



# Содержание

Вступительное слово .....	7
Об авторе .....	9
Вступление .....	11
Как пользоваться этой книгой .....	12
Что мешает достичь результата .....	18
Формула будущего.....	23
<b>Неделя 1. Выходим на новый уровень.....</b>	<b>27</b>
<b>День 1.</b> Анализ личности.....	28
<b>День 2.</b> Высказываемся и раскрепощаемся в желаниях .....	43
<b>День 3.</b> Инвестируем в себя и создаем свой личный бренд .....	53
<b>День 4.</b> Готовим рабочее пространство и избавляемся от хлама .....	66
<b>День 5.</b> Готовим праздничное мероприятие. .	77
<b>День 6.</b> Меняем привычки.....	87
<b>День 7.</b> Медитация, релаксация, массаж .....	94
<b>Неделя 2. Максимальное напряжение .....</b>	<b>103</b>
<b>День 8.</b> Профессиональный блоггинг.....	104
<b>День 9.</b> Налаживаем существующие отношения .....	115



<b>День 10.</b> Посещаем новые места и мероприятия .....	132
<b>День 11.</b> Развиваем творческое начало.....	136
<b>День 12.</b> Новые знания.....	145
<b>День 13.</b> День спорта .....	153
<b>День 14.</b> Учимся отдыхать правильно .....	161
Послесловие .....	167
Список рекомендуемой литературы.....	169
Ежедневник максимальных результатов .....	173
Правила пользования ежедневником.....	174



на тренинг, чтобы я, в случае чего, помог ему в проведении некоторых упражнений. Я с удовольствием согласился. Во время тренинга я обратил внимание на одну из участниц — женщину 35–40 лет. Когда она задавала тренеру какой-то вопрос, то избегала зрительного контакта. Смотрела в пол и что-то делала руками. Голос немного дрожал. Первое, что я подумал — она нервничает или это комплексы. Конечно же, у меня появилось желание после тренинга поговорить с ней, но мой опыт подсказывал, чтобы я этого не делал. Если сама попросит совета — я дам, если не попросит, то не буду вмешиваться, так как от навязанного совета пользы не будет ни ей, ни мне. Тренер продолжал излагать свою тему, но постепенно стал переходить к теме успеха.

— Невозможно научиться радоваться большим успехам, если вы не научитесь радоваться самым маленьким... — сказал он.

— Возможно, в другой стране так и есть, — перебила его та самая женщина, — но не в нашей. У нас радоваться нечему. В других странах все намного лучше. А мы работаем, работаем, дышим грязью, вечно в кредитах, на которые уходит вся зарплата. Сейчас я коплю деньги. И как только накоплю достаточно, я уеду, моя жизнь станет намного лучше и счастливее.





Вам не кажется, что тема тайм-менеджмента начинает терять свою актуальность? Я проверил через специальную программу посещаемость сайтов, которые предлагают пройти их курс, и удивился тому, что она слишком низкая. Что вы думаете по этому поводу?

На первый вопрос я ответил без всякой конкретики, но решил создать дискуссию среди участников, задав встречный вопрос: «Попробуйте сейчас вспомнить, что вы подумали в первый раз, когда увидели нашумевший бестселлер Наполеона Хилла „Думай и богатей“».

Практически все подумали об одном и том же, а именно: как, не вставая с дивана, думать о богатстве (в прямом смысле!) и становиться богатыми. И при чтении этой книги многие изначально настраиваются на то, что в ней будет волшебный секрет, который раз и навсегда сделает их богатыми.

«Хорошо! А попробуйте привести мне какое-нибудь сравнение между мышлением иностранца и мышлением русского человека», — сказал я, чтобы подтолкнуть участников к выводу о том, что мышление людей хоть и зависит от места проживания, но богатые люди все равно мыслят похоже, где бы они ни жили. И одна из участниц привела поразительное сравнение:

«Если американцы вдохновляются такими книгами, где написано, как с пятью центами в







<b>Время</b>	<b>Комментарии</b>
06:00	
07:00	
08:00	
09:00	
10:00	
11:00	
12:00	
13:00	
14:00	
15:00	
16:00	
17:00	
18:00	
19:00	
20:00	
21:00	
22:00	

Для творчества