдвинуть с мест горы. Перед тем, как посадить свое «древо веры», продумайте, как оно должно расти. Определите, в чем заключается «плодородная почва», на которой будет расцветать ваше «древо». Когда ваша жизнь наполнится верой, вы сможете достичь небывалых высот. Привычные ограничения окажутся иллюзиями, и вы начнете по-настоящему ценить себя и окружающих.

Вы можете стремиться не только к большим деньгам. Есть и другое богатство – духовное. Его вы получите, если пойдете по пути служения людям.

Преодоление трудностей

После террористических актов 11 сентября в США на месте разрушенных зданий Всемирного торгового центра, которое получило название «Нулевая отметка», под развалинами было обнаружено обгоревшее грушевое дерево. Несмотря на то что дерево было сильно повреждено и некоторое время находилось под обломками, на его ветках распустилось несколько листьев. Это очень воодушевило команду спасателей, изможденных непрерывной работой.

Чуть позже дерево, ставшее символом возвращения к жизни, посадили там же, на территории, где раньше находились разрушенные башни торгового центра. Дерево было восстановлено и вскоре вновь расцвело.

Однажды случилось так, что ураганный ветер вырвал его с корнем. Тогда дерево пересадили еще раз, и через некоторое время на нем снова появились лепестки. Белые лепестки надежды на «Уцелевшем дереве». Именно так его с тех пор и называют.

В организации «Чайлдхэлп» мы работаем с детьми, подвергшимися жестокому обращению. Дух каждого такого ребенка поврежден, их жизнь кажется им разрушенной, вырванной с корнем. Мы объясняем детям, что такое рост, развитие и преодоление трудностей. Для этого в наших реабилитационных центрах проводятся занятия, на которых маль-

чики и девочки выращивают фрукты, овощи, видят, как из семян через некоторое время появляются растения с плодами.

Мы хотим убедить детей в том, что проблемы, которые они пережили в прошлом, не могут помешать им стать счастливыми и достичь высот в будущем. Маленькие семена можно превратить во что-нибудь прекрасное, великое. И даже после катастроф оно образует новые ответвления и расцветает еще раз. Точно так же, как знаменитое «Уцелевшее дерево».

Возможно, прошлое не дает вам двигаться вперед. Не нужно ни о чем жалеть! Единственное, что вы должны сделать, – это извлечь уроки из всего, что случилось. Оставьте в памяти только положительные стороны каждого события. Это обязательно пригодится вам в будущем.

Печаль все время глядит назад, тревога смотрит по сторонам, и только глаза веры всегда направлены вперед.

Наполеон Хилл писал: «Вера – это единственное эффективное средство от неудач».

А во Втором послании к коринфянам святого апостола Павла сказано: «...если внешний наш человек и тлеет, то внутренний со дня на день обновляется».

Ибо кратковременное легкое страдание наше производит в безмерном преизбытке вечную славу, когда мы смотрим не на видимое, но на невидимое: ибо видимое временно, невидимоеечно» (2 Кор. 16–18).

Если каждый раз, переживая тяжелые времена, вы обращаетесь к высшим силам, то вы не только выходите из сражений целыми и невредимыми – ваша вера постепенно становится глубже, укореняется и остается с вами навсегда.

Процветание

Пройдя первые этапы развития и преодолев трудности, вы увидите, что ваша вера откроет перед вами мир великих возможностей и большой ответственности. Когда вы согласовываете свои поступки с Божьим замыслом, вы перестаете зависеть от обстоятельств, своих недостатков и любых других препятствий в этом мире.

Теперь вы на том этапе, который называется «Процветание»! Вы научились уверенно справляться с проблемами, ваши мечты начали сбываться. Вы поняли и увидели, каким образом ваши идеи проявляются в жизни.

Об этом Наполеон Хилл писал: «Вера – это *неиссякаемый эликсир*, дарующий вашим идеям силы и возможность воплотиться в реальность».

Очень важно жить и работать так, чтобы ваша деятельность приносила пользу окружающим. Они оценят ваш труд, и это будет доказательством того, что вера ведет вас по правильному пути. И тогда вы получите награду, которую заслуживаете по праву.

Одна из важнейших идей, которую мы ощутили на себе,

заключается в том, что успех – это не конечная цель. Мышление влияет на события каждого дня нашей жизни. Об этом мы всегда говорим детям, с которыми работаем в «Чайлдх-элп», нашим сотрудникам, волонтерам, друзьям и родным. Мысль порождает действия, поэтому позитивный настрой приносит позитивные результаты. А что такое позитивный настрой? Это и есть вера.

В Евангелии от Матфея говорится об ответственности за свои достижения и преимущества: «Добрый человек из доброго сокровища выносит доброе, а злой человек из злого сокровища выносит злое» (Мф 12:35).

А вот еще одни замечательные слова: «Или признайте дерево хорошим и плод его хорошим; или признайте дерево худым и плод его худым, ибо дерево познается по плоду» (Мф 12:33). Процветать – значит не просто добиваться успехов, но и следить за тем, чтобы твоя деятельность никогда никому не вредила и приносила только хорошие результаты.

История о Древе веры показывает, насколько альтруистичны устремления Сары и Ивонн. Они искренне верят в способности и внутреннюю силу каждого человека. Давайте вспомним некоторые мысли из прочитанного вами рассказа:

- ✓ Чаще всего мы живем именно так, как выбрали сами;
- ✓ Вера дает нам силы и смелость развиваться и менять свою жизнь к лучшему;
- ✓ Если каждый раз, переживая тяжелые времена, вы об-

ращаетесь к высшим силам, то вы не только выходите из сражений целыми и невредимыми – ваша вера постепенно становится глубже, укореняется и остается с вами навсегда;

✓ Процветать – значит не просто добиваться успехов, но и следить за тем, чтобы твоя деятельность никогда никому не вредила и приносила только хорошие результаты.

Как влияет ***вера*** на ваши достижения и на жизнь в целом? Вспомните о каком-нибудь сложном периоде, который вы пережили. Какую роль в той ситуации сыграла ваша ***вера***?

В книге «Думай и богатей. В трех шагах от богатства» мы привели формулу успеха, из которой видно, насколько важна ***вера*** для получения желаемого. Мы составили ее, изучив жизнеописания и принципы самых преуспевающих лидеров современности.

Формула выглядит так:

$$((C + T) \times И \times Д) + В = \text{Успех}$$

Итак, вы сможете стать успешным человеком, если: ваши страсть (С) и талант (Т) будут окружены правильными идеями (И) и подкреплены действиями (Д). А для того, чтобы преодолевать препятствия, ко всему этому нужно обязательно добавить веру (В). Веру в себя, в свое предназначение и способность извлекать урок из каждой трудной ситуации.

Следующие истории – о женщинах, которые считают веру

одной из главных составляющих своего благополучия.

Лиора Мэндэллоф – основательница и президент Ассоциации женщин-ораторов. Вот что она рассказала о вере и целеустремленности:

«Я поняла, что самое главное в жизни – иметь четкое представление о своей цели и идти к ней, не придавая слишком большого значения негативным обстоятельствам. Я всю жизнь стремлюсь познавать себя, свои возможности. В этом процессе важно уделять основное внимание своему внутреннему состоянию, а не всему тому, что происходит снаружи.

Я всегда ставила перед собой сложные задачи, сама создавала условия, чтобы преодолевать трудности и развиваться. Можно сказать, выталкивала себя из гнезда и училась летать прямо во время падения. Было нелегко, но мне все-таки удавалось решать проблемы и становиться сильнее».

Тэсс Каччиатори – одна из основателей и операционный директор некоммерческой организации **GWEN**.

Это интернет-сообщество по поддержке женщин, которые стали жертвами несправедливого или жестокого обращения. Также Тэсс является успешным продюсером, занимается журналистикой и профессиональной видеосъемкой. Помимо всего прочего она – предпринимательница, чья де-

тельность всегда была направлена на установление мира, справедливости и равенства.

Так, чтобы помочь людям справиться с последствиями цунами, которое произошло в 2004 году в Шри-Ланке, Тэсс начала специальный проект. Благодаря финансовой поддержке участников социальных сетей она смогла обеспечить питанием более миллиона пострадавших детей и построить в Шри-Ланке 38 домов. О роли веры в жизни Тэсс сказала:

«Я следую советам Наполеона Хилла уже на протяжении многих лет. Четыре из сформулированных им принципов являются основополагающими в моей деятельности. Это вера, необходимость дополнительных усилий, позитивный настрой и командная работа.

Благодаря концепции Наполеона Хилла мои коллеги и я имеем возможность помогать женщинам и детям по всему миру. Я считаю, что вера – это самое главное. Ведь именно она дает силы двигаться дальше, несмотря на тревоги и несчастья, с которыми всем нам приходится сталкиваться в современном мире.

С помощью веры я остаюсь открытой всему новому и по-настоящему важному. Она объединяет меня и тех замечательных людей, с которыми я работаю. Вера позволяет правильно относиться к происходящему и извлекать ценные уроки из любого события».

Рита Дэвенпорт – специалист по мотивации, жизнера-

достная и энергичная женщина. В прошлом она была ведущей своего собственного телешоу и занимала должность президента одной из компаний сетевого маркетинга. Ее работа привела к тому, что ежегодная выручка компании достигла почти миллиарда долларов.

Рита всегда вдохновляла своих коллег на то, чтобы они прилагали все возможные усилия и использовали свои способности в полной мере.

В своей книге «Относитесь ко всему с юмором» Рита Дэвенпорт пишет:

«Ваше умение добиваться успеха и радоваться достигнутому напрямую зависит от веры в себя. Если веры нет, то это заметят окружающие. Ведь ваши поведение, жесты, выражение лица говорят о многом. Если вы не верите в себя, то как другие смогут поверить в вас? Да и зачем им тратить на это время? У них есть не менее важное занятие – развитие своей собственной уверенности.

Поэтому перестаньте сомневаться в себе! Убедите себя в том, что ваши способности могут привести вас к выдающимся результатам, – ведь это действительно так!»

Слова Лиоры Мэндэлоф, Тэсс Каччиатори и Риты Дэвенпорт подтверждают, что вера – это краеугольный камень процветания.

Читателям, желающим развить уверенность в себе для достижения своих Главных целей, **Наполеон Хилл** предлагал

следующее:

«Примите решение не обращать внимания на негативные обстоятельства и подчинить свою жизнь определенным правилам.

Вполне возможно, что вашим слабым местом является отсутствие уверенности в себе. С помощью самовнушения вы сможете избавиться от этого недостатка и воспитать в себе смелость и настойчивость.

Утверждения, которые приведены ниже, можно многократно переписывать или же заучить и повторять про себя как можно чаще. Таким образом, через некоторое время эти фразы станут частью вашего подсознания и начнут оказывать существенное влияние на вашу повседневную жизнь.

1. Я знаю, что способен достичь своей Главной цели. Поэтому я обязуюсь настойчиво совершать действия, необходимые для получения желаемого.

2. Я осознаю, что мысли, которые доминируют в моем разуме, через некоторое время начнут проявляться в моих поступках и, таким образом, постепенно приведут к формированию определенной реальности. Поэтому я обязуюсь каждый день в течение получаса мысленно сосредоточиться на образе человека, которым хочу стать в будущем.

Я создам абсолютно четкое представление о тех качествах, которыми стремлюсь обладать.

3. Я осознаю, что если буду как можно чаще концентрировать все свои мысли на какой-либо цели, то вскоре начну

совершать действия, которые приблизят меня к получению желаемого. Поэтому каждый день я обязуюсь посвящать десять минут развитию уверенности в себе, нужной для достижения цели.

4. Я четко сформулировал Главную цель и записал все необходимые подробности. Я буду продолжать заниматься самовнушением до тех пор, пока не обрету уверенность в своих силах, достаточную для получения желаемого.

5. Я осознаю, что благополучие не может быть долговечным, если оно не основано на истине и справедливости. Поэтому я обязуюсь не заниматься деятельностью, результаты которой не приносят пользу или вредят кому-либо. Я получу возможности для достижения целей, работая совместно с другими людьми. Они захотят сотрудничать со мной, потому что я сам готов к служению и участию в судьбе каждого человека. Я сделаю все, чтобы искоренить в себе любые проявления ненависти, зависти, эгоизма и цинизма. Я буду развивать свою духовность, чтобы с любовью и добротой относиться к каждому человеку. Я понимаю, что негативное отношение к окружающим никогда не приведет к процветанию. Люди будут ценить мой труд и относиться ко мне с уважением, если я сам начну верить в свои силы и любить себя.

Я поставлю свою подпись под этими утверждениями, выучу их наизусть и буду проговаривать вслух один раз в день. При этом я обязуюсь твердо верить в то, что самовнуше-

ние изменит мои мысли и действия. Таким образом я стану независимым и успешным человеком».

Мой личный опыт

Мне было девятнадцать лет, когда я впервые прочла книгу «Думай и богатей». В те времена со словом «вера» у любого человека ассоциировались конкретные привычные действия. «Верить» означало, например, ходить в церковь и каждый день читать молитву перед сном. Но впоследствии я поняла, что слово «вера» имеет не только религиозный смысл. Как и все мы, я часто переживала такие ситуации, в которых от меня требовалось адекватно оценить собственное поведение и четко спланировать дальнейшие действия. Именно благодаря вере я всегда была убеждена, что в любых обстоятельствах сумею принять самое лучшее для меня решение.

Жизнь не раз показывала мне, как важно верить в хороший исход любого дела и события. Однажды, готовя материалы для учебного курса, который я собиралась проводить, я наткнулась на такой текст: «Тревога – это тоже молитва. Когда вы сильно беспокоитесь, вы как бы просите высшие силы сделать так, чтобы произошло нежелательное для вас событие».

А ведь очень часто я вела себя именно так! Но эти простые слова научили меня останавливаться сразу же, как только я чувствую, что начинаю излишне тревожиться. И тогда я сосредоточиваю мысли не на своих опасениях, а на том, чего

я хочу и что меня радует.

Меня восхищают слова, которые Наполеон Хилл писал о вере. С чувством уважения и благодарности я вспоминаю не только о нем, но и обо всех духовных наставниках, которые делились со мной важнейшими знаниями. Эти люди – мои ангелы-хранители. Они помогали мне, когда я переживала трудные времена, и учили благодарить жизнь за все то прекрасное и светлое, что в ней есть. Они всегда вдохновляют меня и других людей не только своими мудрыми словами, но и поступками.

Сара О’Миара и Ивонн Фэддэрсон – из тех, кто оказал самое значительное влияние на мое мировоззрение. Я попросила их изложить свою точку зрения на такое понятие, как вера, и они поделились с вами историей о создании своей некоммерческой организации, целиком и полностью основанной на желании помогать. В рассказе о «Древе веры» есть четыре очень важных утверждения, о которых я уже упоминала:

- ✓ «Чаще всего мы живем именно так, как выбрали сами»;
- ✓ «Вера дает нам силы и смелость развиваться и менять свою жизнь к лучшему»;
- ✓ «Если каждый раз, переживая тяжелые времена, вы обращаетесь к высшим силам, то не только выходите из сражений целыми и невредимыми – ваша вера постепенно становится глубже, укореняется и остается с вами навсегда»;
- ✓ «Процветать – значит не просто добиваться успехов, но

и следить за тем, чтобы твоя деятельность никогда никому не вредила и приносила только хорошие результаты».

На протяжении всей моей жизни я не раз убеждалась в истинности этих слов. К примеру, когда мне было 26 лет, я закончила успешную карьеру бухгалтера и решила заняться предпринимательством.

Я *верила*, что поступаю так, как нужно. К сожалению, в профессиональном плане этот поворот оказался неудачным, но моя *вера* все-таки была вознаграждена. Жизнь сложилась так, что я встретила свою любовь. Мы с Майклом уже больше тридцати лет вместе.

Если бы не мои *вера* и решительность, я никогда не смогла бы стать тем человеком, которым являюсь сегодня.

А совсем недавно я приняла еще одно серьезное решение. Я прекратила работать в одной из крупнейших компаний, поскольку поняла, что ее миссия не согласуется с моими убеждениями и целями.

Я не знала точно, что ждет меня впереди, и это приносило сильное беспокойство. Иногда в таких случаях говорят: «Верь в Бога и сделай шаг в неизвестность!»

А надо было бы сказать: «*Доверься* Богу и сделай шаг в неизвестность!»

Я перестала тревожиться и убедила себя в том, что высшие силы непременно готовят для меня что-то замечательное и перспективное. И через несколько месяцев мне позво-

нил Дон Грин, президент «Фонда Наполеона Хилла», и предложил стать соавтором книги «Думай и богатей. В трех шагах от богатства».

Дон также попросил меня посодействовать в публикации еще одной работы Наполеона Хилла, которая называется «Перехитри дьявола». Эту книгу не издавали более семидесяти лет. А некоторое время спустя я начала работу над книгой «„Думай и богатей" для женщин». Для меня это большая честь.

И это лишь несколько примеров из моей жизни, которые показывают, как вера помогла мне решиться на перемены и шагнуть в неизвестность.

Мудрые высказывания выдающихся женщин

Гэйд Дэверс, трехкратная олимпийская чемпионка:

«Не отказывайтесь от своей мечты. Помните: для того чтобы добиться успеха, вам необходимы трудолюбие, целеустремленность, вера в Бога и в себя. Для тех, кто верит, нет ничего невозможного».

Элен Уайт (1827–1915), писательница, одна из основательниц Церкви адвентистов седьмого дня:

«Если вы говорите, что ваша вера слаба, то она такой и будет. Если вы убеждаете себя, что ваша вера сильна, то она действительно станет сильной. Что посеете, то и пожнете».

Мартина Макбрайд (Мартина Мария Шифф), автор и исполнительница песен в жанре кантри:

«Не всегда все зависит от тебя, не всегда все идет так, как ты планируешь. Но ты должен следовать своим чувствам и верить в то, что у тебя есть свой собственный путь в этой жизни. Верь в себя несмотря ни на что».

Хелен Кэллер (1880–1968), американская писательница:

«Оптимизм – это вера, которая ведет к высоким достижениям. Невозможно добиться цели без уверенности в себе и надежды на лучшее».

Эмили Дикинсон (1830–1886), американская поэтесса:

«Надежда очень похожа на птицу. Она живет в душе человека и никогда не прекращает напевать свой мотив без слов».

Кэй Уоррен, в 1980 году вместе с мужем основала церковь в Сэддлбэке (Ориндж Каунти, штат Калифорния):

«Счастье начинается с осознания наших личных глубоких убеждений о Боге и с принятия всех тех истин, которые относятся к духовной стороне жизни».

В книге «Думай и богатей» Наполеон Хилл писал: «Прорыв в жизни начинается с процветания **в мыслях!** Размер вашего будущего состояния будет ровно таким, каким ему позволит быть ваш **разум**. А **вера** поможет вам преодолеть ограничения! Помните об этом, когда будете мысленно просить у жизни то, что считаете достойным своих усилий».

Как сделать веру сильнее? Я постоянно ищу новые способы укреплять в себе веру. Следующий текст – с сайта www.familyfriendpoems.com. Я заметила, что он очень помогает мне. Особенно в тех случаях, когда я о чем-то беспокоюсь и испытываю стресс.

«Верить – значит бросить вызов логике.

Чтобы как можно чаще видеть положительные стороны происходящих событий, нужно иметь *веру*.

Чтобы быть убежденным в существовании высших сил, которые заботятся о каждом из нас, нужно иметь *веру*.

Чтобы не забывать о великой ценности своей жизни, не сомневаться в мудрости Вселенной и не потерять веру в себя после многочисленных неудач, нужно иметь *смелость*.

Вера – это проявление смелости.

Если в тебе есть вера, то ты можешь смотреть в лицо своим страхам и доверять Богу.

Вера помогает понять, что даже после сотни неудач обязательно наступит день, когда очередная попытка увенчается успехом» (www.familyfriendpoems.com-poems-life-faith).

Этот текст я напечатала на листе бумаги и повесила его у себя в ванной. Теперь каждый день он напоминает мне, что «вера – это проявление смелости».

С помощью таких напоминаний я могу эффективно воздействовать на подсознание. Это называется «самовнушение». И именно о нем я расскажу в следующей главе.

Спросите себя

Записывайте в дневник все свои мысли и идеи. Не забывайте о своем плане действий. Формулируйте и записывайте шаги, необходимые для его выполнения.

Насколько сильна ваша *вера* в себя?

Считаете ли вы себя талантливым человеком?

Как вы ведете себя, когда начинаются трудности? Вы встречаетесь с ними лицом к лицу или избегаете их?

Ваш разговор с самой собой обычно позитивный или негативный?

Запишите ответы в дневник.

Теперь вспомните о целях, которые вы распределили по категориям:

- личная жизнь;
- профессиональная деятельность;
- деньги;
- здоровье и внешность;
- духовность.

Подумайте, в какой из этих сфер жизни вам не хватает веры в себя? Может быть, вам легко убедить себя в достижимости целей из категории «Духовность» и «Личная жизнь», но при этом гораздо сложнее поверить, что удастся заработать больше денег или добиться успеха в «Профессиональной деятельности»?

Какая из сторон вашей жизни страдает от недостатка *веры*?

Запишите *все* свои размышления по этому поводу, негативные и позитивные. Возможно, у вас появилась мысль вроде: «Деньги?! Нет, у меня никогда не получится увеличить доход! Это невозможно!» Очевидно, что это *негативное* убеждение.

А теперь возьмите все *негативные* мысли и переформулируйте их так, чтобы они стали *позитивными*. Например, изменив приведенное выше утверждение, можно записать: «Я верю в свои силы. Я

извлекла ценные уроки из неудач и теперь убеждена в том, что смогу увеличить доход».

Наполеон Хилл писал: «Многократное повторение позитивных утверждений, обращенных к подсознанию, – это единственный известный способ сознательного развития веры в себя».

В этой главе вы также прочитали о способе развития уверенности в своих силах из книги «Думай и богатей». Я предлагаю немного измененный вариант, специально для женщин. Итак, каждый день проговаривайте вслух или переписывайте следующие утверждения.

Первое. Я буду прилагать все усилия, на которые способна. Я буду ежедневно совершать конкретные действия, необходимые для достижения моей Главной цели.

Второе. Я осознаю, что в жизни происходит то, во что я верю. Я сама создаю свою реальность. Я стану таким человеком, каким хочу быть. Я буду ежедневно в течение получаса сосредоточивать мысли на качествах, которыми стремлюсь обладать, а также на действиях, которые намереваюсь совершить.

Третье. Я понимаю, насколько важен позитивный настрой. Каждый день я буду уделять десять минут обдумыванию конкретных шагов, необходимых для развития уверенности в себе.

Четвертое. Я четко сформулировала Главную цель и буду ежедневно работать над собой до тех пор, пока цель не будет достигнута.

Пятое. Я готова к служению людям и участию в

судьбе каждого человека.

Я обязуюсь следить за тем, чтобы моя деятельность никому не вредила и приносила людям только пользу. Я объединю усилия с теми, чья работа основана на тех же ценностях и убеждениях, что и моя. Я буду верить в способности и силы каждого человека. Позитивное отношение к окружающим позволит мне почувствовать поддержку и уверенность в своих силах.

Также не забывайте о формуле успеха:

$$((\text{Страсть} + \text{Талант}) \times \text{Идеи} \times \text{Действия}) + \text{Вера} = \text{Успех}$$

Вера здесь последняя по порядку, но по значимости – первая!

Далее прилагаю «Карманные молитвы» Сары О’Миары и Ивонн Фэддэрсон.

«Карманные молитвы»

Эти молитвы вы можете переписать и носить с собой. Читайте их, когда посчитаете нужным. Это поможет вам наполнить себя уверенностью и почувствовать поддержку высших сил.

О росте

Начиная свой путь, я осознаю, что буду чувствовать не

только радость и желание достичь целей. Иногда меня будут посещать сомнения и страхи. Я верю в Твою любовь и прощение, верю в то, что в основе истинного богатства лежит богатство духа.

Прошу Тебя, сделай так, чтобы моя вера становилась сильнее. Покажи мне, как из крохотных семян вырастают величественные и прекрасные леса. Надели меня скромностью и внимательностью, чтобы я никогда не терял из виду тех, кто страдает, и всегда был готов дать им необходимую заботу и защиту.

Я буду стремиться к высоким достижениям, но не забуду о том, что у меня есть и духовная миссия – укреплять в себе веру.

О преодолении трудностей

Если мой дух будет поврежден, а воля ослабнет, напости мне о знаменитом «Уцелевшем дереве».

Когда страх неизвестности вырывает с корнем мои намерения, усталость мешает развитию, а цели кажутся недостижимыми, сделай так, чтобы моя вера вновь обрела силы и устремилась в завтрашний день.

Пусть любые трудности принесут мне ценные уроки. Пусть дожди помогают моему саду расцвести, а солнечные дни станут моей заслуженной наградой. Я верю, что достигну небывалых высот благодаря сиянию Твоего света.

О процветании

Теперь я не завишу от негативных обстоятельств. Я перестал быть жертвой. Моя вера дала мне великие возможности и большую ответственность. Я вижу плоды своей веры и благодарю Тебя за то, что Ты дал мне силы пройти через множество трудностей. Я не позволю гордыне и тщеславию ослабить мой дух. Ты защищал меня и подарил мне чувство уверенности и гармонии. Теперь я должен сделать то же самое для других людей.

Снова, как в самом начале, я принимаюсь за свою скромную работу – сею семена надежды и выращиваю прекрасные деревья. Только теперь моя главная цель – уделять время тем, кто нуждается в помощи.

3. Самовнушение

Посредник между вами и вашим подсознанием

*Жизнь такова, какой мы делаем ее сами.
Так было и так будет всегда.*

Бабушка Мозес⁶

Вы когда-нибудь ругали себя за ошибки? Погружались в долгое самобичевание, вспоминая, как потерпели досадную неудачу? А бывало ли так, что вы разговаривали с самой собой в другом ключе? Пробовали ли вы как следует похвалить себя за то, что вам удалось выполнить что-нибудь из запланированного? Наверняка когда-нибудь, находясь в трудной ситуации и чувствуя себя слабой или растерянной, вы все-таки сумели настроиться на успех.

Многие из нас уже давно привыкли к внутреннему обмену репликами с самой собой. Но при этом далеко не все осознают, какое значительное влияние это оказывает на наше

⁶ Бабушка Мозес (Анна Мэри Мозес) – американская художница, представительница так называемого наивного искусства; взяла кисть в руки в 67 лет и стала знаменитой через два года. Умерла на 102 году жизни в 1962 году. – *Примеч. ред.*

умонастроение и работу подсознания. Конструктивный разговор с самой собой приводит к позитивным результатам в жизни. Деструктивный, как правило, становится причиной неудач. А с помощью самовнушения мы можем напрямую воздействовать на степень нашей уверенности в своих силах и на успешность любой нашей деятельности.

Чаще всего термин «самовнушение» понимают не совсем правильно. У многих людей это слово ассоциируется с различными эзотерическими и мистическими движениями «Новой эры» или с сеансами массового гипноза. Другие же считают, что самовнушение идет вразрез с христианством и мешает человеку укреплять свою веру в Бога. В толковом словаре Уэбстера «самовнушение» определяется как «воздействие на поведение, психическое или физическое состояние с помощью мыслительных процессов». О таком виде самогипноза было известно уже в 1890 году, то есть задолго до появления философии «Новой эры».

Наполеон Хилл утверждал: «Самовнушение – это процесс, позволяющий воздействовать на подсознание и настроиться на творческое, позитивное мышление. Если мы отказываемся контролировать работу подсознательного разума, то в него начинают проникать мысли деструктивного характера, которые затем становятся негативными убеждениями».

Каждый человек способен сознательно сосредоточиваться на позитивных мыслях и на образе своих целей. Это приводит к совершению действий, необходимых для достижения

результата. Наши действия – это то, что мы «отдаем», чтобы потом получить желаемое.

Кристалл Дуайер Хэнсен – гипнотерапевт, член Американской ассоциации гипнотерапевтов. Она помогла и продолжает помогать множеству людей решать проблемы, связанные со здоровьем, личной жизнью и карьерой. Она рассказала о том, каких результатов ей удалось достичь с помощью самовнушения.

«Самовнушение – это инструмент, доступный каждому. Чем чаще мы им пользуемся, тем сильнее и увереннее становимся.

События могут очень серьезно повлиять на нас. Далеко не всегда они меняют мировоззрение в лучшую сторону.

Когда мы находимся в ситуациях, вызывающих у нас страх или другие негативные чувства, это плохо влияет на наше восприятие действительности. Система фильтров разума, концентрируясь только на отрицательной стороне происходящего, начинает сама придумывать для нас тревоги и проблемы.

Это автоматический процесс. Он продолжается постоянно, день за днем. Если не вмешиваться в него, то вскоре мы будем чувствовать, что внешние силы и обстоятельства управляют нами, а не мы ими.

Ни одна мысль не появляется в вашем сознании просто так. Ее формирование было когда-то „одобрено“ на более глубоких уровнях вашего разума. Любой человек в со-

стоянии целенаправленно заниматься самовнушением и не допускать, чтобы подсознание произвольно выбирало какой-либо внешний стимул, заставляющий вас сильно беспокоиться или настраиваться на поражение.

Чаще всего именно женщины склонны к негативному мировосприятию, поскольку эмоциональная и интеллектуальная стороны их личности тесно связаны. Нам свойственно размышлять о множестве проблем одновременно, и в результате мы начинаем чувствовать себя растерянными, обеспокоенными. В нашем сознании многократно повторяются неприятные образы, которые затем перемещаются в подсознание и укореняются в нем.

На протяжении многих лет занимаясь гипнотерапией, я увидела, что в результате успешного самовнушения женщины получают больше положительных изменений, чем мужчины.

Обычно дамы чувствуют себя более уверенными, сильными, и им легче контролировать свою жизнь.

Наполеон Хилл писал: „Умение эффективно использовать приемы самовнушения в большей степени зависит от вашей способности сосредоточиваться на определенной цели и делать это до тех пор, пока намерение добиться желаемого не перерастет в страсть“.

Это очень важный момент. Вы должны уметь ***сосредоточиваться***. А для этого необходимы внимательность и наличие намерения. Так вы начнете все лучше и лучше понимать,

что вам нужно, и очень скоро достигнете того результата, к которому стремитесь.

После того как вы совершили шесть шагов, описанных в первой главе книги Наполеона Хилла, вам следует не просто сосредоточиться на своей цели. Вы должны представить себе, какие *эмоции* будете испытывать, когда добьетесь результата.

Если ваша цель – деньги, то подумайте: насколько свободнее вы станете себя чувствовать, приобретя их? Могут ли у вас появиться какие-нибудь дополнительные обязательства? Как все это повлияет на ваше душевное состояние? Как это повлияет на душевное состояние ваших родных и близких?

Женщины – эмоциональные существа. Бог наделил нас замечательной особенностью. Наш мозг устроен так, что мы воспринимаем действительность, по большей части, с помощью интуиции и сразу же обрабатываем информацию посредством интеллекта.

Один мой друг, психолог, сказал по этому поводу: „У женщин получаемая информация переходит из области эмоций в область интеллекта с такой же скоростью, с какой автомобили движутся по автомагистрали. А у мужчин этот путь больше похож на очень долгую, труднопроходимую дорогу”.

А если без шуток, то нам следует задуматься, почему у нас есть этот дар? И как мы можем использовать его, чтобы не только быть нужными нашим близким, но и приносить пользу всему обществу?

Наполеон Хилл писал: „Позвольте воображению поработать над образом вашей цели. Оно сформулирует четкий план действий и сделает так, что ваше желание добиться успеха начнет проявляться в виде конкретных шагов”.

Итак, желаемая сумма денег или любое другое достижение принесут вам ощущение свободы и радости. Представьте себе это ощущение, сконцентрируйтесь на нем и нанесите его, как мазок, на ту часть вашего разума, которую можно назвать „холст воображения”.

Продумайте свои действия. Вы бы хотели составить идеальный финансовый план, который позволит вашим детям поступить в колледж?

Хотели бы вы располагать достаточным количеством средств для того, чтобы приобрести дом или иметь возможность отправиться в путешествие?

Также не стоит забывать о создании хороших условий для жизни после того, как вы выйдете на пенсию. Неважно, сколько вам сейчас лет, не откладывайте решение этих вопросов на потом. Вполне возможно, что сейчас у вас вдруг возникла мысль: „Как незаметно летит время! Я даже не помню в подробностях, что произошло за последние пять лет”. Каждый человек хочет быть уверенным в своем будущем. Подумайте об этом уже сегодня.

Размышляя о достижении желаемых результатов, представляйте себе конкретные действия и обстоятельства, которые помогут вам добиться целей. Нарисуйте все это на „хол-

сте воображения". Постарайтесь создать картину, на которой будут видны все этапы вашей жизни и все ее поворотные моменты.

А еще следуйте совету Наполеона Хилла: „Спокойно и уверенно ожидайте результатов работы своего подсознания, но при этом всегда обращайте внимание на подсказки, которые оно вам дает. Подсказки могут быть разные. Из них постепенно сформируется последовательность шагов, необходимых для достижения цели. Ваша интуиция воспримет эти сигналы и мгновенно передаст их вам в виде вдохновения. Как только вы почувствуете это – немедленно начинайте действовать согласно полученным подсказкам! Знайте: таким образом вам передается информация от мудрости Вселенной. Относитесь к этому с уважением и не откладывая действия на потом. Иначе мечты так и останутся неосуществленными”.

Большинство тех, кто не может добиться успеха, просто не создали благоприятной для этого атмосферы в своих мыслях. Приемы самовнушения, которые предлагал Наполеон Хилл, позволяют избавиться от сомнений, страхов и стать более восприимчивым к сигналам Вселенной.

Вы, как магнит, всегда притягиваете в свою реальность то, во что верите сильнее всего. Поэтому образ вашей цели должен быть четким и ясным, а намерение достичь ее – твердым. Только в этом случае вы получите конкретные результаты.

Самовнушение будет эффективным, если вы станете вы-

полнять его регулярно, несмотря на сомнения и беспокойство, которые ограничивают вас в самом начале вашего пути. Проявите настойчивость и решительность. Тогда влияние мудрости Вселенной будет всеобъемлющим. Вы сможете получить ответы, которые постепенно приведут вас к процветанию.

Я всегда была убеждена в том, что Бог (Начало) говорит с каждым из нас. Но не каждый прислушивается к Нему. Многие считают, что Бог не обращает на них внимания, поскольку они недостойны этого. Но это не так. Любой достоин того, чтобы обращаться к Нему и получать ответ.

Человек был создан по образу и подобию Творца. Человек и Творец являются одним целым. Осознайте это. И тогда исчезнут все помехи, не позволяющие вам услышать мудрость Вселенной.

Следующий этап процесса самовнушения Наполеон Хилл описал так: „Мысленно сосредоточиваясь (можно делать это с закрытыми глазами) на деньгах, которыми вы хотите обладать, представьте себе работу, которую вы выполните, или услугу, которую сможете предоставить, чтобы взамен получить желаемую сумму. Это очень важно!“

Отдавать что-либо и **получать** что-то взамен. Это неотъемлемая часть жизни человека, стремящегося к успеху. Воплощение мечты в реальность – это не односторонний процесс.

Почувствуйте свою ценность, а затем сделайте так, чтобы

этим чувством сопровождалась все ваши намерения и действия. Тогда вы станете ценить и уважать себя еще больше.

Женщины склонны недооценивать свои способности, и это одна из главных причин, по которым им не удастся получить то, чего они заслуживают на самом деле».

Вы когда-нибудь занимались самовнушением? Если да, то вспомните, как оно повлияло на вашу жизнь. Если нет, то, может быть, стоит попробовать? Возможно, это и есть тот способ работы над собой, который позволит вам решить проблемы и достичь нужных результатов.

Недавно я беседовала с Диной Дуайер, председателем совета директоров «Дуайер Групп». Благодаря усилиям этой энергичной бизнес-леди компания достигла небывалых высот и предоставила множеству людей возможность стать предпринимателями.

Мы с ней обсуждали, как на нашу жизнь повлияли наши отцы, и я узнала от Дины, что ее воспитывали, в частности, и на принципах Наполеона Хилла. Особенно много внимания ее отец уделял самовнушению. Дина поделилась очень интересной и забавной историей:

«Мой отец считал, что учиться нужно начинать с самых ранних лет. Поэтому он старался делать так, чтобы мы уже в детстве следовали принципам достижения успеха. Именно такое воспитание помогло мне прийти к очень высоким результатам во всех сферах жизни.

Отец был мастером по части составления записок с раз-

ными мотивирующими фразами. Обычно он наклеивал их на нижнюю часть зеркала в ванной комнате, чтобы нам было их хорошо видно. Поэтому каждый день начинался с того, что мы чистили зубы и одновременно читали эти позитивные утверждения. Мы даже не замечали, как усваивали все то, что было написано на маленьких приклеенных листках, и, таким образом, неосознанно настраивались на высокие достижения.

К нашему подсознанию легко и надежно „приклеивалось“ все необходимое для того, чтобы добиться успеха.

У меня и сейчас на зеркале в ванной всегда висят листочки с мотивирующими утверждениями. Я беру их с собой, если отправляюсь в поездку. Я регулярно меняю эти записки и пишу на них все то, что помогает мне не забывать о результатах, которых я хочу достичь в разных сферах жизни.

Например, недавно я сделала записки, напоминающие мне о цели, связанной с нашей компанией „Дуайер Групп“.

Среди свежих записок также есть такие, на которых записаны цели, относящиеся к духовной сфере. Есть и утверждения об отдельных этапах достижения желаемого.

А еще я приклеила листок с аффирмацией „Скоро произойдет кое-что прекрасное!“. Когда я читаю эти слова, я чувствую предвкушение отличных результатов и становлюсь еще более целеустремленной.

Папа всегда обращал наше внимание на одну из самых важных идей Наполеона Хилла: „Не имеет значения, какую

цель вы выбрали. Если ваш разум может создать ее мысленный образ и поверить, что она достижима, то вы обязательно ее добьетесь".

Я научилась позитивному мышлению у своего отца, когда была еще ребенком, и очень скоро эти знания начали приносить плоды.

В начале 80-х годов в „Дуайер Групп“ нас было примерно двадцать человек. Мы стремились построить успешную компанию и достичь уровня крупных корпораций. Мне было тогда 18 лет. К тому времени у меня накопилось довольно много знаний, но я еще не понимала, как их можно применить. Я извлекла из них максимальную пользу, только когда мы начали организовывать нашу работу.

Мы набирали новых сотрудников, проводили занятия, на которых рассказывали о принципах достижения успеха, в частности и о тех, которые были сформулированы Наполеоном Хиллом.

Через некоторое время я уже работала над несколькими проектами в отделе недвижимости. Я повысила свой профессиональный уровень, стала более уверенной в себе. Сотрудничая с людьми, которые были старше меня, я не только чему-то училась у них, но и сама уже могла делиться опытом.

Меня не пугало то, что я еще многого не знала и не умела. Наоборот, мне было интересно двигаться дальше и развиваться.

С годами я не перестала применять такой способ дости-

жения целей, как самовнушение. Кстати, в этом могут сослужить хорошую службу любые обыденные вещи и самые привычные действия. Например, в своем компьютере я установила пароль, который представляет собой аффирмацию. А на странице в „Твиттере“ я делюсь со своими подписчиками вдохновляющими цитатами.

У меня есть браслет, который я приобрела, когда была в Святой земле. В него вделаны две монетки, напоминающие о взносе бедной вдовы. В Библии говорится, что она положила всего две лепты в сокровищницу иерусалимского храма, в то время как пожертвования богатых были гораздо больше. Но Иисус объяснил ученикам, что вклад вдовы – самый ценный, поскольку она, в отличие от богачей, отдала все деньги, которые имела.

Я постоянно ношу этот браслет, чтобы не забывать о том, как важно *отдавать*, то есть посвящать делу все свое время и не жалеть сил.

Миссия компании „Дуайер Груп“ – обучать людей принципам достижения успеха во всех сферах жизни. Что касается меня, то я добиваюсь высоких результатов, потому что применяю, помимо всего прочего, самовнушение. Оно может осуществляться в разных формах. Главное – найти самый эффективный для себя прием и использовать его регулярно».

Мои личные опыт

Самовнушение сыграло очень важную роль во всех моих достижениях. Даже когда я занималась им неосознанно. Например, я вспоминаю наши разговоры с отцом, всегда начинавшиеся с вопроса: «Шэрон, смогла ли ты сегодня сделать что-нибудь хорошее и полезное для людей?» Уверена, именно этот ежедневный ритуал очень сильно повлиял на мое мировоззрение. Во мне появилось желание посвящать себя помощи окружающим людям, и это определило весь мой дальнейший путь.

Подход Кристалл Дуайер Хэнсен к решению проблем с помощью самовнушения очень эффективен. Я знаю это, потому что в течение некоторого времени, когда у меня в жизни был довольно трудный период, она помогала мне разбираться в сложных ситуациях и правильно применять самовнушение.

В главе «Вера» я рассказала вам о том, как однажды приняла решение закончить карьеру бухгалтера. Мне предложили должность в новой для меня сфере деятельности – предпринимательстве. Но у меня было много сомнений. Я записала все положительные и отрицательные стороны предстоящей работы. Однако это не помогло прояснить ситуацию и несколько не успокоило меня: число преимуществ и недостатков получилось примерно одинаковым.

Но потом, сидя и размышляя над этим списком, я вдруг начала выводить в верхней части листа слова: «Почему бы нет?» Мне показалось, будто какая-то высшая сила прошептала мне эту короткую фразу, и я неосознанно записала ее. Я подумала: «Действительно, почему бы нет? Почему бы не попробовать что-то новое? Посмотрим, к чему приведет меня эта возможность».

С тех пор слова «почему бы нет?» стали основой моего мировосприятия. Я часто повторяю их про себя, чтобы выйти за рамки всего того, к чему привыкла. Так я покидаю зону комфорта и получаю возможность по-новому взглянуть на все происходящее.

Перестать бояться неизвестности можно, если вы выявите свое настоящее желание, свое искреннее увлечение в жизни. Оно поможет вам преодолеть психологические барьеры и заставит двигаться вперед.

Но имейте в виду: *заглянуть за рамки привычного и покинуть зону комфорта* не означает решиться на что-то незаконное!

В главе «Вера» я также поделилась с вами историей о другом поворотном моменте в моей жизни. Он был связан с решением прекратить работу в крупной компании. К несчастью, осуществить это в короткий срок мне не удалось. Мой уход с должности растянулся почти на полтора года и сопровождался большими трудностями.

Это, конечно же, повлияло на меня. Я испытывала силь-

ный стресс. Моя подруга прислала мне книгу Брюса Уилкинсона «Молитва Иависа». Об Иависе в Библии сказано, что он «...был знаменитее своих братьев. Мать дала ему имя Иавис, сказав: я родила его с болезнью» (1 Пар. 4:9). И тогда он воззвал к Богу.

Я прочитала его молитву, и мое душевное состояние намного улучшилось. Вот эти слова: *«...о, если бы Ты благословил меня Твоим благословением, распространил пределы мои, и рука Твоя была со мною, охраняя меня от зла, чтобы я не горевал!..»* (1 Пар. 4:10).

Я произношу молитву Иависа каждый день, иногда несколько раз. Особенно часто делаю это, если день выдается трудный. Она напоминает мне о том, как важно, занимаясь земными делами, помнить о любви и внимании Создателя. Вера дает мне силы не только решать свои проблемы, но и помогать ближним. Тогда в конце дня я могу с радостью и гордостью ответить на вопрос, который мне когда-то задавал отец: «Шэрон, смогла ли ты сегодня сделать что-нибудь хорошее и полезное для людей?»

Одна из моих главных целей в жизни – сделать так, чтобы во всем мире финансовое образование входило в обязательную школьную программу. Я являюсь членом Консультативного совета при президенте США и Американского института дипломированных бухгалтеров.

Это позволяет мне высказывать свое мнение и влиять на ситуацию уже на более высоком уровне.

Для того чтобы осуществить задуманное, однажды я записала:

«К 2015 году финансовое образование станет одной из основных частей школьной программы. Для достижения этой цели я начну выполнять необходимые задачи в своем родном штате Аризона. Я приложу все старания для того, чтобы некоммерческие организации, лидеры различных сообществ и представители власти приняли решение объединить усилия. Таким образом, мы поспособствуем принятию закона, благодаря которому каждый учащийся школ Аризоны сможет получить финансовое образование».

20 июня 2013 года губернатор Аризоны Джен Брюэр утвердила законопроект, ставший первым шагом к изменениям в среднем образовании, которые я стремилась осуществить.

Сейчас я имею возможность поспособствовать таким же положительным сдвигам в остальных штатах. А затем и во всем мире. Я посещаю разные регионы, сотрудничаю с представителями многих сообществ, доказывая важность включения финансового образования в школьную программу. Моя задача – привлечь как можно больше людей к работе в этом направлении.

Мудрые высказывания выдающихся женщин

Элис Мэйнэл (1847–1922), английская поэтесса:

«Счастье зависит не от обстоятельств, а от того, что происходит в твоём разуме».

Кэтрин Мэнсфилд (1888–1923), знаменитая новозеландская писательница:

«Если мы изменим что-либо в нашем мировоззрении, то мы не только посмотрим на жизнь по-новому. Сама жизнь станет другой. Мир начнет выглядеть иначе, потому что мы стали воспринимать его иначе».

Эйн Рэнд (1905–1982), писательница и философ:

«Каждый человек в состоянии добиться таких результатов, каких ему хочется или на какие, по его мнению, он способен. Однако именно его мнение о своих способностях целиком определяет, насколько высоко он сможет подняться».

Паломница мира (1908–1981), американская пацифистка:

«Сознательно управляя своими мыслями, вы создаете определенное внутреннее состояние и способствуете изменению окружающей действительности. Поэтому мыслите

позитивно, сосредоточивайтесь на самом лучшем, что может произойти. Думайте о таком исходе событий, который вам хотелось бы увидеть больше всего».

Барбара Дэ Анджелис, писательница, консультант по межличностным отношениям:

«Только от вас зависит, станете вы счастливым человеком или нет. А для этого у каждого из нас есть возможность изменить что-то либо в своей жизни, либо в себе самом».

Итак, думаю, теперь вы осознали, что изменить жизнь вам помогут искреннее увлечение каким-либо делом (страсть), **вера** и **самовнушение**.

Следующий, четвертый шаг к процветанию – **специальные знания**.

Спросите себя

Записывайте в дневник все свои мысли и идеи. Не забывайте продумать шаги, необходимые для выполнения своего плана действий.

Каково ваше представление о самой себе? Подумайте и постарайтесь ответить на вопрос: «Кто я?» Запишите ответы.

Скорее всего, вы сразу вспомнили о том, что вы: *жена, мама, сестра, менеджер, бизнес-леди* и т. д. А написали ли вы в качестве ответа свое имя?

К сожалению, многие женщины определяют свою

личность только теми ролями, которые они играют в жизни других людей. Однако прежде всего каждая из нас должна осознать свое истинное «Я» и понять, чего она хочет достичь. Это самое главное. И если мы этого не сделаем, то нам не удастся быть на высоте во всех остальных сферах жизни.

Вы такая, какая есть. А с помощью самовнушения вы сможете развить свои способности и достичь высочайших результатов.

Теперь вспомним о внутреннем общении с самой собой. У вас оно обычно позитивное и воодушевляющее или скорее негативное? Всегда обращайте внимание на этот разговор и старайтесь делать его конструктивным. Если в каком-то деле вы совершили ошибку, то проанализируйте произошедшее.

Сосредоточьтесь не на отрицательной стороне, а на ценном опыте, который вы приобрели.

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.