

## Дорогие наши читатели!



*Каждое утро в Африке встает солнце и просыпается газель. Она должна бежать быстрее льва, иначе погибнет. Каждое утро в Африке просыпается и лев. Он должен бежать быстрее газели, иначе умрет от голода. Не важно, кто ты — газель или лев. Когда встает солнце, надо бежать быстрее всех.*

**Томас Фридман**

С самого рождения мы находимся в движении. Мы растем, бегаем, играем с ребятами во дворе. Родители, вкладывая душу, пытаются научить ребенка, сделать из него личность.

Став старше, мы жаждем получить новые знания в институте и спешим применить их на практике, все быстрее приближая себя к профессиональной цели.

С годами, сталкиваясь с проблемами, сложностями на своем пути, мы накапливаем за плечами усталость, отодвигая свои мечты и цели на второй план. И вот пройдет совсем немного

времени, и наши планы и желания растворяются в обыденных буднях. А были ли эти планы, цели? О чем мы мечтаем?

У каждого человека есть мечта, даже если он не признается в этом сам себе или просто не знает об этом. Если вас спросить — что бы вы хотели приобрести или что бы вы хотели сделать, то, подумав, любой человек сможет назвать несколько своих затаенных желаний. Но подавляющее большинство людей воспринимают свои желания как пустые грезы и не относятся к ним серьезно. Хотя большинство этих желаний вполне осуществимы. А не сбываются мечты только потому, что человек сам не хочет их осуществлять, не верит, что сможет, ленится и находит себе оправдания. А давайте представим, что от того, сбудется ваша мечта или нет, зависит ваша физическая жизнь. Вопрос жизни и смерти... И я уверена, что 85 % желаний осуществятся. Не зря говорили мудрецы: «Если ты не получил того, что желаешь, значит, ты недостаточно желал».

Лидеры бизнеса не боятся мечтать о самых, на первый взгляд, трудноосуществимых вещах. У них масштабные желания и ясные цели подкреплены абсолютной верой в успех. Но иные скажут, что писать — одно, а сделать — другое, и, успокоившись этой мыслью, снова бездействуют.

Не предавайте самих себя. В жизни встречается много преград, много людей, которые будут говорить, что ваши цели недостижимы. Не позволяйте никому рушить свои планы. Хотя чаще всего сам человек является самой главной преградой на своем пути. Боясь трудностей, мы готовы отказаться от самых заманчивых перспектив, хотя давно известно, что трудности страшны только на том этапе, пока только что-то планируешь, как только начинаешь осуществлять свои планы, все трудности постепенно уходят, барьеры рушатся. Многие из нас, оглядываясь назад, удивляются пройденному пути. И возникает мысль: «Если бы я знал, что мне предстояло пройти, стал бы я начинать это дело?» А ведь сделал, преодолел все преграды!

Вот некоторые правила для преодоления неуверенности в успехе.

Правило 20 минут: 20 минут можно вытерпеть любое действие, которые вы совсем не хотите делать. Это хороший способ начать что-то делать, бороться с ленью и повысить свою мотивацию. Кто занимается спортом 20 минут в день, тому не стоит беспокоиться о своем здо-

ровье. Кто уделяет 20 минут в день уборке своего дома, тому не стоит переживать о беспорядке. Кто выделяет 20 минут в день на улучшение концентрации, тому не стоит беспокоиться о творческом кризисе. Кто находит 20 минут в день, чтобы выслушать о делах своего мужа или жены, тому не стоит беспокоиться о проблемах в отношениях. Кто выделяет 20 минут в день на слушание себя и ведение личных записей, тому не стоит беспокоиться о недостатке идей. Кто выделяет 20 минут на отдых, тому не следует опасаться переутомления и усталости. Кто читает полезную книгу хотя бы 20 минут в день, тому не стоит переживать о том, как стать экспертом.

Запомните одну простую истину: тот, кто делает, ожидает успеха, тот, кто пробует, ожидает, что ему что-то помешает.

Пока все считают, что сдвинуть гору невозможно, кто-то просто начинает перетаскивать маленькие камушки, и когда у него получается сдвинуть гору, все начинают считать его особенным, хотя маленькие камушки под силу каждому.

Будьте одержимы своей целью! Каждый вечер перед сном спросите себя: «Что я сегодня сделал для осуществления своей мечты?»

А утром, когда взойдет солнце, не спрашивайте себя, лев вы или газель. Бегите к своей цели! Действуйте!

**С уважением, главный редактор  
профессор И.Б. ЕРШОВА ■**

