



ЛУЧШИЕ ШПАРГАЛКИ
ДЛЯ БУДУЩЕГО БОГАЧА

ШКОЛА СТИВЕНА КОВИ

10

ШАГОВ

К ЭФФЕКТИВНОСТИ
И БОГАТСТВУ



Валентин ШТЕРН

Лучшие шпаргалки для будущего богача

Валентин Штерн

**Школа Стивена Кови. 10 шагов
к эффективности и богатству**

«Издательство АСТ»

2011

Штерн В.

Школа Стивена Кови. 10 шагов к эффективности и богатству /
В. Штерн — «Издательство АСТ», 2011 — (Лучшие шпаргалки
для будущего богача)

Книга адресована всем тем, кто собирается в ближайшее время реально разбогатеть, следуя советам выдающегося специалиста современности Стивена Кови. Книги доктора Кови научили миллионы читателей управлять силой естественных законов личной эффективности, помогли им встать на путь обретения богатства и успеха. Возможно, у вас нет времени и средств, чтобы купить и прочесть все работы Стивена Кови, но теперь у вас есть эта книга – она исчерпывающе раскроет секреты обретения навыков высокоэффективного человека – секреты процветания и успеха.

© Штерн В., 2011

© Издательство АСТ, 2011

Содержание

Вступление. Дверь к успеху открывается изнутри	5
Шаг 1. Начните менять свою реальность!	9
Успех начинается со свободы выбора	9
Найдите паузу между раздражителем и реакцией	11
Оставаться реактивным или стать проактивным – зависит от вас	13
Если вы не действуете, то сами становитесь объектом чьих-то действий	15
Сужайте круг забот, расширяйте круг влияния	16
Конец ознакомительного фрагмента.	17

Валентин Штерн

Школа Стивена Кови. 10 шагов к эффективности и богатству

Вступление. Дверь к успеху открывается изнутри

Почему об успехе и способах его достижения так много говорится – а в реальности лишь немногие люди могут похвастаться тем, что достигли прочного, стабильного успеха?

В самом деле, на полках магазинов множество пособий, раскрывающих тайны успеха, обучающих способам эффективного поведения, взаимодействия с другими людьми, обретения благополучия и финансовой состоятельности. Казалось бы, читай книги, учись, преуспевай, обогащайся! Но – не тут-то было. Множество людей остаются неудовлетворенными своей жизнью. Они искренне хотят успеха, благополучия, процветания. И не просто хотят, а, казалось бы, делают для этого все, что могут. Они трудятся не покладая рук! Но успех вновь и вновь ускользает, оказываясь где-то далеко, за горизонтом. А вместо успеха мы получаем постоянный стресс, нехватку денег и времени, недовольство работой, начальниками, подчиненными, семейными отношениями, и в итоге – ощущение бессмысленности жизни, отчаяние из-за неудачных попыток вырваться из этого замкнутого круга и начать наконец жить «по-человечески».

В чем причина? Неужели настоящий успех для большинства настолько неуловим, что так и обречен оставаться миражом, эфемерной мечтой, нераскрытой тайной?

Стивен Кови, всемирно признанный эксперт в вопросах руководства, управления и межличностных отношений, руководитель крупнейшей международной корпорации, занимающейся консультированием по вопросам повышения эффективности работы компаний, автор нескольких бестселлеров, из которых самый известный – «Семь навыков высокоэффективных людей», раскрывает подлинные секреты успеха и убедительно демонстрирует нам, что успех не так уж неуловим, что он доступен на самом деле каждому из нас. Все дело в том, что большинство людей подходят к успеху не с той стороны. Это все равно, что строить дом, начиная с крыши – вся работа в итоге будет обречена на провал.

Большинство из нас привыкли думать, что мы слишком зависим от обстоятельств и различных внешних факторов. В наших бедах виноваты все вокруг: правительство, начальники, супруги, дети, родители, трудное время и вообще «такая жизнь». Ища причины вовне, мы не замечаем, что просто-напросто недооцениваем себя, свои собственные возможности по преобразованию реальности. Недооценивая себя, мы недооцениваем и других. Мы не берем в расчет даже свои собственные глубинные потребности, переживания, особенности личности, и тем более не придаем значения внутреннему миру других людей, с которыми приходится иметь дело. По сути мы относимся и к себе, и к другим потребительски, как к вещам, а не к живым людям.

Мы хотим от себя и других результата, и прежде всего результата. Мы делаем ставку на результат, на конечный продукт – какой бы сферы жизни это ни касалось: бизнеса, творчества, отношений в семье, с друзьями и родными. Подчиненный должен выполнять свою работу. Начальник должен платить деньги. Ребенок должен слушаться. Жена должна исправно вести хозяйство. Муж должен хорошо зарабатывать. И так далее, и тому подобное.

Если же другие люди по каким-то причинам не хотят или не могут выдать нужный нам результат – мы очень редко задумываемся о том, какие *у них* на это есть причины. Может быть, они устали или плохо себя чувствуют. Может, они переживают из-за чего-то, чем-то опечалены.

Может, они решают какие-то собственные задачи. Но нас это не волнует. Нам надо, чтобы они вели себя так, как нам хочется. Ради этого мы можем надавить, применить силу. Или добиться своего хитростью, попытаться обмануть, подольститься.

Мы можем добиться таким образом своего – и добиваемся! Но не замечаем, как сами разрываем какие-то очень тонкие нити, связывающие человеческие души. Как уходит из отношений тепло и взаимопонимание. Как вместо живого человеческого общения возникает взаимодействие бездушных автоматов, которые хотят друг от друга только внешнего результата, продукта, но которых нисколько не интересует, что же происходит у другого внутри.

Очень часто мы и сами себя превращаем в какой-то автомат, машину, которая должна целый день крутиться и вертеться, добывать деньги, выполнять массу функций, выдавать и выдавать результаты... На внешние обстоятельства мы при этом тоже реагируем автоматически. На нас кричат – мы гневаемся в ответ. Нас обижают – мы обижаемся. Нас обманывают – мы мечтаем отомстить. Мы становимся просто марионетками, которых в любой момент может кто угодно дернуть за веревочку. Мы превращаемся в безвольную жертву обстоятельств, забывая о том, что у нас есть свободная воля и выбор.

Такая жизнь «на автомате» просто не в состоянии привести нас к успеху, как бы мы ни рвались к нему изо всех своих сил. Такое бесчеловечное отношение к себе и к другим не может породить ничего, кроме душевной боли и вечной неудовлетворенности.

Стивен Кови называет такое потребительское, «вещественное» отношение к самим себе и к другим людям наследием индустриальной эпохи. Главной движущей силой экономического процветания стали машины и капитал. Люди же оказались своего рода приложением, обслуживающим персоналом для машин и капитала. Обслуживающий персонал не представляет собой ценности – его можно легко заменить. А чтобы он работал хорошо, его надо контролировать. Делалось это просто – кнутом и пряником. Так люди стали объектом действия – по сути уподобились вещам, неодушевленным существам. Никем не принимался в расчет тот факт, что у каждого человека кроме тела есть еще разум, сердце и дух.

Времена меняются, индустриальный век остался в прошлом. И чем дальше – тем больше страданий, боли и неудовлетворенности приносит нам привычка относиться к себе и к другим как к вещам. Множество людей жаждут реализовать свою глубинную суть, не быть просто функцией, машиной, ориентированной на некий общественно полезный результат. Мы общаемся через Всемирную Паутину, заводим блоги и собственные страницы в Интернете именно потому, что хотим, наконец, открыть в себе свой собственный голос, явить себя миру такими, какие мы есть. Мы ищем в этом отдушину... Но в реальном, не виртуальном мире, как правило, все остается по-прежнему.

Множество пособий, обучающих тому, как стать успешным, нацелены опять же на внешние признаки успеха. По сути они учат не тому, как *быть* успешным, а тому, как *казаться* таким. Как обрести имидж успешного человека. Как себя вести, чтобы понравиться другим. Как произвести впечатление. Как влиять на людей. Как управлять другими. Как разговаривать, как общаться, чтобы добиться своего. По сути, все это – инструкции для манекенов, а не для живых людей. Да, вы действительно можете при помощи этих приемов добиться своего и достичь *временного* успеха. Внешними уловками можно обмануть других на время. Можно обмануть даже самого себя. Но долгосрочного успеха и прочных человеческих отношений таким образом построить невозможно.

Пытаться идти к успеху от каких-то внешних его признаков – это и означает строить дом не с того конца, начиная с крыши. Стивен Кови предлагает другой путь: от внутреннего к внешнему.

Нужно прекратить относиться к себе как к машине. Нужно перестать недооценивать свои творческие возможности. Нужно обрести наконец данную нам природой свободу – и прежде всего свободу выбора: не быть бездушными марионетками, жертвами обстоятельств. Начать

создавать свою собственную реальность, но не крутятся, как прежде, словно белка в колесе – а обретя свой собственный голос и включив в дело великие созидательные возможности, которыми обладают в совокупности все четыре измерения человеческого существа – тело, разум, сердце и дух.

Стивен Кови убедительно показывает, что такие понятия, как честность, справедливость, совесть, доверие, добродетель не только не устарели, как думают некоторые, но остаются базовыми законами человеческих взаимоотношений. Они действуют во всех сферах жизни, включая и деловую. Обойти эти законы невозможно – можно либо следовать им, либо разбиться о них. Лишь только те, кто следует им, добивается стабильного успеха. Остальные могут возвыситься на короткое время – но затем неминуемо терпят крах.

Стивен Кови предлагает нам не только стать успешными, эффективными людьми во всем, чем бы мы ни занимались – но обрести свое собственное подлинное величие и истинное человеческое достоинство.

В этой книге в краткой, доступной форме изложены основные постулаты системы Стивена Кови в их практическом аспекте. Автор надеется, что предложенные здесь десять шагов помогут вам изменить свою жизнь к лучшему, начать жить более эффективно, достигать своих целей, и, как следствие, получать от жизни больше удовлетворения, радости и других положительных эмоций.

Из отзывов первых читателей, ознакомившихся с рукописью книги:

«Все положения системы Стивена Кови изложены в сжатой, емкой форме и вместе с тем поданы в необходимом объеме и с исчерпывающей глубиной. Этого достаточно, чтобы не тратя времени на изучение и постижение всех книг Кови, в короткий срок совершить переворот в своем мировосприятии и открыть свой собственный ключ к успеху».

«Основные положения системы Стивена Кови не просто хорошо изложены, но еще и обстоятельно разъяснены, снабжены вдумчивыми, глубокими, и вместе с тем четкими и ясными комментариями. То важное, что могло ускользнуть от внимания читателя при ознакомлении с оригинальными работами Кови, здесь получает абсолютно адекватное, не противоречащее духу и букве первоисточника, и вместе с тем более доступное и понятное для русскоязычного читателя толкование».

«В книге с абсолютной убедительностью доказано, что двери к успеху открываются изнутри, и даны четкие и эффективные инструменты, помогающие сделать это так, чтобы вам не могли помешать ни обстоятельства, ни другие люди. Это чрезвычайно полезное чтение для всех, кто хочет проложить свою дорогу к успеху, открыв свой собственный голос, и начать помогать в этом другим. Прочитав книгу вы, возможно, поймете, что готовы стать эффективным лидером, даже если раньше думали, что не способны к этому. И, безусловно, для вас откроются секреты налаживания межличностных отношений. Поняв себя, вы начнете понимать других. И в вашей жизни просто не останется места для душевной боли и неудовлетворенности...»

Вы сможете при желании обращаться к этой книге снова и снова. Это не просто шпаргалка, свод правил или постулатов, а действенная система достижения успеха в любой области, включающая достаточное количество тренировочных упражнений, практических заданий, а

также вопросов и размышлений, подталкивающих читателя к самостоятельным выводам и собственной инициативе в области саморазвития. Автор стремился в этом кратком пособии представить всю полноту практического аспекта работ Стивена Кови, чтобы читатель мог получить в свое распоряжение систему Кови в действии.

А если вас интересуют труды Стивена Кови настолько, что вы захотите более подробно ознакомиться с ними, рекомендуем вам обратиться в первую очередь к следующим его работам:

Семь навыков высокоэффективных людей: Мощные инструменты развития личности. – М.: Альпина Бизнес Букс, 2006.

Восьмой навык: От эффективности к величию. – М.: Альпина Бизнес Букс, 2007.

Главное внимание – главным вещам (Первое – прежде всего). – Колибри, 2003.

Шаг 1. Начните менять свою реальность!

Если наше представление о самих себе формируется только социальным зеркалом – бытующей на данный момент социальной парадигмой, а также мнениями, установками и парадигмами окружающих нас людей, – то такое представление подобно отражению в кривом зеркале.

Стивен Кови. Семь навыков высокоэффективных людей

Успех начинается со свободы выбора

Большинство из нас – независимо от того, где, когда, как мы воспитывались и в какой стране живем – с детства слышали наставления и поучения, призывающие нас как можно лучше вписаться в окружающее человеческое сообщество. «Надо жить как принято у людей», «Будь как все люди», «Так себя не ведут», «Будешь так себя вести – над тобой все будут смеяться», «Делай не то, что ты хочешь, а то, что от тебя требуется», – эти и подобные призывы срабатывали на определенном отрезке времени и даже приносили благие плоды, помогая развивающейся личности лучше адаптироваться к социуму. Но они же сослужили очень плохую службу: привили нам ложное представление о том, что мы не имеем права быть самостоятельными, свободными, независимыми, что наш успех или неуспех зависит исключительно от внешних обстоятельств и других людей. И если хочешь успеха – будь добр приспосабливайся, а иначе ничего у тебя не выйдет!

Для многих людей такая тактика срабатывала. И помогала достигать видимого успеха. Хотя внутри у них частенько присутствовал привкус горечи и разочарованности. Но ведь об этом никто не знал, кроме них самих. Поэтому для социума такие люди вполне могли считаться успешными.

Но время меняется очень быстро. То, что срабатывало в веке двадцатом, все реже и реже приносит позитивные плоды в веке двадцать первом. Человеческое «Я», его личность и душа все больше требуют реализации в своей уникальности и неповторимости. Все меньше нам хочется слепо подстраиваться под обстоятельства и других людей. Но принятые в обществе стереотипы поведения заставляют делать это снова и снова. В итоге – все меньше успеха и все больше разочарований.

Стивен Кови предлагает вырваться из замкнутого круга этих устаревших понятий и стереотипов. А для этого нам надо в первую очередь осознать, насколько привычка зависеть от обстоятельств и других людей лишает нас свободы и буквально парализует нашу способность к действию, а значит, и к достижению успеха.

Иными словами – чтобы выбраться из тюрьмы, надо как минимум осознать, что мы находимся в тюрьме. В данном случае «тюрьма» создана нами самими: мы лишаем себя свободы своего собственного выбора и идем на поводу у того выбора, который нам то и дело навязывает окружающая действительность. При этом нам может даже казаться, что свободы выбора у нас нет. На самом деле она есть, но мы сами надеваем на свои глаза шоры, чтобы не видеть этого.

Например, вы говорите: «От меня ничего не зависит, вот если бы я жил в другой стране, я бы мог стать богатым и преуспевать». (Варианты: «если бы у меня была другая работа, другой муж (жена), другое образование», и т. д.) Задайте себе вопрос: вы действительно хотели бы жить в другой стране (иметь другую работу, и т. д.)? Тогда почему вы ничего не делаете, чтобы приблизить эту цель? Почему вы считаете, что это выбор, который кто-то сделал за вас? Может

быть, пора взять ответственность на себя и сделать свой собственный выбор? Тогда вы придете к выводу: решение проблемы не «где-то там», оно – в вас самих.

Успех начинается со свободы выбора. И первое, что мы должны осознать: все, что происходит в нашей жизни – это результат выбора, который делаем мы сами.

Найдите паузу между раздражителем и реакцией

Нам трудно обрести свободу выбора не потому, что мы такие ленивые и безвольные. Причина – в стереотипе поведения, складывавшемся в человеческом сообществе веками. Пока этот стереотип довлеет над нами, мы не осознаем, что способны сами делать выбор и управлять своей жизнью. Под действием этого стереотипа мы реагируем на воздействия внешней среды автоматически, не давая себе паузы, чтобы задуматься и сделать шаг в другом направлении. То есть мы полностью отдаем себя во власть внешних влияний, даже не подозревая, что лишь от нас зависит, поддаваться этим влияниям или нет.

Обычная схема действия привычного стереотипа человеческого поведения выглядит так: возникает какой-то раздражитель (воздействие извне) – сразу же за ним следует реакция, продиктованная этим раздражителем.

Например:

- ◆ вы заболели (раздражитель) – начинаете страдать, переживать, впадать в уныние (реакция),
- ◆ вас критикуют и ругают (раздражитель) – вы несчастны (реакция),
- ◆ на улице плохая погода (раздражитель) – у вас плохое настроение (реакция).

В подобных случаях получается, что главная сила, определяющая ваше состояние и ход вашей жизни – это внешние раздражители. А вы сами превращаетесь в безвольную марионетку, запрограммированную реагировать тем или иным образом. Даже ваша собственная реакция от вас не зависит!

Но достаточно сделать простую вещь – взять паузу между раздражителем и реакцией, чтобы понять, что реакция на самом деле может зависеть от вас. Что у вас есть выбор – реагировать так или иначе.

В таком случае внешние раздражители перестанут быть главной действующей силой в вашей жизни и судьбе. Наивысшее значение приобретет то, как вы реагируете на них. Именно ваша реакция станет главной действующей силой в вашей жизни. Это будет означать, что вы руководствуетесь своим свободным выбором, а не внешними обстоятельствами. Ведь лишь от вас зависит, как вы относитесь к этим обстоятельствам и что с ними делаете.

Вот, например, как вы можете изменить свою реакцию в перечисленных выше ситуациях:

- ◆ вы заболели (раздражитель) – пауза (свобода выбора) – вы решаете собраться с духом, преодолеть болезнь, изменить образ жизни, получить опыт преодоления и стать сильнее (реакция),
- ◆ вас критикуют и ругают (раздражитель) – пауза (свобода выбора) – вы решаете изменить жизнь и больше не иметь дела с тем, кто плохо относится к вам; либо делаете выбор относиться к этому человеку с благодарностью, как к учителю, воспитывающему в вас терпение и стойкость (реакция),
- ◆ на улице плохая погода (раздражитель) – пауза (свобода выбора) – вы решаете пойти в солярий, в бассейн или в спортклуб; чем-то порадовать себя и друзей, устроить праздник; либо просто вспоминаете, что за тучами всегда светит солнце, и продолжаете радоваться жизни (реакция).

Попробуйте брать паузу между раздражителем и реакцией, и вы поймете: одно лишь осознание, что у вас есть свобода выбора, является мощным воодушевляющим переживанием. «Ура, я свободен!» – может быть, захочется воскликнуть вам. Это значит, вы на правильном пути. На том пути, на котором к вам вернутся сила и власть над вашей жизнью, – которые всегда у вас были и есть, но о которых вы немножечко забыли.

«Разумеется, какие-то события могут доставлять нам моральные страдания или вызывать материальные трудности. Но наш характер, наша

внутренняя сущность ни в коей мере не должны страдать от этого. Собственно говоря, наши самые тяжелые испытания становятся тем горнилом, в котором выковывается наш характер и развиваются наши внутренние силы – свобода, необходимая для того, чтобы справляться с будущими тяжелыми обстоятельствами и воодушевлять на это других людей».

Стивен Кови, Семь навыков высокоэффективных людей

Остаться реактивным или стать проактивным – зависит от вас

В терминологии Стивена Кови быть реактивным – это значит подчиняться первой автоматической реакции на обстоятельства. Реактивные люди зависят от внешних условий, от социальной среды, от мнения о них других людей. По сути дела, такие люди отдают себя во власть кому угодно и чему угодно. Если обстоятельства складываются хорошо и другие люди хорошо к ним относятся – то и они чувствуют себя хорошо. Но если вдруг что-то начинает складываться не так, как им бы хотелось, или кто-то из их окружения начинает относиться к ним плохо – им тоже становится плохо. Таким образом, кто угодно и что угодно могут управлять ими, дергая за ниточки, как марионетку, и заставляя переходить из одного эмоционального состояния в другое.

Тогда как проактивный человек – тот тот, кто не дает власти над собой первой импульсивной реакции на внешние обстоятельства. Это человек, чьи реакции зависят вовсе не от других людей и обстоятельств, а только от него самого.

Как прекратить быть реактивным и стать проактивным?

Для этого необходимо найти в себе те силы, которые помогут вам в паузе между раздражителем и реакцией сделать свой собственный свободный выбор.

Вот эти силы:

- ◆ самосознание,
- ◆ воображение,
- ◆ совесть,
- ◆ независимая воля.

Собственно, эти силы и искать не надо – они даны каждому человеку от природы. Надо просто о них вспомнить.

Самосознание – это ваша способность осознать, что у вас есть собственные ценности, собственное представление о себе самом и собственное знание, что для вас хорошо, а что плохо. Другие люди не могут иметь об этом точного представления – это решаете только вы. У вас есть своя истина, и ваша задача – следовать ей, а не подчиняться чужим истинам, принимая их за свои. Таким образом, вы не позволите мнению других людей влиять на вас, так как будете знать, что ваше собственное представление о себе является более правильным, полным и точным.

Воображение – это способность в своем уме создавать что-то, независимое от окружающей действительности. Вы можете всегда представить себе другие варианты развития событий – не те, которые продиктованы первой импульсивной реакцией, – а затем претворить их в жизнь.

Совесть – это глубокое внутреннее ощущение того, что правильно, а что нет, и насколько наши мысли и поступки соответствуют принципам правильного поведения. Руководствуйтесь этим внутренним ощущением, а не тем, что говорят другие люди или диктуют обстоятельства – и никогда не ошибетесь.

Независимая воля – это способность действовать, следуя лишь своим внутренним ценностям и представлениям о том, что правильно, а что неправильно, и не зависеть при этом ни от каких влияний извне.

Именно наличие этих четырех качеств отличает человека от животных. Животные руководствуются инстинктами, иногда еще и волей дрессировщика. Они не способны изменить

заложенные в них программы. Животное ограничено в своих возможностях именно своей природой.

Но природа человека принципиально иная! Человек практически безграничен в своих возможностях менять заложенные в него программы. И если мы не хотим жить как животные, то преодолеем все инстинкты и программы, работающие против нас. Для этого у нас есть все необходимые силы и инструменты.

«По природе своей мы проактивны, и если наша жизнь стала зависеть от различных обстоятельств, то это потому, что мы – сознательно или нет – сделали свой выбор и позволили этим силам управлять нами».

Стивен Кови. Семь навыков высокоэффективных людей

Если вы не действуете, то сами становитесь объектом чьих-то действий

Начать самостоятельно выбирать, как реагировать на те или иные обстоятельства – это только начало пути. Следующий навык, который нам предстоит развить, направлен на то, чтобы, выбрав свою реакцию, затем начать формировать сами обстоятельства своей жизни.

Есть множество людей, которые скажут: «Но как?! От меня мало что зависит».

Если вы уже поняли, в чем разница между реактивностью и проактивностью, то знаете, что от вас зависит не так уж мало. Раз вы сами можете выбирать свою реакцию на те или иные обстоятельства, значит, можете и формировать дальнейший ход событий. Большинство людей этого не делают просто потому, что привыкли недооценивать свои способности влиять на события. Тогда как подобными способностями наделен от природы каждый человек.

Ключ к тому, чтобы формировать события своей жизни, заложен в простом слове «инициатива».

Если вы привыкли на любой раздражитель реагировать автоматически, импульсивно, вы остаетесь совершенно безынициативным человеком. Например, если на дворе плохая погода, и вы просто смиряетесь со своим плохим настроением по этому поводу, то такая реакция не требует от вас никакой инициативы. А вот если вы решаете выбрать другую реакцию, то от вас требуется взять на себя инициативу по дальнейшему формированию событий: вам придется выйти из дому и куда-то отправиться, купить билет в кино, и т. д., или хотя бы приложить усилия, чтобы направить свои мысли в другое русло.

«Проявлять инициативу не означает быть назойливым, бесцеремонным или агрессивным. Это означает осознавать свою ответственность за то, чтобы события развивались определенным образом».

Стивен Кови. Семь навыков высокоэффективных людей

Дорогой читатель, вас можно поздравить: если вы читаете эту книгу, значит, вы, скорее всего, уже взяли инициативу на себя. Вы выбрали не плыть по течению, а самостоятельно строить свою жизнь. И уже делаете в этом первые шаги. Освоение всех последующих шагов также будет требовать от вас инициативы. Не останавливайтесь и не сдавайтесь на полпути. И помните: если вы не проявляете инициативу, то сами становитесь объектом чьего-то воздействия. То есть – все той же марионеткой, которую кто-то дергает за ниточки, побуждая к автоматическим реакциям. Если же вы проявляете инициативу, то сами становитесь действующей, творческой силой своей жизни и не отдаете ее на откуп другим людям и обстоятельствам.

Сужайте круг забот, расширяйте круг влияния

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.