

ВСТУПЛЕНИЕ	7
ПОЧЕМУ НЕОБХОДИМА ЦЕЛЬ?	7
ОБО МНЕ	9
КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ КНИГОЙ	15
СИСТЕМА + ПЛЮС	18
ОСНОВНЫЕ ПРЕДПОСЫЛКИ СОЗДАНИЯ СИСТЕМЫ «СИСТЕМА + ПЛЮС»™	19
БИОГРАФИЯ АВТОРА	23
ПОДГОТОВКА К ПОСТАНОВКЕ ЦЕЛИ	25
ПОЧЕМУ ВАЖНО СТАВИТЬ ЦЕЛИ	26
ФОРМУЛА m100%M	29
УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ПОСТАНОВКИ ЖИЗНЕННОЙ ЦЕЛИ	32
Упражнение №1	33
Упражнение №2	34
Упражнение №3	37
Упражнение №4	39
Упражнение №5	40
Упражнение №6	40
Упражнение №7	43
Упражнение №8	49
ПОРЯДОК ПОСТАНОВКИ ЦЕЛЕЙ	52

СОВЕТЫ-УПРАЖНЕНИЯ	60
КАК ПОЛУЧАТЬ ОТ ЖИЗНИ МНОГО	60
КАК НАЙТИ ГЕНИАЛЬНУЮ БИЗНЕС-ИДЕЮ	62
БИОГРАФИЯ СТИВА ДЖОВСА	63
КАК НАЙТИ СВОЮ НИШУ В БИЗНЕСЕ	81
БИОГРАФИЯ БИЛЛА ГЕЙТСА	83
КАК СОЗДАТЬ СЕБЕ МИССИЮ	100
КАК НАЙТИ ПРИЗВАНИЕ	104
ПИСЬМО СЕБЕ	106
ПОСТАНОВКА ЦЕЛИ	108
УНИКАЛЬНОСТЬ МОЕГО ПОДХОДА ПО ПОСТАНОВКЕ ЦЕЛЕЙ	108
К.О.Н.Э.Ц.	111
СИСТЕМА «ЧЕЛОВЕК»	117
ТЕХНИКА «ОБРАЗ-ЦЕЛЬ»	133
ОБРАЗ-ЦЕЛЬ	136
КАК ПРЕОДОЛЕТЬ ПРЕПЯТСТВИЯ НА ПУТИ ДОСТИЖЕНИЯ ЦЕЛИ	141
СТРАХ НЕУДАЧИ	142
СТРАХ ОСУЖДЕНИЯ	143
СТРАХ, ЧТО ЭТО НЕ ТВОЯ ЦЕЛЬ И ТЫ МОЖЕШЬ ЗРЯ ПОТРАТИТЬ ВРЕМЯ И УСИЛИЯ	144
ЛЕНЬ	146
«ТАКСИСТЫ»	147
ПРОБЛЕМЫ	148
ДРУГИЕ ЦЕЛИ И ЖЕЛАНИЯ	149

ВСТУПЛЕНИЕ

ПОЧЕМУ НЕОБХОДИМА ЦЕЛЬ?

Работа по написанию этой книги доставляет мне огромную радость. Ведь с каждой буквой, которая появляется на мониторе, я приближаюсь к своей цели. Я выполняю свою МИССИЮ, и это дает мне ощущение полноты жизни и счастья. Это же ощущение я хочу передать тебе, дорогой читатель. Ведь самое ценное, что может быть дано человеку — жить целенаправленной, полной жизнью.

Робин Шарма, один из самых выдающихся исследователей лидерства, сказал: «Цель Жизни — это Жизнь с Целью». Стивен Кови, один из моих главных Учителей, среди семи навыков высокоэффективных людей ставит на второе

место именно этот: «Начинайте, представляя конечную цель».

Есть два способа существования: или целенаправленное осознанное движение, или прозябание в хаосе и бесцельное реагирование на внешние факторы. К сожалению, в средней школе и в большинстве семей не учат этому сверхважному навыку счастливой и эффективной жизни. Предлагаемая книга-тренинг призвана восполнить этот пробел. В ней ты найдешь АБСОЛЮТНО ВСЕ, что нужно для постановки цели.

Я хочу дать тебе инструменты, с помощью которых ты сделаешь свою жизнь целенаправленной и гармоничной.



ОБО МНЕ

Когда я хочу чему-то научиться у человека, то первым делом изучаю его жизнь. К каким результатам его привело то знание, которому он собирается меня обучить? Поскольку я занимаюсь системным развитием личности и бизнеса, могу сказать абсолютно точно: человек — это цельная система, и учиться можно только у тех людей, гармоничная жизнь которых и достигнутые результаты являются доказательством правильности их знаний.

Я написал уже 15 книг, поэтому смело могу назвать себя профессиональным писателем. В каждой из них есть моя краткая биография. Кроме того, во всех книгах я пишу о себе — о той части моего жизненного опыта, которая служит фундаментом для написания именно этой книги. В той, что ты держишь в руках, я рассказываю о том, как сам достигал цели в своей жизни.

Моя первая и самая важная книга — «Действуй! 10 Заповедей Успеха». Эта книга-тренинг — главное из того, что я написал. Она уже помогла сотням тысяч людей улучшить свою жизнь, может и тебе. И она необходима тебе для достижения тех

“

*Однажды Алиса подошла к развилке дорог и увидела Чеширского Кота.
— Скажите, пожалуйста, какую дорогу мне выбрать? — спросила она.
— А куда ты хочешь попасть? — ответил Кот вопросом на вопрос.
— Не знаю, — призналась Алиса.
Тогда все равно куда идти, — изрек Кот.*

Льюис Керролл
«Алиса в Стране
Чудес»

”

целей, которые ты поставишь себе благодаря книге «Ставь цели».

Итак, я автор книг по системному развитию личности и бизнеса. Хотя когда я заканчивал спортивный интернат, у моих родителей были сомнения по поводу того, умею ли я писать вообще.

Вот уже 47 лет я изучаю жизнь во всех ее проявлениях. До 22 лет я был профессиональным спортсменом. Уже в 10 лет я знал свою мечту, цель, миссию. Все, что мне надо было, это стать олимпийским чемпионом и рекордсменом мира. Моя комната была обклеена фотографиями великих спортсменов, на которых я равнялся. Карл Льюис, 8-кратный олимпийский чемпион, со стены внушал мне уверенность, что я тоже смогу. Когда, будучи пятиклассником, я первый раз в жизни старался произвести впечатление на девочку из моего класса, я уже подробно излагал ей нашу будущую жизнь.

В 16 лет я собирался выиграть чемпионат СССР, а в 19 — чемпионат мира. Женщины любят целеустремленных мужчин, которые точно знают, чего хотят в жизни.

Дальше все было прекрасно... До 22 лет у меня была одна цель и одна мечта. В 22 года я понял, что не смогу ее достигнуть. В «минусе» у меня была несбывшаяся мечта, но благодаря именно этой цели

1. Я стал целеустремленным человеком.
2. Я получил звание мастера спорта международного класса.
3. Я стал призером чемпионата мира по легкой атлетике.
4. Я посетил практически все европейские страны.
5. Я научился преодолевать любые трудности и много работать.

Эти достижения, навыки и опыт я смог перенести на стремление к новой цели. Новой целью стало банальное и распространенное: «Стать миллионером к 30 годам».

Используя полученные в спорте навыки, я устремился к этой цели и в 24 года вплотную к ней приблизился, а в 25 лет (1998 год, дефолт в России) полностью все потерял.

В «минусе» была недостигнутая цель, но благодаря этой цели

Анекдот

У тебя есть два выбора в жизни: либо жить холостым и несчастным, либо жениться и хотеть умереть.

1. Я стал:
 - бизнесменом с опытом международной торговли и производства;
 - владельцем компании прямых продаж, понимающим принципы этого бизнеса;
 - владельцем сети магазинов, знающим структуру этого бизнеса.
2. Я познакомился со своей женой.

Во время кризиса у многих людей происходит переоценка ценностей. Я потерял бизнес, и к этому добавился полный комплект дополнительных неприятностей во ВСЕХ сферах моей жизни. В этот момент я понял, что живу неправильно, что способы моего мышления и поведения привели меня к жизненному краху. Я взял ответственность за свой личный кризис НА СЕБЯ. Тогда я впервые обратился к Б-гу за помощью, и Он меня услышал.

Я решил начать жизнь сначала. В Торе есть история о том, как Праотец Яаков убежал от своего брата Эйсав, хотевшего его убить. Яакова настиг сын Эйсава Элифаз,