

## Як втілити в життя

### Усвідомте власні мрії

Про що ви мрієте? Чого прагнете досягти? Які мрії вважаєте найважливішими?

Запишіть відповіді на папері, проілюструйте їх кресленнями і малюнками. Це допоможе вам побачити цілісну картину, встановити зв'язки між ідеями і думками та відновити в пам'яті забуті цілі й бажання. Ось кілька запитань вам на допомогу:

- Чим ви любили займатись у дитинстві? Ким мріяли стати?
- Якби вам не треба було заробляти гроші, що ви хотіли б робити?
- Що зараз у житті вам подобається найбільше?
- Чим ви волієте займатися у вільний час?
- Чому ви можете позаздрити, спостерігаючи за життям своїх друзів чи колег?

### Будьте оптимістом і вірте у свою мрію

Подумайте, яким чином ви досягатимете своєї мрії, і зауважте, чи не з'являються у вас побоювання або негативні думки. Можливо, ваш внутрішній голос шепоче: «Я вже не настільки молодий, щоб це робити», або «Я одружений, мушу сплачувати іпотеку, тому не можу зараз різко змінити життя», або «Батьки будуть проти». Успішні люди скажуть вам, що завжди знайдеться причина відмовитись від чогось, тож треба мати мужність і сили зробити перший крок.

### Виберіть спосіб здійснити свою мрію

Усвідомивши, чого потребує здійснення мрії, ви можете збентежитись і навіть злякатись. Однак у наступних 99 розділах книги ви знайдете засоби і рішення, які допоможуть позбутися страху. Головне – усвідомити, де ви перебуваєте зараз і де хочете опинитись, а також зрозуміти, чим і як заповнити відстань між цими двома точками. Зробити це нелегко. Тому раджу заручитися підтримкою близьких, а в ідеалі – об'єднатися з однодумцями, щоб разом іти до спільної мети.

# ЗВЕРТАЙТЕСЯ ПО ДОПОМОГУ

«Той, хто занадто серйозно ставиться до себе, завжди ризикує видатися смішним — на відміну від того, хто вміє посміятись із себе».

Вацлав Гавел

Зізнання «я не знаю» потребує неабиякої сміливості. Здатність вимовити ці слова вже є позитивом і свідчить про те, що ви не ставитеся до себе надто серйозно. Вміння чесно визнати, що ви не завжди знаєте відповідь, — одна з найкращих властивостей людини. Не намагайтеся вдавати із себе ідеальну людину — це призведе лише до розчарування. А якщо ви спроможні визнавати свої недоліки і недосконалість, то поряд завжди будуть люди, готові вас підтримати.

Багато людей поводяться так, ніби в будь-якій ситуації знають, що треба робити. Дехто намагається вдавати впевненість, навіть коли насправді потребує допомоги. Під тиском обставин — і вдома, і на роботі — люди нерідко вдають, що знають відповіді на всі запитання.

А секрет полягає в тому, щоб сказати (коли це доречно): «Зачекайте хвилинку, я маю подумати, що робити».

Коли життя кидає вам виклик, дуже спокусливо твердо стояти на своєму, не зважаючи на поради і пропозиції інших. Однак успішні люди завжди готові визнати, що помилилися або просто не знають, як краще вчинити.

Життя буває непередбачуваним і непевним. Не можна завжди мати рацію. Іноді потрібно заспокоїтися, відступити, визнати, що потребуєте допомоги, і ... припинити сприймати себе надто серйозно.

Не намагайтеся вдавати із себе ідеальну людину — це призведе лише до розчарування.

## Як втілити в життя

### Знайдіть свою слабину

Подумайте над такими речами:

Чи ви колись уперто стояли на своєму, відмовляючись навіть припустити, що можете помилятися?

Чого ви намагаєтесь не помічати і чому? Чи завжди розумієте алгоритм своїх дій? Чи стараєтесь узяти гору в будь-якій суперечці? Чи зважаєте на те, що кажуть молодші від вас люди? Ви готові хоча б іноді відступити чи завжди намагаєтесь будь-якою ціною перемогти?

Погодьтеся змінити свою поведінку, стати більш відкритим і неупередженим. Протягом сьогоднішнього дня, приймаючи рішення, намагаючись дати відверту відповідь на поставлені питання, спробуйте з'ясувати для себе: «Можливо, я щось упустив? Можливо, чогось не помічаю?»

### Вам потрібна довірена особа – «придворний блазень»

Виявляти власні недоліки вкрай важко. Попросіть когось із членів родини, друга або колегу стати вашою довіреною особою, таким собі придворним блазнем. Ця людина може прямо сказати вам, як блазень середньовічному королю, що ви занадто вперті, що робите із себе посміховисько, ставитеся до себе надто серйозно. Хай краще вона вкаже на ваші помилки, ніж це зроблять інші.

### Навчіться сміятися із себе

Успішні люди зазвичай добре вміють жартувати, іронізувати над своїми хибами, визнавати власні помилки. Намагайтеся і ви вчасно визнати свою неправоту, з гумором поставитись до, можливо, неприємної ситуації.

# ТВОРИТЬ СВОЄ МАЙБУТНЄ

«Майбутнє — це не те, що настає, а те, що ми творимо».

Леонард Світ

Успішні люди ніколи не покладаються на шанс чи долю. Можливо, коли йдеться про таку людину, ви думаєте, що їй просто пощастило опинитися в належному місці у потрібний час. Однак істина полягає в тому, що кожна мить щасливої вдачі є результатом багатьох годин (чи навіть років) наполегливої праці.

Недостатньо мати лише мрії та план їх здійснення. Щоб втілити план у життя, треба усвідомити, що ви самі творите своє майбутнє, а не щасливий шанс чи доля визначають, що з вами станеться. А для цього потрібно виробити відповідний спосіб мислення і повністю контролювати ситуацію. Приготуйтеся завзято працювати, іноді жертвувати і ризикувати, тобто робити все, що знадобиться.

Ніколи не здавайтесь, не відмовляйтеся від свого майбутнього. Я працював з багатьма людьми, які навіть не намагалися впливати на власну долю. Вони не брали на себе відповідальність, вигадуючи непереконливі виправдання і звинувачуючи у своїх теперішніх та майбутніх невдачах інших людей або брак везіння. Адже так легко запевнити себе: якщо зараз не пощастило, то і в майбутньому не поталанить. Дуже важливо вчасно побороти подібний фаталістичний настрій, якщо ви дійсно хочете досягти успіху в майбутньому.

Багатьом успішним людям довелося долати безліч труднощів на шляху до своєї мети. Згадайте Вінстона Черчилля, який, перш ніж стати видатним прем'єр-міністром Великої Британії, упродовж багатьох років зазнавав невдач у політичній кар'єрі.

Не дозволяйте тому, що сталося в минулому, визначати ваше майбутнє. Адже головне — це те, як ви налаштовані. Чи готові ви повірити, що власними руками творите своє майбутнє або, перефразовуючи вірш Вільяма Ернста Генлі *Invictus*, що ви — володар своєї долі\*?

.....  
\* Кожна мить щасливої вдачі є результатом багатьох годин (чи навіть років) наполегливої праці.  
.....

\* Вільям Ернест Генлі — англійський поет, видавець і критик. Вірш *Invictus* («Нескорений») написано у 1875 році. В перекладі Маріанни Малиної (2008) останні рядки вірша звучать так: «Я — вільний, я — духу свого капітан. Володар своєї я долі».