

НАЙТИ СВОЁ МЕСТО

КАК ЖЕНЩИНЕ ОПРЕДЕЛИТЬ
ЦЕЛИ И ПРИОРИТЕТЫ



РЭН АСАХИНА

Рэн Асахина

**Найти своё место. Как женщине
определить цели и приоритеты**

«Автор»

2026

Асахина Р.

Найти своё место. Как женщине определить цели и приоритеты /
Р. Асахина — «Автор», 2026

Вы можете успеть всё. И обнаружить, что ничего из этого вам не нужно. Хорошая работа, отношения, чужое одобрение: за чем вы гонитесь и зачем? Эта книга заставляет остановиться перед очередным «надо» и разобраться, что вам подходит, на что вы способны и ради чего готовы трудиться. Через истории о карьере, любви, самостоятельности и выборе она возвращает к вопросу, который легко откладывать годами: какое место вы сами хотите занять в своей жизни? Если устали много стараться и всё равно чувствовать себя не на своём месте, начните здесь. Ещё один год по инерции ничего за вас не решит.

© Асахина Р., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Глава 1. Определение своего места — путь к успеху для умной женщины	5
Глава 2. Кто я? Понять настоящую себя	18
Глава 3. Ты не можешь оставаться наивной девочкой всю жизнь	33
Конец ознакомительного фрагмента.	43

Рэн Асахина

Найти своё место. Как женщине определить цели и приоритеты

Глава 1. Определение своего места — путь к успеху для умной женщины

Для успеха женщины направление важнее скорости

Два важнейших жизненных выбора для многих женщин — найти настоящую любовь и подходящую работу. Каждый понимает, насколько важно сделать правильный выбор, но на практике люди часто торопятся и стремятся получить всё сразу. В результате некоторые женщины вскоре после свадьбы обнаруживают, что они с мужем не подходят друг другу, а на работе понимают, что, хотя устроились раньше других, их способности остаются невостребованными и их не ценят по достоинству.

Нефтяной магнат Рокфеллер, говоря о найме сотрудников, однажды заметил: «Не говорите мне, за сколько дней вы сможете выполнить работу. Я хочу знать, что вам нужно и чем вы хотите заниматься». Однако далеко не все осознают, насколько важно выбрать правильное направление и в жизни, и в работе.

Чемпионка мира по плаванию Флоренс Чадвик обладала выдающейся скоростью. Уверенность в своих силах помогла ей в 1950 году переплыть Ла-Манш. Но на этом амбициозная спортсменка не остановилась: она верила, что способна на большее, и решила проплыть от острова Кадлинна до Калифорнийского залива. Это было серьёзное испытание: в то время даже сильнейшие пловцы-мужчины не могли быть уверены, что справятся.

В начале испытания Флоренс была полна уверенности: полагаясь на интуицию, она считала, что благодаря своей скорости не только сможет благополучно достичь берега, но и что в течение долгого времени последующим претендентам будет трудно побить её рекорд по самому короткому времени. Однако, когда она достигла участка воды, расположенного менее чем в одной миле от берега, над морем внезапно поднялся густой туман. В этот момент она совершенно не могла различить направление, а что ещё хуже — у неё возникли сомнения относительно своего курса, и она попыталась найти новый путь, но каждый раз возвращалась ни с чем. Её силы постепенно иссякали, а в душе нарастало беспокойство, и в конце концов она с бессилием объявила о провале пересечения. Но только когда она поднялась на лодку, она сильно пожалела об этом, ведь до берега оставалось уже совсем немного.

Позже Флоренс с огорчением признала, что потеряла ориентацию и поэтому не смогла дойти до конца, а когда друзья пришли её утешить, она с самоиронией заметила: «Без чувства ориентации я даже хуже бутылки, плывущей по течению».

История Флоренс учит нас следующему: пока направление не определено, даже самая высокая скорость на самом деле не имеет большого значения, а в худшем случае может даже стать потенциальным бременем. Конечно, скорость не лишена смысла: в эпоху конкуренции, когда «быстрая рыба съедает медленную», опережение на один шаг часто даёт больше шансов на успех. Однако скорость часто требует направления в качестве гарантии — как при вождении автомобиля: только при правильном направлении увеличение скорости имеет смысл; если же вы движетесь в неправильном направлении, то чем быстрее вы едете, тем дальше можете отклониться от цели. Можно сказать, что направление — это предпосылка, и оно важнее, чем просто скорость.

На самом деле каждый хочет добиться успеха, и каждый надеется достичь его как можно быстрее. Особенно это касается женщин: из-за относительно небольшого количества возможностей многие из них мечтают о мгновенной славе. Даже великая писательница Чжан Айлин, известная своей неповторимой красотой, однажды вздохнула: «Славу нужно завоевывать как можно раньше». Но на самом деле такой настрой может создать препятствия на собственном пути: чем сильнее стремление к быстрому успеху, тем больше вероятность разочарования и неудачи. Как гласит пословица: «Спешишь — не дойдешь». Слепое стремление к скорости может, напротив, отдалить цель и лишить вас ещё большего числа шансов на успех. И наоборот, если вы сможете определить направление своих усилий, понять, что вам действительно нужно, решить, как вам следует действовать и с чего начать, — только так вы сможете добиться большего результата с меньшими усилиями и тем самым более реально приблизиться к успеху.

Мелисса Лео, безусловно, является одной из тех голливудских актрис, чья карьера развернулась поздно. С 1984 года она начала появляться в телесериалах, но роли, которые она играла, были весьма заурядными или просто не подходили ей, так что мало кто из зрителей знал об этой опытной актрисе. На самом деле с самого начала своей карьеры в шоу-бизнесе, видя, как другие актрисы одна за другой добиваются успеха и получают одну роль за другой, у неё тоже зародилось желание как можно скорее начать сниматься. Стремление к славе постоянно подталкивало её к тому, чтобы поскорее сняться в кино или на телевидении. Именно поэтому она редко задумывалась о роли, когда принимала предложения, и это напрямую повлияло на её карьеру.

За более чем двадцатилетнюю карьеру в кино и на телевидении Мелисса снялась почти в 80 проектах. Особенно в период с 2006 по 2008 год она сыграла 15 разных ролей в 15 кино- и телепроектах, в том числе в таких популярных сериалах, как «Мысли преступника» и «Юридический акула». Можно сказать, что она принимает предложения о съемках быстрее, чем большинство голливудских актрис, но при этом мало кто может вспомнить её — актрису по имени Мелисса.

На самом деле Мелисса — безусловно талантливая актриса, но из-за того, что она не выбрала правильный творческий путь и подходящие роли, её талант остался незамеченным. Как она сама сказала журналистам: «Ты можешь сыграть в тысяче фильмов, а люди даже не будут знать твоего имени или будут считать тебя просто незаметной «вазочкой». Или, как я теперь понимаю, найти роль, которая подходит тебе больше всего, на самом деле важнее всего остального». В 2007 году она начала анализировать свой подход к актерской игре и искать сценарии и роли, наиболее подходящие ей. А в 2008 году она приняла предложение сыграть в малобюджетном художественном фильме роль одинокой матери, которая занимается контрабандой, чтобы прокормить сына. В этой картине она продемонстрировала всю глубину своего актерского мастерства, и именно этот фильм принес ей широкую известность. Только тогда она по-настоящему обрела своё направление в актёрской карьере.

Поэтому чем бы вы ни занимались, самое главное — это выбрать правильное направление, ведь правильное направление часто открывает новые возможности, а слепое стремление к скорости может привести к поспешным решениям. Можно сказать, что выбор пути зачастую важнее, чем скорость движения. Любой, кто хочет добиться успеха, должен запомнить следующую фразу: в пустыне первым выходит из нее не тот, кто бежит быстрее всех, а тот, кто умеет найти правильное направление.

Женщина, стремящаяся к успеху, должна точно определить свой путь, а не постоянно искать «короткие пути» и думать о том, как опередить других и добиться успеха раньше всех. На самом деле самое главное — делать то, что ты можешь, то, что хочешь, и то, что тебе подходит. Если с самого начала не удастся правильно определить направление и выбрать не тот путь, цель успеха будет только отдаляться.

Общество не будет ждать, пока ты повзрослеешь — научись отстаивать свою позицию

В 1990 году известные американские ученые в области менеджмента Прахад и Хаммер совместно ввели в оборот понятие «ключевая конкурентоспособность». С тех пор ключевая конкурентоспособность стала обязательным фактором, который необходимо учитывать каждой компании. Например, у каждой известной компании есть свой товарный знак и бренд — это часть ключевой конкурентоспособности компании и яркий признак, отличающий одну компанию от другой.

У успешной компании всегда есть что-то, что выделяет её среди других, и то же самое можно сказать о людях: успешный человек обладает уникальными чертами — особым стилем работы, характером, образом мышления, манерой общения и т. д. — и всё это накладывает на вас яркий личный отпечаток. Каждый, повзрослев, хочет чего-то добиться, но как это сделать или каким человеком стать — у многих зачастую нет четкого плана. Такие люди обычно лишены индивидуальности, и их мысли сводятся к следующему: «Как поступают другие, так поступаю и я». Однако, следуя за толпой, очень легко загубить свою индивидуальность и стать одним из многих.

Один журналист из журнала после интервью с голливудской актрисой Анджелиной Джоли высказал следующее размышление: «Когда ты открываешь для себя очарование и успех женщины, ты всегда замечаешь в ней нечто особенное, чего нет у других. Можно сказать, что это сексуальность, но среди всех женщин, которых я видел, ни одна не была настолько очаровательна — ни одна».

Если женщина хочет стать более очаровательной и облегчить себе путь к успеху, ей прежде всего нужно продемонстрировать черты, присущие уникальной женщине. Поэтому, если вы — женщина, у вас должны быть причины, чтобы выделиться из толпы. Вам нужно понять одну вещь: кто вы, какими талантами обладаете, что вы умеете делать, что вы можете сделать, чего не могут другие. Вы всегда должны четко осознавать: «Я уникальна». Только так вы сможете по-настоящему стать той единственной и неповторимой успешной личностью.

Женщины-руководители не являются редкостью в глобальном бизнесе, но среди множества успешных женщин генеральный директор PepsiIndra Nooyi, безусловно, является одной из тех, кто оставил яркий личный след. Как глава известной компании, она всегда появляется на различных мероприятиях Pepsi в традиционной индийской одежде — сари; а когда заканчивает работу, она всегда уходит из офиса последней и выключает все свет.

Эти уникальные черты ее поведения тесно связаны с ее характером и личным развитием. Нуи родилась в семье среднего класса на юге Индии. Для индийской девушки она была настоящей «белой вороной»: например, она не занималась домашними делами, как другие девушки, а создала рок-группу, состоящую исключительно из девушек, и увлекалась крикетом. Она даже редко поступала так, как того хотели родители, потому что стремилась оставаться верной себе. Например, в 1976 году, несмотря на противодействие семьи, она решительно отправилась учиться в Йельский университет в США. В той светской среде для хорошо воспитанной девушки из касты брахманов выбор в пользу поездки в США с большой вероятностью означал утрату шанса на брак, но она не испугалась.

Именно благодаря тому, что она всегда стремилась оставаться собой, Индра Нуи постепенно стала выделяться среди других. В 1994 году она пришла в компанию «Пепси» и предложила отказаться от традиционного бизнеса сетевых ресторанов и сосредоточиться на основных брендах, но этот шаг встретил сопротивление со стороны большинства, и даже генеральный директор проголосовал против. Однако Индра Нуи осталась при своём мнении и в конечном итоге убедила руководство. Впоследствии «Пепси» быстро развивалась, завоевала огромную долю рынка, несмотря на сильного конкурента в лице «Кока-Колы», и стала брендом, идущим наравне с «Кока-Колой», что как раз и доказало дальновидность Нуи. Позже даже президент компании «Пепси» отметил, что она действительно была женщиной, выделявшейся из общей массы. 28 сентября 2009 года в рейтинге 50 самых влиятельных женщин в мире бизнеса,

составленном британской газетой «Financial Times», Нуи заняла 11-е место. В октябре 2010 года она вошла в список самых влиятельных женщин мира по версии журнала «Forbes», заняв 6-е место. Все эти выдающиеся достижения обусловлены её яркой индивидуальностью.

Можно сказать, что неповторимость — это лучший способ проявить свое очарование. Кто-то однажды спросил международную супермодель Хайди Клум: «Как, по-вашему, женщина может стать более привлекательной?» Эта знаменитая модель мудро ответила: «Во-первых, нужно, чтобы окружающие осознали, что вы — женщина, а затем посчитали вас уникальной, незаменимой и неповторимой». На самом деле многие женщины невольно подражают тем успешным людям, которым они завидуют: копируют их стиль одежды, манеры поведения, модели успеха. Но успех всегда неповторим — в этом мире не будет второй Хайди Клум, потому что такой образ жизни не обязательно подходит именно вам. Вы — это вы, и свой путь к успеху вам предстоит проложить самостоятельно.

Ты — это ты, а другие — это другие. Каждая женщина должна оставаться собой, создавать яркий личный бренд и развивать свои самые привлекательные индивидуальные черты. Если же индивидуальность утрачена, то твоя общая привлекательность значительно снизится, а твои шансы на успех будут ограничены. Каждая женщина должна запомнить одну фразу: «Человек достигает успеха не потому, что обладает всем, чем обладают другие, а потому, что обладает тем, чего нет у других».

Старайтесь вырваться из самонавязанных ограничений

Ученые однажды провели эксперимент: они поместили несколько блох в очень глубокую бутылку. Блохи постоянно пытались выпрыгнуть наверх, и каждый раз, когда им удавалось выбраться из бутылки, ученые намеренно увеличивали высоту бутылки. Блохи продолжали изо всех сил прыгать наружу, пока не выпрыгивали из бутылки. После нескольких попыток ученые обнаружили, что блохи могут прыгать на высоту, в 170 раз превышающую их собственный рост.

Затем ученые провели вторую серию экспериментов. На этот раз, исходя из обычной высоты прыжков блох, они накрыли бутылку стеклянной крышкой. Каждый раз, когда блохи с усилием прыгали вверх, они как раз касались стеклянной крышки. После нескольких попыток высота прыжков блох постепенно стабилизировалась. Ученые сняли стеклянную крышку, но блохи так и не смогли выпрыгнуть из бутылки.

На самом деле одна из причин, по которой блохи из второй группы не смогли выпрыгнуть из бутылки, заключалась в том, что после установки искусственного препятствия у них сформировался условный рефлекс: в процессе прыжков они сами установили для себя ограничительную высоту, считая, что могут прыгнуть не выше этого уровня, и в итоге, даже без препятствия, не смогли преодолеть прежнюю высоту. Так бывает с блохами, и часто так бывает и с людьми. На самом деле в определённых условиях мы очень легко формируем устоявшиеся стереотипы мышления и создаём у себя фиксированное представление о своей «нормальной» жизни, поэтому у нас редко возникают мысли о том, чтобы бросить вызов и выйти за пределы привычного уровня.

Что касается большинства женщин, то как вы обычно относитесь к себе? Вы — примерная девушка или милая представительница молодежного поколения? Вы — добросовестная офисная работница или ценительница свободы, увлеченная искусством? Возможно, вы обладаете выдающимися способностями, а может, вы просто обычный человек, но помимо этого, задумывались ли вы когда-нибудь о том, кем еще вы могли бы стать? Есть ли в вашей жизни возможность для прорыва?

В большинстве случаев женщины не задумываются над этими вопросами: они подавлены собственным устоявшимся образом, поэтому невольно говорят себе: «Я могу только это, и, наверное, больше ничего и не смогу». Именно поэтому они не задумываются о том, что ещё

могли бы делать, не пробуют того, чего никогда не пробовали, и не знают, где пролегают их границы.

Психологи считают: ты такая, какой себя считаешь; если ты думаешь, что можешь сделать только столько, то и сделаешь не больше. На самом деле «кем ты станешь, какую роль будешь играть, каких результатов сможешь достичь» — всё это было определено тобой самой ещё очень давно. Часто мы жалуемся, что окружающая среда сковывает наши способности, но гораздо чаще это мы сами устанавливаем рамки для своей жизни и создаём рамки для своего образа. На самом деле ты забываешь, что можешь сделать гораздо больше и гораздо лучше. К сожалению, возможно, ты никогда не осознавала, что на самом деле ты — женщина с огромным потенциалом, способная играть разные роли и совершать то, о чём даже не могла себе представить.

Бывший генеральный секретарь ООН Кофи Аннан однажды сказал: «Даже то, чего никто никогда не делал, не обязательно невозможно — можно лишь сказать, что ты первая, кто осмелился попробовать». Смелость выйти за пределы собственных ограничений — это не повод для паники. Настоящая проблема заключается в том, что ты сама себя ограничиваешь и не можешь вырваться из оков стереотипного мышления.

Один известный учёный в письме к своей племяннице написал: «Никто не поверит, что ты способна изменить мир, включая тебя саму, но если ты попробуешь выйти за пределы своих ограничений, возможно, тебе удастся добиться некоторых перемен, пусть даже самых незначительных. К тому же, кто знает, может быть, именно ты станешь следующим человеком, который «подвинет Землю»?» На самом деле каждый, кто стремится к успеху, должен прежде всего научиться выходить за пределы себя, как сказал Махатма Ганди: «Изменение мира начинается с изменения самого себя». В действительности самым большим препятствием в жизни зачастую является не то, насколько тяжелы задачи или насколько неблагоприятны условия, а мы сами, потому что каждый из нас привык замыкаться в своей «бутылке» — наши взгляды, мышление и идеалы ограничены её пределами, и поэтому мы никогда не сможем выйти за пределы той зоны, которую сами для себя обозначили. Чтобы стать успешным человеком, вам нужно преодолеть установленные вами самими ограничения, разорвать стереотипы мышления и разбить «бутылку», сковывающую вас — только так вы сможете идти шире и дальше, а также подняться выше и выше.

Элис когда-то была обычным менеджером по продажам в компании «Л'Ореаль». Хотя она и работала добросовестно, по сравнению с другими сотрудниками в ней не было ничего особенного, поэтому она всегда оставалась совершенно незаметной фигурой. В личной жизни она также была довольно традиционной женщиной: несмотря на то что компания занималась продвижением элитных брендов, она всегда одевалась в стиле «офисного работника» — даже на вечеринки. Именно поэтому все считали, что ей не хватает женской утончённости, а она сама полагала, что ей совершенно не идут наряды для дам.

Однажды компания устроила бал для важных клиентов. Элис не была привычна к подобным мероприятиям, но в тот день её муж настоятельно посоветовал ей надеть длинное платье. Сначала Элис посчитала это смешным, решив, что такие наряды ей совершенно не идут, да и обычно, отправляясь на балы, она не старалась особо наряжаться; к тому же, даже если бы она переоделась, вряд ли кто-то заметил бы разницу. Однако из-за настойчивости мужа она в конце концов с неохотой согласилась изменить свой образ. И этот шаг стал счастливым поворотным моментом в жизни Элис: в тот вечер, одетая в длинное платье, она стала центром внимания всего бала, клиенты один за другим просили её потанцевать с ними, и это создало возможность для заключения контракта между обеими сторонами.

После этого исполнительный директор компании принял её и повысил до менеджера по связям с общественностью. Элис и подумать не могла, что всего лишь одно длинное платье, которое она никогда раньше не надевала, изменило всю её жизнь.

В психологии существует понятие «эффекта туннеля»: когда человек стоит в туннеле, его взгляд всегда ограничен пределами туннеля, и он считает, что мир впереди такой же маленький, как и сам туннель. Однако, когда он набирается смелости и вырывается из туннеля, он обнаруживает, что мир гораздо больше, чем он себе представлял. Женщины тоже часто смотрят на себя изнутри «туннеля», неосознанно ограничивая себя определёнными рамками. Если же им удастся преодолеть такое мышление и вырваться из «туннеля», они смогут обрести гораздо больше пространства для самореализации.

Поэтому зачастую женщине нужно смело выходить за пределы своих ограничений, смело создавать образ, отличающийся от общепринятых стандартов, смело пробовать нестандартные методы и, главное, мыслить нестандартно. Иногда это может быть всего лишь платье, кольцо, простое приветствие или неожиданное предложение — пусть это и кажется незначительным изменением, но кто знает, может быть, именно это изменит вашу жизнь? Иногда выход за пределы привычного состояния открывает новые двери в жизни.

Правильно оценивайте свои способности

Тренер по успеху Карнеги однажды попросил своих учеников перечислить свои навыки. В результате многие из них плотно исписали листы бумаги длинным списком. Затем Карнеги попросил учеников перечислить те вещи, которые они гарантированно смогут сделать. В этот момент большинство засомневались, и на листах стали появляться большие пустые места. Тогда Карнеги с некоторой грустью заметил: «Большинство людей оценивают себя поверхностно, но реальность такова: возможно, вы ничего о себе не знаете».

В жизни многие женщины, стремясь доказать свою ценность и продемонстрировать себя перед окружающими, часто ставят перед собой определенные цели. Сама по себе это хорошая практика, однако при постановке целей некоторые из них часто чрезмерно преувеличивают свои способности, дают нереалистичные обещания и берутся за задачи, которые трудно выполнить. В результате приступив к их выполнению, они наносят еще больший удар по своей уверенности в себе. Есть и такие женщины, которые поступают с точностью до наоборот: они привыкли принимать помощь от других, привыкли полагаться на мужчин, поэтому никогда не считают себя способными что-либо сделать хорошо. Именно из-за этого они всегда недооценивают свои возможности и при любой проблеме ищут поводы, чтобы отказаться, хотя на самом деле они способны на гораздо большее, чем сами полагают.

Одна писательница однажды так описала женщин: «Женщины часто погружаются в мир собственных фантазий: то они самонадеянно полагают, что способны покорить всех мужчин на свете, то, наоборот, страдают от комплекса неполноценности и боятся, что никому не подходят». Оба этих подхода к самооценке обычно становятся препятствиями на пути к успеху. Чтобы избежать этих проблем, следует исходить из реальной ситуации, тщательно и объективно анализировать свои способности, стараться понять свои сильные и слабые стороны, а затем с открытым сердцем принять свое истинное «я». Коносукэ Мацушита, основатель японской компании «Мацушита Электрик», часто задавал себе вопрос: «Сколько же у меня сил? В каком же я на самом деле положении?» Именно благодаря этому Коносукэ мог действовать в пределах своих возможностей, а его компания всегда развивалась стабильно.

Правильный настрой и объективная оценка собственных способностей — это необходимые качества каждой успешной женщины. Если переоценивать себя, то неизбежно возникнет психологический разрыв; если же недооценивать себя, то можно упустить много возможностей для развития. Во всём нужно действовать в меру своих сил и исходить из реальной ситуации. Например, когда все вокруг восхищались жизненными достижениями бывшей первой леди США Хиллари Клинтон, она спокойно ответила: «В этом нет ничего особенного. Я просто

делала то, что могла, и отказывалась от того, что мне не по силам». Видно, что успех порой действительно очень прост.

Одна европейская транснациональная компания, намереваясь расширить свой рынок в Азии, решила выбрать компетентного регионального руководителя. После обсуждения на заседании совета директоров победительницей стала малоизвестная младшая руководительница Дэйлс. Этот результат стал настоящим шоком: многие сочли такое решение абсурдным, а некоторые даже заподозрили наличие скрытых мотивов в назначении компании; некоторые авторитетные и высококвалифицированные кандидаты также почувствовали себя ущемленными.

Столкнувшись с всеобщей критикой и подозрениями, Дэйлс предпочла молчать; даже на церемонии вступления в должность она вела себя максимально сдержанно и скромно заявила, что её способности ограничены и она просто сделала то, что была в состоянии сделать. В зале разгорелись бурные дискуссии, некоторые даже начали смеяться, чтобы высмеять ново-назначенного руководителя. В этот момент генеральный директор компании вышел на сцену и с улыбкой обратился к собравшимся: «Пожалуйста, откройте резюме мисс Дэрс». Когда все выполнили просьбу, генеральный директор продолжил: «Вы наверняка удивитесь: в резюме этой дамы нет каких-то особенно впечатляющих достижений, так почему же совет директоров выбрал именно её? Но вы упустили из виду одну важную деталь: в этом резюме ни разу не упоминается ни одной ошибки. Она всегда работала на благо компании в меру своих возможностей, поэтому её работа всегда была стабильной. А кто из присутствующих здесь может похвастаться тем же?» На самом деле вы, возможно, забыли об одном: «Делай для компании столько, на сколько хватает твоих способностей» — вот в чём заключается цель создания нашей компании!» Эти слова оставили всех безмолвными.

Каждый хочет совершать великие дела, каждый полн амбиций и стремится к великим достижениям, но не у каждого есть для этого талант. Иметь идеалы, желания и стремления — это хорошо, но реализация идеалов должна опираться на реальный уровень способностей; если способностей недостаточно, то даже самые грандиозные замыслы останутся лишь фантазией. Многие постоянно говорят о том, чтобы совершать великие дела, но на самом деле переоценивая свои силы и идя на риск, они только обрекают себя на ещё более тяжёлое падение. Наполеон, отвечая на вызов соперника, иронично заметил: «Даже самые грандиозные амбиции не могут скрыть того факта, что ты — ничтожество».

Правильно оценивать себя и делать то, на что хватает сил, — это на самом деле гораздо значимее, чем какие-то грандиозные жизненные устремления. Успешная и обаятельная женщина, прежде всего, должна честно смотреть на себя, принимать себя такой, какая она есть, не преувеличивать и не испытывать комплекса неполноценности. Старайтесь делать то, что по силам, и не настаивайте на том, что недостижимо; умеете вовремя отступать перед трудностями и действовать в пределах своих возможностей. Только правильно определив своё место и настроив правильный внутренний настрой, вы сможете уверенно идти по жизни.

Как избежать ловушки самооценки

В настоящее время в обществе часто звучат такие утверждения: «Я такой человек, поэтому не могу заниматься тем-то». Поэтому студенты не хотят устраиваться на работу в небольшие города, малые предприятия или небольшие организации, не хотят начинать с малого и работать по-честному; каждый считает, что должен найти работу, соответствующую его статусу, и в результате всё больше людей сталкиваются с трудностями при трудоустройстве. Подобная ситуация наблюдается и в сфере брака и личных отношений: всё больше людей жаждут идеальной любви, причём основными критериями для такой любви часто становятся материальное благополучие и внешность. Особенно женщины, сознательно или бессознательно, обращают свой взор на мужчин из элиты, но следствием этого становится то, что всё больше женщин остаются «оставшимися на рынке».

На самом деле если говорить объективно, то желание студентов найти хорошую работу и стремление женщин выйти замуж за богатого и красивого мужчину — все эти желания и идеалы вполне нормальны и являются разумными жизненными требованиями. Однако люди часто игнорируют реальность и чрезмерно заикливаются на этих так называемых «позиционированиях». Следует помнить, что в самооценке тоже могут таиться ловушки, и наши представления о себе не всегда безошибочны. Иногда ваши ожидания слишком высоки, а иногда — слишком низки, и оба этих состояния могут создавать проблемы в жизни. Чтобы обеспечить баланс в жизни, женщинам следует своевременно корректировать свои ожидания с учетом реальной ситуации: чем упорнее вы будете считать эту самооценку неизбежным путем в жизни, тем глубже, естественно, в него погрузитесь.

Американский психолог Грег однажды провёл исследование, в рамках которого попросил 1500 женщин записать свои мысли о жизни и планы на будущее. После десяти лет наблюдений он обнаружил, что 1200 женщин продолжали бороться за свои первоначальные мечты, но действительно реализовали свои планы лишь 17 человек; более 300 женщин подумывали о смене профессии, а большинство оказались в безвыходной ситуации. Женщины зачастую бывают упрямыми: они всегда считают, что то, во что они верят, обязательно правильно, и нужно идти к этому без колебаний. Но даже если не брать во внимание обманы, которые подбрасывает нам жизнь, мы часто обманываем сами себя: недооценка собственных способностей и недостаточное учета реальности часто становятся факторами, препятствующими нашему успеху.

Демира — отличница Гарвардской школы бизнеса. Обладая ореолом престижного университета, она всегда мечтала стать банкиром или найти высокооплачиваемую работу на Уолл-стрит. После окончания учебы она без проблем устроилась на Уолл-стрит, в частный инвестиционный банк, где стала рядовым трейдером по облигациям и начала жизнь, о которой так долго мечтала. Высокая зарплата, роскошный дом, дорогая машина, сложная и конкурентная рабочая среда — всё это полностью соответствовало представлениям Демиры, и эта молодая девушка уже строила планы на прекрасное будущее.

Однако реальность всегда ставит человека в затруднительное положение: проработав в банке три года после окончания университета, она обнаружила, что жизнь вовсе не такая прекрасная, как ей казалось раньше. На самом деле она не могла приспособиться к такому образу жизни, потому что здесь всегда царили обман, ложь и жадность. Те тайные грязные сделки и неправомерные махинации разочаровали Демиру, и она начала понимать, что на самом деле не в состоянии хорошо справляться с этой работой. Знания, полученные ею в бизнес-школе, здесь практически негодились, а о капитальных операциях и финансовых инновациях Уолл-стрит она знала очень мало.

Самое главное, что эта работа на самом деле была очень скучной: каждый день ей приходилось по двенадцать часов смотреть в экран, отслеживая колебания ставок по облигациям, а также совершать десятки звонков по адресу и вводить сотни торговых поручений. Реальная рабочая нагрузка и неспособность адаптироваться постоянно мучили Демиру, и в конце концов она с сожалением ушла с Уолл-стрит. Ее «американская мечта» о Уолл-стрит разбилась вдребезги, и ей пришлось начинать все сначала на другой работе.

На самом деле Демира не была неспособной, просто она неправильно оценила свою совместимость с работой в финансовой сфере, дала себя обмануть кажущимся прекрасным «американской мечтой» о Уолл-стрит и в итоге попала в ловушку самоопределения. Мы часто говорим, что нужно заниматься тем, что нам интересно, ставить перед собой цель и стремиться к ней; кажется, что каждый должен определить, чем ему следует заниматься. Однако при оценке и определении своего места в жизни мы легко поддаемся влиянию посторонних факторов, в результате чего попадаем в жизненные ловушки. Кроме того, между идеалом и реальностью всегда существует разрыв: реальность порой заставляет нас изменить курс, пересмотреть своё положение и пересмотреть жизненные планы.

В басне Эзоса прожорливая лиса, столкнувшись с виноградом, который хотела съесть, но не могла, нарочито с кислой миной утешала себя: «Виноград кислый, он совсем не вкусный». Мы всегда смотрим на эту лису с насмешкой, но с другой стороны, лиса также мудра: раз она знает, что не получит желаемого, зачем тогда упорно надеяться? Лучше пора утешить себя и сдаться. Женщинам в жизни тоже следует перенять дух самоосвобождения этой лисы: раз не получается добыть желанный виноград, не стоит попадать в соблазнительную ловушку, расставленную этим виноградом.

Определение своего места — это ловушка, поэтому к выбору нужно подходить осторожно. Женщины должны понимать: определение своего места в жизни нужно не чтобы ограничивать себя, а чтобы мотивировать и направлять себя. И это определение не является постоянным — при необходимости мы всё равно должны пытаться измениться. На самом деле «то, что ты хочешь делать» и «то, что ты должна делать» никогда не могут быть равнозначными.

Определите себя, ясно видите других

Один экономист, объясняя «игру на выживание», сказал: «Если ты овца, то должен понимать, стоит ли рядом волк; если же ты считаешь себя волком, то тоже должен присматриваться, нет ли поблизости овец». Однако зачастую мы легко попадаем в ловушку самоуверенности: то считаем себя слишком слабыми, а соперника — слишком сильным, то, наоборот, считаем себя сильными и пренебрежительно относимся к сопернику, но в итоге страдаем от этого, как правило, мы сами.

На самом деле большинство людей используют именно такой подход к решению проблем. Психологи называют такое поведение «крайним страхом и крайней самонадеянностью», что особенно часто встречается у женщин. Им зачастую трудно провести грань между тем, что они могут контролировать, и тем, что им не подвластно, поскольку женщины обычно предпочитают видеть либо только себя, либо только других.

На самом деле чтобы лучше выживать в жизни, женщинам следует всегда держать перед собой зеркало: нужно не только искренне познать себя, но и трезво оценивать тех, кто находится за их спиной. Точно понимая себя, нужно объективно оценивать свои способности, а также всесторонне и объективно оценивать других. С одной стороны, не следует даваться обмануть сильной внешностью других: когда вы действительно проникнете за фасад и увидите суть, то обнаружите, что ваш соперник не так силен, как вам казалось, а вы сами не так слабы и беззащитны, как вам казалось. С другой стороны, не стоит недооценивать способности других — обратите внимание на то, чем они обладают, а чего нет у вас. Успех других обязательно обусловлен их сильными сторонами: может быть, это внешность, характер, коммуникабельность или просто ум.

Как гласит пословица: «Знай себя и знай противника — и в сто сражениях не потерпишь поражения». Любой человек, стремящийся к успеху, должен не только сосредоточиться на себе и правильно определить своё место, но и уметь понимать своих соперников, друзей и потенциальных союзников. Только ясно понимая, кто ты сам и какими сильными сторонами обладают другие, ты сможешь с лёгкостью ориентироваться в жестких условиях жизни. Опираясь лишь на поспешные догадки вроде «мне кажется» или «я считаю», тебе будет трудно по-настоящему конкурировать с другими.

Бывшая премьер-министр Великобритании Маргарет Тэтчер, прозванная «Железной леди», была одной из величайших женщин XX века. Благодаря многолетней работе над реформами в Великобритании и привычке применять жесткие дипломатические методы она стала синонимом сильной женщины. Хотя до сих пор многие британцы испытывают к ней ненависть и отвращение, во всем мире большинство людей все же относятся к ней с большим уважением, особенно женщины, которые часто берут Тэтчер за образец для подражания.

Успех Тэтчер как раз и заключался в точном понимании самой себя и в том, что она досконально знала своих соперников. На самом деле ещё в молодости она проявила огром-

ный интерес к политике. В то время в политической арене практически не было женщин, и лишь немногие из них были готовы заниматься политикой, но леди Тэтчер решила пойти по этому необычному пути и прошла по нему несколько десятилетий, пока не стала первой женщиной-премьер-министром в истории Великобритании, а затем чудесным образом переизбиралась на три срока подряд. Эти достижения придали её успешной жизни немало легендарного колорита.

На самом деле леди Тэтчер впервые близко соприкоснулась с политикой и начала строить свою политическую карьеру в 1948 году. В том году она выступила от имени Ассоциации выпускников Оксфорда, представляющей Консервативную партию, и произвела огромное впечатление, благодаря чему была избрана представителем в районный совет, а затем стала самой молодой женщиной-кандидатом от Консервативной партии, что создало для неё превосходные условия для участия в выборах в Палату общин. Однако, чтобы добиться успеха на выборах, Тэтчер понимала, что ей необходимо хорошо владеть правом — одним из основных навыков, которыми должен обладать депутат, — а это как раз и было её слабым местом.

Осознав свои недостатки, она усердно взялась за изучение права: в то время она не только была занята партийными делами, но и только что вышла замуж, однако, несмотря на это, она старалась использовать каждое свободное мгновение для учебы. В 1953 году, после двух лет обучения, она успешно получила адвокатскую лицензию, что дало ей возможность на равных соперничать с оппонентами. Однако чтобы окончательно победить соперников, одного лишь повышения собственных навыков было недостаточно: она понимала, что только зная своих противников, можно найти их слабые места и уклониться от их самых острых атак. С тех пор она начала активно изучать своих оппонентов и выявлять их слабые места. Например, будучи членом «теневого кабинета» оппозиционной партии, чтобы опровергнуть аргументы оппонентов, она ежедневно собирала огромный объем данных и информации, а затем побеждала их с помощью неопровержимых доводов. Именно благодаря этому леди Тэтчер смогла продвигаться всё дальше и шире по своему политическому пути.

На самом деле жизнь — это постоянная игра, и успех в ней зачастую зависит от объема информации, которой вы располагаете: чем больше информации, тем больше преимуществ вы получаете в игре. Эта информация обычно включает в себя понимание как себя, так и других. Понимая себя, вы сможете действовать с должной мерой, когда приходит время сделать ход; понимая других, вы сможете использовать их сильные стороны и избегать слабых, выбирая для атаки их самые уязвимые места.

Многие женщины загадывают желание стать самыми счастливыми, самыми красивыми и самыми успешными женщинами, но прежде чем это произойдет, понимаете ли вы, на что именно вы опираетесь, чтобы обрести это счастье, то есть в чём заключается ваш капитал? Кроме того, знаете ли вы своих соперниц и могут ли они опередить вас и отобрать у вас всё, то есть в чём может заключаться капитал других?

Некоторые учёные проводили эксперимент, в котором помещали вместе тщательно выращенных кошек и мышей. Поскольку кошки никогда не видели мышей, а мыши не знали, что такое кошки, в результате обе стороны застыли в робком противостоянии. На самом деле мы тоже часто сталкиваемся с подобной растерянностью, и выход из этой ситуации заключается в поиске себя и активном стремлении понять других — только так вы сможете овладеть той ключевой информацией, необходимой для выживания.

Поэтому для большинства женщин, если вы хотите добиться успеха и выделиться в условиях жесткой конкуренции, в первую очередь необходимо осознать свои сильные стороны и имеющиеся ресурсы, а также объективно оценить свои способности. Кроме того, следует уделять больше времени и сил изучению своих соперников, стараясь собрать как можно больше информации о них — только так вы сможете увеличить свои шансы на успех.

Не будьте плавающей на волнах водорослей: женщина должна иметь собственное мнение

На протяжении долгого времени у некоторых женщин бытовало представление: «в семье — подчиняйся отцу, в браке — мужу, в старости — сыну», как будто они от природы предназначены для второстепенной роли и должны жить, подстраиваясь под чужие мнения и подчиняясь им. Поэтому по сравнению с мужчинами, женщинам часто не хватает собственной точки зрения: с одной стороны, они не могут самостоятельно принять решение, предпочитая слепо следовать за другими и полагаться на них. С другой стороны, зачастую женщины недооценивают себя, не осмеливаются высказывать собственное мнение и не имеют смелости действовать по своему усмотрению. Именно поэтому в большинстве случаев женщины похожи на плавающих на волнах листья: что делают другие, то и делают они; что думают другие, то и думают они, не имея собственного направления и убеждений.

В настоящее время социальный статус женщин постоянно повышается, у них появляется всё больше возможностей продемонстрировать свою ценность для общества и личные способности; даже появилось выражение «половина неба». В связи с этим женщинам следует изменить традиционные модели мышления и представления, обязательно иметь собственное мнение, разработать четкий план своей жизни, понимать свои потребности, развивать свои интересы и смело выражать свои истинные мысли. Женщина, которая умеет говорить, выражать свои мысли, иметь собственное мнение и делать свой выбор, обязательно получит больше возможностей для жизни и развития, чем другие. Как сказал философ Аристотель: «Если ты только осмелишься открыть рот, ты, возможно, получишь всё».

Бывший госсекретарь США Кондолиза Райс — неоднозначная личность, принадлежащая к афроамериканскому сообществу. Её жёсткая позиция на международной арене вызвала много критики, однако, судя по её выдающейся карьере в политике, её успех стал ориентиром и примером для многих женщин, а также источником вдохновения для женщин любой страны и любого социального слоя.

Говоря об успехе Райс, нельзя не отметить, что одной из важнейших причин его достижения является её самостоятельность: она обладает острым восприятием и способностью к правильной оценке ситуации, а также смело выражает свои мысли, что открыло перед ней ещё больше возможностей для успеха. Прочитав биографию Райс, нельзя не поразиться её блестящим достижениям, однако на пути к успеху её привела одна, казалось бы, незначительная мелочь.

В 1987 году Скоукрофт, один из членов «мозгового центра» Джорджа Буша-старшего, выступил с речью в Стэнфордском университете. Многие восхищались этой знаменитой личностью, и Райс была одной из них. Однако она никогда не слепо доверяла и не преклонялась перед кем-либо. Во время той лекции многие преподаватели и студенты встретили Скоукрофта бурными аплодисментами и с увлечением делали заметки, но Райс без обид указала на некоторые неточности в выступлении Скоукрофта и высказала свои собственные мнения и точки зрения. Выслушав выступление Райс, Скоукрофт был сразу же потрясён — он не только удивился её мужеству и мудрости, но и восхитился её независимостью.

В 1988 году Старший Буш был избран президентом США, а Скоукрофт стал его помощником по вопросам национальной безопасности. Тогда он порекомендовал Райс Старшему Бушу, и с этого момента Райс вошла в американскую политику. Старший Буш высоко ценил аналитические способности и способность Райс к принятию решений, поэтому порекомендовал её своему сыну, Джорджу Бушу-младшему. Когда Джордж Буш-младший стал президентом США, он назначил Райс государственным секретарём. В то время многие американцы считали это рискованным шагом, но Джордж Буш-младший сказал: «Америка поймёт, что она умный человек, я всегда доверял её суждениям».

Многие женщины часто жалуются, что их жизнь недостаточно счастлива, что у них не всё складывается так, как хотелось бы. Но задумывались ли вы, сколько раз вы принимали решения самостоятельно? Ваш брак был устроен родителями, работу вам подобрали другие,

и во всех сферах жизни вы следуете чужим путям. Вы отказались от права и возможности выбора, поэтому, естественно, вам трудно обрести счастье.

Психологи считают, что покорность и слепое подражание — это вредные привычки, присущие многим женщинам; это проявление неуверенности в себе и зависимости. Современные женщины стремятся к свободе и независимости, но эта независимость — не только материальная, но и, прежде всего, идеологическая. А независимость взглядов и убеждений зачастую проявляется именно в вашем праве высказываться: говорить то, что вы хотите, и то, о чём другие умалчивают — вот самое наглядное проявление этой независимости.

Основательница бренда «Шанель», мадам Шанель, часто говорила: «Если ваш дизайн ничем не отличается от обычного, это уже провал». Президент компании «Форд» Ф. Форд также однажды отчитал своих сотрудников: «Если вы говорите то же самое, что и все остальные, то лучше промолчите». Каждый человек должен иметь собственное мнение, свои мысли и взгляды. Если вы будете идти по стопам других и плыть по течению, то никогда не найдете своего собственного пути.

Женщина должна смело высказывать свои мысли, даже если она ошибается — это, по крайней мере, доказывает, что у вас есть свой уникальный образ мышления, что вы мыслите независимо и не склонны слепо следовать за другими. Иногда нужно помнить, что женщина, которая ошибается в своих высказываниях, все же более привлекательна, чем молчаливая женщина, лишенная собственного мнения. Поэтому женщина должна много думать, смело выражать свои мысли, смело думать о том, о чем она может думать, и смело говорить то, что она хочет сказать.

Правильно определите своё место в жизни и станьте полезным человеком

Один пожилой актёр выступал на сцене несколько десятилетий, и его актёрское мастерство всегда вызывало восхищение, но, что удивительно, за всю свою многолетнюю карьеру он ни разу не сыграл главную роль, а зачастую не получал даже второстепенных ролей. Многие считали это несправедливостью и полагали, что он вполне мог бы высказать свои замечания режиссёру и добиться для себя главной роли, но старый актёр лишь улыбнулся и сказал: «Я хочу быть полезным актёром, а не актёром с высоким статусом. Если бы я стал главным героем, возможно, я бы испортил всю пьесу».

Каждый хочет быть в центре внимания на сцене. Главный герой, безусловно, является душой всего спектакля, его опорой, но сцене также нужны второстепенные персонажи — они тоже незаменимы. Успешный человек, как правило, не придаёт значения своей роли: даже в самой скромной роли он способен в полной мере проявить свою ценность и завоевать уважение всех. На самом деле принимая жизненные решения, нам нужно подходить ко всему более рационально. Если человек может проявить свои таланты и реализовать свой потенциал, то даже самая скромная роль или самая незаметная работа способны сотворить чудо в жизни, и именно в этом зачастую заключается самое правильное жизненное позиционирование.

Если вспомнить многих всемирно известных женщин, то они либо являются элитой политического мира, либо сильными женщинами в сфере бизнеса, либо учёными, такими как мадам Кюри. Эти люди часто становятся более известными благодаря своей работе и созданному ими общественному богатству. Однако есть и обычные люди с скромным и неприметным статусом, такие как мать Тереза. На самом деле эта сострадательная монахиня с 12 лет молчаливо посвящала всю свою жизнь бедным, сиротам, больным, одиноким, бездомным и умирающим, и всё, что она делала, казалось на первый взгляд незначительными мелочами.

В 12 лет Тереза вступила в католическое детское благотворительное общество. Уже тогда она ясно предчувствовала, что её будущая профессия будет связана с помощью бедным и обездоленным, и эта сильная убеждённость в необходимости помогать другим глубоко повлияла на всю её дальнейшую жизнь. В 1947 году Пакистан обрёл независимость от Индии, и в Калькутту хлынул поток беженцев, а инфекционные болезни и проказа распространялись повсюду.

В этой адской обстановке сердце Терезы было глубоко тронуту: она почувствовала, что люди нуждаются в её любви и помощи, и поэтому начала искать способы приютить бедняков, сирот и бездомных, стараясь создать для них спокойную и мирную обстановку, а также отстаивать их интересы. Она занималась этим в течение 75 лет, вплоть до своей кончины в возрасте 87 лет, ни на мгновение не переставая распространять и отдавать свою любовь, совершая самые простые, но при этом самые значимые поступки.

В 1979 году Тереза стала лауреатом Нобелевской премии мира, однако она отказалась от торжественного банкета и денежной премии, поскольку считала, что ей всё это совершенно не нужно. В 2009 году Нобелевский фонд признал мать Терезу одной из трёх самых уважаемых лауреатов за всю столетнюю историю Нобелевской премии; двумя другими стали лидер афроамериканского движения Мартин Лютер Кинг и великий физик Альберт Эйнштейн. Кроме того, она завоевала высокую репутацию во всём мире, получив премию Кеннеди, Медаль свободы президента США и звание почётного гражданина США; Папа Римский даже включил её в список блаженных Католической Церкви, а люди во всём мире с уважением называли её «Ангелом Калькутты».

Однажды журналисты спросили её: «Что мы можем сделать для укрепления мира во всём мире?» Мать Тереза ответила простыми словами: «Вернитесь домой и любите свою семью». По её мнению, именно это было самым важным, потому что семья нуждается в вас, и в этом заключается ценность той любви, которая таится в сердце каждого человека.

Мать Тереза не совершила ничего потрясающего, не совершила великих дел, повлиявших на развитие мира, но эта самая обычная монахиня своими конкретными поступками пробудила любовь в сердцах людей всего мира. Главная причина заключалась в том, что она понимала, на что способна, и знала, в чём заключается её истинная ценность.

Многие люди заблуждаются в отношении успеха, полагая, что только достижение выдающихся результатов можно назвать успехом, и что только те, кто возвышается над другими, обладают большей харизмой. Однако на самом деле харизма и успех человека определяются не его положением или статусом, а тем, что он может сделать для общества, и тем, какую социальную ценность он представляет. Мы должны понимать, что общество, сталкиваясь с каждым человеком, зачастую не обращает внимания на то, кто ты, а смотрит на то, что ты сделал. Именно поэтому только проявив свою ценность на подходящей должности и делая больше значимых дел, можно получить больше возможностей. Как сказал мастер менеджмента Питер Друкер: «Только когда общество нуждается в вас, вы можете добиться успеха».

Женщине следует понимать, что ценность человека зачастую определяет его положение, а не положение определяет ценность. Поэтому успешные люди всегда стремятся заниматься тем, что наилучшим образом отражает ценность жизни, а не гонятся за пустыми славой и богатством. Например, в компании, если ваши способности и профессиональные навыки подходят только для конкретной должности, не стоит постоянно думать о том, как стать руководителем, ведь вместо того, чтобы бездельничать, занимая высокий пост, лучше реально применить все свои способности и ценность на подходящей должности — так у вас будет гораздо больше шансов на успех. То же самое касается межличностных отношений: если вы хотите, чтобы вас принимали и уважали, нужно научиться быть опорой и помощником для других. Тогда вы будете чувствовать себя в кругу общения как рыба в воде и станете человеком, которого все любят и в котором нуждаются.

Поэтому женщине нужно правильно настроиться на жизнь и точно определить своё место в ней. На самом деле если вы раскрываете свой потенциал и даете окружающим почувствовать, что вы нужны, это уже успех и лучшее проявление личного обаяния.

Глава 2. Кто я? Понять настоящую себя

Все женщины мечтают о большой сцене, все жаждут открыть для себя и обрести все прекрасное, что есть в этом мире; однако, реализуя свои мечты, каждая должна трезво осознавать: кто ты? Какую роль тебе лучше всего играть? Какими талантами и преимуществами ты обладаешь? Что тебе больше всего нужно? И как ты сама к себе относишься? Для женщины понимание себя — это путь к самосовершенствованию; только зная себя, ты сможешь определить, как тебе действовать, как лучше интегрироваться в общество и понять его.

0

Прежде чем познать общество, нужно понять самого себя

На входе в храм греческого бога Солнца высечена такая фраза: «Человек, познай самого себя». Эта фраза стала вечной мудростью и даже философской темой, над которой мучительно размышляли многие философы. Возможно, многим эта фраза покажется смешной: ведь, казалось бы, каждый знает себя как облупленного, зачем же еще познавать себя? Но на самом деле большинство людей, анализируя себя, зачастую не могут по-настоящему ясно увидеть себя и свои способности.

Часто бывает так: когда ты думаешь, что понимаешь всё вокруг и владеешь всей информацией, единственное, чего тебе не хватает, — это истинного понимания и познания самого себя. Причина этого обычно заключается в том, что мы привыкли смотреть вперёд, смотреть на других, но при этом упускаем из виду самих себя. Поэтому некоторые говорят: самое лёгкое в мире — забыть о себе, а самое сложное — познать себя.

Самопознание — это также незаменимый способ открыть для себя жизнь, но многие люди часто ошибочно оценивают себя, не понимают, в чём заключаются их сильные и слабые стороны, не знают своего реального уровня и не понимают, к чему они на самом деле пригодны. На самом деле если вы хотите найти своё место в обществе, вам нужно понять, какую роль вы способны играть; если вы хотите добиться успеха, вам нужно осознавать, какие риски вы готовы принять; а если вы хотите поставить перед собой цель, вам нужно сначала взвесить и оценить свои силы. Только глубоко поняв себя, можно обрести самосознание и с лёгкостью использовать свои сильные стороны, избегая слабостей, в обществе.

Актриса Янь Ни, которая стала известной благодаря сериалу «Легенды о воинском мире», превратилась в одну из самых любимых актрис у зрителей; особенно высоко ценятся её мастерство и неповторимый личный шарм. Однако с точки зрения внешности Янь Ни на самом деле является женщиной с заурядной внешностью, а в шоу-бизнесе — будь то теле- или кино-актёры, ведущие или певцы — практически все без исключения обладают привлекательной внешностью, которая зачастую является одним из важных условий для успеха в этой сфере, особенно для женщин. В этом плане Янь Ни, несомненно, оказалась в невыгодном положении.

Тем не менее то, что Янь Ни осмелилась войти в мир шоу-бизнеса и достигла в нём таких высоких вершин, на самом деле связано с её точным самопониманием и самопозиционированием. Яня понимала, что девушке с неприметной внешностью явно не удастся завоевать статус кумира, полагаясь только на внешность, но она могла добиться прорыва благодаря актерскому мастерству и подходящим ролям. Роль «лавочника Тонга» в сериале «Легенды о воинском мире» — персонажа с обычной внешностью, но забавного и сентиментального — была практически создана специально для неё. Именно поэтому она решительно приняла эту роль и в полной мере раскрыла свой драматический талант, в итоге создав классический экранный образ.

Красивая внешность — это, безусловно, то, о чём мечтает каждая женщина, но не каждой выпадает такая удача. Янь Ни осознала свои недостатки и не стала упорно идти по пути «айдола», а вместо этого искала прорыв в манере игры и актёрском мастерстве. Янь Ни считает, что красота может интерпретироваться по-разному, и у каждого есть своя самая красивая

сторона; даже если человек некрасивый, но его некрасота обладает индивидуальностью, он всё равно излучает очарование и тоже является прекрасным. Кроме того, она считает, что миссия актрисы заключается в том, чтобы доставить зрителям удовольствие: будь то благодаря молодому и красивому лицу или блестящему актерскому мастерству, конечная цель остается той же.

Именно поэтому многие зрители и поклонники считают, что Янь Ни на экране очень очаровательна и притягательна, и по сравнению с теми «вазочками», которые радуют зрителей лишь своей внешностью, её «красота» вызывает гораздо больше восхищения. Известный тайваньский режиссёр Чжу Яньпин однажды так отзывался о Янь Ни: «У неё есть все данные, чтобы стать лучшей актрисой-«уродкой» Азии». Это звучит скорее как шутка с подтекстом, ведь никто не хочет быть «комедийной актрисой», но наличие потенциала стать лучшей в Азии — это высшая оценка выдающегося актерского мастерства и уникального личного обаяния Янь Ни. Можно сказать, что способ Янь Ни самовыражаться, воспевая «уродство как красоту», уже принят широкой публикой.

Успех Янь Ни говорит нам о важности самопознания, однако на самом деле некоторые люди в процессе самопознания часто чрезмерно ориентируются на мнения окружающих. Например, многие женщины жаждут узнать, как их воспринимают другие, стремятся понять через чужое мнение, красивы ли они на самом деле обладают ли способностями и харизмой. Мы всегда пытаемся понять себя через призму чужого мнения, поэтому невольно превращаем чужие оценки в самооценку, а слова других принимаем за объективный критерий самоопределения, не подозревая, что эти оценки зачастую смешаны с другими компонентами, включая утилитарные соображения, эмоциональную направленность и сходство ценностей, и поэтому часто не могут точно описать вас в полной мере и правдиво.

В одной западной басне болтливая ворона сказала своему товарищу: «Ты тоже можешь взлететь на высоту 5000 метров, как орёл». Товарищ, не задумываясь, рванул ввысь и в итоге умер от изнеможения в воздухе. В жизни мы часто становимся той самой вороной, лишенной самооценки: когда другие говорят ерунду, мы само собой разумеется считаем себя всемогущими и полагаем, что способны покорить всё. Когда мы пытаемся познать мир, не стоит торопиться раскрывать и понимать его истинную суть — сначала следует спокойно и трезво взглянуть на себя, ведь чтобы понять общество, нужно сначала понять самого себя.

Одна европейская транснациональная компания при наборе персонала всегда просит соискателей заполнить анкету, в которой они должны описать себя такими, какими они себя видят. Руководитель отдела кадров компании объясняет это так: «Познай себя — и, возможно, половина успеха уже за тобой». И это действительно так, ведь истина этого мира часто начинается с нас самих. Каждой женщине не стоит слишком слепо врываться в общество — лучше трезво оценивать реальность и понимать окружающую обстановку. Конечно, прежде всего следует разобраться в себе: только тщательно изучив свои сильные и слабые стороны, вы сможете найти путь, который подходит вам больше всего.

Женщина, умеющая анализировать себя и понимающая себя, лучше знает, как совершенствоваться

Как же женщине шаг за шагом совершенствоваться? Кто-то считает, что женщине нужно постоянно повышать свои способности, ведь самосовершенствование придает ей очарование; кто-то полагает, что женщине нужно уметь проявлять терпимость к другим, ведь каждый акт терпимости означает рост и зрелость; а кто-то считает, что постепенное совершенствование женщины неотделимо от стремления к прекрасной жизни, ведь только стремление ведёт к прогрессу. Каким бы ни был ответ, одно остается неизменным — это самоанализ. Женщина, умеющая своевременно анализировать себя, оглядываться назад и критически оценивать свою жизнь, непременно станет всё более очаровательной и всё более совершенной.

Писательница Саньмао говорила: «Умная женщина должна до конца нести ответственность за свою прошлую и нынешнюю жизнь». Женщина должна отвечать за свои поступки,

и эта ответственность на самом деле является формой самоанализа и самокритики, а также проявлением ответственного отношения к себе и к своим близким. На самом деле регулярно уделять время самоанализу своей жизни зачастую бывает весьма необходимо. В повседневной жизни мы легко можем принять неверное решение в неподходящее время, в неподходящем месте и под влиянием неподходящего настроения. Если же мы сможем как можно яснее и честнее проанализировать свой прошлый образ жизни, то сможем обнаружить допущенные ошибки и своевременно их исправить. На самом деле у каждого человека есть недостатки, каждый совершает ошибки, а самоанализ позволяет эффективно избежать вреда, который эти негативные факторы могут нанести как себе, так и окружающим; такой высокий уровень самодисциплины позволяет в максимальной степени сохранить и повысить собственную привлекательность.

Когда президент США Картер участвовал в предвыборной кампании за переизбрание, как раз произошел инцидент с захватом американских заложников в Иране. После консультаций с Советом национальной безопасности Картер немедленно отдал приказ спецназу начать операцию по спасению под кодовым названием «Голубой свет». Однако из-за поспешности план спасения сотрудников посольства в Иране провалился, и правительство оказалось под огромным давлением. В этот момент Картер тщательно проанализировал свои опрометченные приказы и решения, а затем смело выступил перед всем народом США с официальными извинениями: «Вся ответственность лежит на мне». Именно благодаря этому своевременному самоанализу и извинениям рейтинг Картера мгновенно вырос на 10 процентных пунктов.

Тренер по достижению успеха Карнеги говорил: «Способ справиться с ошибкой — не уклоняться от неё, а активно обнаруживать, принимать и исправлять её». А это требует от нас самоанализа и мужества, чтобы смело анализировать и критиковать себя. Цзы Цзы говорил: «Трижды в день я анализирую себя», — и считал, что только так можно достичь результата, когда «мудрость и ясность ума позволяют избежать ошибок в поступках». Женщинам в жизни следует поступать точно так же: в повседневной жизни внимательно следить за своими словами и поступками, спокойно анализировать свои действия и, обнаружив неправильные моменты, своевременно их исправлять. Особенно когда возникают конфликты с другими людьми, необходимо успокоиться, тщательно проанализировать, было ли свое поведение уместным, и подумать, в чём именно вы могли бы поступить лучше.

Анна — менеджер в известной компании. Она обладает выдающимися профессиональными навыками и пользуется глубоким уважением со стороны сотрудников; даже руководство высоко ценит и доверяет ей. Можно сказать, что она находится на пике своей карьеры. Однако она заметила, что её семейная и супружеская жизнь начинает ухудшаться: прошло всего чуть больше года с момента свадьбы, но чувства между ней и мужем становятся всё более холодными, ссор становится всё больше, а после каждой ссоры период «холодной войны» становится всё длиннее, что доставляет ей большие страдания.

Однажды, вернувшись с работы домой, она снова поссорилась с мужем. После ссоры муж совершенно спокойно предложил ей развестись, поскольку считал, что при таких ежедневных ссорах нет смысла продолжать брак, и этим отношениям больше нет места. Анна, находясь в ярости, ответила резко: «Разведемся завтра же». После этого муж с грустным видом ушел из дома.

В тот вечер она долго не могла заснуть, снова и снова перебирая в голове ссору с мужем. Она поняла, что действительно сделала из мухи слона, да и вообще у неё плохой характер, а тон, которым она говорит, слишком ранит других. Что ещё важнее, она осознала, что всегда невольно переносит рабочее настроение из офиса домой, поэтому часто разговаривает с мужем в приказчивом тоне, что, конечно же, вызывает у него неприязнь. Подумав об этом, Анна почувствовала сильное чувство вины и сразу же позвонила мужу на мобильный, чтобы извиниться. На самом деле муж не ушёл далеко, а всё это время ждал за дверью, и именно

поэтому они быстро помирились. Важно то, что Анна, похоже, освоила секрет гармоничных отношений в браке: с тех пор при каждом конфликте они оба успокаивались, а затем извинялись друг перед другом, благодаря чему их отношения укреплялись и сохранялись.

Исследования психолога Нэнди Нейсон из Мичиганского университета показали, что примерно треть жизни человек проводит в плохом настроении. Другими словами, по крайней мере в течение почти трети своей жизни человек может совершать ошибки, и зачастую мы сами не замечаем этих ошибок. Особенно это касается женщин: как известно, женщины считаются капризными, и в большинстве случаев именно они не первыми склоняют голову и признают свою вину — они никогда не готовы добровольно признать свои ошибки.

Однако капризность женщин должна иметь пределы, и зачастую им следует успокоиться и проанализировать свои поступки, смело признавая свои недостатки и слабости. Когда вы с партнером ссоритесь или у вас возникают разногласия, не стоит всегда возлагать всю ответственность на другого человека, а следует тщательно проанализировать собственное поведение и понять, в чём вы могли поступить не лучшим образом; когда у вас возникают разногласия с друзьями или коллегами, не стоит придираться к мелочам, а следует начать с себя и найти свои собственные недостатки. Только всесторонне проанализировав себя, можно всесторонне совершенствоваться и развиваться.

Для женщины нет ничего страшного в том, чтобы совершать ошибки; страшно не иметь смелости признать их и принять на себя ответственность. Своевременный самоанализ — это правильный способ исправления ошибок, который поможет вам понять, как скорректировать своё поведение и стать лучше, а также побудит вас глубже задуматься о своих моделях мышления и образе жизни. Младшая дочь британской королевы Елизаветы однажды спросила мать, как можно побыстрее повзрослеть. Королева Елизавета ответила дочери: «Когда ты каждый день сможешь обнаруживать одну свою ошибку, тогда ты повзрослеешь». Только регулярно анализируя свои поступки и своевременно обнаруживая свои ошибки, женщина сможет обрести больше доверия и счастья.

Избавьтесь от тщеславия, будьте простой и настоящей

Говорят, что мастер художественной литературы в жанре «ву-ся» Цзинь Юн всегда очень восхищался образом жизни жителей Ханчжоу, поэтому вложил огромные средства в строительство частной виллы в этом городе. Однако когда вилла была построена и отремонтирована, г-н Цзинь Юн, глядя на роскошно обставленный дом, почувствовал сильное чувство вины и в конце концов просто пожертвовал его. Многие были очень удивлены: разве не жалко отдавать дом, который уже построен? Господин Цзинь Юн, покраснев от стыда, с беспокойством ответил: «Я обрёл славу и высокое положение, но мои знания стали меньше».

Такое самосознание господина Цзинь Юна действительно вызывает уважение. На самом деле сталкиваясь с искушениями этого блестящего мира, сколько из нас способны по-настоящему сдерживать свою тщеславность? Например, многие молодые девушки обладают сильным чувством тщеславия, поскольку у женщин слишком сильное чувство собственного достоинства, а тщеславие — это продукт его усиления. Чтобы поддерживать идеальный образ, они считают, что одежда, украшения и косметика должны быть как можно дороже, а предметы роскоши никогда не должны сходить с них; чтобы сохранить идеальную счастливую жизнь, точно, чтобы муж был богат и влиятелен, и тогда он становится предметом для соперничества и хвастовства. Ради удовлетворения тщеславия некоторые люди даже идут на всевозможные ухищрения, не гнушаясь сбиться с правильного пути.

На самом деле тщеславие зачастую изменяет характер человека, заставляя его все глубже погружаться в эту трясины. Кто-то спросил мастера Син Юня, в чём заключается величайшее бедствие в этом мире, и мастер ответил: «Тщеславие». Мастер конфуцианства Чжу Си также однажды написал стихотворение, в котором предостерегал друга: «Десять лет плыл по морю, душа была свободна, но, вернувшись, увидев ямочки на щеках, вновь почувствовал привязан-

ность. В мире нет ничего опаснее человеческих желаний; сколько людей из-за них заблудились на всю жизнь». Здесь Чжу Си точно уловил суть, указав, что опасность человеческих желаний легко сбивает человека с пути и приносит огромный вред, а тщеславие как раз и является источником всех бедствий.

Писатель Мопассан однажды написал крайне ироничную повесть «Ожерелье». Героиня повести, Матильда, была тщеславной женщиной, которая очень стремилась к аристократической жизни и жаждала приблизиться к высшему обществу; при любой возможности она обязательно наряжалась как аристократка, чтобы продемонстрировать свою благородную натуру.

Однажды она и её муж были приглашены на большой бал, устроенный специально для представителей высшего общества. Матильда, естественно, не хотела упустить такую прекрасную возможность проявить себя, но у неё не было достойных украшений, а это могло бы поставить её в неловкое положение на балу. Чтобы удовлетворить своё тщеславие, она вспомнила об одной своей богатой подруге и, с некоторым смущением, попросила у неё одолжить бриллиантовое кольцо. Это в значительной степени удовлетворило тщеславие Матильды: конечно же, на балу она была в центре внимания, но по дороге домой ей, к несчастью, удалось потерять кольцо.

Матильда знала, что такое бриллиантовое кольцо стоит очень дорого, и даже если бы она распродала всё своё имущество, ей не удалось бы возместить ущерб. Супруги были в ужасе и в конце концов были вынуждены взять в долг 36 000 франков, чтобы купить такое же кольцо и вернуть его подруге, в результате чего на них легла огромная задолженность. С тех пор жизнь супругов превратилась в настоящую борьбу за выживание: они каждый день жили на грани нищеты и потратили целых десять лет, чтобы полностью погасить долг.

Спустя десять лет, когда Матильда спокойно рассказала об этом подруге, та сообщила ей, что в тот год одолжила ей всего лишь поддельное бриллиантовое ожерелье. Узнав, что она потратила десять лет своей жизни и молодости ради поддельного ожерелья, Матильда практически сошла с ума.

«Пять цветов ослепляют глаза, пять звуков оглушают уши, пять вкусов ошеломляют вкус. Скачки и охота сводят с ума; редкие сокровища мешают поступать правильно. Поэтому мудрец заботится о желудке, а не о глазах, и отказывается от того, чтобы выбрать это». Лао-цзы считал, что внешние соблазны часто заставляют нас терять себя, но без влияния тщеславия мы сами по себе не так легко попадаем в ловушки жизни и не поддаемся влиянию окружающей среды.

Английский философ Бэкон говорил: «Все злые поступки возникают вокруг тщеславия и являются лишь его проявлениями». Тщеславие — это искажённое желание, которое зачастую лишает человека разума и делает его вечно неудовлетворённым, а возвращение к простому и чистому «я» действительно становится насущной необходимостью. Мария Склодовская-Кюри — единственная женщина, дважды удостоенная Нобелевской премии. После первой награды она стала широко известна, и к ней стали стекаться многие светские деятели и представители СМИ, но мадам Кюри отказывала всем. Она говорила друзьям: «Боюсь, что, если я начну повсюду хвастаться своими научными исследованиями, тщеславие сделает меня ни на что не годной». Поэтому она с достоинством вернулась к роли самого настоящего научного исследователя.

На самом деле в межличностном общении простые люди чаще пользуются популярностью, потому что они выглядят более здоровыми, содержательными, а также более искренними и надёжными, в то время как у людей с сильным тщеславием за внешней оболочкой материальных благ внутри может не оставаться ничего. Поэтому женщинам, когда вы погрязли в славе и богатстве, когда вы чрезмерно находитесь в центре внимания, ни в коем случае не забывайте, кто вы есть, не отдаляйтесь от старых друзей, не придавайте чрезмерного значения своему статусу и положению, не теряйте способности к рациональному мышлению и не пытайтесь намеренно изменить свой привычный образ жизни. На самом деле женщины, ослеплённые тщеславием, часто теряют самое ценное в жизни.

Ломайте стереотипы, живите не так, как все

Президент США Харрисон в детстве подвергался насмешкам, его считали дурачком. Ребята часто бросали на землю монету в 1 доллар и монету в 5 центов, предлагая Харрисону их поднять, и каждый раз он подбирал монету в 5 центов. Поведение этого «дурачка» очень веселило всех, поэтому ребята с удовольствием повторяли эту игру снова и снова. Один доброжелатель подсказал Харрисону: «Глупый мальчик, тебе нужно подбирать монету в 1 доллар, она гораздо ценнее, чем 5 центов». Неожиданно Харрисон улыбнулся и ответил: «Нет, если я подберу монету в 1 доллар, то вы больше не будете бросать мне деньги».

Конечно, 5 центов по сравнению с 1 долларом — сущие гроши, но 1 доллар можно получить, возможно, только один раз, а 5 центов, накапливаясь многократно, в сумме превосходят стоимость 1 доллара. Харрисон вышел за рамки привычного мышления и выбрал метод «малое складывается в многое», благодаря чему получил больше вознаграждения.

Как бы мы поступили в ситуации, подобной той, в которой оказался Харрисон? Сможем ли мы изменить свой образ мышления, чтобы добиться большей выгоды? Психологи считают, что каждый человек определяет свои действия исходя из собственных когнитивных привычек и рамок восприятия. Как только ситуация становится необычной, мы инстинктивно начинаем сомневаться и отвергать её, потому что всегда испытываем страх перед неизвестным, нестандартным и нетрадиционным — ведь это не соответствует нашим привычным ценностным ориентирам. Это особенно верно в отношении женщин: с древних времён считалось, что женщины не приспособлены к риску, а философы-неоплатоники даже говорили: «Следование известному и устоявшемуся — это женская добродетель». Именно из-за этого способности и таланты женщин были сильно ограничены.

Зачастую мы также подвержены сильной инерции: мы не хотим вносить какие-либо необычные изменения и часто полагаемся на привычное мышление и опыт при оценке ситуации и принятии решений, поэтому считаем: «Раньше так и было, значит, и сейчас следует поступать по той же схеме». Однажды осёл, несущий мешок соли, переходил реку и вдруг почувствовал, что груз на спине стал легче. Он понял, что вода помогла ему облегчить ношу, и поэтому, когда ему пришлось во второй раз перевозить хлопок, он решил прыгнуть в реку, чтобы облегчить груз. Однако хлопок, впитав воду, стал гораздо тяжелее, и осёл рухнул под его весом прямо в русло реки и в конце концов утонул. На самом деле этот осёл допустил ошибку эмпиризма, полагая, что опыт — это панацея, не понимая, что мышление требует гибкости и что каждую конкретную проблему нужно анализировать индивидуально. Для женщин эмпиризм часто является нежелательной моделью мышления, из которой следует извлечь урок.

Кроме того, следует остерегаться ещё одного распространённого психологического явления — следования за толпой. Многие люди придерживаются мнения, что «то, что делают все, — правильно, а то, что говорит авторитет, — верно», и во всём предпочитают следовать за другими: делают то же, что и окружающие, не имея собственного мнения. Психологи считают, что большинство женщин склонны полагаться на других, и эта зависимость может перерасти в слепое подражание и послушание. Однако реальность такова, что истина зачастую находится в руках меньшинства, и численное превосходство не всегда дает нам преимущество. По этому поводу «бог фондового рынка» Уоррен Баффетт сказал мудрые слова: «Когда другие жадны, вам следует бояться; когда другие боятся, вам следует проявить немного жадности». Именно благодаря тому, что он осмелился выйти за рамки общепринятого мышления и нарушить традиции, ему удалось удержаться на вершине фондового рынка и сотворить одно чудо за другим.

Если женщина хочет прожить нестандартную жизнь и стать по-настоящему уникальной, ей не следует чрезмерно увлекаться и слепо доверять традиционному мышлению. Можно сказать, что инерционное мышление, опыт, авторитеты и психология следования за толпой зачастую ограничивают наш успех. Иногда в жизни нужно выйти за рамки обыденности, анализировать и рассматривать проблемы с необычной точки зрения, не придерживаясь старых

традиций, не слепо следовать за другими, не слепо верить авторитетам и не позволять инерции мышления парализовать себя. Только сосредоточившись на своих собственных мыслях и подходя к жизни с инновационным духом, можно понять истинный смысл жизни, скрытый за внешними проявлениями.

Коко Шанель — имя, которое невозможно игнорировать в мире моды. Эта женщина, родом из бедных горных районов центральной Франции, всегда отличалась талантом и творческим подходом, но в то же время она была неконформисткой. Неоднократно нарушая установившиеся нормы, она разрабатывала и создавала уникальные изделия, что в конечном итоге привело к созданию самого динамичного и очаровательного модного бренда в мире — Chanel.

До появления Шанель дизайнеры всегда заставляли других подстраиваться под свои проекты, но Коко Шанель черпала вдохновение в любви, изменила подход к дизайну и начала предоставлять клиентам больше свободы выбора. Такая нетрадиционная модель, казавшаяся весьма рискованной, на самом деле привлекла к компании «Шанель» гораздо больше клиентов. Можно сказать, что Шанель превратила дизайн одежды из тенденции, ориентированной преимущественно на мужской взгляд, в самостоятельную сцену для выражения женской красоты, тем самым преобразовав сущностные потребности женщин в суть бренда «Шанель».

Кроме того, в то время в обществе были популярны сложные и громоздкие наряды, но Шанель пошла своим путем, отказавшись от узких юбок и чрезмерно сложных украшений; она даже отказалась от традиционных шляп, которые всегда были в моде, и вместо этого создала лаконичное и роскошное «маленькое чёрное платье» длиной до колен, в котором сочетались элегантные и изящные черты мужской одежды. Многие поначалу скептически относились к этому нестандартному стилю, но после появления на рынке он сразу же завоевал популярность у широкой публики, поскольку «маленькое черное платье» полностью воплощало уникальный женский облик, сочетающий в себе элегантность, интеллект, а также силу и нежность.

Особенно в выборе цвета проявились уникальная интуиция и необыкновенный эстетический вкус Шанель. Поскольку женщины от природы очень чувствительны к цветам, яркие и пестрые оттенки всегда были предпочтительным выбором в одежде, а черный и белый считались бесцветными. Однако Шанель полагала, что именно в этих «бесцветных» оттенках сосредоточены все цвета, поэтому она без колебаний выбрала черный в качестве замены ярким цветам. Факт доказал правильность этой смелой идеи: использование черного цвета в платье продемонстрировало абсолютную красоту и гармонию.

И по сей день «маленькое чёрное платье» остаётся синонимом «современной классики» в мире моды. Более того, Шанель выпустила двухцветные туфли, часы серии J12, сумку 2.55, парфюм № 5 и другие продукты, которые без исключения воплощают неповторимую дизайнерскую философию Шанель. Девиз Коко Шанель звучал так: «Чтобы стать незаменимой, нужно быть неповторимой». Именно благодаря этому она смогла постоянно совершать прорывы и вводить новшества, в результате чего «однолично определила стиль, манеры и образ жизни женщин первой половины века».

Прорыв — это, по сути, инновация. Иногда нужно смело идти впереди всех, а при необходимости — даже быть первым, кто «попробует краба»; иногда нужно мыслить нестандартно, смотреть на проблему с другой стороны; иногда нужно уловить суть проблемы и выбрать нестандартный подход. Некоторые люди неправильно понимают, что такое выход за рамки обычного, считая, что это отрицание, но в большинстве случаев выход за рамки обычного не означает отрицание существующих фактов, а представляет собой смену образа мышления, смену угла зрения и метода. Например, Сыма Гуан, спасая утопающего ребёнка, не прибег к традиционному способу спасения, а разбил горшок — с той же целью вытащить ребёнка из воды, но метод с разбиванием горшка, несомненно, оказался более эффективным и безопасным.

На самом деле каждая женщина хочет быть единственной, хочет стать самой необычной. Однако чтобы стать необычной женщиной и прожить необычную жизнь, нужно постоянно менять образ мышления, смело искать новые способы познавать жизнь, не позволять себе быть скованной опытом, не поддаваться влиянию чужих мнений и, тем более, не доверять и не полагаться чрезмерно на устоявшиеся правила. Нужно помнить: «Только разрушив старое, можно построить новое».

Элегантная манера поведения гораздо важнее внешности

Что больше всего нужно женщине? Кто-то скажет — выдающийся талант, кто-то надеется обрести неординарную мудрость, а кто-то жаждет обладать вызывающим зависть богатством, но большинство женщин мечтают быть красавицами с изящной фигурой и сногшибательной внешностью. Если мужчины — визуальные существа, то женщины ничуть не уступают им, ведь они понимают, что выдающаяся внешность может значительно повысить их привлекательность.

На самом деле в любую эпоху стремление женщин к красоте всегда стояло на первом месте. Более того, они стремятся украсить себя красивой одеждой, дорогими драгоценностями и роскошной косметикой, и даже не гнушаются пластической хирургией, чтобы усовершенствовать свой образ. Однако чрезмерная увлеченность внешней красотой часто заставляет женщин попадать в эстетическую ловушку, из-за чего они не могут заметить в себе то, что гораздо привлекательнее внешности, — а именно элегантную внутреннюю сущность, то очарование, которое излучается изнутри.

Внешность всегда остается лишь поверхностной красотой, а только та женщина, которая излучает уникальную женственность изнутри, способна по-настоящему привлечь внимание и обладать поистине неотразимым очарованием. Можно сказать, что то, что по-настоящему привлекает и трогает сердца, — это зачастую не несравненная красота, а изящная манера поведения, ведь внешность, в конечном счёте, — это лишь экспонат юности, а прекрасная внешность со временем исчезает, в то время как изящная манера поведения, подобно выдержанному вину, с годами становится всё более ароматной и соблазнительной. Один писатель однажды сказал: «Самая красивая женщина может ошеломить вас лишь на мгновение, а элегантная и умная женщина останется в вашей памяти на всю жизнь».

Шанель однажды сказала: «Я поклоняюсь красоте, но ненавижу всё, что просто красиво». Она считала, что наиболее привлекательны женщины, обладающие элегантностью и изяществом. Фактически, Шанель посвятила себя созданию парфюмерии, одежды и ювелирных изделий именно чтобы превратить всех любящих красоту женщин мира в элегантных личностей. Именно благодаря этой благородной цели бренд «Шанель» всегда оставался синонимом моды и элегантности, а также сумел успешно понять потребительскую психологию женщин, изменив их потребительские привычки и эстетические предпочтения.

На самом деле в жизни мы часто встречаем красавиц с выдающейся внешностью, но в большинстве случаев они существуют лишь в роли «вазочек». Например, некоторые красивые кинозвезды, несмотря на изящные черты лица, получают очень мало экранного времени; на экране у них почти нет ярких моментов, им даже трудно создать относительно целостный образ, и зрители с трудом их запоминают. А вот актрисы с выдающимся шармом — даже одна их улыбка — способны произвести неизгладимое впечатление.

Кто-то когда-то проводил опрос среди сотрудников PR-агентств и обнаружил, что большинство женщин-пиарщиц — это не самые красивые женщины в компании, а те, кто обладает самым выдающимся шармом, ведь женщина с изящным шармом излучает неотразимое очарование всем своим существом. Если же у женщины есть только красивая и очаровательная внешность, то такая красота остается пустой и не способна надолго привлечь внимание окружающих.

Известная кинозвезда Одри Хепберн по праву считается красавицей мирового уровня, однако до того, как она стала знаменитой, её внешность не завоевывала симпатии публики. Многие считали её просто красавицей, но не богиней, и её авторитет и карьера ещё не достигли вершины. По-настоящему известной во всём мире она стала благодаря фильму «Римские каникулы», в котором снялась в 1959 году. В том году она сыграла в фильме главную роль — принцессу Энни. Фильм, как только вышел на экраны, произвёл фурор по всему миру, а Хепберн благодаря своей естественной и убедительной игре быстро стала знаменитой.

На самом деле до сих пор многие кинокритики считают, что именно Одри Хепберн сделала классику «Римские каникулы», и, конечно же, этот фильм укрепил статус Хепберн, причём ключевую роль в этом сыграл её свежий, неземной, элегантный и очаровательный образ. На самом деле в ту эпоху ценилась сексуальная красота блондинок, подобных Мэрилин Монро, но как только Хепберн появилась на экране, её образ с короткими чёрными волосами и элегантной, трогательной манерой поведения подарил публике совершенно иное эстетическое наслаждение, и она мгновенно стала идеальной возлюбленной и богиней в сердцах мужчин всего мира.

Более того, её изящная манера поведения привлекала и вдохновляла даже женскую аудиторию. Известная актриса Ингрид Боуман, смотря «Римские каникулы», вдруг воскликнула, заявив, что игра и образ Хепберн тронули её до глубины души. В то время женщины подражали образу Хепберн, наряжаясь как элегантные дамы с короткими чёрными волосами; они единодушно считали, что такой образ более женственен, изящен и очарователен. Хепберн стала синонимом элегантности новой эпохи: её короткие волосы, раскосые глаза, высокие скулы, едва заметные ямочки на щеках и очаровательная улыбка стали образцом для подражания для женщин всего мира; даже в пожилом возрасте поклонники кино по-прежнему считали её прекрасным и элегантным ангелом.

Красота женщины должна проникать в сердца людей, а не быть лишь внешним визуальным наслаждением; красота женщины должна исходить изнутри, а не быть просто внешней демонстрацией. Многие женщины считают, что только красивая женщина обладает очарованием, но на самом деле именно очаровательная женщина выглядит ещё красивее. Говорят, что женщина создана из воды, поэтому ей следует чаще демонстрировать свою нежность и элегантность — это и есть её главный капитал и источник наибольшего очарования. Поэтому жизненный девиз хорошей женщины должен звучать так: если ты достаточно элегантна, ты достаточно красива.

Прощай, застенчивость — пусть роза не расцветает в углу

С древних времён женщинам внушали, что им не пристало появляться на публике, и по сравнению с мужчинами их личное очарование часто остаётся скрытым. На самом деле идея равенства полов уже прочно укоренилась в сознании людей, но из-за особенностей характера женщины обычно ведут себя довольно застенчиво и замкнуто, не желая появляться на публике и открыто демонстрировать себя, в результате чего их красота, таланты и эрудиция часто остаются неизвестными окружающим.

Застенчивость — это проявление нежной женской красоты, которое часто пробуждает в мужчинах чувство сострадания; это часть женского очарования. Однако застенчивость порой может создавать проблемы в жизни женщины, лишая её возможности добиваться большего. На самом деле женщины, как и мужчины, способны занимать должности на любых постах и в любых отделах, способны самостоятельно выполнять множество задач. Однако многие женщины, демонстрируя свою ценность, часто испытывают неловкость, боясь, что это станет поводом для сплетен, а в случае неудач и поражений опасаются насмешек. В конечном итоге эти мысли сковывают стремление и право женщин на самовыражение.

Некоторые женщины всегда придерживаются выжидательной позиции, полагая, что, если у них есть талант, им не нужно искать способы продвигать себя и демонстрировать свои спо-

собности — ведь золото всегда будет сиять. Однако реальность зачастую обстоит иначе: если вы не показываете себя, окружающие, как правило, не могут обнаружить вашу ценность и очарование. На самом деле женщины от природы созданы для большой сцены; каждой женщине нужна сцена, на которой она сможет проявить себя; им нужно постоянно находиться в центре внимания и быть в центре интереса окружающих. Один известный голливудский скаут сказал: «Женская красота должна демонстрироваться на экране, иначе это растрата дара природы». Известная кинозвезда Николь Кидман также говорила: «Если ты женщина, не стоит в скучную полночь танцевать в одиночестве».

Бывшая первая леди США Хиллари всегда славилась своей решительностью и деловитостью: например, она часто безжалостно критиковала других или бесконечно излагала свои взгляды; в отличие от молчаливых и сдержанных женщин, она всегда демонстрировала перед публикой свою красноречивость. Но больше всего ее хвалят за выдающиеся организаторские способности, особенно в политике. В отличие от предыдущих «первых леди», которые в политическом плане не отличались особыми достижениями, Хиллари скорее была правой рукой президента Клинтона: она давала ему политические советы, в полной мере демонстрируя свой политический талант и ведя себя как опытный политик. Многие даже считают, что «она воспитала для Америки президента».

Даже после ухода Клинтона с поста президента Хиллари по-прежнему с удовольствием появлялась на публике; она вернулась в политику и даже надеялась баллотироваться на пост президента США. Хотя в конечном итоге её попытка закончилась неудачей, эта смелая и целеустремлённая женщина достигла всего, чего могли достичь другие женщины, а также совершила то, чего другие женщины не смогли бы сделать. Она однажды сказала: «Если у женщины есть такие способности, почему бы ей не стать лидером США?»

Многие говорят, что Хиллари умеет «устраивать шоу» и всегда демонстрирует то, что считает лучшим, и это видно по её отношению к одежде. На самом деле вначале Хиллари не придавала большого значения своей одежде: как в университете, так и после начала политической карьеры она часто одевалась очень просто, без малейших признаков вычурности, что, конечно, соответствовало её деловому и прагматичному характеру. Однако такая обычная одежда на самом деле вызывала у людей смех. Особенно после того, как она стала первой леди: по политическим причинам многие не любили Хиллари и даже критиковали её за то, что её одежда выглядела слишком некрасиво. Услышав эти насмешки со стороны окружающих, она начала осознавать, что, хотя и является политиком, в первую очередь она — женщина, которая любит красоту и хочет её демонстрировать. Поэтому она начала менять свой стиль одежды, стала носить более роскошные и женственные наряды, в частности, часто появлялась в дорогом женском костюме, который практически задавал модные тенденции в одежде американских женщин того времени.

Именно потому, что Хиллари всегда беззастенчиво демонстрировала свою сильную и совершенную сторону, всегда не упускала возможности проявить свое необыкновенное очарование, она стала одной из самых харизматичных первых леди и женщин-политиков в истории США. Те, кто её ненавидит, критикуют её за показную манеру поведения, а те, кто её любит, восхищаются её смелостью в самовыражении, но, как бы то ни было, Хиллари на самом деле стала образцом для подражания для американских женщин, воплощением духа умения самовыражаться, что полностью соответствует духу свободы, открытости и самостоятельности, присущему Америке.

Почему бы не постараться показать себя с лучшей стороны? Британский эксперт по женской психологии Ханна считает, что истинный способ покончить с неравенством между мужчинами и женщинами заключается в пробуждении самосознания женщин: когда женщины начинают появляться на публике, открыто высказывать своё мнение и активно демонстрировать свою

ценность в патриархальном мире, у них не будет причин не завоевать уважение мужчин и не занять своё место в обществе.

Даже самый великолепный цветок, если он расцветет там, где его никто не увидит, просто увянет в неизвестности: никто не узнает о твоей красоте, никто не поймет, расцвел ли ты вообще. Лучше уж ярко расцвести и увянуть на глазах у всех. Женщина должна смело проявлять себя: в любви только осмелившись выразить и проявить себя, можно завоевать настоящее уважение и получить больше шансов самостоятельно управлять своей любовью; на работе только в полной мере продемонстрировав свои способности и заставив себя сиять, можно заставить начальника заметить твою ценность; в повседневном общении только открыто общаясь с другими и смело проявляя себя, можно лучше завоевать доверие.

На самом деле у каждого есть право и желание проявить себя, каждый хочет заслужить уважение и признание окружающих, каждый жаждет одобрения со стороны других. Раз так, то не стоит подавлять свои истинные желания и не следует сковывать себя традиционными представлениями. Раз жизнь дала каждому свою сцену, то женщина должна смело выйти на неё. В любой момент женщина должна помнить старую поговорку: если ты не скажешь, другие, возможно, никогда не узнают о твоих потребностях; если ты не сделаешь, другие никогда не осознают ценность твоего существования. Поэтому женщине следует быть более открытой, уверенной в себе и живой, смело стремиться к своей цели; если у тебя есть свои идеи и способности, то почему бы не продемонстрировать их перед людьми?

Обычный камень или драгоценный камень — решать тебе

Если ты считаешь себя очаровательной, то станешь очень красивой; если же считаешь себя уродливой и бесполезной, то будешь и дальше погрязать в бездеятельности. Психологи говорят: «Ты сама создаёшь себя». Судьба каждого человека находится в его руках, и только от тебя зависит, будет ли твоё будущее хорошим или плохим. Профессор психологии Гарвардского университета мистер Смит однажды провёл интересное исследование: он в течение длительного времени наблюдал за 500 выпускниками и обнаружил, что те студенты, которые верили в свой успех, после окончания учёбы, как правило, достигали поставленных перед собой краткосрочных целей, в то время как те, кто испытывал недостаток уверенности в себе и даже склонен был к самоуничтожению, в большинстве случаев не могли выполнить поставленные задачи. На основании этого Смит пришёл к выводу: «Вера в успех влияет на то, добьётесь ли вы его».

На самом деле некоторые эксперты в области криминальной психологии также отмечали, что 90 % преступников, как правило, утратили веру в себя и в жизнь; они не верят, что могут стать чем-то выдающимся, и самоотречение является основной причиной их схода с правильного пути. Если рассматривать траекторию развития человека, то успех зачастую можно предсказать. Мы часто говорим, что результат зависит от поступков, а поступки, по сути, определяются отношением, которое, в свою очередь, проистекает из убеждений, а убеждения являются продуктом собственных ожиданий. Поэтому то, какие у вас ожидания и как вы относитесь к себе, будет определять, добьётесь ли вы успеха. Можно сказать так: ваше сердце творит всё, включая вас самих.

Опра Уинфри — королева американских ток-шоу, а также одна из самых известных телеведущих последних десятилетий не только в США, но и во всем мире. Рост и успех Опры даже породили специальный социологический термин: «эффект Опры». Сегодня Опра стала символом американской массовой культуры и самым вдохновляющим суперкумиром в глазах бесчисленного множества женщин. Однако, возможно, многим и в голову не придет, что у такой выдающейся женщины было крайне тяжелое прошлое, которое можно даже назвать развращенным.

Из-за раннего развода родителей, а также пережитых в детстве неоднократных изнасилований Опра превратилась в проблемную девочку, которая сдалась и пошла по наклонной.

В то время она часто тусовалась с компанией сверстников, в юном возрасте пристрастилась к курению, алкоголю и наркотикам, а также несколько раз делала аборт. Бунтарская Опра не испытывала по поводу всего этого никаких особых чувств; на самом деле в то время она считала, что всё предначертано судьбой, и была убеждена, что она именно такая девушка — ни на что не годная плохая девчонка, и кем же ещё она могла бы быть, кроме как такой.

Отец Опри был опечален безрассудным образом жизни дочери, но он был бессилён спасти эту сбитую с пути дочь — кроме неё самой. Однажды отец поговорил с мятежной Опррой и с глубокой убедительностью сказал дочери: «Некоторые люди сами создают события, некоторые просто наблюдают за ними, а третьи даже не подозревают, что происходит». Этот разговор в той или иной степени повлиял на жизнь Опри. В то время она часто сидела в одиночестве и снова и снова спрашивала себя: «В чём твоя ценность? Неужели ты хочешь так прожить всю жизнь?» Именно тогда она действительно начала сожалеть о своих поступках и решила начать жизнь с чистого листа.

Однажды она случайно обнаружила у себя выдающиеся коммуникативные навыки: её слова часто влияли на настроение окружающих. Этот не слишком выдающийся талант на время стал единственным светлым пятном в жизни Опри; она осознала, что, возможно, у неё есть шанс стать полезным человеком. После этого она смело записалась на конкурс красоты и в итоге покорила сердца судей благодаря своим выдающимся ораторским способностям. Позже она использовала это как трамплин, чтобы успешно устроиться на телевидение в качестве диктора-любителя, и с этого момента начала свой путь в мире СМИ. Спустя много лет, вспоминая прошлое, она по-прежнему радуется тому, что тогда сумела вовремя обнаружить свой талант: «Я обнаружила в себе нечто необычное, отличное от всего, с чем я сталкивалась раньше, — от наркотиков, алкоголя, оскорблений, аборт и разврата, — но это действительно спасло меня, потому что тогда я начала осознавать, что моя жизнь не должна быть такой».

На самом деле жизненный путь каждого человека зачастую определяется им самим: кем ты себя считаешь и какой путь, по твоему мнению, тебе следует избрать, таким ты и станешь, и именно по такому пути ты и пойдёшь. А всё это часто решается в мгновение ока. В буддизме часто говорят: «Одна мысль — и ты становишься буддой, другая — и ты становишься демоном». Всевозможные случайные встречи в жизни, всевозможные причины и следствия, выигрыши и потери — всё это, по сути, определяется твоим собственным сердцем.

Многие женщины жалуются, что социальная среда не благоприятна для них, и на то, что в обществе по-прежнему существует гендерная дискриминация. Эти объективные факторы действительно существуют, но в конечном счёте решающим фактором, определяющим ваш успех, являетесь вы сами. Куда приведёт вас жизнь и какими будут обстоятельства — всё зависит от того, как вы относитесь к себе. Помните: ваше собственное мнение о себе гораздо важнее, чем влияние социальной среды.

Возможно, с этого момента женщинам следует относиться к своей жизни с большим оптимизмом, с большей уверенностью смотреть в будущее и выбирать более терпимое и позитивное отношение, чтобы принять ценность своего существования. Помните: когда вы считаете себя ангелом, у вас нет причин не стать им.

Кто-то однажды спросил мадам Кюри: «Не успех ли придаёт вам больше уверенности в себе?» Мадам Кюри с улыбкой ответила: «Скорее, именно уверенность в себе привела меня к успеху». На самом деле ещё задолго до того, как она добилась успеха и славы, она была человеком, полным надежд и уверенности в жизни. Однажды она написала своей сестре письмо, в котором были такие слова: «Нам всем живётся нелегко, но какая разница? У нас должны быть цели, и, прежде всего, уверенность в себе. Мы должны верить, что наши таланты предназначены для чего-то, и что бы это ни стоило, мы должны это осуществить». Для женщины, обладающей таким духом и горячим стремлением к своей жизни, успех уже точно не будет случайностью.

Поэтому обращаясь к самой себе, женщина должна развивать в себе больше уверенности, верить в свои скрытые способности и уметь раскрывать свои сильные стороны и таланты. Когда вы рассматриваете себя как уникальную личность, у вас появляется шанс стать именно такой; когда вы считаете себя ценным человеком, вы обязательно станете полезным человеком.

Самоопределение: открытие неизвестной стороны себя

В жизни мы часто сталкиваемся с таким вопросом: «Кто я?» Это одновременно простой и глубокий жизненный вопрос, но для многих человек он сам может оставаться неизвестным. Кто ты, на что ты способна, играешь ли ты ещё какие-то роли — все эти вопросы на самом деле охватывают одну из самых фундаментальных задач жизни: поиск себя.

Психологи считают, что поступки и слова каждого человека — это, по сути, замаскированный и обработанный образ. На самом деле в нас скрыто много неизвестных тайн, к которым порой мы сами никогда не прикасались. Сняв эти маски, вы, возможно, даже не сможете понять, кто вы на самом деле но, возможно, откроете для себя совершенно неизвестную сторону своей личности.

Каждой женщине приходится играть самые разные роли: ты — мать своих детей, дочь своей матери, сестра своих братьев, подруга других людей, а может быть, ты ещё и лидер на работе. Так кто же ты на самом деле? С какой точки зрения ты смотришь на себя, с каким отношением относишься к себе, и с какой из этих ролей, с какой из версий себя ты себя отождествляешь? Такая жизнь, наполненная множеством ролей, часто приводит женщин в замешательство; им бывает трудно приспосабливаться к изменениям в жизни, что может даже повлиять на их взаимодействие с окружающими. Но какую бы роль ты ни играла, за всеми этими ролями всегда скрывается и оберегается самое первоначальное самое подлинное «я». Не познав это истинное «я», трудно по-настоящему глубоко осмыслить социальную и жизненную ценность своего существования.

Именно из-за этого замешательства мы часто начинаем обращаться к внешнему миру, идентифицируя себя со своим положением, статусом, ролью, телом, эмоциями и мыслями, надеясь найти опору в этих внешних проявлениях жизни. Однако все эти вещи, как правило, также являются важными причинами возникновения барьеров в межличностном общении и факторами, сужающими наш кругозор. Поэтому мы часто говорим: «Это не та жизнь, которую я хочу; я не подхожу для этого; я не могу этим заниматься; и мне это вообще не нужно». Ведь скрытые таланты настоящего тебя, а также истинные потребности и желания, таящиеся в глубине души, скорее всего, не совпадают с твоими нынешними ценностями.

Однажды, когда ты попробуешь заглянуть в свою жизнь, ты, возможно, удивишься собственному невежеству: та женщина, которую ты видишь в зеркале, окажется тебе настолько незнакомой. А когда ты внимательно проанализируешь свою жизнь, то обнаружишь, что даже не можешь распоряжаться собственной судьбой, не можешь быть хозяином своей жизни, потому что перед тобой стоит лишь неизвестная тебе самая себя. Например, ты убеждена, что очень сильная, но при этом всегда чувствуешь себя одинокой и беспомощной; вы считаете себя счастливой, но, возможно, в глубине души скрываете депрессию и одиночество; вы, возможно, убеждены, что являетесь добрым человеком, никогда не пропускаете ни одного благотворительного мероприятия, относитесь к людям с добротой, но когда проявляется темная сторона вашего характера, вы можете оказаться жесточе, чем кто-либо другой; вы, возможно, думаете, что не способны на то, чего никогда не делали, но в определенных ситуациях ваш потенциал может удивить всех.

Мы легко попадаем в плен устоявшихся жизненных шаблонов и фиксированных представлений о себе; наш взгляд ограничивается этим, но какая-то мелочь в жизни может раскрыть твою истинную сущность. В плане самопознания и самоанализа никто не знает тебя лучше, чем ты сам, но и никто не заблуждается больше, чем ты сам. На самом деле исследуя этот неизвестный мир, мы сами являемся его неотъемлемой частью, от которой невозможно уйти.

Именно потому, что мы часто не до конца понимаем самих себя, нам нужно искать пути к тому неизвестному «я», как когда-то восклицал философ Гераклит: «Я ищу самого себя.» Только найдя неизвестное «я», женщина сможет понять свои потребности, осознать красоту и уродство жизни, обогатить свои способности, усовершенствовать свою жизнь, а также более реалистично и рационально спланировать свою жизнь. Кроме того, вы сможете вырваться из существующих жизненных шаблонов и обрести совершенно новое отношение к жизни и новый образ жизни.

Мина была одной из самых известных бельгийских воров. На протяжении 10 лет она зарабатывала на жизнь кражами; можно сказать, что воровство стало для неё профессией, и она даже испытывала к этому некоторую одержимость. Она часто повторяла себе: «Если я не буду воровать, жизнь отнимет у меня всё». Она никогда не отрицала, что в её жилах течёт кровь вора, но одно событие, произошедшее позже, полностью изменило её жизнь.

Однажды она залезла в автобус, готовясь обчистить пассажиров, но вдруг заметила, что кто-то возится с её сумкой. Опираясь на инстинкт и профессиональную чуткость, она решила, что кто-то покушается на её имущество, и украдкой взглянула в ту сторону — и обнаружила, что это был маленький мальчик в поношенной одежде. Возможно, из-за профессионального любопытства Мина сразу заинтересовалась ситуацией: она не стала сразу разоблачать мальчика, а осторожно последовала за ним, когда тот вышел из автобуса.

Опираясь на свой опыт, она решила, что за мальчиком наверняка стоит кто-то — либо бездельник, либо его родители, — и поэтому незаметно последовала за ним. Однако мальчик не спрятал деньги, а совершенно естественно зашел в продуктовый магазин и купил на них целую кучу еды. Мине это показалось странным, и она последовала за этим невнимательным мальчиком до его дома — конечно, это был лишь ветхий старый дом, уголок которого даже уже начал рушиться. Мина спряталась за окном и стала свидетельницей сцены, которая потрясла её: в обветшалом доме не было ничего, кроме сорняков и рваных мешков, а под мешками лежали трое детей, которым было всего три-четыре года. Мальчик понемногу раздавал им еду, а сам тихо сидел в стороне, терпя голод.

Мина сразу поняла: это был бедный ребёнок, заботившийся о своих младших братьях и сёстрах. Её сердце сжалось от сострадания. Возможно, под влиянием сиюминутного порыва она достала из кармана оставшиеся деньги, бросила их в окно и тут же убежала, прежде чем мальчик успел выбежать вслед. Вернувшись домой, образ семьи мальчика не выходил из головы Миной. На следующий день она снова пошла в то место и незаметно оставила еду; так же поступала и на третий, и на четвёртый день. Как зачарованная, она каждый день приходила помогать этим детям и в итоге заинтересовалась благотворительностью.

Позже она стала известной благотворительницей. А когда она состарилась, откровенно рассказала журналистам о своих позорных поступках в молодости и поделилась этой историей. Она вспоминала: «До этого я никогда не испытывала ни малейшего чувства вины за кражи и по-настоящему не сочувствовала ни одному из своих жертв; я всегда думала, что, возможно, я более безжалостна и черства, чем другие. Но в тот момент я испытала такое отвращение к своим кражам, какого никогда раньше не испытывала; более того, я обнаружила, что во мне всё-таки есть сострадание». Фактически, из-за случая с маленьким мальчиком Мина завязала с воровством и стала незаметно помогать беспризорным детям, наконец проявив свои лучшие качества в другой профессии.

Жизнь часто нас неправильно понимает, но коренная причина заключается в том, что мы сами неправильно понимаем свой устоявшийся образ. Можно сказать, что незнание себя приводит к искажению наших ценностей и мировоззрения, но когда ты пытаешься стряхнуть с себя налет повседневности, ты можешь обнаружить своё истинное «я». Мы часто говорим: «Жизнь — это спектакль». Но жизнь — это не просто спектакль и не только игра. Спустившись со сцены и сняв костюм, мы всё равно должны сказать себе: «Это не тот я, что был раньше,

не самый полный я; я ещё могу проявить другую сторону». Один писатель сказал: «Каждый человек — это мозаика, и с каждым шагом по жизни мы всё ближе подходим к истине жизни, а именно к самому себе».

В буддизме часто говорится о духовной практике, цель которой — поиск себя. Буддисты стремятся проникнуть в суть всего сущего, но прежде всего им необходимо понять самих себя. Женщине тоже следует стремиться к самопознанию, точно определять своё место в жизни, прислушиваться к истинному голосу своего сердца, делать то, что она действительно хочет делать, думать о том, о чём она действительно хочет думать, и стараться раскрыть глубины своей души. Только познав ту неизвестную часть себя, которая скрыта внутри, только раскрыв, насколько это возможно, свою неизвестную сторону, можно проявить всё своё очарование и постепенно совершенствовать свою жизнь.

Глава 3. Ты не можешь оставаться наивной девочкой всю жизнь

У каждой женщины есть своя прекрасная мечта о жизни. Когда ты сталкиваешься с различными трудностями, ловушками и неприятностями, тебе, возможно, захочется жаловаться, что жизнь обманула тебя, но жизнь никого не обманывает — просто твои глаза затуманены. На самом деле женщине необходимо уметь расти, потому что только в процессе роста ты сможешь ясно увидеть истинное лицо жизни и понять, как принять её. Возможно, прекрасные мечты о жизни будут постепенно разбиваться о реальность, но только взрослея, ты сможешь постепенно соткать свою собственную прекрасную мечту.

0

Женщины, хватит быть «очень глупыми и наивными»

Многие мужчины, выбирая спутницу жизни, часто говорят: «Мне нравятся более наивные девушки, лучше всего с легким оттенком глупости — это так мило». Поэтому женщины, относясь к любви, часто намеренно стараются казаться наивными, но в итоге часто страдают из-за своей простодушности. На самом деле не только в отношениях, но и в жизни и на работе женщины зачастую ведут себя слишком покорным и уступчивым образом; они часто с простодушием относятся к окружающим и к происходящему, но реальность всегда сложна и изменчива.

Нет ничего плохого в том, чтобы быть простым и искренним человеком, но ни в коем случае не стоит смотреть на этот мир слишком наивно. Говорят: «Не следует желать зла другим, но и не следует лишаться настороженности». Каждый должен иметь чувство самозащиты, особенно женщины — им особенно важно уметь более рационально и осторожно относиться к происходящему вокруг: в отношениях следует проявлять больше здравого смысла и зрелости, не терять себя в эмоциях; можно идти навстречу любимому, но не позволять им манипулировать собой; в работе же нужно сохранять определенную способность к критическому мышлению и чувство самозащиты, ведь иногда ваша простота и доброта могут стать инструментом, которым воспользуются другие.

Психолог Догер считает, что женщины, как правило, легко поддаются обману: они склонны прощать чужие ошибки, твердо веря, что это лишь исключение, и убеждены, что другой человек исправится и станет лучше. В ходе своего исследования Догер обнаружил, что 60 % жен безоговорочно верят клятвам мужей после их проступков, а примерно 20 % женщин, даже если и испытывают сомнения, не могут заставить себя причинить боль партнеру. На самом деле зачастую поведение женщин не способствует укреплению отношений. Догер считает, что терпимость и доверие многих женщин лишены обоснования и, напротив, только делают их более пассивными.

Мы обычно получаем воспитание, основанное на таких ценностях, как «не стоит слишком усложнять проблемы», «не стоит смотреть на мир слишком мрачно» и «не стоит постоянно цепляться к плохим вещам и придирается к мелочам». Однако в этом мире слишком много ловушек и соблазнов, и если женщина, сталкиваясь с ними, ведет себя слишком простодушно и наивно, то в конечном итоге она станет лишь добычей для других.

Одна писательница однажды сказала: «Когда женщина попадает в ловушку в первый раз — это невинность, во второй раз — наивность, а в третий раз — она сама виновата». Хорошая женщина, безусловно, должна сохранять доброту и чистоту души, но ей также необходимо уметь защищать себя и подходить к жизни более рационально.

После окончания университета Сяожу, пройдя множество собеседований, успешно устроилась на работу в крупную компанию с мировым именем. Для выпускников того же года

в условиях сегодняшней все более сложной ситуации на рынке труда такая возможность стала для Сяо Жу настоящей удачей. В то время она была полна надежд и уверенности в своём будущем. На самом деле она прекрасно понимала, что эта работа далась ей нелегко, поэтому работала не покладая рук, добросовестно выполняя каждое поручение компании и стараясь делать всё как можно лучше. Постепенно она всё лучше и лучше разбиралась в делах компании.

Однажды компания решила расширить свою деятельность за рубежом и запросила мнения у всех отделов. Большинство сотрудников просто высказывали свои соображения по этому поводу, а Сяо Ру считала, что выход компании на зарубежные рынки — это неизбежность. Вместо того чтобы просто высказывать свои мнения, она решила попробовать разработать для компании план по расширению зарубежного бизнеса и стратегию развития. Поэтому она потратила целую неделю на то, чтобы тщательно подготовить проект. После нескольких доработок она показала окончательный вариант своему лучшему коллеге. Тот, прочитав его, кивал головой в знак одобрения, но считал, что некоторые моменты следует немного подправить, и посоветовал ей сначала внести исправления, а уже потом передать документ в компанию.

Сяо Ру, услышав это, тоже сочла, что в этом есть смысл, и поэтому еще раз тщательно проверила и отредактировала документ. Но, к ее удивлению, на следующий день она обнаружила, что ее проект неожиданно появился на доске объявлений компании. Сяо Ру была полна недоумения: она ведь еще даже не сдала его, как компания могла об этом узнать? Позже она узнала от других коллег, что кто-то подготовил для компании очень жизнеспособный проект, за что получил особую похвалу руководства и, возможно, даже будет направлен за границу для освоения новых рынков. И этим автором проекта оказалась именно лучшая подруга Сяо Ру. Узнав правду, Сяо Жу испытала одновременно удивление, возмущение и сожаление — она никогда не думала, что её предаст человек, которому она доверяла больше всего. Наконец-то она поняла, что в профессиональной среде ведётся невидимая война, осознала повсеместность интриг, обмана и лжи. В этот момент она вспомнила слова своего университетского преподавателя: «Только когда появляется выгода, появляются друзья; только когда появляется выгода, появляются враги».

В наши дни женщины в некоторых сферах общественной жизни по-прежнему находятся в невыгодном положении. Именно поэтому женщинам следует быть более инициативными и решительными, а как минимум — уметь защищать свои права и интересы. Если к тебе относятся искренне, отвечай тем же; если же кто-то ищет способы тебя использовать, научись правильно оценивать ситуацию и защищаться.

Будь то любовь или работа, женщине нужно сохранять зрелый настрой, во всём проявлять больше здравомыслия, стремиться быть хорошей девушкой, а не наивной, уметь различать добро и зло, различать доброту и злобу в сердцах людей, стараться не причинять вреда другим, но и не доверять им слепо. Во всём хорошо обдумывать ситуацию, принимать меры предосторожности — это и будет лучшей защитой для тебя самой.

Только сегодняшний день — это «наличные», которые можно обменять.

Французский мыслитель Паскаль в произведении «Размышления» дал следующий самоанализ: «Мы никогда не удерживаем настоящее: то погружаемся в прошлое, то с нетерпением ожидаем будущего; то отчаянно пытаемся ухватить ускользающие, как ветер, воспоминания, то считаем, что время идёт слишком медленно, и изо всех сил стремимся ускорить наступление будущего. Мы действительно слишком глупы, чтобы задерживаться в времени, которое нам не принадлежит, и игнорировать единственный момент, который действительно принадлежит нам.»

Возглас Паскаля на самом деле является не просто личным жизненным озарением, а поднимает философскую тему, которой трудно избежать в жизни: как относиться к сегодняшнему дню, как ухватить настоящее. Что было в твоём прошлом и что будет в твоём будущем — всё это не имеет значения. Главное — то, как ты живёшь сейчас. Однако большинство людей,

сталкиваясь с этой темой, часто не замечают свою нынешнюю жизнь, потому что каждый день на самом деле обыден и полон мелочей, и нам нелегко сосредоточиться на нём.

Женщинам легко строить фантазии о жизни, легко создавать идеализированные планы на будущее, но какими бы прекрасными ни были твои идеалы, не увлекайся ими чрезмерно: идеалы всегда укоренены в реальной жизни, они существуют в каждом дне, каждом часе, каждом мгновении настоящего; каким бы счастливым и выдающимся ни было будущее, нужно хорошо прожить каждый день и сделать каждый шаг. Если говорить о том, что женщины — идеалистки и романтики, то им нужно быть более реалистичными, а реальность — это настоящее, это всё, что вы переживаете.

Элис Уолтон — дочь основателя сети супермаркетов «Уолмарт» Сэма Уолтона. Как дочь гиганта розничной торговли, Элис унаследовала от отца деловую хватку и решительность. После окончания университета она обратилась к отцу за советом: «Что я могу сделать, чтобы достичь таких же высот, как отец?» Отец с легкостью ответил ей: «Просто хорошо выполняй то, что нужно сделать сегодня.» Сначала Элис не поняла, что имел в виду отец, но позже она осознала, что он хотел, чтобы она ценила каждый рабочий день, ведь только сегодняшнее время является лучшей гарантией будущего. Именно благодаря этому Элис вскоре стала опорой семьи Уолтон и даже одной из самых востребованных женщин-миллиардеров в мире.

Один экономист однажды сказал: «Рост любой бизнес-империи основан не на прогнозах о будущем, а на реальном настоящем». Действительно, Рим не за один день построили, но это не означает, что каждый отдельный день не имеет значения. Ведь без каждого конкретного дня Рим никогда бы не был построен.

Лю Сяоянь — выпускница магистратуры. Только что закончив учебу, она не испытывала той растерянности, которая свойственна многим новичкам в обществе; напротив, она была полна уверенности в будущем и считала, что у неё обязательно будет прекрасная карьера. Многие однокурсники завидуют этой уверенности. На самом деле на работе у неё не всё складывается гладко, но она всегда сохраняет очень позитивный настрой, поэтому на каждой встрече с однокурсниками она, в отличие от других, не проявляет той беспомощности, которую вызывает давление повседневной жизни.

Тем не менее у неё есть и некоторые заметные недостатки, например, она довольно ленива, не испытывает особого чувства срочности и часто откладывает работу на потом. Такой склонный к спонтанности характер в определённой степени сдерживает её развитие. Коллеги, пришедшие в компанию вместе с ней, часто беспокоятся, что их могут уволить, поэтому всегда проявляют осторожность и стараются показать себя с лучшей стороны, а Лю Сяоянь считает, что у каждого будет прекрасное будущее и нет нужды слишком усердствовать.

Именно из-за чрезмерной зависимости от своих ощущений и уверенности в будущем каждый раз, сталкиваясь с трудностями, она всегда искала различные оправдания, чтобы «убедить» себя: завтра, возможно, будет лучше, чем сегодня; завтра ещё будет много времени; завтра ещё будет много возможностей; завтра ещё появятся новые способы. Она сама признает, что её девиз — «завтра будет лучше». Такой идеализм на самом деле стал для неё самым большим камнем преткновения в работе: заглядывая слишком далеко в будущее, она постепенно отдалилась от базовых требований повседневной работы, и её рабочий настрой и качество работы значительно отставали от других. Вскоре её уволили из компании по причине недостаточного стремления к самосовершенствованию и склонности к прокрастинации. Она и подумать не могла, что, так и не реализовав свои прекрасные идеалы, лишится права продолжать бороться.

Автор «Гарри Поттера» Дж. К. Роулинг сказала: «Золото не может лежать на каждом твоём шагу, но ты не можешь из-за этого игнорировать каждый свой шаг». Только настоящее существует реально, поэтому каждый должен ценить это самое реальное, ведь именно оно является предпосылкой для создания жизни.

Женщинам не стоит тщетно надеяться на завтра — на самом деле начало и конец счастья часто приходится именно на сегодня: упустив один день, можно упустить всю жизнь. Женщинам также не следует погружаться в прекрасные воспоминания о прошлом, ведь то, что ушло, уже не придаёт красок вашей жизни. Тайваньский писатель Линь Цинсюань сказал: «Вчерашний я — это прошлая жизнь сегодняшнего меня, а завтрашний я — это будущая жизнь сегодняшнего меня. Участвовать в нашей прошлой жизни уже поздно, пусть она уходит! Какой бы мы ни хотели видеть свою будущую жизнь, давайте же воспользуемся сегодняшним днём!»

Жизнь похожа на дальний путь: мы привыкли сожалеть о пропущенных пейзажах, поэтому часто оглядываемся назад, и привыкли с нетерпением ждать далеких видов, поэтому время от времени вглядываемся в даль, но при этом не обращаем внимания на путь, по которому идем, и не задумываемся о том, что самые красивые пейзажи всегда рядом с нами, просто мы их не замечаем.

На самом деле секрет прекрасной жизни заключается в том, чтобы серьезно относиться к каждому дню: у человека с идеалами путь начинается с ежедневных усилий; тот, кто хочет обрести счастье, должен ценить счастье каждого дня. Возможно, ты постоянно мотивируешь себя: «Через десять лет я стану миллионером, буду успешной женщиной, которой все завидуют, у меня будет счастливая и благополучная семья, а также бесчисленные почести». Но в любое время и в любом месте ваша жизнь начинается именно сейчас, ваши мечты укореняются в каждом прожитом дне, и только сегодняшний день — это капитал жизни. А как человек, не способный ухватить даже настоящее, сможет ухватить будущее?

С этого момента женщина должна стараться ценить каждый день: работу нужно выполнять в тот же день, не откладывая на потом; ошибки нужно исправлять сразу, не оставляя их без внимания; а счастье нужно помнить и наслаждаться им в тот же день, не упуская его. Женщина должна понимать: только выполнив всё сегодня, можно добиться всего завтра.

Кошелек времени не выдержит твоей расточительности

Кто-то спросил дзен-мастера Чжи Яня: «Что является самым изобильным? А что — самым редким?» Дзен-мастер ответил: «Время — самый изобильный ресурс, он доступен тебе всегда и везде, но в то же время это самый редкий ресурс, потому что ты теряешь его в любой момент и больше не можешь им владеть».

На самом деле большинство молодых людей никогда не осознают, как постепенно утекает время, потому что большинство из них не осознают его важности и ограниченности. На самом деле время нужно каждому: пока ты существуешь, оно везде и всегда с тобой. Возможно, тебе кажется, что у тебя его в избытке, что оно ничего не стоит, и что потратить немного времени — мелочь, о которой не стоит упоминать. Но когда тебе действительно понадобится время, ты обнаружишь, что его уже невозможно выкроить, а то время, которое ушло, никогда не вернётся. Именно эта невосполнимость делает время таким ценным.

Время действительно очень ценно, но мало кто осознает, сколько времени он тратит впустую, и мало кто беспокоится о своём времени. На самом деле среди множества ресурсов время — это почти самый игнорируемый, поэтому не так много женщин осознают, что на самом деле означает для них время, и не так много женщин задумываются о том, как использовать время более эффективно. Возможно, единственное, к чему большинство женщин проявляет чувствительность, — это уходящая молодость; только тогда они начинают выражать сожаления и беспокойство.

На самом деле поскольку внешность женщины подвержена более сильному влиянию времени, время для женщин зачастую оказывается еще более ценным, однако для большинства женщин растрачивание и расточительство времени стали частью повседневной жизни. Хотя у них явно есть свободное время, мало кто готов потратить его на учебу, работу, самосовершенствование и саморазвитие; напротив, они тратят его на еду, развлечения, на то, чтобы прихорашиваться, на походы по магазинам и на бесконечные любовные игры. Британская обо-

зревательница Эселин однажды сказала: «У женщин из ограниченного количества свободного времени четверть уходит на сплетни, четверть — на зависть, ревность и ссоры, а остальную половину — на покупки, поправку макияжа и примерку одежды». Эти слова, возможно, звучат слишком резко, но на самом деле они указывают на слабое отношение современных женщин к времени и его недостаток.

Проблема растраты времени заключается не только в том, что люди занимаются несущественными и бессмысленными делами, но и в ленивом отношении к жизни. Например, многие девушки любят откладывать дела на потом; сталкиваясь с какой-либо задачей, они часто поддаются собственной лени и говорят: «У меня ещё есть время», «Завтра я этим займусь», «В следующий раз», и тому подобное. Но «завтра за завтрами, а дел столько. Я жду завтрашнего дня, и все дела остаются невыполненными». Эти оправдания, возможно, не влияют на ваши способности и методы решения проблем, но они снижают эффективность работы, влияют на личные привычки и отношение к жизни, что в будущем может иметь много негативных последствий.

Однажды президент «Уолмарта» Сэм Уолтон, осматривая супермаркет, после проверки показателей работы одной из сотрудниц заподозрил фальсификацию: ведь с момента основания компании лишь немногим удавалось выполнять работу настолько безупречно, что его первая мысль была о том, что здесь кто-то подделывает отчёты. Такое поведение Уолтон не мог терпеть ни в коем случае, ведь показатели работы касались не только репутации компании, но и её сплочённости и стабильности.

После инспекции Уолтон вызвал в свой кабинет нескольких руководителей супермаркета и осторожно поинтересовался правдивостью случившегося. В ответах руководителей Уолтон не обнаружил ни одной несообразности, поэтому велел привести эту «супер-сотрудницу». После беседы Сэм Уолтон начал отказываться от своих первоначальных подозрений и с нескрываемым удивлением сказал: «Это просто невероятно, что вам удалось выполнить всю эту работу настолько безупречно». Сотрудница смущённо опустила голову и ответила: «Господин председатель, вы меня переоцениваете, я просто стараюсь максимально эффективно использовать каждую минуту своей работы». Затем она показала президенту свой «строго секретный документ», и Сэм Уолтон, прочитав его, не скупился на похвалу и с некоторой ноткой умиления обратился к окружающим: «Время может разрушить всё, но оно же может и создать всё».

Через два дня эту счастливую сотрудницу отправили на повышение квалификации в Гарвардскую школу бизнеса, а спустя два года она стала одной из главных руководителей сети супермаркетов в этом регионе. Чтобы отблагодарить старого Сэма за доверие, она впоследствии добросовестно трудилась на своей должности в течение 30 лет. Позже журналист спросил её, что же она тогда показала старику Сэмму, и она достала свой план, в котором было написано, что за день нужно выполнить пять дел, и такой рабочий план она не прерывала на протяжении всей своей жизни.

На самом деле умение распоряжаться временем является проявлением ответственности человека. Если человек способен нести ответственность за свою жизнь и за самого себя, он не будет легкомысленно позволять себе тратить время впустую. И наоборот, если в жизни отсутствует энтузиазм, достаточное уважение и чувство ответственности, то человек не сможет по-настоящему ценить время, подаренное ему каждый день.

Чтобы любить жизнь и ценить её, нужно прежде всего ценить время. У немцев есть пословица: «Из всех врождённых даров природы время — самый ценный». Эдисон считал: «Нет большей траты, чем трата времени». Франклин даже приравнивал время к жизни: «Вы любите жизнь? Тогда не тратьте время зря, ведь время — это материал, из которого состоит жизнь». Поистине, время — это не то, чем мы можем позволить себе расточительно распоряжаться.

Если женщина хочет получить больше преимуществ и возможностей в обществе, ей следует развивать более четкое представление о времени, не позволять ему легко ускользать из рук, не тратить его на мыльные оперы, не тратить на роскошные удовольствия и тем более не тратить на ежедневное безделье. Каждый день следует наполнять свою жизнь, занимаясь тем, что вы умеете или что вам подходит, ставить перед собой жизненную цель и стремиться к её достижению. Когда вы чувствуете растерянность, лень или расслабленность, попробуйте вновь вспомнить в душе стихотворение поэта династии Цзинь Тао Юаньмина: «Лучшие годы не вернутся, утро не повторится. Надо стараться, пока есть время, ведь годы никого не ждут».

Невостребованность таланта также имеет психологические причины

Каждый человек жаждет получить сцену, на которой можно проявить себя, каждый надеется заслужить похвалу и признание окружающих, однако в реальной жизни большинству не удаётся осуществить свои мечты: даже если вы действительно обладаете выдающимися способностями, вас часто затеряют в толпе обычных людей, и вы, как и все остальные, будете бороться за выживание. В такие моменты, конечно, кажется, что жизнь крайне несправедлива, и вы не перестаете сожалеть о том, что ваш талант остаётся незамеченным. Однако, когда мы жалуемся на общественный строй, на гендерную дискриминацию и на условия жизни в целом, возможно, стоит успокоиться и проанализировать себя.

Одна американская интернет-компания провела опрос среди более чем 5000 работников, и результаты показали, что 41 % респондентов часто считают, что их талант не оценен по достоинству, 34 % — время от времени испытывают такое чувство, а лишь 25 % сотрудников удовлетворены своей текущей рабочей ситуацией. Удивительно, но по итогам опроса целых 75 % респондентов испытывают чувство, что их талант не оценивается по достоинству, тогда как на самом деле элита в профессиональной среде, как правило, составляет менее 20 % — такие данные, по-видимому, создают некий парадокс по отношению к тем 75 % «недооцененных».

На самом деле социологи и психологи считают, что у людей, считающих себя недооцененными, в большинстве случаев имеются психологические проблемы, и многие из них страдают от завышенной самооценки; такие люди на самом деле находятся в состоянии, когда их талант не раскрывается. Кроме того, многие люди действительно обладают выдающимися личными способностями, но из-за особенностей характера и влияния некоторых психологических факторов они не могут интегрироваться в коллектив, завоевать доверие окружающих и получить возможность проявить себя. Например, они могут быть чрезмерно высокомерными и отстранёнными, слишком отталкивать окружающих, не принимать чужой стиль работы, не желать идти на уступки или не понимать намерений руководства. Такие люди обычно склонны к нарциссизму, не обладают коммуникативными навыками и не умеют гибко реагировать на ситуации, из-за чего легко наживают себе врагов.

Когда женщина чувствует, что её талант остаётся незамеченным, не стоит постоянно жаловаться на гендерную дискриминацию, на то, что её не ценят, или на недостаток проницательности у окружающих. На самом деле иногда следует проактивно искать проблему в себе: в первую очередь нужно объективно посмотреть на себя, познать себя и подумать, действительно ли у вас есть те способности и обаяние, которые выделяют вас из толпы; во-вторых, необходимо разобраться в некоторых установленных и негласных правилах своего окружения, а затем посмотреть, сможете ли вы адаптироваться к этой среде, готовы ли вы идти навстречу ожиданиям окружающих, способны ли вы максимально привлечь к себе внимание и завоевать доверие других.

На самом деле чтобы изменить ситуацию, когда талант остаётся незамеченным, в первую очередь нужно ещё больше повысить свои профессиональные навыки и продемонстрировать начальнику или руководству свою ярчайшую сторону. Другими словами, будучи «золотом», вы должны сами сиять и светиться, давая другим увидеть вашу ценность, ваши достижения и ваши способности, а не заставляя их с трудом отсеивать вас из песка. Женщина, которая

смело демонстрирует себя и стремится к самосовершенствованию, обязательно привлечёт к себе больше внимания.

Во-вторых, женщине следует отказаться от мысли о «своей исключительной значимости»; иногда даже приходится идти на компромисс — например, идти навстречу коллегам, выполнять требования начальства, не спешить возражать или опровергать чужие мнения, не затмевать авторитет начальника, не демонстрировать себя слишком часто и слишком ярко на глазах у других, а также не игнорировать тех, кто уступает вам в способностях. Эксперты в области менеджмента считают, что успех человека на 15 % зависит от IQ и профессиональных навыков, а на 85 % — от EQ. Проще говоря, EQ — это манера поведения и отношение к окружающим, то есть то, что обычно называют коммуникативными навыками. Человек, умеющий общаться с людьми, как правило, имеет больше возможностей и пространства для развития.

Чжан Хань и Сяо Юнь — обе выпускницы престижных вузов с выдающимися личными способностями. После окончания университета они договорились работать вместе и в итоге обе успешно устроились в одну иностранную компанию. Однако, только начав свою карьеру, им приходилось, как и сотрудникам с более низким образованием и меньшими способностями, каждый день заниматься мелкими и несущественными делами. Это вызывало у гордой Чжан Хань чувство несправедливости: она считала, что ни по способностям, ни по образованию не уступает тем, кто занимает офисные должности, и не понимала, почему ей приходится тратить здесь время и растрачивать свой талант, поэтому каждый день не переставала жаловаться.

Сяо Юнь же была терпеливым человеком. Хотя ей тоже было несколько неприятно, что компания поручала ей выполнять подсобную работу, она умела видеть в этом и положительную сторону — возможность повысить свои практические навыки и способность адаптироваться. Поэтому она каждый раз спокойно принимала поручения и часто убеждала Чжан Хань проявить немного терпения. Сяо Юнь часто общалась с другими сотрудниками, выполняющими подсобные работы, узнавая от них информацию о компании, а также расширяя круг общения и улучшая свои коммуникативные навыки. Чжан Хань же свысока смотрел на других сотрудников, часто вел себя высокомерно и отстранённо на публике, а его отношения с коллегами складывались довольно прохладно.

Считая, что выполнение подсобных работ в компании не соответствует её способностям, через несколько месяцев Чжан Хань в конце концов подала заявление об увольнении и начала искать новую работу, а Сяо Юнь вежливо отказалась от предложения уйти вместе с ней и спокойно осталась в компании. Вскоре Сяо Юнь, благодаря своим выдающимся профессиональным качествам и превосходным навыкам организации и координации, получила доверие руководства и была быстро повышена до руководителя отдела, что проложило ей путь к дальнейшей карьере. А высокомерная Чжан Хань везде наталкивалась на препятствия: в каждой компании она проработала не более двух месяцев, в результате чего ей пришлось часто менять работу, и в карьере у неё не наблюдалось никакого прогресса.

Мы часто говорим, что, если появилась возможность, нужно ею воспользоваться, а если её нет — нужно найти способ её создать. Если вы действительно считаете, что ваш талант остаётся незамеченным, то вам нужно избавиться от устаревших представлений, проявить инициативу в изменении своего отношения к жизни и пересмотреть свои взгляды. Такая активная позиция, направленная на перемены, на самом деле является одним из важных способов создания возможностей. В чём бы вы ни занимались, в первую очередь важно быть человеком, а быть человеком — значит быть искренним, смело смотреть в глаза своему истинному «я», не допускать ни капли комплексов и не прибегать к хвастовству. Затем нужно искренне относиться к окружающим, не считать себя центром мира и не ставить себя в центр внимания. Только сбросив эти оковы, вы сможете легче влиться в коллектив, а окружающие с радостью предоставят вам площадку для реализации ваших амбиций.

Что касается женщин, то в тот день, когда вы почувствуете, что вас не ценят, когда вам покажется, что никто не способен разглядеть ваш талант и ценность, вам следует серьезно задуматься: действительно ли вы стоите того? Подумайте, по какой причине вас игнорируют окружающие, и задайте себе вопрос: стараясь завоевать доверие и уважение других, проявляете ли вы к ним достаточное уважение? На самом деле зачастую «невысказанный талант» — это всего лишь психологический тест: если вы сможете скорректировать свой характер и психологическое состояние, то шанс, скорее всего, сам найдет вас.

Женщинам не стоит ждать какого-то спасителя.

Когда женщины сталкиваются с трудностями, они обычно говорят: «Кто-нибудь, помогите мне». С их точки зрения, обращение за помощью — это естественное действие и самый быстрый способ решить проблему, поэтому у них легко формируется психологическая зависимость: даже в случае с проблемами, которые несложно решить самостоятельно, они не хотят пробовать справиться с ними самостоятельно. Например, многие женщины, когда дело доходит до замены лампочки, подключения электропроводки, демонтажа вытяжки или прочистки канализации, часто перекладывают эти задачи на мужчин, а в случае работ, которые им неизвестны или которые они считают неподходящими для себя, вероятность того, что женщины возьмутся за них самостоятельно, еще ниже.

Писательница И Шу однажды сказала: «Каждая женщина жаждет, чтобы её спасли». Возможно, это врожденная черта женской натуры, однако слепое ожидание помощи или надежда на то, что кто-то решит за тебя проблемы, на самом деле чревато серьезными последствиями. Ведь если возлагать надежды на других, то перед трудностями ты становишься еще более пассивной, а порой упускаешь отличные возможности для решения проблем. И самое главное: у тех, кто привык полагаться на других, душевное состояние часто становится всё более уязвимым, а собственные способности — всё более слабыми.

На самом деле в современном обществе различия в профессиональной деятельности мужчин и женщин сокращаются: многие виды работы, которые могут выполнять мужчины, вполне по силам и женщинам, а некоторые женщины даже справляются с ними лучше, чем мужчины. Поэтому сталкиваясь с трудностями, женщины должны обладать достаточной уверенностью в себе и не всегда ждать, что кто-то решит их проблемы за них. С любой ситуацией нужно справляться самостоятельно. Иными словами, женщинам особенно важно научиться полагаться на собственные силы — это самый прямой путь к завоеванию уважения и козырь в борьбе за большее количество прав. Кроме того, если вы откажетесь от возможности спасти себя самостоятельно, то какую бы помощь ни оказали вам другие, они не смогут по-настоящему помочь вам преодолеть трудности.

Одна вдова, чувствуя себя бессильной в одиночку воспитывать сына, каждый день пребывала в унынии и тревоге. Позже она обратилась к Будде с просьбой о помощи, но Будда ответил: «Я не могу тебе помочь». Женщина была очень удивлена: «Вы обладаете безграничной силой, как же вы не можете мне помочь?» Будда ответил: «Потому что ты отказалась от себя самой, и какую бы помощь я ни оказал, она будет тщетной». Зачастую мы неосознанно ищем помощи вовне, но всегда упускаем из виду самый основной закон выживания: как спасти себя. На самом деле единственный, кто действительно может стать спасителем в нашей жизни, — это мы сами.

Лина родилась в семье богатого американского предпринимателя итальянского происхождения. Основным видом деятельности её отца было судостроение, и в период расцвета своей карьеры он расширил бизнес до 45 стран мира, став известным в отрасли судостроительным магнатом. Лина, выросшая с детства под любовью и защитой отца, была настоящей принцессой, родившейся с «золотой ложкой во рту»; отец не позволял ей испытывать ни малейшего огорчения.

Однако в 1990 году автокатастрофа унесла жизнь отца, и семья в одно мгновение лишилась своей опоры, после чего начала идти по пути упадка. К тому же стремительное развитие новых отраслей судостроения и технологий нанесло традиционной отрасли беспрецедентный удар: судостроительный бизнес отца начал стремительно идти на спад, а зарубежные рынки с каждым годом сокращались. Лина очень чутко уловила эти изменения в жизни; она надеялась, что кто-то спасёт эту семью, которая вот-вот рухнет. Но, будучи старшей дочерью в семье, она была бессильна что-либо сделать; её младший брат ещё не достиг того возраста, когда мог бы воплотить в жизнь завещание отца, а мать, будучи набожной верующей, не имела ни способностей, ни желания заниматься отцовским бизнесом.

Лина вдруг погрузилась в отчаяние и стала угрюмой. Она часто мечтала о том, как было бы хорошо, если бы у неё был брат — тогда её жизнь, по крайней мере, немного изменилась бы, и в семье нашёлся бы кто-то, кто помог бы выстоять. Она даже не раз задумывалась о том, чтобы выйти замуж за способного мужчину, который помог бы ей восстановить прежний авторитет семьи. Тот период стал самым мрачным и безысходным моментом в её жизни, и она наивно ждала появления спасителя рода.

Через год Лина постепенно осознала, что этот спаситель просто не появится. Если она будет по-прежнему упорно искать помощи извне, то сможет лишь беспомощно наблюдать, как плоды всей жизни отца идут насмарку. Единственный выход — самой взять на себя бремя семьи, самостоятельно заняться предприятиями и делами, принадлежащими отцу. Только опираясь на собственные силы, можно изменить сложившуюся ситуацию. Именно благодаря этому осознанию Лина полностью преобразилась: из маленькой принцессы, привыкшей полагаться на отцовскую защиту, она в одночасье стала новой хозяйкой верфи. Она усердно изучала необходимые знания в области управления, знакомилась с особенностями судостроительной отрасли и связанными с ней бизнес-процессами, а также активно общалась с самыми разными людьми — от моряков и техников до клиентов и конкурентов. Но самое главное — её дух становился всё сильнее: что бы ни происходило, она сохраняла спокойствие и стойкость. Спустя два года, благодаря собственным усилиям, верфь постепенно преодолела кризис и вернулась на путь успеха.

На самом деле причина, по которой многие женщины предпочитают полагаться на других в решении проблем, заключается в недостатке уверенности в себе: они не могут правильно оценить свои способности и не осознают свой огромный скрытый потенциал. На самом деле иногда трудности не так страшны, как кажется. Если вы будете реагировать на них пассивно, пытаясь уклониться от них, то никогда не сможете их преодолеть. А когда вы отбросите все иллюзии, смело встретитесь с проблемами и примите их, то обнаружите, что вы гораздо сильнее и выносливее, чем думали.

Если кто-то скажет вам, что знает способ решить проблему, вы, скорее всего, перестанете сами задумываться над решением. Если вы убедитесь, что кто-то может решить проблему за вас, вы также утратите чувство срочности и мотивацию. Поэтому женщинам ни в коем случае не следует легко падать духом и не стоит бездумно обращаться за помощью. На самом деле в ваших рядах всегда стоит один человек — это вы сами, и именно вы — ваш самый верный помощник. Если ты хочешь стать женщиной, способной управлять своей жизнью, то тебе нужно смотреть жизни в глаза и постоянно напоминать себе: в этом мире нет спасителей, и только я сама могу спасти свою жизнь, только я сама могу её создать.

Научись быть независимой, не стой на плечах мужчины, чтобы достать звезду

Сейчас все говорят о равенстве полов: женщины, как и мужчины, участвуют в самых разных общественных мероприятиях и, как и мужчины, имеют постоянную работу. Однако, несмотря на разговоры о равенстве, многие женщины по-прежнему придерживаются традиционного представления: «До замужества — на иждивении родителей, после замужества — на иждивении мужа». Выйдя замуж, они часто занимаются только домашними делами и уходом

за детьми, не имеют собственной работы и не хотят выходить на работу. Для них мужчина — это небо, это всё их существование. Как только у них появляется желание что-то сделать, они всегда просят мужчину найти решение.

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.