

СОДЕРЖАНИЕ

Выражение признательности	5
Предисловие от издателя	7
Введение	9
1. Почему бы не потратить свое время на что-то полезное?	13
2. Как сохранить живой свою душу?	14
3. Можно ли для чего-нибудь найти время?	15
4. Что делать, когда вы перегружены делами?	18
5. Когда насилие бывает приемлемым?.....	18
6. Ситуации не могут вызывать каких-либо чувств	23
7. Пессимизм — это шутка, придуманная людьми	25
8. Почему я не храню верность своим целям?.....	26
9. Беритесь за самое меньшее, но сейчас	29
10. Самое время что-то изменить в вашем мире.....	30
11. Пусть все обалдеют от информации	34
12. Почему я все еще откладываю дела на потом?	36
13. Растормошите себя — начинайте жить <i>сейчас</i>	37
14. А теперь давайте все встанем и хорошенько потянемся	40
15. Замените знание выбором	40
16. Неудача — это путь к самому большому успеху	42
17. Разомнитесь перед тем, как взяться за дело	45
18. И последуют деньги	46
19. Должен ли я сделать все это сразу?	47
20. Создавая свое будущее	48
21. Служение противоположно угождению	50
22. Есть много способов поклониться земле	51
23. Наилучший пример — вдохновенный человек	54

24. Попробуйте пренебречь своей индивидуальностью	56
25. Заметьте, я говорю «воитель», а не «беспокойный человек»	58
26. Неправильный вопрос	59
27. Попробуйте увидеть себя по-новому	60
28. Хотите узнать, кто вы есть на самом деле?	63
29. Как мне сделать ее совершенной?	64
30. Возьмите проблему в оборот	66
31. Дайте другое определение проблеме	67
32. У кого просить помощи?	69
33. Самоуважение связано с завершением	71
34. Я впадаю в депрессию, когда вижу, как страдают другие люди	74
35. О чем люди мечтают?	76
36. Используйте тяжелые времена себе на пользу	77
37. Объявляйте войну отвлекающим моментам	78
38. Мы знаем то, что нам нужно знать	79
39. А как поступают жертвы?	80
40. Вы боитесь смерти или невыполненных обязательств?	81
41. Копаться в прошлом — прескверная штука	84
42. Хороший робот или плохой робот?	85
43. Перестаньте пещься о своей безопасности!	86
44. Вами движет цель	88
45. Создавайте что-то новое и прекрасное	90
46. Ваша проблема не в управлении временем	91
47. То, что становится измеримым, уже сделано	93
48. А как насчет фактора страха?	95
49. Какие шаги мне следовало бы предпринять, чтобы преодолеть привычку откладывать на потом?	97
50. Как воитель справляется с потерей работы?	99
51. В жизни нет скучных дел.....	101

52. Воитель, который работает на себя	102
53. Как может нравиться откладывать что-то до последней минуты?	103
54. Вы сами решаете, срочно это или нет	105
55. Как избавиться от ощущения перегруженности?	106
56. Чтобы что-то начать, нужна сила воли или это свободный выбор?	107
57. А что, если я не знаю, обязан ли это делать?	109
58. А что, если все рухнет?	110
59. Творческий человек — это тот, у кого есть <i>план Б</i>	112
60. Будущее отнимает время и энергию	113
61. Научитесь радоваться всему	114
62. Сама работа вдохновляет нас	119
63. Вы бесстрашный человек или смелый?	121
64. Стройте жизнь из чего-то незначительного	122
65. Насколько функциональным является такое чувство, как вдохновение?	123
66. Воитель несет свет	125
67. Время — деньги, а деньги — это время	126
68. Закон созидания против закона притяжения.....	128
69. Детские страхи становятся убеждениями взрослых...	130
70. Нет таких понятий, как «стоящий человек» или «нестоящий человек»	132
71. Перестаньте применять насильственные действия ...	135
72. Поиски совершенного возлюбленного	136
73. Хорошо начатое — наполовину сделанное	137
74. Страсть, направленная на преобразование вашего мира	138
75. Воитель стойко переносит горе	140
76. Почему я всегда выбираю недоступных для меня партнеров в любви?.....	141
77. Из всех сил стараться оставаться сосредоточенным	142

78. Почему на какие-то дела навешивают ярлык «это невозможно»?	143
79. Я обеспокоен тем, что старею	144
80. А что, если у меня нет цели в жизни?	145
81. А как насчет скуки?	146
82. Живите в текущем моменте	147
83. Пойте, чтобы звучать в унисон со Вселенной	149
84. Разве мои цели не связаны с будущим?	151
85. Как мне справиться с моим эго?	152
86. Как научиться верить в будущее изобилие?	155
87. Почему иные люди ненавидят богатых?	156
88. Как стать творческим человеком?	157
89. Как помочь в этом деле своим детям?	158
90. А что, если бы я захотел повернуть назад?	159
91. Или жизнь все-таки несправедлива?	160
92. А как насчет того, что вас отвлекает семья?	161
93. Как найти «свой» проект?	162
94. Просыпаясь, вы чувствуете себя плохо?	162
95. Прекратите все эти размышления	164
96. Сначала заработай, а тратить будешь потом	165
97. Плодотворно используйте свои пятнадцать минут	166
98. Что в точности я хочу делать?	168
99. Перестаньте лгать себе	169
100. Как сделать жизнь осмысленной?	170
101. Что делает меня свободным?	173
Об авторе	176

**Несколько глав из книги
«Богатство во власти воителя»**

Введение. Как создать процветание во всем мире	180
Глава 1. Как я мог разбогатеть, имея такое прошлое?	183

Глава 2. Идеальный способ избежать работы и взросления	186
Глава 3. Никаких амбиций, никаких целей и даже никакой мечты	191
Глава 4. Трудолюбие, позволяющее разбогатеть... ..	193
Глава 5. Пьяный ищет свою удачу	196
Глава 6. Теперь я буду упорно трудиться, чтобы мысли мои были... ..	199

Выражение признательности

Благодарю Кэтрин Энн Чандлер за все, Стива Гардисона — за помощь как прекрасного наставника, Дойса Люти — за умение следовать своим обязательствам, Барби Гаммин — за наставления, полезные для жизни, Мориса Бассетта — за создание клуба бесстрашных, Майкла Нейлла — за подготовку супертренеров, Брэндона Крейга — за мастерство в деле продаж, Рича Литвина — за то, что вселял в нас уверенность в себе, Тодда Масселмана — за слова и музыку, Дусана Джакича — за указание прямого пути к лидерству, Фреда Найпа — за врачебную практику и выступления в кабачке, Сэма Бекфорда — за то, что он показал пример миллионера в малом бизнесе, Терри Хилл — за то, что научила, как создать квартет из двух человек, Питера и Викторию Сайксов — за музыкальную школу, Регину Томашауэр — за школу женских чар, Стефена Макги — за то, что показал, что такое подлинное влияние, Роба Оуэна — за то, что научил не откладывать достижение результатов, Кена Уэбба — за сказочное Рождество, Колин Уилсон — за книги, Кейти Байрон — за ее работу, Джорджа Уилла — за рецензию, Брюса Ли — за вдохновение.

Предисловие от издателя

В нашем стремительно развивающемся мире мы постоянно находимся в погоне за временем, которого так не хватает! Торопливо делим сутки на 60-минутные отрезки, а затем наблюдаем, как они неумолимо ускользают от нас один за другим. И удивляемся, как быстро пролетел день.

В данной книге изложен совершенно новый, неожиданный подход к тому, как распорядиться своим временем. Забудьте обо всех прочитанных вами руководствах по управлению временем и повышению личной работоспособности. Книга, которую вы держите в руках, — это нечто гораздо большее, чем советы и подсказки. Стив Чандлер предлагает нам бросить себе вызов: изменить привычную схему жизни, суть которой состоит в погоне за временем, и отдавать предпочтение познавательному подходу, чтобы освободиться от подчинения механическому течению времени.

Вам предстоит путешествие длиной в 101 главу, в ходе которого вы научитесь превращать обыкновенный *щебень* линейного времени в настоящее *золото* нелинейного видения воителя, подчиняющего себе время. Вы приобретете навыки создавать для себя новый и лучший познавательный образ жизни, в результате ваша прежняя жизнь, до того не выходившая за пределы протоптанной колеи времени, когда вы выполняли по часам многочисленные задачи и занимались другими видами деятельности, станет не более чем отдаленным тягостным воспоминанием.

Воители, подчиняющие себе время, устраняют царящий вокруг них беспорядок, предельно замедляя движе-

ние времени, а затем избавляясь от стремления угождать другим, от самокопания и даже намека на негативное настроение и мысли о будущем. Воители выходят на бой за осознанность поведения, за синхронизацию познавательного подхода к жизни с личной целью.

Если человек хочет сформировать свой день по принципу воителя времени, то должен устранить прежде всего всякого рода ненужные наслоения, причем как в технологическом, так и в культурном плане. После этого он становится свободным и может выбрать свой собственный путь, выполняя шаг за шагом каждый проект и завершая все задачи последовательно, одну за другой, направляя действия на то, чтобы внести вклад в этот мир, вместо того чтобы пассивно подчиняться механическому течению времени.

Чандлер сам является воителем, подчиняющим себе время. Им написано более 30 книг (проданных в количестве свыше миллиона экземпляров). В них он рассказывает, почему такого воителя в течение дня нельзя выбить из колеи ненужными делами, или заставить поддаться привычным условностям, или расстроить его планы из-за каких-то внешних обстоятельств; вы найдете в нем бесстрашного и умного партнера, с которым будете с радостью выстраивать каждый следующий день своей жизни.

Воитель времени обращается к вам с призывом: станьте наконец хозяином своего времени и научитесь получать все, что можно, от каждого дарованного вам дня!

Морис Бассетт

Введение

Что значит время линейное и нелинейное? И как временем можно управлять?

Распоряжаться временем так, чтобы оно превратилось для вас из линейного в нелинейное, — это значит взять обязательство жить и действовать только в настоящий момент, развивать в себе навык смотреть на ту или иную задачу с позиции выбора: сейчас или не сейчас. Если вы привыкли откладывать большинство дел на потом, то они обречены лежать на полке и, возможно, не будут выполнены никогда или окажутся в так называемой капсуле времени, которая займет положенное ей уютное место в календаре и, следовательно, вне сознательного контроля вашего разума.

Не отягощайте свой мозг размышлениями относительно планов на будущее.

Управление временем нелинейным способом предполагает устранение линии, проходящей из вашего разума в будущее, избавление от этого противного ленточного червя незаконченных дел, теряющегося где-то за горизонтом завтрашнего дня.

В песне Элвиса Пресли есть замечательные слова: «Сейчас или никогда — вот что крепко держит меня».

Программы управления временем всегда страдали от тяжелой, обременительной сосредоточенности на будущем. Нескончаемая череда задач удручала, базировалась на страхе и подавляла настроенностью на какие-то отдаленные сроки, которые давили на психику.

В результате укоренялась тяжелая патологическая привычка откладывать важные дела со дня на день. Все дела-

лось на основе принципа перфекционизма. Ничто смелое или безрассудное в этой системе не ценилось. Поэтому не было и удивительных успехов у такого человека вечного завтрашнего дня, уставшего от взятых на себя непосильных обязательств.

Я же учу людей держаться пути нелинейного распоряжения временем. И происходит странная вещь. Начинается новая жизнь, появляется энергия. Когда они открывают свою электронную почту, им не приходится откладывать что-то на потом, нужно тут же реагировать на сообщения. Представьте себе маленьких атакующих человечков в компьютерной игре. Нет места, где можно спрятаться. Жизнь — это огромное игровое поле, и со всем, что в ней происходит, нужно справиться прямо сейчас, на месте.

Все страхи приходят к вам из воображаемой картины будущего. Не тяните с выполнением задач, от этого тревоги лишь усиливаются, в результате человек становится таким разумом на ножках, перегруженным усталыми и негодными к работе мозгами. Настоящий парадокс в том, что будущего, к которому мы так стремимся, оказывается для нас слишком много!

И этого врага можно победить только методом воителя времени.

Воитель берет свой меч, чтобы решить проблему относительно будущего. Он без колебаний устраняет обстоятельства, которые не позволяют ему полностью сосредоточиться на чем-то одном.

По профессии я наставник. Работая с клиентом, заваленным делами и не имеющим достаточно времени для того, чтобы в них разобраться, я часто прошу его назвать хотя бы одну из тех задач, которыми, по его мнению, он ужасно обременен. Клиент излагает проблему, и мы тут же ее решаем. И человек поражается легкости, с которой мы расправились с обременявшим его делом. Оказывается, он

не придавал значения такому фактору, как настроенность на действие.

Помимо того что большинство людей слишком много думают, они еще больше усложняют проблему, начиная испытывать мучения эмоционального плана, которые охватывают их в результате размышлений.

Все то время, которое они тратят на раздумья, а затем на переживания, можно было бы выделить на какое-то конкретное действие. Именно так, нелинейным способом.

Линейное время начинается с рождением человека и кончается (в конце прямой, неуклонно тянущейся вперед линии) с его смертью. И вдоль этой длинной линии одна треклятая неудача следует за другой. А потом гаснет свет. Так ради чего тогда все эти потуги?

Управление нелинейным временем прекращает все это изнуряющее, бессмысленное топтание на пути к неизбежному.

Вместо того чтобы медленно ползти по горизонтали, вы должны просто подняться во весь рост. И теперь ваша жизнь становится вертикальной. Вы не станете больше откладывать свои проблемы на потом, а будете их незамедлительно решать. Это кредо воителя времени. И это срабатывает.

*Стив Чандлер
Финикс, штат Аризона
Январь 2011 г.*