

ПУСТЬ ИСПЫТАНИЯ НЕ ПРОЙДУТ ДАРОМ

КАК ПРЕВРАТИТЬ
ТРУДНОСТИ В ОПЫТ



РОАН МИЛЛЕР

Роан Миллер

**Пусть испытания не
пройдут даром. Как
превратить трудности в опыт**

<https://litres.ru/74645933>

SelfPub; 2026

Аннотация

Вы уже заплатили за эту ошибку. Заберите хотя бы опыт.

Проваленный проект, потерянная работа, отказ: после них легко решить, что следующая попытка бессмысленна. Но что, если именно сейчас вы знаете то, чего не знали до поражения?

Короткие истории о людях, которые начинали заново, помогут разобрать собственную неудачу: чего не хватило, где стоило изменить подход, у кого попросить поддержки. Эта книга для момента, когда хочется всё бросить. Откройте её прежде, чем поставить крест на деле, которое вам всё ещё важно.

Содержание

Часть 1. Радуйтесь, что это всего лишь страдание, а не бедствие	5
Глава 1. Не позволяй страданиям стать поводом для поражения	7
Глава 2. В моменты страдания вспомни о друзьях: ты никогда не сражаешься в одиночку	11
Глава 3. Чем больше ты теряешь, тем больше получаешь	15
Глава 4. Не иметь ничего — это не страшно, страшно — сдаться	19
Глава 5. Даже в самом глубоком отчаянии можно найти самые прекрасные пейзажи	24
Глава 6. Нет такого завтра, до которого никогда не дойти	27
Глава 7. Бог приготовил для вас три способа решения проблемы	30
Глава 8. Радуйтесь тому, что вас не сломили окончательно	35
Часть 2. Ты не стал сильнее только потому, что перенес недостаточно страданий	40
Глава 9. Только после бури появляется радуга	41
Глава 10. То, что отличает вас от других, — это не успех, а неудачи	46

Глава 11. 101-й успех определяется 100 предыдущими неудачами	49
Глава 12. Черпайте силу из неудач, и вы станете сильнее	52
Глава 13. Только став сильнее, можно по- настоящему уменьшить страдания	57
Глава 14. Чем больше неудача, тем быстрее ты будешь расти	63
Глава 15. Страдание не только мучает тебя, но и делает тебя сильнее	68
Глава 16. Человек, способный взять на себя ответственность, должен закаляться в страданиях и испытаниях жизни	72
Часть 3. Без болезненных неудач нет прочного успеха	77
Глава 17. Ни один успех не существует в отрыве от других	78
Глава 18. Каждый провал приближает вас к успеху	83
Глава 19. Внутренний страх и отчаяние страшнее неудач	88
Глава 20. Неудачи и поражения покажут вам, чего вам не хватает	93
Конец ознакомительного фрагмента.	97

Пусть испытания не пройдут даром. Как превратить трудности в опыт

Часть 1. Радуйтесь, что это всего лишь страдание, а не бедствие

В жизни мы часто сталкиваемся с самыми разными неудачами и поражениями: мы можем пережить разрыв отношений, потерять работу, попасть в беду, потерпеть неудачу, столкнуться с отчуждением или притеснениями — возможно, вы постоянно жалуетесь и испытываете страх. Но на самом деле вам действительно стоит радоваться, ведь это всего лишь трудности, которые выпали на вашу долю. Возможно, они ставят вас в неловкое положение, лишают вас достигнутого, разрушают ваши надежды или причиняют вам определенную боль, но они не обязательно оставляют непоправимый след. Это всего лишь испытания, а не те разрушительные катастрофы, которые полностью лишают вас счастья, окончательно сломят вашу волю и даже унесут вашу жизнь. Поэтому в большинстве случаев вам следует собрать-

ся с силами, ведь эти небольшие страдания ещё не лишили вас всего.

Глава 1. Не позволяй страданиям стать поводом для поражения

Один человек собирался покончить с собой. Будда, увидев это, спас его, а затем спросил, почему он решил покончить с собой. Человек с глубокой печалью ответил: «Мне очень больно: я потерял работу, любимая женщина ушла от меня, и ещё мои...» Будда прервал его: «А что же осталось в твоей жизни?» Человек покачал головой: «Похоже, ничего». Будда сказал: «Ты здоров, у тебя есть родители и братья, которые заботятся о тебе, а также друзья, которые тебя поддерживают; у тебя появилось больше свободного времени, которым ты можешь распоряжаться; возможно, у тебя есть даже завидный талант. Разве это не поводы для радости?» Услышав это, человек вдруг всё понял и почувствовал сильный стыд.

На самом деле, зачастую этот человек, готовый покончить с собой, — это мы сами: как только сталкиваемся с чем-то не так, как хотелось бы, мы склонны преувеличивать серьезность проблемы, считая, что наша жизнь погрузилась во тьму и что всё, что с нами происходит, — это кошмар. Однако из-за этого мы упускаем из виду яркие моменты жизни: несмотря на множество испытаний, в жизни по-прежнему есть много поводов для радости и многое, что стоит це-

нить. Страдания — это не вся жизнь, а неудачи и поражения — не ее суть; у нас есть и свои успехи, и своё счастье.

В 1920-х годах известный американский психолог Эдвард Сандейк сформулировал «эффект ореола». В результате многолетних исследований он обнаружил весьма странное психологическое явление: в процессе оценки и познания других людей люди обычно исходят из частных черт, часто начиная с какой-то одной черты или аспекта личности собеседника, и на основе этого сразу формируют общее впечатление. Например, когда мы обнаруживаем в ком-то достоинства, этот человек, скорее всего, окажется окутанным этими «хорошими» качествами, и ему будут приписываться все положительные черты. Если же вы уделяете слишком много внимания какому-то недостатку собеседника, он окажется окутанным ореолом «плохого», и тогда вы будете считать его плохим человеком, а все его качества — плохими.

Эдвард считает, что «эффект ореола» присутствует и в самооценке: многие люди на самом деле часто так же односторонне смотрят на себя. Например, когда они замечают свои недостатки или страдания, им кажется, что они полны недостатков и что у них ничего не получается, что приводит к появлению комплекса неполноценности. Но на самом деле это не так: наша ситуация не настолько плоха, и наша жизнь не состоит исключительно из несчастий.

«Эффект ореола» фактически влияет на самооценку, на наше восприятие жизни, а также на наши эмоции. Азиатский

«король азартных игр» Хо Хун-шен в молодости потерпел неудачу в казино и проиграл все свои деньги. Вернувшись домой, он неожиданно обнаружил, что под подушкой у него все-таки спрятано 20 гонконгских долларов, и очень обрадовался. Хотя в тот раз он проиграл несколько тысяч гонконгских долларов, он все же сказал: «Это единственное, что порадовало меня в этот неудачный день ». Позже эта деталь стала любимой темой «короля азартных игр», и он часто говорил окружающим: «Небеса не будут нас полностью уничтожать, ни один человек не может быть полностью несчастлив — всегда найдутся вещи, которые приносят радость и чувство удовлетворения».

Психологи считают, что человек очень легко впадает в отчаяние: как только удар превышает пределы психологической выносливости, люди начинают чувствовать, что всё их существование разрушено. Конечно, жизнь на самом деле не лишила вас всего: даже когда вы переживаете страдания, вокруг вас по-прежнему существует много счастливых моментов и интересных вещей. Достаточно лишь заметить эти светлые моменты, обнаружить те аспекты, которые не были разрушены, — и вы сможете почувствовать наличие надежды.

Мы должны понимать, что жизнь никогда не доводит человека до полного отчаяния, надежда по-прежнему существует, в жизни по-прежнему есть прекрасное — главное, уметь смотреть на мир с оптимизмом и искать его. В филь-

ме «Сеть Шарлотты» Шарлотта говорит умирающему Уилберу: «Ты будешь жить без забот, Уилбер. Теперь тебе уже ничто не может навредить. Эта осень станет короче и холоднее. Листья будут опадать с деревьев. Наступит Рождество, а за ним — пушистый зимний снег. Ты увидишь этот прекрасный снежно-ледяной мир, потому что ты очень важен для Цукмана: он больше никогда не захочет причинить тебе вреда. Зима пройдет, дни снова станут длиннее, а лед на лугах и в прудах растает. Жайворонки вернутся, чтобы петь, лягушки проснутся, и снова задует тёплый ветер. Все эти прекрасные пейзажи, все эти мелодичные звуки, все эти приятные запахи будут ждать тебя, Уилбер — этот чудесный мир, эти драгоценные дни...»

Да, когда ты испытываешь боль и беспомощность, на самом деле ты ещё не прочувствовал жизнь всем сердцем. Боль — это не всё, что есть в жизни. Достаточно изменить образ мыслей, изменить настроение, и ты сможешь понять, что эта боль — лишь ничтожная часть жизни, а у тебя ещё есть другие радости и счастье, которыми ты можешь наслаждаться, и именно они не дадут тебе сломиться под тяжестью боли.

Глава 2. В моменты страдания вспомни о друзьях: ты никогда не сражаешься в одиночку

Все люди боятся одиночества. Когда человек теряет друзей или чувствует себя изолированным и лишенным поддержки, он становится ещё более уязвимым. Давным-давно ученые считали, что страх одиночества — это психологический дефект, проявившийся у человека только после вступления в общество, но на самом деле все больше исследований доказывают, что страх одиночества является частью естественной природы. Ученые обнаружили, что такой психологический страх присутствует у многих животных, особенно у тех, которые привыкли жить стаями: как только они отрываются от стаи, их шансы на выживание становятся очень малы, и они начинают вести себя крайне неуверенно, испытывая страх и беспокойство.

Такая природная особенность присуща и человеку. Например, учёные обнаружили, что когда нескольких младенцев помещают вместе, они ведут себя очень спокойно, а если их всех разделить, у младенцев возникают эмоциональные колебания — они испытывают беспокойство и страх. Из этого следует, что чувство одиночества у человека является врождённым, и по мере взросления, особенно после включе-

ния в общественную жизнь, это чувство становится всё более сильным.

Например, многие люди любят проводить время с друзьями и заводить самых разных знакомых, потому что им нравится такая атмосфера, и они ценят заботу и помощь друзей, а как только они оказываются вдали от друзей, они становятся очень тихими, сдержанными, неуверенными в себе, а их настроение ухудшается. Особенно когда они сталкиваются с неудачами и поражениями, когда из-за каких-то несчастий погружаются в страдания, они ещё сильнее думают о своих друзьях. Когда их не понимают, когда они не пользуются популярностью, это чувство одиночества и потребность в друзьях становятся столь же сильными.

Можно сказать, что друзья оказывают нам мощную душевную поддержку, и на самом деле по мере развития общества связи между людьми становятся всё теснее, общение между ними становится всё более активным, а друзей у нас становится всё больше. На самом деле это очень помогает нам смягчить негативные эмоции и улучшить личное душевное состояние. Ведь когда с нами происходит что-то неприятное, мы можем поделиться своими переживаниями с друзьями; когда мы сталкиваемся с трудностями, мы можем обратиться к друзьям за помощью; когда мы испытываем страдания и не можем выбраться из этого состояния, друзья становятся для нас лучшим «противоядием».

Именно потому, что друзья выполняют такую роль, мы

обязательно должны сохранять оптимистичный настрой: когда сталкиваемся с трудностями, не стоит постоянно испытывать страх и тревогу; когда терпим неудачу, не следует впадать в отчаяние; когда испытываем боль и печаль, не стоит постоянно винить судьбу и оставаться в унынии. На самом деле нам следует вытереть слёзы и подумать о друзьях, которые нас окружают, ведь они всегда являются нашей надёжной опорой и могут стать нашими лучшими помощниками. Мы должны сказать себе: «Я не один в этой борьбе».

На саваннах Серенгети в Южной Африке каждый год разворачивается захватывающее дух великое переселение животных, в ходе которого миллионы антилоп гну, в поисках зеленой травы и дождя, мигрируют на север. Это грандиозное предприятие, полное трудностей, и самым большим препятствием на этом пути является река Мара.

Русло реки Мара очень широкое, а течение бурное; ещё большую опасность представляют многочисленные крокодилы, затаившиеся в реке в ожидании добычи. Для всех антилоп гну крокодилы являются самой смертельной угрозой, и, переправляясь через такую реку, они подвергаются огромному риску, вынуждены переносить невыносимые мучения и страдания.

Когда антилопы подходят к берегу, сначала они тоже испытывают страх, но, видя, что на берегу собирается всё больше сородичей, они становятся более спокойными и уверенными. Очевидно, что в стаде их сопротивляемость становит-

ся сильнее, а шансы на выживание — выше. Поэтому в конце концов антилопы без страха прыгают в реку и изо всех сил плывут к противоположному берегу. Именно благодаря этому подавляющее большинство антилоп в итоге выживает, что позволяет популяции сохраняться и с каждым днём становиться всё больше и сильнее.

Одну пару палочек можно легко сломать, но когда десять пар палочек соединены вместе, сломать их становится очень сложно. Если представить, что каждый из нас — это одиночная пара палочек, то для того, чтобы противостоять и выдержать огромное давление, мы должны уметь объединяться, тесно связываться друг с другом и достигать тесного единства в психологическом и духовном плане. Только крепко объединившись с друзьями, мы сможем обрести больше поддержки и не погрузиться в одиночество и отчаяние. Поэтому, когда вы чувствуете себя изолированными и лишенными помощи, когда вам не удастся облегчить свою боль, вспомните о тех друзьях, которые стоят за вашей спиной.

Глава 3. Чем больше ты теряешь, тем больше получаешь

Мария Склодовская-Кюри однажды с умилением сказала журналистам, что по сравнению с другими женщинами она лишилась свободного времени, возможности наслаждаться ужинами при свечах, роскошных нарядов и изысканной еды, удовольствия от того, чтобы наряжаться, и даже своего здоровья, но зато она получила две Нобелевские премии и завоевала уважение и любовь людей во всем мире. На самом деле, по сравнению с тем временем, которое она потеряла, достижения, слава и статус Марии Склодовской-Кюри оказались гораздо больше и значительнее.

После получения первой Нобелевской премии мадам Кюри стала центром внимания всего мира; у неё, очевидно, появилось больше свободного времени, чтобы наслаждаться жизнью, и больше денег, чтобы улучшить свой быт, но она добровольно отказалась от этого досуга, отказалась от возможности наслаждаться успехом, а купленную роскошную мебель подарила другим. Друзья были очень удивлены: зачем отдавать эту дорогую мебель? Разве не лучше оставить её дома для украшения?

Мадам Кюри очень спокойно ответила: «В своей жизни я всегда стремлюсь к спокойной работе и простой жизни». А

наличие этой мебели, этих столов и стульев только заставляло бы её тратить время на приём всё большего числа гостей; если бы этих столов и стульев не было, то гости бы просто не приходили. Несмотря на то что она лишилась многих предметов интерьера, она обрела больше ценного времени для исследований, что и заложило основу для её второго успеха.

Мария Кюри достигла определённого уровня понимания жизни. Однако зачастую мы по-прежнему без устали трудимся ради каких-то ничтожных выгод, ради мелких сиюминутных преимуществ, потому что боимся потерять то, что имеем, и всегда надеемся получить ещё больше. Но «есть ли что-то, то обязательно что-то теряешь, а теряя, обязательно что-то приобретаешь». Чем больше вы хотите получить, тем легче вы рискуете потерять, а когда вы пытаетесь избежать потери большего, вы на самом деле мешаете себе получить больше.

В жизни всегда что-то приобретается, а что-то теряется; эта взаимосвязь между приобретением и потерей на самом деле является нормой, и часто одно превращается в другое. Лао-цзы говорил: «Беда — опора счастья; счастье — прибежище беды». Получение и потеря — это, по сути, тоже разновидности счастья и беды, между которыми существует неразрывная связь: получив что-то, ты обязательно что-то потеряешь, и чем больше ты получаешь, тем больше теряешь. А потеряв что-то, ты обязательно что-то получишь: чем больше теряешь, тем больше получаешь.

Умный человек способен понять смысл потери; он даже готов добровольно что-то отдавать и от чего-то отказываться, потому что, с его точки зрения, потеря или жертва позволяют создать для себя больше возможностей, и такая жертва на самом деле является предпосылкой для получения. Именно поэтому он может более спокойно относиться к своим приобретениям и потерям, не испытывает страданий из-за потери и тем более не испытывает чувства поражения.

Философ Кант говорил: «Когда ты сожалеешь о том, что снег и лед тают, а прекрасные пейзажи уходят навсегда, разве ты не замечаешь, что весна уже близко?» Жизнь устроена именно так: если ты всегда боишься потерь, всегда цепляешься за свои страдания, ты только усугубляешь свои страдания, упускаешь ещё больше возможностей и лишаешь свою жизнь ещё большего разнообразия.

Один человек, потерпев неудачу, сказал: «Спасибо жизни за то, что она помогла мне исключить ещё один ошибочный выбор». Зачастую потери в жизни на самом деле являются процессом обновления и отсева: отсеиваются те вещи, которые тебе не нужны или не подходят, а затем тебе предоставляются новые возможности, подобно линьке цикады. Каждая потеря и каждое расставание создают для тебя новые жизненные возможности. Когда нас увольняет начальник, не стоит считать это болезненным опытом. Почему бы не подумать о том, что, расставшись с этим начальником и компанией, ты, возможно, сможешь найти работу получше?

Когда мы переживаем разрыв отношений, не стоит впадать в отчаяние. На самом деле, когда вас бросают, у вас появляется шанс обрести любовь, которая действительно подходит вам, и, возможно, найти партнера, который будет лучше предыдущего. Почему же нужно страдать, когда вы терпите неудачу за неудачей? Ведь каждая ваша неудача — это не что иное, как исключение еще одного неправильного ответа. Таким образом, в конечном итоге вы будете только приближаться к успеху.

Поэтому, когда мы что-то теряем, сталкиваемся с неудачей или остаемся ни с чем, нам следует посмотреть на ситуацию с другой стороны и понять, что мы избавляемся от всего, что связано со старой жизнью, и что, избавившись от этих шаблонов, новая прекрасная и счастливая жизнь будет манить вас. На самом деле жизнь не всегда приносит нам беспокойство и страдания: чтобы поддерживать баланс жизненной системы, когда она лишает нас счастья, она обязательно компенсирует это в других аспектах. Если вы будете твердо верить в это, то сможете с большим спокойствием относиться к взлетам и падениям в жизни.

Глава 4. Не иметь ничего — это не страшно, страшно — сдаться

«Даже если вы снимите с меня всю одежду до нитки, не оставив ни копейки, и бросите меня посреди Сахары, но при двух условиях — дайте мне немного времени и пусть мимо меня пройдет караван верблюдов, — то вскоре я стану новым миллионером».

А вы бы осмелились так сказать? Можно с уверенностью сказать, что большинство людей по-прежнему остались бы голыми в пустыне, и даже если бы им удалось влиться в караван, они остались бы нищим с голым задом. Так кто же произнес эту поразительную фразу? Это был Рокфеллер, всемирно признанный супербогач, чье состояние могло бы соперничать с целыми государствами, основатель империи, столетие монополизировавшей нефтяной рынок США, и «высокомерный человек», от одной фразы которого у вас может возникнуть чувство дискомфорта.

Однако его высокомерие в первую очередь проистекает из уверенности в себе и оптимизма: он верил, что может превратиться из человека, не имеющего ничего, в человека, обладающего всем. Разве вы в этом сомневаетесь? У большинства людей не хватило бы ни смелости, ни уверенности, чтобы усомниться, ведь такие дерзкие слова подходят только

столь же дерзким и оптимистичным людям. А сегодня, когда эта фраза фигурирует в сборниках цитат знаменитостей, чтобы все могли ею восхищаться и цитировать, многие уже способны гораздо глубже понять её смысл, и многие также верят, что могут быть такими же «высокомерными», как Рокфеллер. Не будем пока обсуждать, есть ли у вас для этого реальные возможности, но такой оптимистичный настрой просто необходим — да, жизнь не создана для того, чтобы вы просто «проходили мимо».

Теперь вы можете присмотреться повнимательнее к успешным людям в вашем окружении. Если вам кажется, что их примеры недостаточно яркие, то почему бы не заново познакомиться с самыми успешными и великими людьми в мире? Их путь к успеху тоже начинался с нуля. В своё время компьютеры Apple под руководством Джобса были на пике популярности, однако впоследствии компания Apple потеряла всё, включая самого Джобса, который был уволен. Но величие таких людей заключается в том, что даже когда их «обнажить» до гола, они всё равно способны встать в центре сцены и исполнить для вас зажигательный танец.

Джобс был именно таким уверенным в себе человеком, поэтому позже он вернулся в «Apple» уже как успешный предприниматель. А в 2010 году, когда на свет появились iPhone 4 и iPad, он действительно блестяще предстал на крупнейшей мировой электронной арене. Своим личным опытом Джобс сказал всем предпринимателям: «Раз у меня

ничего нет, я создам всё сам».

А еще есть Дж. К. Роулинг, автор бестселлеров, заработавшая миллиарды долларов на серии книг о Гарри Поттере. Неиссякаемый поток денег, безграничная слава, всемирная известность — можете ли вы себе это представить? Особенно когда вы живете в условиях, когда еды едва хватает на пропитание. Но Роулинг, очевидно, всегда думала так: «Я стану самой известной писательницей, мои романы принесут огромное богатство, я стану самой счастливой женщиной в мире, а мои дети скоро будут гордиться мной и моей фамилией».

Можно вернуться на несколько лет назад, до того, как она стала знаменитой. Чтобы более наглядно представить себе её жизненные условия и понять, в каком же плачевном положении находилась мисс Роулинг, можно просто посмотреть на нищих на улице — вот и всё. Роулинг однажды в шутку отзывалась о своей жизни в то время, говоря, что, по её мнению, во всей Британской империи только нищие жили чуть хуже, чем она. Непонятно, радовалась ли она тому, что не оказалась самой несчастной из всех, или же выражала своё бессилие. Но оптимистичный настрой смыл все неприятности и в конечном итоге позволил ей полностью вырваться из жизни на самом дне общества.

В одном из интервью СМИ Роулинг однажды сказала: «Тем, у кого нет ничего, тем больше следует ценить малейшую надежду». Эти слова адресованы отнюдь не нищим, а

тебе, мне и всем нам. Все, что тебе нужно, — это сохранять оптимистичный настрой и всегда твердо верить в то, что ты способен чего-то добиться. Молоко будет, хлеб будет, и ты никогда не станешь тем нищим, который ходит с голым задом.

Джобс, Роулинг или другие успешные люди — тебе может казаться, что ты далеко от них, и ни эффект знаменитости, ни мотивация не могут заставить тебя полностью поверить в свой потенциал, ведь ты всего лишь обычный человек. Но и Джобс, и Роулинг несколько десятилетий назад тоже были обычными людьми; на самом деле любой человек — обычный человек, и все мы пришли в этот мир, не имея ничего. Конечно, некоторым повезло: они с самого рождения имели лучшие условия жизни, унаследовали огромное состояние и пользовались большим вниманием. Но для нас, у кого ничего нет, лучший способ — это, поедая паровые булочки, повторять себе, что однажды ты сможешь отведать роскошный банкет.

Оптимизм, улыбка, улыбка, оптимизм — именно эти слова должны постоянно звучать в твоей жизни. Не говори о том, насколько грандиозны твои идеалы, не рассказывай другим, насколько необычны твои мысли. Тебе нужен оптимизм, уверенность в себе и новое понимание того, как создавать свою жизнь. Не иметь ничего — это не страшно. Страшно то, что ты считаешь, будто заслуживаешь этого, что ты сдался и отказался от самых элементарных жизненных ам-

биций и желаний. Ты должен поверить в одно: пессимист с наибольшей вероятностью станет тем самым несчастным неудачником в жизни.

С этого момента перестаньте вздыхать о своём скромном происхождении, перестаньте в отчаянии считать себя нищим. Возможно, вы всё ещё барахтаетесь на дне общества, возможно, вы не можете себе позволить потратить даже один юань, возможно, в вашем окружении вы самый несчастный человек, возможно, вы боролись десятилетиями, но по-прежнему остаётесь ни с чем, как при рождении. Но ты всё равно должен сохранять надежду и оптимистичный взгляд на жизнь — это и есть движущая сила, которая заставляет тебя идти вперёд. Когда ты захочешь обладать всем и поверишь, что сможешь этого добиться, у тебя появится шанс обрести всё.

Глава 5. Даже в самом глубоком отчаянии можно найти самые прекрасные пейзажи

Художник-карикатурист Цзи Ми однажды нарисовал комикс под названием «Колодец надежды». На рисунке молодой человек, находящийся на дне колодца, сначала отчаянно смотрит в небо, но, опустив голову, обнаруживает, что поверхность воды усыпана мерцающими звёздами. Рядом Цзи Ми написал: «Я всегда в самом глубоком отчаянии встречаю самые прекрасные пейзажи».

Зачастую мы похожи на того человека из комикса, который упал на дно колодца: мы часто беспокоимся о своём положении, впадаем в отчаяние, считаем, что не в силах выбраться из затруднительного положения и что в конце концов останемся здесь, связанные и скованные, не подозревая при этом, что именно тогда, когда мы полны печали и с отчаянием смотрим на жизнь, мы часто можем обнаружить прекрасные пейзажи даже в безвыходной ситуации и понять, что в жизни на самом деле есть много счастья, которое мы сами упускаем из виду.

Например, многие жалуются на неудачи на работе, на неудовлетворительную семейную жизнь и считают себя самыми несчастными и неудачливыми людьми на свете. Ко-

гда вы с таким отчаянием смотрите на жизнь, она, естественно, кажется вам мрачной и безрадостной, полной серости и лишенной малейшей надежды. Ваше отчаяние и жалобы омрачают вашу жизнь и лишают вас ещё большего количества возможностей взять жизнь в свои руки. Даже у самого несчастного человека в жизни есть что-то достойное внимания: у него есть свои сильные стороны, и он всё же может найти в жизни другие источники счастья и радости.

Нам нужно с хладнокровием относиться к жизни, к тем страданиям и неудачам, с которыми мы сталкиваемся. На самом деле даже в самых унижительных ситуациях и самых сложных испытаниях можно найти что-то, что доставит радость. Не теряйте легко веру в жизнь и надежду. Когда вы будете смотреть на жизнь более оптимистично, то поймете, что она на самом деле не так плоха, как вам казалось, и что жизнь не лишила вас всего.

Президент США Рузвельт однажды сказал: «То, что действительно вызывает у нас страх, — это сам страх». Самое страшное для человека — это впасть в уныние после неудачи и погрузиться в отчаяние после поражения; когда он полностью теряет уверенность в себе и надежду, он ни за что не сможет добиться успеха.

Жизнь никогда не отнимет у вас всего, и вы не будете вечно погрязать в страданиях и отчаянии. На самом деле, оказавшись в затруднительном положении, вам следует тем более активно искать то, чем можно радоваться, и находить то,

что приносит счастье. Это поможет вам эффективно смягчить грусть, преодолеть страх и отчаяние. Благодаря этим моментам радости и счастья вы сможете вновь обрести надежду на жизнь, а также укрепить уверенность в том, что сможете решать проблемы и преодолевать трудности.

Один писатель-инвалид после смерти оставил на своём надгробии такие слова: «Если Бог отнял у меня руки, я по крайней мере могу с радостью бегать; если Бог отнял у меня ноги, я по крайней мере могу любоваться прекрасными пейзажами; когда мои глаза утратили свет, я всё ещё могу слышать самые чудесные звуки; когда я лишился и слуха, моё сердце по-прежнему чувствует жажду жизни».

Для каждого из нас жизнь не погружается в настоящее отчаяние, и жизнь не лишена смысла: если сохранять оптимистичный настрой, можно найти источники радости в страданиях и обрести надежду в отчаянии. Мы должны верить: это всего лишь страдание, и оно временное; мы не должны терять способность искать счастье из-за мимолетных страданий.

Глава 6. Нет такого завтра, до которого никогда не дойти

Многие видели фильм «Когда счастье стучится в дверь». В фильме Крис, которого играет Уилл Смит, переживает жизненные испытания. Он очень любит жизнь и свою семью, однако из-за бедности не может дать им полноценную любовь и обеспечить лучшую жизнь.

Сначала Крис зарабатывал на жизнь продажей медицинского оборудования, но этой работы не хватало, чтобы содержать семью. Именно из-за унижительной работы и мизерной зарплаты супруги вскоре развелись, что стало для Криса огромным ударом, но, несмотря на разочарование, ему удалось добиться права опеки над сыном. Несмотря на то что его счастливая жизнь начала рушиться, он твердо верил, что дела постепенно наладятся, и поэтому всеми силами постарался устроиться в брокерскую компанию в качестве стажера без оплаты. Но как раз тогда, когда он строил планы на светлое будущее, из-за невозможности оплатить аренду его с сыном выселили из квартиры, и они поселились в дешевом мотеле.

Даже в таких тяжелых условиях Крис по-прежнему был полон надежды: он часто рассказывал сыну о своей работе и своих мечтах, считая, что все трудности пройдут. Одна-

ко, как только у него накопилось немного сбережений, власти обнаружили у него серьезную задолженность по налогам, и все с трудом накопленные деньги были конфискованы. Оставшись практически ни с чем, Крис был вынужден ночевать на улице вместе с сыном.

В этот тяжелый и бедственный момент Крис не впал в отчаяние и подбадривал сына, призывая его не терять духа. Он верил, что завтра обязательно будет лучше и что хорошая жизнь обязательно наступит. Поэтому он старался не упускать ни одной возможности заработать: например, он из всех сил продавал имеющееся у него медицинское оборудование, из всех сил старался работать лучше других, а главное — он упорно стремился выделиться среди 20 стажеров. В конце концов ему удалось успешно пройти полугодовой период неоплачиваемой стажировки, стать штатным сотрудником и получить работу биржевого брокера. С тех пор карьера Криса наконец пошла гладко, он быстро добился успеха и успешно основал собственную брокерскую компанию, став известным инвестором по всей Америке.

Этот фильм снят по мотивам реальных событий, главный герой фильма, Крис, — это известный американский инвестор афроамериканского происхождения Крис Гарднер. В молодости этот выдающийся инвестор жил в крайней нищете и даже едва не стал бродягой и нищим. Именно благодаря тому, что он всегда сохранял оптимистичный взгляд на жизнь и не терял надежды на лучшее, Крис в конце кон-

цов преодолел трудности, добился огромного успеха и оказал влияние на целое поколение.

Ма Юнь однажды сказал: «Великая компания — это не только та, которая умеет воспользоваться множеством возможностей, но и та, которая способна пережить одну за другой катастрофы, грозящие полным крахом». На самом деле эти катастрофы зачастую носят временный характер: если вы сможете продержаться до конца и не терять надежду на будущее, то они не повлияют на вас. Конечно, если вы в страданиях впадёте в отчаяние и сдадитесь на полпути, то в конце концов вам придётся смириться с фактом поражения.

Есть такая поговорка: «Зима близка — разве весна может быть далеко?». Многие боятся встретить зиму, боятся пережить зимние морозы; они считают зиму долгой и безнадёжной, но не задумываются о том, что зима на самом деле скоро пройдёт, а за ней последует тёплая весна. Хотя зима и приносит страдания, она очень коротка. Если вы сохраните надежду и жажду весны, то обязательно сможете благополучно пережить суровые морозы и встретить яркую, тёплую и полную жизни весну.

Сегодня, когда вы все ещё сокрушаетесь о своём несчастье, вам следует изменить свой настрой и с большей уверенностью смотреть на жизнь. Только сохраняя оптимистичный настрой, вы сможете спокойно пережить этот болезненный период и обрести счастливую жизнь.

Глава 7. Бог приготовил для вас три способа решения проблемы

На Западе есть пословица: «Каждый раз, когда Бог создает трудность, Он одновременно создает три способа её преодоления». Это полностью соответствует китайской поговорке: «Способов всегда больше, чем проблем». Так и есть на самом деле: когда мы сталкиваемся с трудностями, достаточно только вдумчиво поразмыслить, тщательно проанализировать ситуацию, сохранить достаточную уверенность в себе и терпение, чтобы обнаружить, что эти проблемы вовсе не безнадёжны — напротив, путей их решения может быть множество. Это похоже на решение математических задач: хотя задача одна, способов вывести ответ может быть много.

Конечно, в большинстве случаев мы не осознаем своих способностей и не понимаем, что стоящие перед нами проблемы на самом деле не так страшны и ужасны, как нам кажется. Наш страх перед проблемами и неприятностями глубоко укоренился, потому что мы привыкли к «спокойной и безмятежной жизни», привыкли наслаждаться тихой и благополучной жизнью, мы не хотим навлекать на себя никаких неприятностей, а появление проблемы разрушает наши давние ожидания, и этот страх часто заставляет нас жаловаться на жизнь, делая нас ещё более слабыми и пессимистичными.

На самом деле проблемы и трудности неизбежны: в жизни всегда приходится сталкиваться с различными трудностями и неудачами, но нет ни одной проблемы, которую нельзя было бы решить, и нет ни одного препятствия, которое нельзя было бы преодолеть. Если вы будете с оптимизмом и уверенностью в себе упорно бороться, то обязательно найдете выход из ситуации. Где есть проблема, там есть и ответ — это один из законов природы, а также одна из основ поддержания равновесия. Например, те, кто хорошо знаком с ядовитыми змеями, знают, что там, где обитают ядовитые змеи, обычно растут соответствующие травы, обладающие противоядием — это стало почти законом.

Такое равновесие существует и в жизни: жизнь создает для нас трудности, но, соответственно, чтобы не нарушить жизненное равновесие, она же предлагает способы их преодоления — это соответствует закону взаиморождения и взаимосдерживания инь и янь. Нам следует правильно использовать этот закон: когда мы сталкиваемся с трудностями, нужно сохранять уверенность, не жаловаться, не впадать в пессимизм и отчаяние. Достаточно тщательно проанализировать ситуацию и смело пойти навстречу трудностям — и тогда очень скоро найдётся способ решить проблему.

В подтверждение этого мы вполне можем посмотреть, как первый номер среди американских бизнес-икон, Эйкока, преодолел трудности. Когда Айкока принял должность президента Chrysler, почти все его друзья отговаривали его

от этого шага: компания находилась на грани банкротства, в ней царил организационный хаос, беспорядок в управлении, избыток персонала, а накопившиеся проблемы были настолько серьезными, что любой, кто туда пойдет, просто навлечет на себя неприятности. До Айкоки у компании было несколько президентов, но все они в конце концов покинули Chrysler с поникшей головой, и причина была проста: они практически ничего не могли там сделать.

Однако Эйкока никогда в это не верил. Он считал, что в этом мире нет ничего, что нельзя было бы разобраться, и нет никаких проблем, которые нельзя было бы решить — есть только люди, которые боятся решать проблемы или неспособны их решать. Конечно, когда Айкока пришел в компанию, степень её затруднений превзошла даже его самые смелые представления: раздутый аппарат, огромный штат сотрудников, из которых лишь немногие серьёзно относились к работе, а главное — огромная компания, которая, как ни странно, не могла выделить ни копейки на поддержание нормального функционирования; это звучало просто как анекдот. В то время компания терпела убытки год за годом, а у сотрудников не было ни малейшего чувства сопричастности и принадлежности; вся компания находилась на грани развала и банкротства.

Столкнувшись с этими трудностями, Айкока смело взялся за дело и провел радикальные реформы. Прежде всего, он принудительно уволил некомпетентных сотрудников и

сократил штат. Затем он сосредоточился на решении главной проблемы компании — деньгах! В то время практически ни один банк не был готов предоставить «Крайслеру» кредит. Айкока мог только экономить средства, насколько это было возможно. Для этого он добровольно снизил свой годовой оклад с 360 тысяч долларов до символического 1 доллара, хотя к другим сотрудникам он таких требований не предъявлял. Увидев, что Эйкока добровольно пошёл на жертвы, сотрудники последовали его примеру: они не только пошли на снижение заработной платы, но и отказались от премий. Благодаря этому у компании появилось больше оборотных средств. Что ещё важнее, это максимально мобилизовало инициативу сотрудников, что стало одной из главных причин быстрого восстановления «Крайслера». Спустя всего несколько лет Chrysler превратился из компании, находившейся на грани банкротства, в одного из трёх крупнейших автомобильных гигантов США.

Сегодня во всей Америке трудно найти несколько человек, которые могли бы сравниться с Айкокой; очевидно, что большинство людей не пережило такой легендарной жизни, как у него, и тем более не обладает такой смелостью и оптимистичной уверенностью в себе. Успех Айкоки на самом деле доказывает одно: решений всегда больше, чем проблем; если вы сохраняете оптимизм и умеете искать, то сможете найти способ решить любую проблему.

«На что бы ни пришлось, с тем и справишься» — для лю-

бой ситуации можно найти соответствующий выход. Сама природа представляет собой систему, в которой всё взаимосвязано, поэтому сколько бы проблем ни возникло, их всегда можно эффективно решить, причём решений часто бывает не одно. Главное — сохранять оптимистичный настрой и с большим спокойствием относиться к трудностям и неудачам. Если настроиться правильно, то в процессе постоянных поисков можно найти способ преодолеть трудности.

Глава 8. Радуйтесь тому, что вас не сломили окончательно

Генерал Веллингтон не раз сражался со своими противниками, но в большинстве случаев терпел поражение, из-за чего его способности как полководца подвергались серьезным сомнениям. Однако сам он всегда оставался оптимистичным и уверенным в себе. Однажды он снова потерпел поражение, причем его армия была практически полностью уничтожена. Тогда он сказал своим подчиненным: «Потерпеть поражение — очень неприятно, но единственное, чему стоит радоваться, — это то, что нас еще не сломили окончательно». Для него эти страдания и поражения не имели никакого значения: он твердо верил, что обязательно сможет вернуться в строй. В результате позже он возглавил антифранцузские союзные войска в битве при Ватерлоо и в конечном итоге победил непобедимого Наполеона, прославившись благодаря этой победе.

Писательница Хелен Келлер сказала, что когда скарлатина лишила её зрения и слуха, она была рада, что эта болезнь не отняла у неё любовь к жизни. Когда неудача вытеснила Джобса из компании Apple, он сказал: «Спасибо жизни за то, что она ещё не свела меня с ума». Все эти люди пережили неудачи и поражения, испытали жизненные страдания, но

всегда сохраняли позитивный и оптимистичный настрой, не позволили жизни полностью сломить себя, не погрузились в отчаяние перед лицом страданий, а воспользовались шансом и обрели новую жизнь.

Страдания часто появляются в нашей жизни, и в жизни бывает много неудач, но даже несмотря на это, нам нужно сохранять благодарность и оптимистичный настрой. На самом деле всё, с чем мы сталкиваемся, ещё не дошло до той степени, чтобы разрушить жизнь: у вас ещё есть возможность передохнуть, у вас ещё есть шанс начать заново, и надежда в жизни ещё не полностью утрачена. Именно поэтому вам нужно смотреть на жизнь с большим спокойствием, не сдаваться легко и не впадать в отчаяние.

Один писатель сказал: «Самое радостное в жизни — это, на самом деле, облегчение после пережитого испытания». Психологи также считают, что когда человек, пережив страдания, внезапно спасается от смерти, он испытывает большее чувство свободы и ощущение нового начала; такие люди лучше понимают смысл жизни и приобретают более позитивный взгляд на мир. Например, люди, страдающие тяжелыми заболеваниями или даже «неизлечимыми болезнями», когда обнаруживают, что после болезни могут снова встать на ноги и преодолеть мучения болезни, начинают вести себя гораздо более активно, чем раньше.

В 2005 году на одном из угольных рудников на западе США произошло обрушение. В тот момент в шахте продол-

жали работать более 50 шахтеров. После обрушения правительство и руководство предприятия приложили все усилия для проведения спасательных работ, однако из-за серьезности обрушения спасательные работы продвигались очень медленно. Только через 78 часов после обрушения удалось пробить проход к заблокированным шахтерам. Когда застрявшие в шахте люди были спасены, они не проявляли таких эмоций, как недовольство, гнев, беспокойство или страх, а со слезами на глазах выражали благодарность за то, что получили шанс на новую жизнь; почти все они радулись тому, что обвал не заблокировал их полностью и не привёл к смертельным травмам.

В 2007 году Дэвид, переживший обвал в шахте, отправился вместе с женой в путешествие по Европе. Во время восхождения на Альпы они попали в снежную бурю и лавину; Дэвид оказался погребённым под толстым слоем снега. Его жена отчаянно звонила по телефону, прося о помощи, но спасатели прибыли на место только через три часа, а на горе по-прежнему не было никаких признаков жизни.

Жена Дэвида была в отчаянии и даже не могла вспомнить, где именно был погребён её муж, поэтому спасателям пришлось провести тщательный поиск, задействовав современный детектор живых людей и хорошо обученных поисковых собак. Через десять часов поисковые собаки начали обнаруживать признаки жизни, и все с новыми силами принялись раскапывать снег. Несмотря на волнение, никто не пи-

тал особых надежд на то, что Дэвид остался жив — ведь человеку, погребённому под таким холодным снегом, трудно выжить слишком долго. Однако, как и в прошлый раз, когда он чудом избежал смерти, Дэвид снова чудесным образом выжил; пробыв в больнице сутки, он вернулся домой, чтобы поправиться.

В то время многие считали Дэвида удивительным человеком, а некоторые — просто невероятно выносливым; некоторые СМИ даже приезжали к нему домой, чтобы взять интервью. Сам же Дэвид, судя по всему, относился ко всему этому с легкостью, он рассказал, что после того, как его засыпало снегом, он некоторое время находился в бессознательном состоянии, но когда пришёл в себя, обнаружил, что руки и ноги не пострадали, а самому ему не было больно — тогда он очень обрадовался и почувствовал облегчение от того, что лавина не нанесла ему прямых повреждений, и это ещё больше укрепило его веру в то, что он выживет. Именно благодаря такому оптимистичному настрою он смог продержаться более десяти часов в условиях сильного холода и огромного давления.

Зачастую нам нужно культивировать в себе это чувство «выжившего после беды»: не заикливаться на том, какой ущерб нанесли нам неудачи, не думать о том, какие страдания и испытания нам пришлось перенести, а с благодарностью в сердце смотреть на жизнь и принимать боль. Радуйтесь тому, что потеряли лишь часть, а не всё; радуйтесь то-

му, что боль лишь ранила вас, но не сломила окончательно. И когда у вас будет такой позитивный настрой, ваши страхи, разочарования и страдания ослабнут, а ваша способность управлять своей жизнью укрепитя.

Будьте более стойкими и оптимистичными, как травинка. пока природа оставляет ей хоть малейшую возможность выжить, она способна крепко расти, даже на голой скале она может пустить корни и прорасти. Так же должно быть и с человеком: когда мы переживаем испытания и страдания, не стоит жаловаться и унывать — пока есть хоть искра надежды, у вас есть повод вновь поднять голову.

Часть 2. Ты не стал сильнее только потому, что перенес недостаточно страданий

Почему ты всегда хуже других, почему другие всегда сильнее тебя, почему в конце концов другие всегда опережают тебя? Ты всегда видишь чужой успех, всегда видишь чужую славу. Возможно, ты думаешь, что другим больше везет, что у них больше шансов на успех, но на самом деле ты не видишь тех страданий, которые им пришлось перенести. На самом деле причиной разрыва является не удача, а то, что ты перенёс гораздо меньше страданий, а неудач, с которыми ты сталкиваешься, далеко недостаточно, поэтому твой рост ограничен. Именно поэтому, если ты хочешь стать сильнее, тебе придется пережить больше испытаний и трудностей.

Глава 9. Только после бури появляется радуга

Успех часто складывается из множества неудач. Хотеть добиться успеха и стать лучше, не пережив неудач, не столкнувшись с препятствиями, не испытав различных страданий и мучений — это, очевидно, маловероятно. Один философ сказал: «Утреннее солнце не сияет достаточно ярко только потому, что рассвет, который оно пережило, был недостаточно глубоким». Практически каждый успешный человек пережил страдания, которых не испытали другие; у каждого из них за плечами в той или иной степени болезненный опыт. Если вы хотите присоединиться к их рядам, вам тоже нужно научиться выдерживать и преодолевать трудности.

Звезда НБА Коби Брайант считается лучшим атакующим защитником после Майкла Джордана; его потрясающая способность набирать очки и выдающееся мастерство часто вызывают восхищение. Однако, в отличие от других знаменитых звезд, Коби, только придя в лигу, не пользовался доверием: даже «Хорнетс», выбравшие его на драфте, намеренно обменяли его. Несмотря на то что он попал в традиционно сильную команду — «Лейкерс», — в то время Коби мог быть лишь запасным игроком, выходя на площадку примерно на 15 минут в каждой игре и набирая в среднем всего 7 очков.

Хотя Корби и был членом «золотого поколения 96-го», в то время никто не считал его выдающимся игроком; напротив, многие скептически относились к этому «мальчику», перешедшему в лигу прямо из старшей школы. Игру Корби на площадке можно было охарактеризовать лишь как «мучительную»: в то время некоторые ветераны команды часто издевались над ним, считая его игроком со средними навыками и посредственными способностями, которому лучше всего подходит роль запасного.

Позже «Лейкерс» в результате обмена приобрели «Большую акулу» О'Нила, а Коби к тому времени уже постепенно набирал форму, в результате чего «Лейкерс» быстро превратились в сильную команду. Однако в плей-офф игра Корби оказалась просто ужасной и ни в коем случае не могла удовлетворить никого, особенно в матче против «Юта Джаз», когда Корби в последние минуты матча подряд промахнулся тремя трехочковыми бросками, которые даже не приблизились к кольцу. Товарищи по команде и тренер были на грани срыва, а требовательные болельщики, естественно, не простили такого плохого игрока: после матча вся критика обрушилась на Корби, что стало для него огромным давлением и причиной сильного разочарования.

Пройдя через испытания этих плей-офф и извлекая уроки из поражения, Коби постепенно осознал, что ему необходимо укрепить физическую форму, улучшить мастерство и научиться лучше контролировать свой психологический

настрой. В этот момент Коби начал усердно тренироваться, взяв за образец Майкла Джордана: он не только копировал его технику, но и постоянно требовал от себя такого же упорного и трудолюбивого подхода к тренировкам. Благодаря ежедневным тренировкам и постоянному стремлению стать лучше, Корби быстро стал одним из лучших атакующих защитников лиги, а к этому моменту он уже превратился в надежный источник очков для «Лейкерс». В 2000 году он вместе с О'Нилом завоевал свой первый титул чемпиона НБА, а затем они выиграли чемпионат и в следующем, и в последующем сезонах, совершив триумфальную серию из трёх подряд титулов в начале века.

К этому моменту Корби уже стал новым кумиром лиги, и люди начали привычно рассматривать его как преемника Джордана. Можно сказать, что, пережив испытания, Корби быстро встретил весну своей жизни. Впоследствии между Коби и О'Нилом возникли противоречия из-за борьбы за право владения мячом, что напрямую привело к распаду этого мощного дуэта. Кроме того, Коби был опозорен из-за дела об изнасиловании в округе Игл и стал «плохим парнем», на которого обрушилось все общественное осуждение; Коби мгновенно оказался на дне жизни.

Однако только через испытания происходит рост: пережив череду неприятных событий, Коби собрался с силами и начал полностью посвящать себя игре на площадке, после чего очень скоро продемонстрировал свои навыки набора

очков в полной мере. К этому моменту он уже стал лучшим игроком лиги, и все считали, что смотреть на игру Коби — настоящее удовольствие. Даже тренер Корби, Фил Джексон, написал в своей новой книге: «Корби — человек, которому суждено достичь ещё больших высот, потому что он пережил слишком много испытаний, и теперь настало его время блистать». И действительно, в 2009 году, после многих лет затишья, Корби внезапно взорвался: дуэт Корби и Гасора смел всё на своём пути, в итоге завоевав чемпионский титул, а в следующем году он вновь привёл своих товарищей по команде к победе над сильной командой «Бостон Селтикс». Корби пережил самый яркий и великий момент в своей жизни, став практически величайшим игроком в истории «Лос-Анджелес Лейкерс» и одним из величайших баскетболистов в истории лиги.

Только пройдя через бурю, можно увидеть радугу; только пережив страдания, можно достичь успеха. Если вы хотите добиться успеха, сделать свою жизнь более яркой и блестящей, достичь больших свершений, то вам обязательно нужно пройти через испытания, испытать больше неудач — только так мы сможем становиться сильнее, и только так наша жизнь станет всё светлее.

Вы ещё недостаточно успешны; если вы пока не видите в жизни признаков успеха, то, очевидно, вы ещё не испытали по-настоящему глубоких и сильных страданий. Подобно тусклому алмазу: чтобы стать ослепительным бриллиантом,

он должен пройти через удары и шлифовку — только так он сможет увеличить свою ценность и сияние, стать ещё более очаровательным.

То же самое и с жизнью: если вы ещё не стали бриллиантом, то в первую очередь вам нужно научиться выдерживать больше испытаний и шлифовок, подвергать себя большему количеству жизненных испытаний. Нам нужно переносить более серьёзные неудачи, принимать больше разочарований, сталкиваться с большим давлением — только так мы сможем здоровым и крепким образом расти среди бурь и ветров, и только тогда наша жизнь станет более насыщенной и успешной.

Глава 10. То, что отличает вас от других, — это не успех, а неудачи

Русский писатель Лев Толстой сказал: «Счастливые семьи все похожи друг на друга, а каждая несчастная семья несчастна по-своему». На самом деле эта фраза в равной степени применима к тем, кто борется за успех. Можно сказать, что все успешные люди похожи друг на друга, но неудачники всегда разные. Именно эти разные неудачи придают каждому из них особый шарм, ведь у них богаче жизненный опыт, они более мудры, а их понимание и осмысление жизни гораздо глубже.

Однажды на благотворительном ужине один успешный предприниматель привлек внимание множества журналистов. В тот момент журналисты сошлись во мнении, что этот предприниматель выглядит иначе, чем другие, и, кажется, обладает большим шармом. Предприниматель улыбнулся и сказал: «Я выгляжу более харизматичным не потому, что у меня на один успех больше, чем у них, а потому, что у меня на сто неудач больше».

Когда ты станешь очень сильным, когда будешь выделяться из толпы, когда продвинешься всё дальше по пути к успеху, когда станешь предметом всеобщей зависти, помни одно: то, что даёт тебе всё и делает тебя сильным, — это не успех.

Успех — это всего лишь слава, титул, небольшое материальное вознаграждение. То, что действительно приносит тебе ценность, — это неудачи. Твой образ жизни, твои навыки, твои жизненные выборы, твои озарения и понимание — вот что является самым значимым в жизни, вот что оказывает наибольшее влияние на личность.

Если бы Го Цзянь не потерпел поражение от царя У, он, возможно, остался бы успешным монархом, возможно, стал бы государственным лидером, добившимся определённых успехов, но он ни в коем случае не стал бы последним из «пяти гегемонов» периода Весны и Осени, не стал бы исключением среди бесчисленных правителей и не стал бы победителем, вызывающим всеобщее восхищение. На самом деле именно благодаря этому поражению появились «спание на соломе и пробование желчи», появилась легендарная история «десять лет накопления сил, двадцать лет уничтожения У», появился тот личный шарм, который трогает сердца историков. Можно сказать, что именно благодаря пережитому поражению Го Цзянь стал еще более выдающейся личностью и получил возможность оставить свой след в истории. Некоторые высказывают предположение, что если бы в первом сражении Го Цзянь не потерпел поражение, а напротив, победил Фу Цзя, то, возможно, он остался бы никому не известным.

Можно сказать, что поражение зачастую имеет большую ценность и поучительный смысл, чем успех, ведь успех, как

правило, трудно повторить, а поражение всегда служит предупреждением, делает человека сильнее и всегда способствует его зрелости. Такой рост и зрелость превращаются в личную харизму, отличающую вас от других, ведь у такого человека, без сомнения, больше историй и больше того, что привлекает внимание окружающих.

Драматург Юджин О'Нил сказал: «Неудача очаровательна, она заставляет меня более трезво смотреть на мир, тогда как успех обычно заслоняет всё». Неудача — это самая искренняя форма самовыражения; она обнажает все проблемы и даёт больше озарений; она скорее похожа на процесс, который нужно серьёзно прожить и прочувствовать, чтобы раскрыть всю его глубину. Успех же — это скорее результат, и то, что он может раскрыть, зачастую весьма ограничено.

Для человека опыт неудач обычно является бесценным богатством: он позволяет по-настоящему понять себя, осознать состояние своей жизни и получить больше ценной информации.

Глава 11. 101-й успех определяется 100 предыдущими неудачами

Писатель Бальзак сказал: «Трудности — это как камень: для слабых он — препятствие, а для сильных — ступенька». Из этого видно, что трудности и неудачи не бесполезны: по крайней мере, они становятся опытом, который служит ступенькой для сильных людей на пути к вершинам. Эдисон также говорил: «В моей жизни было много успешных изобретений, и это потому, что у меня было бесчисленное количество неудачных изобретений». Именно благодаря многочисленным неудачам мы накапливаем больше опыта, устраняем больше ошибок и, таким образом, получаем лучшие возможности.

Мы часто жалуемся на неудачи, считаем их позором, пятном на жизни, и всегда впадаем в уныние из-за непрекращающихся неудач, но на самом деле неудача — это предпосылка успеха; можно сказать, что за каждым успехом стоит бесчисленное количество неудач. Различные удары, наносимые неудачами, служат отличной подготовкой к нашему успеху. Если вы постоянно терпите неудачи, не унывайте, не жалуйтесь и не обвиняйте других, ведь неудачи зачастую приводят к успеху. Если вы до сих пор не добились успеха, это лишь доказывает, что ваших неудач ещё далеко недостаточно, что

вы ещё не пережили достаточное количество поражений.

Кто-то говорит, что успех — это качественное изменение, а каждый предыдущий шаг вперед, каждая неудача — это количественное изменение; когда количество неудач накапливается до определённого уровня, успех приходит сам собой. Поэтому можно сказать, что 101-й успех — это именно результат накопления 100 предыдущих неудач; 101-й шаг к вершине — это именно результат 100 предыдущих шагов, преодолевших множество препятствий. Именно каждая пережитая нами неудача и каждое преодоленное нами трудности определяют наш успех. Если вы преодолеете все эти трудности, накопите этот опыт и будете упорно продолжать свои усилия, вы добьётесь окончательного успеха.

Зачастую мы попадаем в ловушку привычного мышления, считая, что неудачи совершенно бесполезны, и стараемся всячески их избегать, не осознавая, что каждая неудача на самом деле помогает нам приблизиться к успеху, а каждый провал — это шаг вперёд на пути к успеху.

Служить ступенькой к успеху — вот одно из основных преимуществ неудач. На самом деле ни одна неудача не может быть бессмысленной, ни одна неудача не может быть абсолютно разочаровывающей. Если вы хотите стать сильнее, вам нужно научиться принимать неудачи, быть готовым к тому, что их будет много, и рассматривать каждую неудачу как возможность и опыт. Когда неудачи накопятся достаточное количество, придет и успех.

Генерал Де Голль когда-то был изгнан немцами из Франции, но впоследствии он вместе с союзными войсками вновь нанёс поражение немецкой армии и благодаря этому стал президентом Франции. После вступления в должность он созвал пресс-конференцию, на которой один любопытный журналист намеренно задал Де Голлю каверзный вопрос: «Слышал, что раньше вас постоянно преследовали немецкие войска, и вы терпели одно поражение за другим. Какие у вас сегодня чувства, сидя на этом посту?» Это был явный выпад в адрес генерала Де Голля, но он не рассердился, а вежливо ответил: «Я стал президентом не потому, что когда-то добился большого успеха, а именно потому, что пережил слишком много неудач и всегда был в бегах — именно это сделало меня сильнее и позволило мне добежать до президентского кресла».

На самом деле жизнь и состоит из множества неудач и немногих успехов. Стремясь к успеху и наслаждаясь им, мы ни в коем случае не должны забывать: именно благодаря тому, что мы перенесли так много неудач, у нас появляется возможность прикоснуться к успеху. Тем, кто стремится к успеху, не следует отвергать неудачи или жаловаться на них, а нужно смотреть на них более оптимистично и объективно. А если вы еще не достигли успеха, значит, вы просто не пережили достаточно неудач.

Глава 12. Черпайте силу из неудач, и вы станете сильнее

Чаще всего мы очень переживаем, что столкнемся с трудностями, потерпим крах; мы боимся столкнуться с неудачей, боимся, что в нашей жизни произойдут неудачи, но в жизни неизбежно приходится сталкиваться с неудачами. Такие столкновения, с одной стороны, причиняют боль, но, с другой, дают возможность для роста и успеха.

Кто-то говорит: «Неудачи и поражения — это естественный сепаратор, который, подобно решету, отправляет сильных на сцену успеха, а слабых — в бездну отчаяния». Пережив неудачу, одни становятся сильнее, а другие — слабее. Сильные извлекают из неудач уроки, обнаруживая то, что раньше упускали из виду, а слабые, напротив, впадают в уныние и становятся ещё более боязливыми и робкими.

Для сильных людей неудача скорее служит стимулом и ориентиром: пережив её, они получают больше указаний на то, как начать новую жизнь, и узнают многое, о чём раньше не подозревали. Неудачи закаляют их дух, обогащают жизненный опыт, повышают способность выдерживать трудности, помогают обнаружить новые возможности, осознать собственные недостатки и совершенствовать жизненные навыки. На самом деле, все успешные люди нашли путь к успе-

ху и способы его достижения только после того, как почерпнули богатую пищу из неудач и поражений.

Г-н Хилтон, основатель сети отелей «Хилтон», является одним из самых успешных отельеров в мире, а также одним из самых успешных предпринимателей. Его успех заключается именно в том, что он пережил множество неудач и поражений, из которых извлек богатый опыт и ценные уроки, что в конечном итоге привело его к успеху. Хилтон родился в относительно обеспеченной семье, но когда ему исполнилось 31 год, его отец потерпел крах в бизнесе, что привело к упадку семьи; тяжелые условия жизни вынудили его уехать в поисках новых возможностей. Он работал разнорабочим, торговцем, а также спекулянтom на шахтах, но каждый раз терпел неудачу. Поскольку ему не удавалось заработать денег, ему приходилось ночевать в парках и под мостами.

Удары неудач и влияние жизненных невзгод привели к тому, что он глубже проник в суть жизни и обрёл сильную волю. Однажды в интервью, когда его спросили, когда он осознал, что сможет добиться успеха, Хилтон ответил: «Когда я был нищим и спал на скамейке в парке, я знал, что однажды обязательно добьюсь успеха и славы».

Конечно, опыт неудач также позволил ему сформировать более точное представление об инвестициях и лучше их понимать. Позже он решил открыть банк, но средств у него было крайне мало. Он нашел способ раздобыть сумму, достаточную для покупки небольшой гостиницы. Сначала дела

шли плохо, отель постоянно работал в убыток, но вскоре он обнаружил, в чём заключалась проблема: он не уделял должного внимания управлению отелем, а рассматривал его лишь как место, где люди могут поесть и переночевать, а этого явно было недостаточно для обеспечения достаточной конкурентоспособности.

Пережив неудачи и поражения, Хилтон начал понимать, что для расширения гостиничного бизнеса необходимо управлять им как предприятием. Поэтому он ввел строгие правила, а также взял под контроль и управление каждый рабочий процесс. Затем он специально организовал обучение персонала, и самым известным из его достижений стало «обслуживание с улыбкой». Хилтон требовал, чтобы каждый сотрудник всегда улыбался гостям. На самом деле идея «обслуживания с улыбкой» была связана с его личным опытом. Говорят, что в начале своей деятельности в сфере гостиничного бизнеса он ориентировался на нефтяников и торговцев, но дела шли неважно. Проведя опрос и беседы с клиентами, он узнал, что гости считали обслуживание в гостинице плохим, а персонал — холодным и отталкивающим. Эти слова заставили Хилтона сильно покраснеть от стыда: он до сих пор не обращал внимания на эту деталь, и именно поэтому не мог привлечь клиентов. После этого он приложил все усилия, чтобы улучшить качество обслуживания, и начал требовать от сотрудников улыбаться. Дела отеля быстро пошли в гору, а сеть отелей Hilton постепенно разрослась и в конеч-

ном итоге стала самой успешной сетью отелей в мире.

Настоящие неудачники — это не те, кто терпит неудачи, а те, кто из-за них впадает в пессимизм и отчаяние. Те, кто боятся неудач, из-за страха и желания уклониться от них упускают возможности для роста и, следовательно, теряют шанс стать сильнее. Философ Кант говорил: «Неудача — это урок, из которого даже самый глупый человек может понять истину жизни». Из этого следует, что в жизни нужны неудачи, и нам нужно сталкиваться с ними, принимать их и извлекать из них уроки.

После того как Сима Цзянь подвергся казни, он обрёл более глубокое понимание жизни, политики и истории; это понимание фактически обогатило его представление о жизни и его литературную культуру, благодаря чему он и смог написать грандиозное произведение «Исторические записки».

Билл Гейтс в начале своей предпринимательской карьеры постоянно наталкивался на препятствия или сталкивался с препятствиями со стороны других крупных компаний. Впоследствии он понял, что только независимость и самодостаточность позволяют завоевать возможности, а только владение ключевыми технологиями позволяет не зависеть от других. Поэтому он начал самостоятельную предпринимательскую деятельность и в конечном итоге создал могущественную империю Microsoft.

Когда у Джо Гилларда дела в сфере продаж автомобилей

шли плохо, он тщательно проанализировал проблему и обнаружил, что его главная проблема заключалась в недостатке связей. Тогда он начал как сумасшедший раздавать визитки, благодаря чему накопил обширную сеть знакомств и в конечном итоге стал «королём продаж автомобилей».

Все эти люди именно благодаря ударам судьбы узнали больше секретов жизни, начали понимать её через неудачи и таким образом овладели более богатыми жизненными навыками. По сути, это и есть компенсация, которую дают нам неудачи, как сказал Линкольн: «Человек не может упасть без причины; вы всегда найдёте причину в жизни, а затем постараетесь избежать повторного падения». Пережив неудачу, мы обнаруживаем, в чём заключается наша проблема, и понимаем, что нужно сделать, чтобы не повторить ошибку.

Жизнь не делает ничего бессмысленного: будь то успех или неудача, в конечном итоге вы всегда что-то из этого извлечете. Если вы боитесь неудач, вы потеряете ещё больше, а когда наберётесь мужества, чтобы противостоять им, сможете извлечь из них больше пользы и обнаружите, что неудачи порой делают вас сильнее, чем успехи.

Глава 13. Только став сильнее, можно по-настоящему уменьшить страдания

В жизни всегда найдутся люди и события, которые причиняют тебе страдания: ты проиграл соревнование, упустил медаль; тебя бросили в любви, и ты остался один; тебе всегда трудно справляться с работой, начальник часто ругает тебя до полусмерти, а коллеги постоянно высмеивают и отчуждают тебя; в кругу друзей ты снова становишься объектом насмешек и язвительных замечаний; даже твои родители часто, сознательно или бессознательно, оказывают на тебя давление или постоянно твердят тебе на ухо о том, сколько зарабатывает в месяц чужой ребенок и какую новую машину он недавно купил...

Из-за всех этих жизненных давления ты часто страдаешь, часто жалуешься на жизнь; возможно, тебе кажется, что ты не сделал ничего плохого, но ты не можешь избавиться от этих проблем... Это проблемы, с которыми мы часто сталкиваемся; несмотря на то, что они довольно мелкие и повседневные, они зачастую вызывают у тебя чувство беспомощности, и из-за этого у тебя может даже возникнуть определенная психологическая нагрузка и стресс.

Если вы жаждете обрести освобождение, то в первую оче-

редь следует найти причину. Эти причины заключаются не в тех неприятностях, которые вы переживаете — они всего лишь «фитиль». Другими словами, даже если бы вместо этого произошло что-то другое, или если бы кто-то другой так критиковал и язвил вас, вы всё равно испытывали бы страдания и боль. На самом деле, с психологической точки зрения, вы испытываете страдания лишь потому, что чувствуете себя слишком слабым: у вас нет возможности преодолеть это и победить, поэтому вы испытываете страх, гнев, пессимизм и отчаяние, мучаете себя из-за этого и даже можете получить психологическую травму.

Как же вам преодолеть и избавиться от этих страданий? Очевидно, что нельзя бежать от них, ведь бегство не решает никаких проблем, а лишь делает ваше душевное состояние ещё более уязвимым и повышает вашу чувствительность. Поэтому лучший способ — повысить свои способности и стать сильнее. Только став сильнее, вы сможете преодолеть эти неудачи, и победить тех, кто причиняет вам боль.

На самом деле, переживание страданий и поиск путей преодоления этих трудностей — это нормальная часть человеческой жизни. Начиная с самых примитивных человекообразных обезьян, люди уже тогда научились бороться с природой. Вначале природа, возможно, доставляла человеку неприятности и причиняла вред, но человек стремился развиваться и становиться сильнее, потому что только так можно было покорить природу. Это похоже на борьбу с ди-

кими зверями: отдельный человек, конечно, не в силах противостоять им. Чтобы уменьшить угрозу со стороны зверей, человек постепенно изобрел различные виды оружия, чтобы вооружиться, и когда оружие повысило его боевую мощь, человек постепенно стал господством над природой.

И сегодня эта борьба продолжается: каждый борется со своей жизнью, ищет способы стать более боеспособным, чтобы лучше контролировать свою жизнь. Подобно тем, кто побеждает вас, вы, возможно, будете испытывать стыд из-за поражения и уныние, но если вам не удастся избавиться от этой мучительной боли, лучший способ — стать сильнее, а затем победить противника, чтобы стереть след своего поражения и вернуть себе достоинство и ценность; это и есть самый простой и эффективный способ избавиться от страданий.

Генерал Пансинг — один из величайших полководцев в истории США. Он участвовал в войнах по истреблению индейцев, подавлял восстания мексиканцев и совершил выдающиеся военные подвиги.

Многие называли генерала Пансинга «Ужасным Джеком», поскольку он предъявлял к своим войскам чрезвычайно строгие требования: при любом нарушении дисциплины он неизменно наказывал виновных без пощады. Кроме того, Пансинг был искусным полководцем, никогда не боявшимся ни одного противника и отстаивавшим стратегию активного наступления — принцип, который впоследствии был развит его подчиненным генералом Паттоном. Оба эти челове-

ка были прирождёнными фанатиками наступления, никогда не знавшими страха и не склонными легко отступить.

Несмотря на то что генерал Пансинг вселял ужас в сердца врагов и даже его союзники не хотели иметь дело с таким безжалостным и суровым человеком, в детстве Пансинг был очень послушным и робким мальчиком. В то время несколько его соседей и сверстников часто издевались над ним, а Пансинг был вынужден специально избегать их и не смел жаловаться родителям.

Однажды один из друзей из-за каких-то разногласий с Пансингом прямо на глазах у всех жестоко избил его. Пансинг остался весь в синяках, но его беспокоила не столько боль, сколько насмешки окружающих. В тот день он вернулся домой очень поздно и, как только вошёл, сразу же спрятался в своей комнате и тихо плакал. Отец, увидев его лицо, покрытое синяками, сразу всё понял, зашёл в комнату Пан Хинга и с глубокой серьёзностью сказал: «Если ты чувствуешь, что тебя обидели, унизили и тебе стыдно поднять голову, то не стоит прятаться здесь и плакать — тебе следует хорошенько подумать, как не допустить, чтобы подобное повторилось. Только слабаки прячутся здесь и плачут, да и слёзы вообще ничего не решают. Почему бы тебе не попробовать в следующем поединке как следует проучить этого парня?»

Слова отца заставили Пансинга почувствовать стыд. Он начал ежедневно тренироваться, укрепляя тело, и стал силь-

нее духом: сталкиваясь с трудностями, он больше не плакал и не убегал, а решительно и смело решал их. Именно благодаря этому Пансинг стал гораздо сильнее всего за несколько месяцев. Однажды тот склочный товарищ снова спровоцировал Пан Синга, пытаясь поставить его в неловкое положение, но не ожидал, что на этот раз Пан Синг не испугался, а наоборот, жестоко избил его. С этого дня Пан Синг вдруг заметил, что все дети в деревне стали смотреть на него другими глазами и больше не позволяли себе легкомысленно подшучивать над ним.

Взрослея, Пан Хсинг стал ещё более уверенным в себе и строго требовал от своих подчинённых не бояться врага. Если потерпели поражение, если его унижил враг, то нужно было собраться с силами, постоянно тренироваться и совершенствоваться, чтобы отомстить в следующей битве. Именно благодаря этому генерал Пан Хсинг смог вести свои войска к непрерывным победам.

Такова жизнь: чтобы преодолеть тяготы поражения, единственный способ — добиться успеха в следующий раз; чтобы преодолеть страх перед противником, нужно стремиться стать сильнее и сокрушить его в следующем сражении; чтобы другие перестали тебя принижать, нужно совершенствоваться, чтобы изменить их мнение о тебе.

Каждый из нас должен помнить: если жизнь доставляет вам неприятности, если жизнь наносит вам удары, то вы должны научиться становиться сильнее — только так

вы сможете покорить жизнь и по-настоящему избавиться от страданий.

Глава 14. Чем больше неудача, тем быстрее ты будешь расти

В жизни всегда встречаются различные препятствия и трудности, но, как сказал Лу Синь: «Встретив лес, можно расчистить его под равнину; встретив пустошь, можно посадить деревья; встретив пустыню, можно выкопать колодец». Трудности в жизни не страшны; нам нужно сохранять сильную уверенность в себе и выносливость, а также смело сталкиваться с различными трудностями и преодолевать их. Неудачи часто играют важную стимулирующую роль в жизни; они, как правило, прямо пропорциональны успеху: чем больше неудача, тем выше вероятность достижения успеха, и тем быстрее будет ваш процесс роста.

Психологи считают, что у каждого человека есть воспоминания, связанные с болью, и эти воспоминания обычно оказываются более яркими, чем воспоминания о радости и счастье. То есть, когда человек переживает испытания, в его голове снова и снова прокручиваются те образы, которые приносят ему страдания. А этот цикл и напоминания зачастую побуждают человека поднять голову и идти вперёд; такой стимул обычно бывает очень сильным. Именно поэтому неудачи фактически играют роль положительного стимула: чем больше неудач, тем больше жизненного опыта вы при-

обретаєте; и чем серьезнее неудача, тем быстрее происходит ваш процесс роста.

В 1990 году в одном из судов штата Калифорния, США, рассматривалось дело об обычном экономическом споре. Несколько акционеров судостроительной верфи потребовали совместно выйти из акционерного капитала, поскольку крупнейший акционер и генеральный директор верфи погиб несколько месяцев назад в автомобильной аварии, что привело к ухудшению положения судостроительного бизнеса, и без того демонстрировавшего низкие показатели. Чтобы не потерять все вложения, несколько акционеров договорились о выходе из акционерного капитала, однако дочь крупнейшего акционера верфи Лина категорически не согласилась с этим и умоляла акционеров дать ей ещё немного времени для урегулирования связанных с этим вопросов.

В конечном итоге суд признал апелляцию акционеров обоснованной, и верфь была обязана вернуть акционерам их доли в установленный срок. После оглашения приговора Лина резко опустилась на пол и долго не могла подняться. Отец Лины был американским бизнесменом итальянского происхождения; ее семья имела более чем столетнюю историю судостроения в США, и в период наибольшего расцвета его отец сумел расширить судостроительный бизнес до 45 стран. Однако с развитием новых технологий судостроения эта старинная верфь утратила свою жизнеспособность и динамику; в последние годы дела шли всё хуже и хуже, и у акционеров

накопилось немало претензий. А когда отец Лины, к сожалению, скончался, верфь в одночасье лишилась своей опоры, и акционеры, естественно, не смогли остаться.

Столкнувшись с такой ситуацией, Лина была очень опечалена. После смерти отца она чувствовала себя совершенно беспомощной — ведь с самого детства она росла «в роскоши», отец очень любил её, никогда не позволял ей испытывать малейших неудобств и не вовлекал её в дела верфи. Поэтому она чувствовала себя бессильной перед кризисом, поразившим верфь. Она знала, что это плод всей жизни её отца и деда, и ни в коем случае нельзя допустить, чтобы всё это было так легко разрушено.

В то время она очень сожалела о том, что не родилась мальчиком. Чтобы спасти отцовский бизнес, она даже мечтала выйти замуж за богатого или влиятельного человека, чтобы с его помощью возродить семью. Однако жизнь не принесла ей никакого утешения, а выход акционеров из компании лишь подлил масла в огонь, поставив и без того находящуюся в упадке верфь в ещё более опасное положение.

Впоследствии Лина постепенно осознала, что чуда не произойдёт: никто не сможет ей помочь, и никто не спасёт этот пришедший в упадок род — только она сама способна взять на себя ответственность за семью и сохранить плоды труда своих предков. Практически в одночасье она всё поняла и начала усердно изучать технологии судостроения, а также знания в области управления и ведения бизнеса. Более то-

го, она по собственной инициативе продала семейное имущество, чтобы собрать достаточно средств для верфи, а затем вместе с матерью и младшим братом переехала жить на территорию верфи.

В этот момент Лина полностью преобразилась: из маленькой принцессы, привыкшей полагаться на отцовскую защиту, она в одно мгновение превратилась в смелую и ответственную новую хозяйку верфи. Рабочие, которые изначально собирались уйти, увидев такую решимость новой хозяйки, решили остаться и помочь ей преодолеть трудности. Под руководством Лины верфь прошла трёхлетнюю реформу, успешно осуществила трансформацию и вскоре вышла на международный рынок, внедрив новые технологии. Дела верфи постепенно вернулись к былой славе.

На самом деле жизнь не может быть гладкой, как шелк: всегда возникают неудачи, и зачастую именно они становятся важным стимулом на пути роста.

Великий поэт Су Дунпо из-за «дела о стихах Утай» оказался за решеткой и едва не лишился жизни, но эта неудача помогла ему быстро осознать реальность, прочувствовать тепло и холод человеческих отношений, а также понять, что слава и богатство — всего лишь придатки. Он стал более широким и оптимистичным, ещё больше полюбил жизнь и создал ещё больше прекрасных шедевров.

Известный китайский художник современности Сюй Бэйхун когда-то учился в Европе и Америке. В то время его ху-

дожественные навыки явно не были на высоком уровне, и многие насмехались над его работами. Один иностранец даже сказал: «Китайцы — невежественные и тупые люди, рожденные, чтобы быть рабами завоевателей; даже если их отправить учиться в рай, они все равно ничего не добьются!» Эти слова глубоко задели самолюбие Сюй Бэйхуна. С тех пор он начал ещё усерднее заниматься живописью, и в результате уже через год его картины получили высокую оценку французских художников, а его персональная выставка произвела фурор во всём Париже.

Возможно, эти люди и без того были выдающимися, но именно благодаря неудачам они обрели более глубокое понимание жизни и сути бытия, что позволило им стать ещё сильнее. Жизнь похожа на пружину: чем больше давление, с которым ты сталкиваешься, и чем больше страданий ты переносишь, тем сильнее будет твоя конечная отдача и тем больше накопленной силы.

Горький когда-то восхвалял морских чаек: несмотря на суровые условия на море и на то, что морские чайки часто сталкиваются с различными трудностями и неудачами, эти неудачи одновременно делают их сильнее и помогают им лучше выживать. Поэтому Горький в конце сказал: «Пусть буря будет ещё сильнее!» Столкнувшись с неудачами, мы тоже должны поступать как морские чайки: идти навстречу трудностям, смело противостоять им, а затем громко воскликнуть: «Пусть неудачи приходят ещё сильнее!»

Глава 15. Стрaдание не только мучает тебя, но и делает тебя сильнее

Когда речь заходит о неудачах, поражениях и обидах, мы обычно испытываем страх, и причина этого страха в том, что неудачи часто приносят людям огромные страдания и мучения. На самом деле мы часто неправильно понимаем страдания, потому что в нашем подсознании и привычном мышлении неудачи всегда считаются чем-то плохим, а поражения — несчастьем; мы часто думаем, что все трудности — это несчастье, которое делает нашу жизнь мучительной. Наше одностороннее восприятие страдания на самом деле серьезно влияет на нашу психологическую устойчивость, а также на то, как мы справляемся с жизнью.

На самом деле в мире нет ничего абсолютно значимого, как и нет ничего абсолютно бессмысленного: у любого явления есть две стороны — оно может как причинить вам боль и страдания, так и оказать помощь. Некоторые говорят, что страдание — это палка о двух концах: с одной стороны, оно мучает вас, а с другой — делает вас сильнее. Однако большинство людей видят только его негативное влияние, не осознавая, что страдание на самом деле является ценным достоянием жизни.

Император Канси однажды дал оценку своим противникам: он сказал, что, хотя Аобай доставил ему немало хлопот и унижений, без его деспотизма и тирании он сам не смог бы за одну ночь стать настоящим императором; У Саньгуй, хотя и возглавлял собственную армию и создавал серьезную угрозу его правлению, без него в его биографии не было бы столь яркой страницы; потомки Чжэн пытались захватить Тайвань и разделить Великую Цин, но без них он не стал бы национальным героем, вернувшем утраченные земли; и, наконец, Гердан — если бы они не подняли восстание, его достижения в области гражданского и военного управления утратили бы значительную часть своего блеска. Каждый из противников доставлял Канси огромные неприятности, мучил его, лишая сна и аппетита, но именно они и сделали жизнь императора Канси столь великолепной.

Такова жизнь: только испытания и страдания придают ей ценность. Чем глубже раны, которые мы получаем, тем сильнее становится наша сила воли. Будь то те, кто нас бьет, обманывает, подставляет подножку, искушает, подставляет или бросает — все они, причиняя нам боль, на самом деле обогащают наш жизненный опыт и укрепляют нашу способность противостоять ударам судьбы. Как видно, то, что вы считаете страданием, на самом деле часто приносит и положительный эффект.

Жизнь — это зеркало с двумя сторонами: те, кто причиняет тебе боль и доставляет страдания, зачастую также спо-

собствуют твоему росту. Если бы не те несчастья, которые то и дело мучают и испытывают нас, если бы не те неудачи и обиды, которые постоянно подстегивают нас, если бы не те унижения и поражения, которые постоянно стимулируют нас, мы стали бы ещё более хрупкими, а наша жизнь лишилась бы большей части своих красок. Именно поэтому нам нужно смотреть на страдания более объективно и оптимистично, выдерживать их муки и активно принимать испытания, которые они несут, ведь эти испытания сделают нашу жизнь богаче.

Кто-то говорит: «Жизнь не всегда справедлива, однако мы часто считаем, что мир и жизнь причиняют нам боль без всякой причины. Возможно, это просто мы без всякой причины считаем это обидой. Если ты безразлично отвергаешь счастье, то и счастье, в свою очередь, безразлично отвергнет тебя. Те, кто бродит у порога счастья, те, кто не может его найти, те, кто безразлично отбрасывает счастье в сторону, — на самом деле им не хватает счастья, им просто не хватает благодарного сердца». Такова должна быть жизнь: мы должны быть благодарными, благодарить тех, кто причинил нам боль, ведь именно они сделали нас более зрелыми; мы должны быть благодарны за трудности и неудачи, которые принесли нам боль, ведь именно они сделали нас сильнее.

Если ты достаточно хорошо понимаешь жизнь и свои страдания, то не стоит уклоняться от них, не стоит испытывать страха и тревоги. Пойми: страдания, причиняя тебе

мучения, одновременно помогают тебе расти и делают твою жизнь более разнообразной. На самом деле, когда жизнь причиняет тебе боль, она обязательно компенсирует это; главное — в том, как ты это переносишь и как с этим справляешься.

Глава 16. Человек, способный взять на себя ответственность, должен закаляться в страданиях и испытаниях жизни

Многим может показаться, что философ Сократ был человеком, хрупким, как травинка, но на самом деле его сила духа и чувство ответственности зачастую превосходили обычных людей. В молодости он участвовал в войне. Тогда он очень боялся, но, видя, как один за другим падают его товарищи, он осознал лежащую на его плечах ответственность — защитить своих сослуживцев и сделать всё возможное, чтобы выиграть войну.

Именно поэтому однажды, увидев, что его раненый товарищ попал в плен, он, несмотря на опасность, бросился прямо в лагерь врага, а затем благополучно вернул товарища вместе с его оружием в свой лагерь, за что был награждён правительством высшей почётной медалью. Когда его спрашивали, почему он так рисковал, он с улыбкой отвечал, что так поступил бы любой ответственный мужчина.

В пожилом возрасте он повсюду проповедовал истину и философию, за что подвергся преследованиям со стороны церкви и перенёс множество испытаний. Эти мучительные

переживания ещё больше закалили его характер, укрепили его чувство ответственности и усилили его решимость и волю проповедовать истину. Позже он, к сожалению, был арестован, и церковь приговорила его к смертной казни по обвинению в «непочтительности к Богу» и «введении молодёжи в заблуждение», но он проявил бесстрашный дух. Некоторые друзья пытались помочь ему сбежать, но он категорически отказался и спокойно сказал: «Я должен выполнить свой последний долг ради своей веры». После чего он решительно выпил чашу с ядом, которая была у него в руке.

Человек, готовый взять на себя ответственность, обязательно обладает железной волей; он обязательно проходит через испытания в общественной жизни, переносит удары неудач и закаляется ими, только так он может стать крепким, как сталь, и выдержать ещё большую нагрузку.

Один майор из Военной академии Вест-Пойнта однажды сказал: «В день моего выпуска на выпускной церемонии выступавший сказал, что из 600 человек 20 станут генералами. Услышав это, я огляделся вокруг, пытаюсь понять, кто же эти остальные 19 человек». Этот курсант сказал это потому, что в ходе тяжелого обучения и тренировок его чувство ответственности было закалено, а страдания и неудачи, пережитые во время тренировок, помогли ему глубоко осознать, что в любой момент он должен выступить вперед, иначе вся команда окажется в кризисной ситуации.

Из этого следует, что чем больше неудач переживает че-

ловек, чем больше поражений терпит и чем больше несчастий с ним случается, тем быстрее он растет, тем зрелее становится его психологический настрой и тем сильнее укрепляется его чувство ответственности. Иными словами, если вы хотите стать человеком, способным брать на себя ответственность, обладающим чувством долга и миссии, вам придется перенести больше страданий и пройти через больше жизненных испытаний. Когда вы переживете много испытаний, ваше чувство ответственности естественным образом станет все сильнее.

Социолог Ридно провёл опрос среди 1500 замужних женщин и обнаружил, что более 1200 из них отметили, что их мужчины стали более ответственными по отношению к семье после пережитых семейных кризисов и жизненных неудач. Психологи обнаружили, что в моменты успеха у человека чувство ответственности, как правило, наиболее слабое: его групповое сознание, командный дух и представления о семье находятся в самом ослабленном состоянии. В это время он ведет себя самонадеянно в межличностных отношениях, не умеет уважать окружающих и не проявляет духа ответственности. А когда человек переживает неудачи и поражения, он начинает глубже понимать жизнь и готов взять на себя свои обязанности и обязательства.

Многие жалуются на отсутствие чувства ответственности у своих жен или мужей, на их неспособность брать на себя обязательства, и главная причина этого заключается в том,

что они не пережили боли и неудач, не столкнулись с жизненными несчастьями, поэтому еще не осознали вовремя, какая ноша и какая ответственность лежат на их плечах. То же самое касается и нас: если вы хотите стать более ответственным человеком, не следует избегать трудностей, а нужно научиться терпеть испытания, которые приносит жизнь, ведь чем больше и тяжелее испытаний вы переживаете, тем больше шансов в конечном итоге вырасти как личность. Ваши эмоции станут богаче, ваш ум — зрелее, и в межличностных отношениях, особенно в отношениях с окружающими, вы будете лучше учитывать мнения других и защищать их интересы.

Неудачи всегда дают вам больше понимания и всегда делают вас более зрелыми. На самом деле такая ситуация очень распространена в жизни. Например, мы часто говорим: «Дети из бедных семей рано становятся главами семьи». Человек из бедной семьи наверняка пережил множество страданий и испытаний, и именно поэтому его сила воли и способности превосходят способности обычных детей, а его ум более зрелый. Как правило, чтобы преодолеть трудности, ему приходится раньше времени взять на себя бремя семьи, и благодаря этому его чувство ответственности становится более сильным. То же самое можно сказать и о детях, чьи родители прикованы к постели из-за болезни или пережили тяжелые испытания: они часто проявляют большую стойкость и ответственность, чем их сверстники.

Философ Ницше однажды сказал: «Помимо естественной любви родителей к ребенку, ни одно чувство ответственности не дается свыше. Твоё безупречное и бескорыстное ответственное поведение по отношению к жизни и всему, что тебя окружает, зачастую проистекает из жизненных трудностей и испытаний». По его мнению, любовь — это прозрение, приходящее после страданий, а ответственность — это прозрение, рождающееся из жизненных неудач. Если вы действительно хотите нести ответственность за других, хотите защищать близких, хотите отвечать за свою жизнь и брать на себя обязательства, то сначала вам придётся пройти через испытания и крещение жизнью. Как правило, чем сильнее страдания, тем сильнее чувство ответственности за жизнь.

Часть 3. Без болезненных неудач нет прочного успеха

В повседневной жизни мы боимся столкнуться с неудачей, боимся неудач, всегда считаем их несчастьем, но на самом деле именно благодаря их существованию, благодаря страданиям и испытаниям, которые они приносят, мы становимся сильнее и можем идти к успеху. Можно сказать, что неудачи — это испытание, через которое должен пройти каждый успешный человек. Тот, кто умеет добиваться успеха, обязательно будет смотреть на неудачи с более позитивным и оптимистичным настроем, обязательно научится быть благодарным за неудачи и поражения, потому что только неудачи могут принести больше пользы.

Глава 17. Ни один успех не существует в отрыве от других

Существует ли в этом мире модель успеха, при которой всё идёт гладко, и можно ли добиться успеха, не пережив неудач? Полагаю, у многих ответ будет однозначным: без неудач нет успеха, ведь успех изначально состоит из бесчисленных неудач. «Чтобы добиться успеха, сначала нужно пережить неудачу» — это несомненная истина, точно так же, как для того, чтобы что-то получить, сначала нужно что-то отдать. Жизнь не подарит вам богатство без условий и не позволит вам без препятствий взойти на сцену успеха: сначала вам нужно приложить усилия, пережить неудачи и испытания, чтобы в итоге обрести успех.

Говорят: «Неудача — мать успеха». Это означает, что неудача предшествует успеху, и именно благодаря боли и страданиям, которые приносит неудача, вы сможете по-настоящему оценить радость успеха. Именно поэтому не стоит избегать неудач, бояться их или жаловаться на них. Напротив, нужно активно изучать их и относиться к ним с благодарностью, ведь именно благодаря испытаниям, связанным с неудачами, у вас появляется шанс добиться успеха и стать сильнее.

Когда Линкольн стал президентом, его спросили, за что он

должен быть наиболее благодарен. Линкольн подумал и ответил: «За неудачи». Затем он пояснил: «Если бы моя жизнь не была полна неудач, я бы сегодня не смог стать президентом».

Ботаник Уиллстед каждый раз, когда его эксперименты заканчивались неудачей, утешал себя словами: «Спасибо Богу за то, что я снова потерпел неудачу. В следующий раз, я уверен, моё открытие потрясёт весь мир». В результате он вскоре открыл хлорофилл, что стало значительным прорывом в области биологических исследований.

Точно так же и для гениального Джобса неудачи стали многочисленными возможностями для самосовершенствования и саморазвития, а также шансом войти в историю. В 1976 году 21-летний Джобс вместе с 26-летним Возняком собрал свой первый компьютер. Чтобы наладить серийное производство компьютеров, Джобс и его друзья решили открыть собственную компанию, и вскоре они основали компанию «Apple» в гараже одного из них. После основания компании продажи компьютеров поначалу шли очень вяло, но достижения Джобса быстро привлекли внимание людей, и «Apple» постепенно закрепила свой бренд. Вскоре после этого «Apple» выпустила второй персональный компьютер и получила огромное количество заказов на выставке, что привело к стремительному росту компании. В 1980 году «Apple» вышла на биржу: менее чем за час было раскуплено 4,6 миллиона акций. В тот день среди руководства «Apple» появи-

лись четыре миллиардера и 40 миллионеров.

Однако с самого начала своего развития «Apple» была, по сути, незрелой компанией, и можно сказать, что семена неудачи были заложены уже тогда. В 1983 году были выпущены база данных Lisa и Apple II, но цена на Lisa была слишком высокой, к тому же на её разработку ушло огромное количество средств, выделенных на исследования, что в итоге вызвало цепную реакцию. Затем между Джобсом и руководством компании возникли разногласия по поводу концепции ведения бизнеса, к тому же компания IBM вскоре выпустила персональные компьютеры, захватив значительную долю рынка. В результате компания возложила вину на ошибочные решения Джобса, и в 1985 году совет директоров принял решение лишить его полномочий по управлению. В сентябре того же года Джобс в знак протеста покинул компанию.

Эта неудача не давала Джобсу покоя. Несмотря на уход из «Apple», он по-прежнему стремился вернуться, поскольку надеялся вновь добиться успеха и был глубоко убежден, что после такого провала обязательно вновь взойдет на вершину жизни. Именно благодаря этой убежденности Джобс в 1996 году, когда «Apple» оказалась в тяжелом положении, вновь взял на себя руководство компанией. В то время «Apple» переживала множество проблем: доля рынка упала с 16 % в период расцвета до 4 %, что стало бы испытанием для любого. Однако, вступив в должность, Джобс произнес многозначительную фразу: «Я должен быть благодарен за эти трудности

— они сделают меня сильнее». Многие тогда сочли это проявлением жестокости и злорадства со стороны Джобса, по крайней мере, с оттенком подлости, свойственной тем, кто пользуется чужим несчастьем.

На самом деле Джобс не думал о мести компании Apple и не был настолько самонадеян, чтобы считать, что без него Apple обречена на провал; он просто увидел новые возможности в неудачах и трудностях. Вернувшись в «Apple», Джобс быстро остановил нецелесообразные исследования и разработки, а затем положил конец многолетнему патентному спору с «Microsoft». Предыдущий провал также заставил Джобса глубоко осознать, что «Apple» необходимо разрабатывать собственные системы и новые продукты. В 1997 году на рынок был успешно выпущен iMac, который пользовался огромной популярностью и быстро разрешил финансовый кризис компании. Затем Джобс последовательно выпустил целую серию продуктов: iPod, Apple TV, iTunes Store, iPhone и другие.

К 2010 году компания Apple выпустила смартфон iPhone 4 и планшетный компьютер iPad, которые быстро завоевали мир, благодаря чему Apple одним махом стала самой успешной компанией в мире. На этот раз Джобс успешно взойшел на вершину мира. Однако, когда журналисты взяли у него интервью, он, к разочарованию всех, заговорил о своих прошлых неудачах. Этот эксцентричный гениальный предприниматель сказал: «Чушь! Если бы не неудачи в прошлом, я

бы сегодня не стоял здесь и не отвечал на ваш глупый вопрос. Честно говоря, и вы, и я должны быть благодарны прошлым неудачам». Хотя он по-прежнему не умел общаться с людьми, он, по крайней мере, признал, что прошлые неудачи оказали положительное влияние на его жизнь, и признал, что успех проистекает именно из прошлого горького опыта неудач.

В мире не существует простой формулы успеха, и ни один успех не бывает изолированным. Единственный путь к успеху — это принять многочисленные неудачи и найти путь к успеху, проходя через них. Только слабые люди жалуются и боятся неудач, теряя в них мотивацию двигаться вперёд, тогда как сильные всегда способны встречать их с упорством и оптимизмом и с благодарностью относиться к повторяющимся неудачам.

Неудачи и поражения — это самое удручающее, но в то же время именно они больше всего укрепляют уверенность в себе и раскрывают потенциал человека. И, что ещё важнее, неудачи — это ступеньки к успеху. Поэтому, сталкиваясь с неудачей, не относитесь к ней всегда с негативным настроем: если вы сможете выстоять и пройти через это, успех, как правило, уже не за горами.

Глава 18. Каждый провал приближает вас к успеху

Кто-то спросил индийского мастера духовности Кришнамути: «Мастер, каков секрет успеха?» Кришнамути слегка улыбнулся и ответил: «Неудача, неудача, а затем ещё одна неудача». По мнению мастера, именно неудачи — единственный путь к успеху, и с каждой неудачей вы становитесь на шаг ближе к успеху. «Но почему же многие люди, несмотря на многочисленные неудачи, так и не дожидаются успеха?» — спросили. Кришнамути ответил: «Потому что большинство людей отвергают неудачу, и поэтому, когда вы приближаетесь к ней, вы начинаете сдаваться».

Слова Кришнамути фактически указывают на самую простую и понятную, но в то же время самую запутанную истину: неудача и успех изначально являются двумя противоположными и противоречивыми вещами, так почему же неудача постепенно превращается в успех? На самом деле, согласно теории даосского философа Лао-цзы, все вещи взаимосвязаны и взаимопревращаемы, и даже противоположные вещи не являются исключением. Именно поэтому неудача часто становится стимулом к успеху.

Конечно, повторяющиеся неудачи часто подтачивают волю человека и заставляют его постоянно испытывать разо-

чарования, но на самом деле каждая неудача строго следует этому процессу трансформации. Неудача не лишена смысла; на самом деле за ней можно проследить определённую закономерность. По этим следам мы можем обнаружить направление, к которому ведёт неудача, и понять, что каждая неудача — это шаг в эволюции. Хотя этот процесс эволюции протекает очень медленно, как только накоплен достаточный опыт, может произойти качественное изменение, ведущее к успеху.

Некоторые говорят, что неудача происходит потому, что ты сам ещё недостаточно силен, но очевидно, что неудачи также могут сделать нас сильнее. Почему некоторые люди всегда ищут тех, кто сильнее их, чтобы потренироваться, и почему некоторые любят бросать вызов тем, кто уже побеждал их? Причина проста: хотя каждый вызов может закончиться поражением, в этом поражении ты закаляешься, обнаруживаешь свои слабые места и находишь способ победить соперника. Таким образом, каждый вызов на самом деле становится шагом вперед, и со временем твой рост будет неуклонно ускоряться, а когда наступит подходящий момент, ты сможешь успешно победить своего соперника.

Звезда баскетбола Майкл Джордан до завоевания титула чемпиона НБА часто терпел поражения от «Детройт Пистс». В те времена «Леди Пиз» действительно были одной из немногих команд лиги, способных сдерживать Джордана, а изобретённое ими «правило Джордана» стало одной из са-

мых успешных тактик в лиге. Фактически их агрессивный стиль игры, отличная командная работа и неукротимый боевой дух создавали Джордану огромные препятствия.

В предыдущие годы, несмотря на выдающуюся индивидуальную игру Джордана, каждая встреча с «Пистонс» складывалась для него крайне тяжело. 1988, 1989 и 1990 годы стали периодом наибольшего расцвета «Пистонс»; хотя Джордан и тогда играл блестяще, он трижды подряд терпел поражение от соперника в плей-офф.

Однако Джордан никогда не боялся ни одного соперника. Он знал, что, хотя его попытки всегда заканчивались поражением, эти поражения не были бесполезными и тем более не вызывали у него уныния. На самом деле Джордан глубоко понимал, что, несмотря на постоянные неудачи, он постепенно приближается к успеху. Более того, поражения явно делали его сильнее, а жажда победы — ещё сильнее. В 1991 году «Буллз» Джордана и «Пистонс» вновь встретились в плей-офф. На этот раз Джордан продемонстрировал потрясающую игру и с разгромным счётом 4:0 безжалостно выбил соперника из турнира. С тех пор Джордан начал свой первый триумфальный триумф, а «Пистонс» больше никогда не побеждали «Буллз» в плей-офф.

Позже в одном из интервью Джордан сказал: «Я очень благодарен «Пистонс» за всё, что они сделали для меня в те годы, включая поражения и унижения, потому что я всегда развивался на своих неудачах, пока не стал самым сильным

и великим игроком лиги.» Джордан стал кумиром болельщиков всего мира не только благодаря достижениям и высотам, недостижимым для других игроков, но и благодаря своей стойкости в бедствиях и оптимистичному, позитивному настрою. Для него поражение не имело значения — главное, чтобы он смог извлечь из него урок, который заложит прочную основу для будущего успеха.

На самом деле успех в любом деле достигается на основе неудач, а каждый большой шаг, сделанный человечеством, основан на бесчисленных маленьких шагах, сопровождавшихся мелкими неудачами. Каждый раз, когда мы падаем или терпим неудачу, мы становимся на шаг ближе к успеху. Например, прежде чем человечеству удалось высадиться на Луне, учёные пережили бесчисленное количество неудач и вынесли невообразимую боль, связанную с ними. Однако с точки зрения развития космической программы человечества каждая неудача имела своё значение, и именно благодаря этим бесчисленным неудачам в конечном итоге удалось осуществить высадку на Луну.

Поэтому не стоит бояться неудач и тем более не следует унывать и отчаиваться из-за череды неудач. На самом деле наша жизнь не остановилась и не пошла вспять, мы не погрузились в отчаяние, а на самом деле находимся в процессе реального прогресса. Нам нужно быть благодарными за этот прогресс, за эти испытания, которые бросает нам жизнь, и с благодарным сердцем, постоянно развиваясь, стремиться к

успеху.

Глава 19. Внутренний страх и отчаяние страшнее неудач

В природе подавлены всегда остаются те, кто уязвим, а вытеснены — те, кто слаб; этот закон выживания сильнейших в равной степени применим и к человеческому обществу. Конечно, в обществе человеку нужна не только сильная внешняя мощь, но и сильный дух; если у нас нет сильного и выносливого сердца, то мы также потерпим поражение в конкурентной борьбе. С одной стороны, законы социальной конкуренции подвергают нас отбору, с другой — мы сами делаем свой выбор, и этот выбор гораздо важнее, чем просто превосходство или уступание в силе. Особенно когда мы сталкиваемся с неудачами и поражениями, нам еще больше нужны сильная воля и оптимистичный настрой — это важная гарантия, помогающая нам получить больше возможностей для конкуренции и выживания.

В буддизме говорится: «Одно мысль — и ты становишься буддой, другая — и ты становишься демоном». У каждого человека свои убеждения, свои мысли, свои принципы, и, следовательно, свое понимание вещей. То же самое касается и отношения к неудачам: некоторые люди настроены оптимистично и позитивно, способны воспринимать неудачи как испытание и встречать трудности с благодарностью в сердце,

поэтому в конечном итоге они поднимаются на ноги и черпают из неудач еще больше энергии. А те, кто настроен пессимистично, труслив и уныл, сталкиваясь с неудачей, впадают в отчаяние и погружаются в уныние.

Кто-то говорит: «Твое мировоззрение определяет твой выбор, а твой выбор — твою судьбу». Можно сказать, что позитивное или негативное мировоззрение зачастую влияет на жизнь и развитие человека. Именно поэтому каждый должен сохранять позитивный настрой и относиться к жизни с благодарностью, особенно когда мы сталкиваемся с трудностями и терпим неудачи — тогда тем более важно сохранять открытое и оптимистичное сердце.

Всем известны Лю Бан и Сян Юй — две самые влиятельные фигуры после падения династии Цинь. Если говорить исключительно о силе, то Сян Юй, происходивший из знатного рода, обладал большим царственным достоинством и более мощным потенциалом, тогда как Лю Бан изначально был всего лишь скромным начальником пограничного поста, не имел никакого знатного происхождения и не отличался особыми личными способностями. Однако в ходе многолетней борьбы и столкновений между ними Лю Бан постепенно переломил неблагоприятное положение, быстро укрепил свою мощь и в конечном итоге победил непобедимого Сян Юя.

Если судить по жизненным путям этих двух людей, путь к успеху Лю Бана казался более тернистым; он был более

сдержан и терпелив, и каждое поражение делало его сильнее. Фактически, ещё когда его преследовали власти за незаконное освобождение заключённого, он оказался на грани выживания, но вместо того, чтобы сдаться, он стал горным разбойником и активно искал способы заработать на жизнь. А когда у него появилась собственная армия и он первым захватил Сянь Ян, столкнувшись с угрозой со стороны Сян Юя и приглашением на банкет в Хунмэне, Лю Бан вновь продемонстрировал силу духа: он уступил город Сяньян, но в душе еще больше укрепился в намерении стать сильнее и могущественнее.

Впоследствии между ним и Сян Юй произошло немало войн, в ходе которых он терпел немало поражений; однажды даже его жена и дети были взяты в плен, но это не наполнило его страхом — он, с одной стороны, сознательно вел себя сдержанно, а с другой — упорно стремился к укреплению своих сил. В конце концов, несмотря на давление и атаки Сян Юя, влияние Лю Бана становилось всё сильнее, и в итоге он загнал Сян Юя в безвыходное положение.

Что же касается Сян Юя, то, хотя в его жизни и были некоторые испытания, по сравнению с Лю Баном она складывалась относительно гладко — в конце концов, его силы превосходили силы Лю Бана. Однако Сян Юй, обладавший исключительной доблестью, на самом деле был трусом, по крайней мере в психологическом плане. Узнав, что ему не удастся вернуть себе господство, он отказался от плана бе-

жать на корабле в Цзяндун. На самом деле у Сян Юя были все возможности для того, чтобы осуществить грандиозные планы в Цзяндуне — по крайней мере, это была его сфера влияния, да и его остатки войск не были полностью разгромлены. Если бы он временно укрылся в Цзяндуне, чтобы передохнуть, восстановить силы, набрать новых солдат и собрать прежних подчинённых, у него всё ещё был бы шанс вернуться на политическую арену. Однако одна фраза — «мне стыдно предстать перед стариками и старухами Цзяндуна» — оказалась для него смертельным ударом: его сердце омертвело, он утратил боевой дух и надежду и в конце концов покончил с собой, положив конец грандиозной войне между Чу и Хань. Позже многие историки пришли к выводу, что Сян Юй был человеком, не способным выдержать неудач, и что именно неудачи стали причиной его гибели.

Что же может вызвать большее уныние, чем поражение, и что действительно вызывает страх? Не поражение, не неудача, не всевозможные несчастья, а внутренний страх и отчаяние, а также утрата уверенности в себе. Если вы боитесь неудач, избегаете их и отвергаете, то они, напротив, будут постоянно преследовать вас, и вы, возможно, не сможете оправиться от них и будете продолжать скатываться вниз. Если же вы сможете преодолеть страх, вызванный неудачами, и взглянуть на них с позитивной, оптимистичной и конструктивной точки зрения, то в конечном итоге сможете извлечь из них больше пользы и раскрыть в себе больше энер-

гии и потенциала при преодолении трудностей.

Те, кто добился успеха, добились его не потому, что пережили много страданий или были достаточно удачливы, а потому, что в одинаково тяжелых ситуациях у них был лучший настрой, а также они были более оптимистичны и позитивны; поэтому в конечном итоге они не только смогли преодолеть боль и мучения, вызванные неудачами, но и смогли подняться на ноги и проявить себя с лучшей стороны. Именно поэтому, сталкиваясь с неудачами, мы все должны позитивно настраивать себя: когда мы решаем принять испытания, которые бросает нам жизнь, с оптимизмом и благодарностью, неудачи становятся шансом прорваться в жизни и превзойти самого себя.

Глава 20. Неудачи и поражения покажут вам, чего вам не хватает

Британский поэт Шелли однажды обратился к миру со следующими словами: «Плачущий ребёнок, не спеши мстить жизни — жизнь сама откроет тебе всю правду». В жизни мы часто становимся тем самым плачущим ребёнком: мы жалуемся и проклинаяем жизнь, уклоняемся от неудач и боимся их, в отчаянии смотрим на жизнь холодным взглядом. Но на самом деле, когда вы спешите выразить своё недовольство и пессимизм, анализировали ли вы когда-нибудь свою жизнь всерьёз и понимаете ли, почему вы столкнулись с неудачей?

Кто-то говорит, что когда происходит ошибка, самое главное — не жаловаться, не сожалеть и не сваливать вину на других, а как можно скорее выяснить причину, чтобы не повторить ту же ошибку в следующий раз. То же самое касается и неудач: не стоит слепо сопротивляться и отвергать эту боль, не стоит всегда смотреть на неё с пессимизмом. Самое главное — успокоиться и посмотреть, почему ты столкнулся с неудачей, подумать, почему несчастье настигло тебя. А когда ты начнёшь всерьёз вникать в суть, то обнаружишь, что жизнь уже раскрыла тебе всю правду.

Зачастую успех может скрывать факты, но неудача всегда остается самым правдивым контролером: она способна рас-

крыть проблемы, которые мы обычно не замечаем, и помочь обнаружить те недостатки, которые в повседневной жизни легче всего упустить из виду, особенно свои собственные. Можно сказать, что неудачи и поражения безжалостно указывают на слабые стороны человека, ведь они сами по себе являются лучшим доказательством и лучшим уроком.

Именно поэтому мы должны научиться смотреть на неудачи с разных точек зрения: можно считать неудачу травмой, разрушающей ваши надежды на прекрасную жизнь и разрушающей ваш идеальный мир, а можно воспринимать её как ориентир на пути роста, позволяющий вам делать лучший выбор. С одной стороны, неудача причиняет вам боль, но почему вы страдаете? Причина, как правило, заключается в том, что вы слишком слабы, что в вас ещё есть некоторые уязвимые места, через которые неудача и проникает. Поэтому, строго говоря, неудача больше похожа на зеркало, которое отражает ваши недостатки и пробелы, помогая вам ясно осознать, что ещё нужно сделать для самосовершенствования. А это трудно сделать в момент успеха, потому что вы находитесь в состоянии ослепления.

Мастер пекинского оперного искусства Мэй Ланьфан с детства любил петь оперу, поскольку его дед был заядлым поклонником этого искусства. Дед часто напевал детям несколько фраз, но из всех своих внуков он чаще всего ругал именно Мэй Ланьфана, жалуясь, что в его пении нет души, и поэтому не хотел его учить. Мэй Ланьфан не унывал, а на-

оборот, каждый день бежал к деду, чтобы учиться играть и петь, неизбежно подвергаясь суровому выговору, после чего дед заставлял Мэй Ланьфана самостоятельно анализировать, где именно он ошибался. Мэй Ланьфан чувствовал себя обиженным, поэтому, сравнивая своё исполнение с манерой пения деда, он снова и снова тренировался и в конце концов обнаружил, что постоянно фальшивил: хотя сам он этого не замечал, другие слышали это сразу. Тогда он сам взялся за корректировку своего голоса и упорно тренировался каждый день, пока не избавился от привычки фальшивить.

Дед видел, что, хотя у Мэй Ланьфана и не было особых способностей, он был одержим оперой, и, не желая разочаровывать ребёнка, согласился отдать его учиться пению. В день посвящения в ученики старый мастер попросил его спеть несколько фраз, и Мэй Ланьфань тут же надел сценический костюм и начал петь, как положено. Однако, не успев допеть, старый мастер махнул рукой, давая понять, чтобы он прекратил. Оказалось, что мастер посчитал, что в глазах Мэй Ланьфана не было жизненной силы, они выглядели как глаза мёртвой рыбы. Старый мастер отказался взять Мэй Ланьфана в ученики и прямо сказал его семье, что этот ребёнок не подходит для оперы: для того, кто хочет играть женские роли, такие глаза — фатальный недостаток. Старый мастер не хотел вырастить плохого ученика, чтобы не запятнать свою репутацию и не испортить деловую репутацию.

Мэй Ланьфан упал на колени и горько умолял, и мастер

смягчился, с трудом согласившись оставить его. Но недостаток глаз не сломил дух Мэй Ланьфана, и слова мастера не заставили его сдаться перед трудностями. Чтобы исправить врождённый недостаток — безжизненный, тупой и безразличный взгляд — Мэй Ланьфан приступил к мучительным тренировкам: в то время он каждый день смотрел в небо, а затем пристально следил за летящими голубями, чтобы тренировать зрение; или же целый день смотрел в воду, наблюдая за плавающими в ней золотыми рыбками, стараясь не упустить их из виду. После долгих и упорных тренировок глаза Мэй Ланьфана стали чистыми, как осенняя вода, сияющими, полными нежности и очень привлекательными.

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.