

## УРОК 12. ПОЛОЖИТЕЛЬНОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О СОБСТВЕННОМ «Я»

Страна, отрасль промышленности, фирма, организация, товар или лицо имеют **свою репутацию, свой имидж**. Очень важно - являясь фирмой или частным лицом, какими видят нас другие лица (физические и/или юридические), но ещё важнее – **какими мы видим самих себя**. У нас, у людей, имеется **образ о своём «я»**, глубоко спрятанный в нашей памяти, и это называется представлением о собственном «я». Это является нашим взглядом на самого себя, а также тем, что **мы чувствуем и думаем** по поводу того— кто же мы такие на самом деле. Вот через эту «призму» мы видим свои способности и их границы во всех сферах жизни. Мы не можем стать выше того, что мы вкладываем в своё представление о собственном «я», ибо это шло бы в разрез с нашими внутренними представлениями. Мы способны делать лишь такие дела, достигать лишь таких результатов, которые **совпадают с нашими представлениями о своём «я»**. Ещё никто никому не сказал следующего: «Я поразил самого себя и стал успешным человеком», но часто мы слышим такое: «У меня была мечта, я поставил перед собой определённую цель, я работал изо всех сил и **должен был измениться** для того, чтобы стать успешным». В большинстве случаев люди говорят об изменениях, свидетельствующих о том, как они оценивают окружающий их мир, и как они оценивают самих себя. По каким-то (неизвестным нам) причинам большинство людей **сопротивляется изменениям**. Вот именно в этом скрыта причина того, почему никогда не станут успешными те люди, которые имеют мечту, ставят перед собой определённую цель, работают изо всех сил, хотят достичь значительных результатов, но не хотят измениться. То, что они **думают о себе** в глубине своего подсознания, может ограничивать и даже препятствовать тому, чего они хотят сознательно, и поэтому люди могут достигнуть совершенно противоположных результатов. Понаблюдайте в своём окружении за теми людьми, которые соблюдают диету, так как хотели бы похудеть. Большинство таких людей никогда не похудеет и, быть может, они наберут ещё и лишний вес. Почему это так происходит? Наверное потому, что их представления о самих себе содержат человека с лишним весом (с сильным эмоциональным зарядом). Если они не способны представить себя такими, **какими они хотели бы стать** (с большим эмоциональным зарядом), то ничего не изменится – что бы они не делали. Так же обстоит и дело в бизнесе. У большинства людей, начавших заниматься бизнесом, чего-то не хватает, они хотят достичь большего: либо иметь больше денег и времени, либо больше путешествовать, иметь друзей, признание и т.д. Однако для того, чтобы получить/заработать много денег, они должны были бы и больше работать,

а для того, чтобы больше работать, они должны были бы стать более великими. Многие люди терпят неудачу в бизнесе потому, что у них нет **желания стать великими в бизнесе, чтобы сделать больше и больше работать**. Они хотят большего, но при своих прежних условиях: они хотят оставаться прежними. Такие люди делают вид, будто они выполняют соответствующую работу, хотя внутри своего сознания они не выполнили **«домашнего задания»**. В области Сетевого маркетинга/MLM самый тяжёлый вид работы – **изменить свою собственную личность и развивать самого себя**, превращать самого себя в эффективного строителя сети (ключевого человека). Нужно быть человеком, имеющим **призвание и обязанность** для того, чтобы пройти начальный период испытаний. Что бы мы не делали, как бы мы не делали – всё это будет являться как бы зеркальным отражением всего того, что мы представляем собой **в самой глубине своей души**. Успех, которого мы можем достигнуть во всех сферах нашей жизни, в свою очередь, является **внутренней игрой**. Всё (и хорошее, и плохое) происходит сначала **внутри нас**, в процессе мышления и только позднее появляется на виду для окружающего нас мира. Когда мы слушаем успешных людей об их изменениях, они часто указывают на внутренние процессы, в результате которых они по-другому смотрят на те же вещи, как смотрели на них раньше. Однако, **мы способны себя рассматривать и оценивать по-другому**. Моя семья была такой же бедной, как и все остальные в деревне. У меня было представление о своём собственном «я» как о бедном мальчике, так как беднота была единственным явлением, с которым я сталкивался. **Прошло много времени**, пока до меня дошло, что в детстве у меня было ошибочное представление о собственном «я». Это стало очевидным, когда я поселился в Австралии, в Сиднее, и стал встречаться с людьми, имеющими здоровое представление о своём «я». Стало ясно, что я должен был изменить своё представление о себе для того, чтобы стать успешным человеком. Я должен был превратиться **из бедного мальчишки в богатого человека**. Сначала мне нужно было измениться внутри самого себя! Многие вещи, связанные с моей личностью, я должен был сформулировать заново, мне также нужно было изменить и свой подход к вещам окружающего меня мира. Я был готов к учёбе, к работе, к тренировке, к принесению жертв, к совершению ошибок, а также к тому, чтобы опять всё начать заново до тех пор – пока я не дойду до успеха. Я заключил сам с собой окончательный и безотзывный договор о том, что стану лучшим человеком, и это стало окончательным моим решением. **Я остался верен себе всю жизнь**. Большинство людей не заключает такого соглашения с самим собой или если заключает, то – в большинстве случаев – обманывает себя и лжёт самому себе. Если кто-то не доверяет себе, как он может ожидать от других доверия к себе? Если мы уже **научились сдерживать данные самим себе обещания**, то только тогда мы можем

ожидать этого от других, ожидать того, что они доверяют нам. Когда я договариваюсь с кем-нибудь о времени встречи, то это действительно является договорённостью. Если я не соблюдаю её, это бросает на меня тень и свидетельствует о том, что я либо не способен контролировать свои поступки, либо не уважаю время другого человека. Быть точным означает **степень дисциплинированности человека**. Я сделаю буквально всё возможное для того, чтобы приехать на встречу в точно назначенное время и тем самым соблюсти нашу договоренность. Если всё же, по объективным или непредвиденным причинам, я не смогу приехать, то я сообщу об этом своему партнёру – как только позволят обстоятельства -, и обязательно до начала встречи! Уважение времени другого человека является свидетельством уважения собственного времени. Уважение к другому человеку вытекает **из уважения к самому себе**. Мы не можем дать другим многого того, чего у нас самих находится в недостаточном количестве. Если мы мало уважаем себя, то особо много уважения мы не можем предъявлять и к другим. Если **мы не доверяем себе**, то не будем доверять и другим. Если кто-то лжёт себе (в надежде на то, что другие не узнают), он будет лгать и другим. Каким образом **мы заключаем сделку с самим собой**, таким образом мы будем поступать и с другими людьми. Мне нужно было научиться сдерживать свои обещания: сначала себе, а затем и другим. Мне нужно было научиться уважать себя и доверять себе. Мне уже очень многие говорили, что они создадут свой бизнес, но очень **немногие сдерживали своё слово, своё обещание**. Будьте верны себе и сдерживайте свои обещания, данные как себе, так и другим людям! Многие другие критикуют себя и видят только свои ошибки, совершённые в прошлом. Они **отождествляют себя с неудачниками**, находящимися вечно в проигрыше. То, какими неудачными они видят самих себя, способствует разрушению их личности. С другой стороны есть люди, которые видят себя удачными, считают себя выигрышным типом и это тоже превращается в предсказание, которое позднее должно сбыться. В своей жизни я совершил много ошибок и должен был научиться прощать самому себе, чтобы направлять свою жизнь в лучшую сторону. Я должен был примириться со своими ошибками и потерями для дальнейшего продвижения вперёд, к светлому будущему. Прощение вытекает из любви. Научиться принимать и любить себя вместе со своими ошибками и недостатками – это было для меня длительным процессом. Я помню, как 20 лет назад я слушал звуковую запись Брайана Трейси в машине в Сиднее, в Австралии. В ней Брайан рассказывал о простом упражнении: встань перед зеркалом и многократно говори: «Я люблю себя». Это упражнение оказало на меня огромное впечатление и до сих пор, если я посмотрю на себя в зеркало, я автоматически вспоминаю эти слова. А Вы, если посмотрите в зеркало, что Вы видите: слабые или **сильные стороны** своего характера? Вы видите себя таким, каким являетесь в самом деле или

же таким, **каким Вы могли бы стать?** Вы видите свои прыщики или же **блеск в глазах?** Вы видите свои недостатки или же свои **успехи?** Вы видите **победителя** или же **побеждённого?** Когда **Вы смотрите в своём бизнесе на людей**, что Вы думаете о них, что вы видите в них? То, что мы думаем о себе, сложилось в нас постепенно, на основе прошлых впечатлений. Мы создали **своё мнение** о себе и имеем **свою точку зрения** на самих себя, а также приняли **мнение других людей** о нас. На наше представление о своём «я» оказывали воздействие родители, члены нашей семьи, друзья, учителя, коллеги, подруги, дети, политические взгляды, мировоззрение, религиозные убеждения, модели наших ролей, наши герои и примеры, враги и конкуренты, газеты, книги, радио, телевидение, фильмы, разговоры с другими людьми и многое другое. **Мы являемся конечным итогом того, что думаем о себе самих.** Мы же складывали наши представления обо всех областях жизни: насколько мы хорошие или плохие родители, как мы одеваемся, как ведём машину, как учимся и т. д. Однако **мы всё это можем изменить** и сложить **о своём «я» положительное и выигрышное представление.** **Я должен был научиться прощать себе**, мне нужно было снять одежду бедного человека и одеть такую, какую я тщательно подбирал себе. Помимо настоящих представлений о своём «я» (то есть о человеке, которым я являюсь в настоящий момент) в моей голове имеются **представления о том человеке, каким я хочу стать.** Это мой идеал о самом себе. Для меня личное развитие (развитие собственной личности) означает, что я превращаю свои представления о своём «я» в идеал о себе самом. Если у Вас была бы возможность выбрать свои способности, качества и достоинства личности, а также по своему усмотрению Вы могли бы **изменить свой характер**, то каким человеком хотели бы стать? Как выглядел бы Ваш идеал? Не правда ли, что этот человек выглядел бы **прекрасным** и был бы **совершенным** во всех отношениях? Не так же думает ребёнок о самом себе? Я верю, что одна из целей, осуществляемых в жизни каждого человека, является развитие самого себя в идеального, лучшего, симпатичного, креативного и успешного человека. Такое **изменение является естественным процессом**, которое поддерживается креативными силами жизни. У нас есть **свобода выбора** – кем мы хотим стать, и у нас есть способность осуществить изменение, если мы захотим этого. Единственная вещь, стоящая преградой перед нами на этом пути, - это сложившееся у нас ранее представление о своём «я». Когда мы его изменим, то **изменится вся наша жизнь.** В наши дни имеется несколько путей для изменения прежнего представления о своём «я», а также существует много путей для создания успешного предпринимательства в жизни человека. Любая техника способна «работать», если Вы верите в неё! Лично я убедился: то, **что я говорю себе о самом себе**, имеет большее влияние на моё представление о своём «я». Я заметил, что часто вступаю

**во внутренний диалог** с самим собой. Кто с кем разговаривает? Могу ли я управлять разговором самим с собой? Что мне нужно было бы сказать самому себе? Кто же знает ответы на мои вопросы? Я убедился: никто не знает универсального ответа для меня, следовательно, **мне самому нужно найти эти ответы**. Когда я разговариваю с детьми, это я делаю **с большим уважением и с большой любовью** к ним. Таким же тоном я разговариваю со своей женой, с родителями и, чаще всего, с самим собой. По статистике **80% людей** чаще всего **отрицательно высказывается** о себе во внутренних диалогах. Таким образом, своей речью они превращают себя в прирождённых неудачников. То, что мы говорим о себе внутренне **с эмоциональным зарядом**, будет иметь сильное воздействие на то - каким человеком мы станем. Люди с негативным металитетом или с менталитетом проигрывающего во всём человека не способны руководить другими людьми потому, что за ними никто не будет следовать. Этим, кстати, объясняется и то, почему большинство людей не становится руководителем/предпринимателем в бизнесе, так как люди, не способные **превратить себя в продуктивного человека**, не способны руководить и управлять ни предприятием, ни организацией. **Наблюдайте за собой сознательно**, наблюдайте за тем, что Вы думаете и говорите о себе. Перестаньте использовать негативные или унижающие выражения для собственной характеристики. Начните позитивно думать о себе! У вас есть природное право быть счастливым и успешным человеком. Никто не может отнять у вас это право, если только Вы сами не откажетесь от него, думая – что вы **не заслуживаете этого**. Я видел очень много таких людей, у которых было буквально всё для того, чтобы построить успешный бизнес для себя, но внутри они были убеждены в том, что они не заслуживают ничего хорошего в жизни. У них сложилось такое убеждение, что хорошие вещи предназначены только для других. Они оценивали себя ниже других и в своих мыслях подтверждали такую оценку. Я применяю эту же технику, но **в обратном направлении**. Я поднял себя на более высокий уровень и в своих мыслях повсеместно подтверждаю эту оценку. Я думаю, мечтаю, говорю, читаю об успехе, я пишу об успехе, «питаюсь» успехом и т. д. У меня есть **свои представления** об успехе и **своя выигрышная формула** достижения успеха. Успех – это результат выбора, а не такая случайная вещь, которая просто так и вдруг произойдёт с нами. Я видел себя успешным мужем, отцом, руководителем и предпринимателем уже до того, как стал таковым. Наверное, люди чаще всего не допонимают психологическое представление о своём «я», представление о том, что **мы должны действовать с такой самоуверенностью**, как будто мы уже стали таким человеком, которым мы хотели бы стать. Мы должны вести себя так, как будто мы уже имеем качества и черты того человека, каким мы способны стать. **Самоуверенность и выдержка**, необходимые для создания успешного бизнеса, вытекают из здорового представления о своём

«я». Подходящий человек видит себя победителем уже до победы и это сильно его радует. Подходящий человек видит то, как он превращается в собственный идеал **ещё до того, как это свершилось**. Это его взволновывает настолько, что его никто уже не сможет его остановить. Сначала **нужно создать этого «подходящего человека» в себе**. А этот человек выполнит для нас работу и доведёт до земли своих мечтаний. Мы можем **поощрять** этого человека или же не поощрять. Мы можем **помочь выйти наружу** его хорошим качествам и способностям или же не заниматься ими и запустить их. Мы можем **похвалить** его или оскорбить. Это лицо может быть нашим лучшим другом и злейшим врагом. Эта персона, **наше лучшее «я»** имеет безграничную власть. Этот гений похож на джинна в бутылке, закупоренном в нашем **подсознании**. Следует лишь слегка потереть бутылку, он выйдет из неё и сделает всё, **что мы захотим**. У него имеется неограниченная сила для претворения в жизнь любой нашей мечты. **Но только у него есть эти силы!** Он закрыт в нашем сознании и ждёт наших **кристально чистых и ясных указаний** в отношении того – кем мы хотим **стать**, что мы хотим сделать, **совершить**, что мы хотим **испытать**, как мы **хотим жить**, кому мы хотим **служить**, что мы хотим **иметь**. Разговаривать самому с собой в изыскательном наклонении, описывать самому себе наши цели, представлять себе идеальный результат работы, **пользоваться своей фантазией** – вот несколько видов техники, чтобы высвободить способности, **заложенные в нас самих**. Есть определённое расстояние между тем, что мы думаем о себе и тем, кем мы хотим стать. Я решил проделать это расстояние, чтобы приблизиться к своему идеалу. Я нахожусь на пути к тому, чтобы **стать своим собственным идеалом**. Я наслаждаюсь путешествием, которое предназначено для того, чтобы проделать данное расстояние. К примеру: я хочу поделиться с Вами упражнениями, касающихся изменения представления о своём «я», которые я усвоил ещё в Сиднее, в Австралии. Закройте глаза и представьте себя в виде обрамлённой фотографии на своём **ментальном экране**, представьте, что Вы в лучшей своей форме, что Вы совершенно здоровы, у Вас идеальный вес и Вы красиво одеты. В Вас всё идеально: Ваша причёска, зубы, кости, органы, ткани и все клетки Вашего тела. И представьте себе эту фотографию в белой светящейся раме. А когда Вы увидите фотографию этого прекрасного человека (т.е. самого себя) на своём ментальном мониторе, то своими собственными руками запишите на своём портрете следующие слова: **Я уверен в себе, я смелый, решительный, воодушевлённый, счастливый, здоровый, откровенный и любящий других человек**. Я проделал это упражнение первый раз 20 лет тому назад и с тех пор на протяжении этих лет я дополнял эту характеристику **своего портрета** лишь несколькими словами. Большинство людей отождествляет себя со своей профессией: «Я адвокат, учитель, военный, директор, студент, домохозяйка, пенсионер и т.д». А

некоторые люди отождествляют себя со своими неудачами, фиаско: «я идиот», «я дурак», «я неудачник», «я паралитик» и т. д. А вы **создавайте свой ментальный идеал** тем, что выбираете для своей характеристики самые меткие, подходящие слова. Мои слова, приведённые выше, являются лишь образцом. А основная цель этого упражнения заключается для Вас в том, чтобы **создать в себе чувство полной ответственности** для того, чтобы действительно стать таким человеком, которого Вы описали в **автопортрете. Запишите себе свои слова, повторяйте себе их снова и снова** в изыскательном наклонении, напоминая себе о том, каким же человеком Вы являетесь на самом деле. Список Ваших слов, характеристик может быть совершенно индивидуальным и Вы не должны никому его показывать. **Воспроизведите свой личный портрет на своём ментальном экране** с сильным эмоциональным зарядом в то время, когда Вы повторяете слова своей портретной характеристики. Во время упражнения Вы можете включить свою любимую музыку. Упражняйтесь до тех пор, пока Вы **не влюбитесь** в того человека, которого Вы видите на своём ментальном экране.

Покажите всем самое лучшее в Вашем характере!

Джеймс Вади