

Глава 1

Думайте. Вооружитесь интеллектом

Разум раннее, чем желудок, поскольку, даже отравленный, он не чувствует немедленной боли.

*Хелен Макиннес.
Миссия в Бретани (1942)*

Думать: 1. Рассуждать о чем-либо, размышлять или формулировать в уме. 2. Перерабатывать в уме информацию, идеи, концепции с целью достижения искомых результатов и реализации желаний. 3. Как понимается в этой книге, это первая ступень, на которую вы должны подняться, чтобы достичь успеха в повседневном общении и в установлении межличностных взаимоотношений.

Вы на шаг ближе к тому, чтобы открыть в себе победителя!

Все мы склонны относиться к нашим повседневным разговорам с известной долей легкомыслия. Среди ваших главных задач на пути к успеху в общении — более серьезно оценивать как позитивные, так и негативные последствия вашего взаимодействия с окружающими. Правильный образ мышления свободно поведет вас к цели —

улучшению личных и профессиональных взаимоотношений благодаря более эффективным привычкам общения.

Машины многих ведущих марок, к примеру «лексус» и «акура»¹, оснащены сложными навигационными системами с голосовым управлением. Дав системе голосовую команду — адрес или даже телефонный номер, водитель может быть спокоен — система проведет его по большинству городов Соединенных Штатов и по главным городам Канады.

Значит, вам не нужен больше немалый опыт чтения карт, чтобы добраться до желаемой цели даже в незнакомом городе. Такие современные навигационные системы значительно снижают риск заблудиться в городе и потерять драгоценное время в поисках места назначения, едете ли вы по личным делам или спешите на важную встречу по работе.

Едете вы за рулем нового «лексуса» или «акура» или стараетесь достичь чего-то значимого в жизни, важно иметь надежную систему-путеводитель, которая поможет вам попасть туда, где вы хотите оказаться в будущем. Бесцельные блуждания без определенного направления — это расточительное использование времени и энергии в любой жизненной сфере.

¹ Североамериканское отделение концерна *Honda*, специализирующееся на выпуске представительских и спортивных автомобилей.

Мышление управляет вашим средством передвижения по жизни

Все, что создает наш мозг — мысли, идеи, информационные формы, — формирует наш личный образ мыслей. Образ мыслей, в свою очередь, определяет наши привычки и поведение и является главной движущей силой нашей жизни.

Мышление — это бесшумный диалог, создание паттернов, поиски смысла. Работа ума вносит свой вклад и формирует все особенное в человеке.

*Вера Джон-Штейнер.
Записки разума (1985)*

Наш склад ума формируется на основе жизненных ориентиров. Эти ориентиры обычно возникают из личного опыта, но, кроме того, на них влияют примеры других, средства массовой информации, а также формальное и неформальное образование. Порой мы действуем неблагоразумно, исходя из устаревших, искаженных или пагубных ориентиров.

Например, почти всё — если не всё — из того, что произошло с нами в школьные годы, уже не имеет никакого отношения к сегодняшней действительности. В детстве, во втором классе, у меня торчали зубы и была скверная стрижка. Для некоторых моих одноклассников я стал объектом насмешек, и они прозвали меня «Белый Клык», как волчонка из мультфильма, популярного в те времена. Это побуждало меня мстить,

и я стал давать нелестные прозвища всем остальным. Я не изменил этой вредной привычке и во взрослом возрасте, до тех пор пока кто-то не обратил мое внимание на то, что эти нелестные (но такие смешные!) прозвища огорчают людей. Естественно, это снижало мои шансы улучшить свои отношения с друзьями и коллегами, над которыми я смеялся у них за спиной.

Уильям Джеймс (1842–1910), знаменитый американский философ и психолог, написал: «Величайшее открытие нашего поколения заключается в том, что люди могут изменять свою жизнь, меняя свой склад ума». Поэтому если вы хотите добиться своих целей и устремлений, прежде всего примите на вооружение эту мудрую мысль Джеймса и подумайте, что вам стоит изменить в своем образе мышления.

Если ваша цель — установить или улучшить отношения с другими людьми благодаря совершенствованию повседневного общения, в этом вам помогут определенные изменения в образе мышления. Прежде всего избавьтесь от деструктивных привычек вроде присваивания людям нелестных прозвищ! А затем замените их полезными, которые будут направлять ваши действия на пути к цели.

Люди — ваше главное богатство

Для того чтобы начать свой путь к овладению правильным складом ума для успешного общения, подумайте, что вам могут дать другие люди в смыс-

ле примеров для подражания или предостережений. Используя свои наблюдения должным образом, мы можем копировать тот стиль поведения окружающих, который кажется нам эффективным, и в то же самое время избегать их ошибок.

Если вам этот метод интересен, воспользуйтесь им, и успешные люди станут вашими примерами для подражания. Тем самым вы значительно ускорите процесс обучения. Такие примеры для подражания — это реальные живые люди, которые вдохновляют вас своим мастерством общения.

Например, женщины могут выбрать себе пример для подражания в лице актрисы Анджелины Джоли, популярной ведущей телевизионных ток-шоу Опры Уинфри¹, сенатора Хиллари Клинтон, ведущей комедийных ток-шоу Эллен Дедженерес, диктора новостей Кэйти Коурик или актрисы Джулии Робертс. Все они — живое воплощение идеала эффективного общения. Умная женщина сумеет уловить множество полезных тонкостей и приемов и применить их в собственной практике общения с окружающими.

Что касается мужчин, хорошими примерами для подражания могут быть ведущие ночного ток-

¹ Опра Уинфри (род. 1954) — ведущая телевизионного ток-шоу, в 1990-х самая высокооплачиваемая в своем жанре. Известна просто по имени Опра. В 19 лет стала первой негритянкой — ведущей программы новостей. В 1984-м начала вести по балтиморскому телевидению ежедневную программу «Чикагское утро», через год переименованную в «Шоу Опры Уинфри», впоследствии ставшую очень популярной. Известна также своей филантропической деятельностью. — *Примеч. пер.*

шоу Джей Лено и Дэвид Леттерман, экс-президент Билл Клинтон, телевизионный спортивный комментатор Боб Костас, эксперт по фондовой бирже Джим Крамер «Мэд Мани», автор книг и ведущий телевизионных программ психолог Фил Макгроув, бывший президент Барак Обама, финансовый магнат и миллиардер Дональд Трамп и многие другие. Эти люди умеют эффективно общаться, говорить страстно и ясно, передавая мысли так, что они оказывают мощное воздействие на окружающих.

Осознав, какой это прекрасный шанс — учиться на примере других людей, вы начнете пользоваться этой возможностью, чтобы совершенствовать свое искусство общения. В конце концов, ведь вы горите желанием взаимодействовать со многими людьми, которые станут для вас одним из самых главных источников знаний на пути к мастерству общения и созданию хороших и длительных взаимоотношений.

Правило № 1.

Вооружитесь интеллектом

Давайте рассмотрим несколько полезных мыслей, которые помогут вам добиться успеха в повседневном общении и улучшить ваши взаимоотношения с окружающими. Некоторые идеи, вероятно, уже являются частью вашего образа мыслей, и они станут подтверждением того, что вы на правильном пути. О других, нехарактерных для вас, стоит серьезно поразмыслить и принять на вооружение.