

Айнур Сафин

**К Чёрту Цели,
Быть Бы Целым.**

Вступление.

В уже давно изъезженной теме достижения целей, скромному мозговеду и труженику рунета, казалось бы, сказать-то нового особо нечего.

Вот только кто может похвастать, что после прочтения множества книг по правильным способам достижения целей, достиг чего-то значительного?

То-то же. Хоть я и не самый профессионал в этом деле, однако, пару свежих, неизвестных широкой общественности идей в запаснике имею, коими по большому секрету и поделюсь незамедлительно с вами.

Сначала будет краткий курс повторения – матери ученья, а потом перейдем к обещанным деликатесам.

Часть Первая. Напоминающая.

Итак, некоторые из условий правильной постановки целей (привожу кратко, для более широкого понимания есть куча хороших книг, переписывать которые не вижу смысла):

1. Цель должна быть записана на бумаге.

Практически все знают, что цели нужно записывать. О том, что цели нужно ставить, а не предполагать что-то там получить неизвестно когда, полагаю, известно многим.

Это, пожалуй, самый главный пункт, без которого все остальные бессмысленны.

Метафора о корабле, который никуда не приплывет, ввиду отсутствия у него курса, довольно наглядно говорит о будущем плачевном состоянии тех, кто бесцельно плывет по течению жизни.

Можно по-разному и с разной долей убедительности объяснять, почему этот шаг так важен.

И тем, что вы сами начинаете четко осознавать, что вы хотите и неосознанно выполняете те действия, которые ведут вас к цели.

И тем, что таким образом вы из множества желаний, возникающих ежедневно у вас в голове, определяете для своего подсознания именно ту цель, которую хотите достичь.

И тем, что своеобразная заявка Вселенной (Универсуму, Высшему разуму, Богу, Аллаху) на получение желаемого.

Но не лучше ли просто взять это на вооружение, раз оно работает? Вы же не пытаетесь завести исправную машину, замыкая провода под капотом

или «с толкача», когда у вас есть ключи зажигания. Зачем усложнять себе жизнь?

2. Нужно убедиться, что цель своя, а не чужая.

Тут пояснять, я думаю, не надо. Тем более что об этом я уже говорил в пятой части своего миникурса. Кто не ещё не знаком с ним, идём по ссылке: <http://Suxxessology.com/post/?success>

3. Цель должна быть правильно сформулирована.

Что это значит? Чтобы записанная цель действительно дала те результаты, которые вы ожидаете, она должна быть правильно сформулирована.

Есть разные точки зрения на критерии правильно сформулированной цели. Я приведу точку зрения эНеЛПистов, поскольку мне она кажется наиболее приемлемой и рабочей. Итак,

А) Сформулировать цель так, чтобы ее достижение зависело от себя. Не «я хочу, чтобы Изольда Акакиевна в меня влюбилась», а «я развиваю отношения с Изольдой Акакиевной таким образом, чтобы она меня полюбила».

Б) Позитивная формулировка. Т.е. не должно быть отрицаний, частиц «не», «нет» и т.п.

В) Мотивация «К», а не «От». Т.е. нужно писать не «я хочу перестать тревожиться за свое будущее» или «хочу избавиться от прыщей», а «я уверен и спокоен за свое будущее» или «мое лицо чистое и гладкое».

Г) Конкретность. Цель должна быть максимально конкретной.

Туманно-расплывчатые фразы типа «хочу стать успешным бизнесменом (купить автомобиль, более высокую зарплату)» дадут такие же туманные результаты: успешный бизнесмен может быть успешен тем, что не разорился, купленный автомобиль окажется игрушечным, а зарплату увеличат на 5%.

Д) Определенность во времени. Если время не определять, то и цели будут достигаться когда-нибудь, а не когда это необходимо. Это понятно и пьяному ежику, но почему-то часто упускается во время постановки целей.

Если кратко определить два последних пункта, то получится следующее: что, где, когда и с кем вы хотите получить.

Е) Сенсорная определенность. Что вы будете видеть, слышать и чувствовать, когда достигнете цели. Т.е. как вы определите, что получили именно то, что хотели. Немного перекликается с принципом конкретности, но разница все-таки есть.

Часть Вторая. Просветляющая.

А теперь о принципах, о которых мало кто пишет или говорит. То ли считают их неправильными, то ли просто они не так известны.

Принято считать, что достижение цели нужно четко планировать. Чуть ли не расписать каждый день на месяцы вперед.

Но к чему приведёт такая скрупулезность? Случаются непредвиденные события, жизнь вносит коррективы, и планы рушатся как картонный домик от нечаянного сквозняка.

Вгоняя озабоченного планированием бедолагу в разочарование, а то и в депрессию от того, что он не успевает всё запланированное.

Чётко планируя, как вы получите желаемое, вы лишь собственноручно одеваете себе шоры на глаза. Не замечая, как цель сама плывет вам в руки, но не так и не оттуда, как вы предполагали.

Вселенная богата и изобильна. В ней хватит всё и на всех. И кто сказал, что она исполнит вашу заявку именно так, как вы это себе представляете?

Если вы поставили цель в миллион долларов, будьте готовы получить его откуда угодно, а не только в следующий понедельник в 15.30 у заднего входа в синем пакете купюрами по \$50.

Не ставьте сами себе ограничений. **Если вы хотите получить больше от жизни, вы должны знать, как получить больше. Надо уметь говорить «да».** Если вам предложат миллион долларов по центру, возьмите его. Если захотят, чтобы вы их собрали, соглашайтесь. Если захотят вам его доставить, назовите адрес.

Как у вас есть множество методов и видов деятельности для достижения Ваших желаний, так и у судьбы есть множество способов их вам предоставить.

Ведь до Рима можно доехать не только автобусом, который вы запланировали. Если представится возможность добраться туда быстрее, но поездом или на самолете, не потеряв при этом в деньгах, вы долго будете думать?

Не отказывайтесь от подарков судьбы. Если что-то само плывет вам в руки, то примите это. Не считайте, что вы этого недостойны. Если бы вы были не достойны всего хорошего, то это хорошее прошло бы мимо вас.

Научитесь принимать такие подарки с благодарностью. Особенно, если они превосходят ваши ожидания.

Если же вы будете отказываться от подарков судьбы, фортуны, Вселенной, Высшего Я, то они просто не будут больше делать вам таких подарков.

А зачем? Раз вы от них отказываетесь, то значит они вам ни к чему. И уж тем более они не предоставят вам желаемого сверх ваших ожиданий.

Ведь вы же можете довольствоваться малым. Вы готовы идти напролом и долго и упорно добиваться целей, тратя невероятные усилия для того, чтобы всё шло по вашему плану.

Похоже, вы мне сейчас не верите.

Да вам это и не надо. При предложенном мной подходе просто нет чувства победы и удовлетворенности собой. Если желаемое само идёт навстречу, то разве же это победа, правда?

Я вас понимаю. Самые авторитетные люди на свете – папа и мама – учили нас этому: всего нужно добиваться с превеликим трудом и обязательно по пути детсад -> школа -> ВУЗ (техникум/училище) -> работа -> другая работа -> «достойная» пенсия в 3 тысячи монгольских тугриков за добровольные 35-50 лет рабства (и то в лучшем случае).

А иначе Маркс и Энгельс не поймут и будут с укором взирать на вас с небес. Или просто переворачиваться в гробу. Нельзя же тревожить таких личностей попусту. Нам, мелким сошкам, можно и перетерпеть такие незначительные неудобства.

Ну и пусть, что неудобства на всю жизнь! 70 лет терпели, еще потерпим! Наша шкура и не такое выдерживала...

Что-то занесло меня в приступе бессильного негодования на лирические отступления. Не будем корить меня сильно, лишь бы вам было на пользу, да ведь?

С какого места я отвлекся? Ах, да с планирования.

Планируйте день, неделю, месяц, но не делайте излишне подробных планов. Достаточно разумных ориентиров, чтобы не сбиться с пути, и выполнять ежедневно те маленькие шаги, что ведут к большим достижениям.

Практически каждый день приносит что-то новое. Так и вы вносите коррективы в свои планы, исходя из текущей ситуации и обстоятельств и держа в уме те самые ориентиры, которые вы себе поставили.

Мало ли насколько удачно могут сложиться обстоятельства.

В любом случае, вы своего добьётесь. Если знаете, чего хотите. Остальное – детали, которые решаются уже по пути.

Часть Третья. Шокирующая.

Неуёмная склонность некоторых людей к мазохизму не позволяет им отказываться от целей, которые стали им не нужны или неактуальны.

Ну конечно, это ведь то же самое, что изменить самому себе, признать себя слабаком, неудачником или просто недостойной личностью, так ведь?

Проще продолжать затрачивать время, усилия и еще множество ресурсов, чем признать, что вам это больше не нужно. Ещё подумают, что вы непостоянны в своих устремлениях как переменный ток.

Конечно, вам выбирать, быть ли рабом своей цели. Может, оно и к лучшему такое мучение. Карма хотя бы очистится. Тоже какой-никакой плюс. Ведь никто из 127 поколений ваших предков этим не занялся.

Да и вы в прошлых воплощениях как-то не задумывались об этом. Теперь самое время начать чистить кармические засоры.

Впрочем, это для тех, у кого есть карма. Кто в неё не верит, у тех её попросту нет. Да и жить как-то легче без груза многовековых ошибок на плечах.

Но оставим философско-экзистенциальные размышления на откуп философам, архиереям и далай-ламам и вернемся к нашим овечкам. К целям, то бишь.

Чтобы не было разочарования, что не получается достичь какой-то определенной цели, есть хороший способ.

Целей нужно иметь много. И разных. В разных направлениях и сферах жизни. Причём таких, что с каждым шагом вы приближаетесь сразу к нескольким из них.

Не получилось одно, ну и ладно. Попутно получилось/решилось/достиглось другое. И третье с четвёртым.

Сделайте так, чтобы куда бы вы ни двинулись, вам везде прёт. Везде везёт. Всё, что происходит, всё в ваших интересах. Даже если вы этого и не предполагали.

В связи с этим вспоминается мне замечательная фраза Боба Проктора: **«Всё, что происходит в Вашей жизни, продвигает Вас к Вашим целям».**

Предлагаю прочитать эту фразу несколько раз, чтобы проникнуться ею.

Правда, замечательная мысль? Только вдумайтесь в неё. Именно ВСЁ, и именно к ВАШИМ целям.

Живите по такому принципу, и вы забудете, что такое неудача. Вы поймёте, что это не более чем набор букв, придуманный людьми, чтобы ввести вас в заблуждение. А вы, ничтоже сумняшеся, в это поверили.

Потому что когда вам это впервые говорили, ваш возраст и опыт не позволяли критически относиться к сказанному. Тем более от таких авторитетных людей, как ваши родители, воспитатели, учителя и прочая-прочая.

«Неудача» - это обманка для ума, который не видит дальше собственного носа, вследствие ограниченности своих знаний и опыта, но при этом считает себя главнее главного.

Кто главнее у вас в голове? Вы сами или неоперившийся разум? Ваша сущность, которая, скорее всего, бессмертна, или хранилище искаженных знаний, которому всего-то несколько лет от роду?

И если у вас что-то не получается, значит вы ведётесь на искаженные понятия разума о мире, потому что вы привыкли на него полагаться. Настолько, что его ограничения стали вашими ограничениями.

Самый верный способ забыть, что такое неудачи - ставить цели как в шахматах – «вилкой»: и тогда вы никогда не окажетесь в проигрыше. Факт облома в одном – это автоматическое получение другого.

Кто после этого посмеет сказать, что вы неудачник. Даже вы сами не сможете этого сделать. Ведь цель-то достигнута.

Вероятно, вы ждёте от меня примеров, недоумевая «О чём это он тут глаголет? Ни-и-панятна-а».

Но не пора ли выйти из детского возраста и включить, наконец, свой мыслительный аппарат хотя бы ради интереса? Даже при небольшой степени развитости фантазии можно напридумывать такие примеры (а лучше – реально достижимые цели), что у самого дух будет захватывать от открывшихся перспектив.

Также не забывайте, что не нужно путать цели и средства. Не стройте последовательности целей. Если цель нужна только для другой цели, то это не цель, а средство. А средств может быть много. И разных. Совершенно непохожих на друг друга, но при этом приводящих к тому же результату.

И ещё (Сейчас будут кощунственные мысли, которые могут вызвать у вас неприятие. Если вы очень чувствительная к резкому разрушению ваших основных принципов особа, то ближайшие несколько абзацев лучше пропустить. Мало ли что.). Если каким-то невообразимым путём в вашей голове укоренилось убеждение, что всю жизнь нужно куда-то стремиться и чего-то достигать, то с какого перепугу вы вините президента, законы, начальника или судьбу за то, что у вас не получается.

Вы сами этого хотели (постоянно что-то достигать) – получайте. Что вам нужно от Вселенной, то она вам и предоставляет. Ей ничуть не жалко. Даже наоборот.

Не надо быть Сизифом с вечным стремлением с печальными последствиями. Прежде всего, нужно жить. А стремиться и достигать попутно, в процессе.

Ведь главное в целях не достижение результата, а процесс достижения результата.

А раз так, вы опять в выигрыше. Независимо от того, достигли ли вы желаемого или нет, процесс имел место быть. Задача в том и состоит, чтобы сделать этот процесс интересным, легким и ненапряжным.

Тогда и результат не замедлит себя ждать. И удовольствия от него будет БОльшим, чем от полученных путем мучений, преодоления себя, строгой армейской самодисциплины и прочих изуверских мытарств.

Конечно, некоторый контраст для полноты ощущений в жизни необходим, но ведь это не значит, что для этого нужно совать руку из ледяной воды в кипяток, чтобы ощутить себя живым. Контрастный душ должен закалять, а не калечить.

Еще один крайне полезный принцип (или установка, убеждение, правило обзывают, как хотите) – это **принцип «грандиозности»**. Так я его назвал.

В чём он заключается. Из названия понятно, что **стоящая цель должна быть не просто хорошей и желанной. Она должна быть грандиозной.**

Осознанию этого помогает еще одно высказывание Боба Проктора: **«Если Вы знаете, как достичь Вашей цели, значит Ваша цель недостаточно масштабна»**.

Да, многие говорят, что цель должна быть реально достижимой. И они правы.

Но ведь это не значит, что ваша самая амбициозная цель недостижима. Просто на данном этапе своего развития, вы не знаете, как её достичь.

Что нисколько не умаляет необходимости иметь такую цель. Она нужна вам, как путеводная звезда для моряков. Как морковка на палочке перед осликом, сколь бы ни обидной была эта аналогия. И вообще в качестве волшебного пендаля, напрочь прогоняющего ваши лень и усталость.

При должных усилиях в скором времени вы будете знать, как достичь и эту цель. А на начальном этапе пусть она у вас маячит перед внутренним взором, чтобы у вас не опустились преждевременно руки.

А насчёт реально достижимых целей, то таковые необходимо иметь в кратко- и среднесрочной перспективе. Чтобы не разувериться в собственных силах, потеряв всяческую мотивацию.

Epilogue

Хотя есть еще множество хороших принципов и приёмов, на которые можно обратить ваше внимание, я всё же на этом позволю себе закруглиться.

Вникайте, размышляйте, находите неувязки, если они у меня есть, но при этом не забывайте применять полученные знания, чтобы не быть простым хранилищем информации, а действительно добиваться чего-то значительного и изменять мир к лучшему.

У вас это получится. Ведь я же в вас верю.

Жду вас у себя на сайте и в рассылке, где вы можете найти множество полезной информации по саморазвитию, успеху и быстрому и легкому достижению целей.

Айнур Сафин
г. Казань
2 апреля 2007г

www.Suxxessology.com - **Быть Успешным Легко**
admin@suxxessology.com ainurs@list.ru