



ПИСЬМО №187

Саморазвитие

**Десять самых
сильных книг**



Алекс Новак – «Книга, которой нет»

Если у вас есть 20 минут в день, то через неделю эта книга изменит вашу жизнь.

Кому стоит прочесть "Книгу, которой нет"?

1. Ищущим себя;
2. Живущим на автопилоте;
3. Имеющим давнюю нереализованную мечту;
4. Откладывающим важные дела "на потом";
5. Приверженцам системного саморазвития.

Что в книге?

Данное произведение - это, по сути, "ящик с инструментами" по управлению собственной жизнью. Вы получаете их и начинаете делать РЕАЛЬНЫЕ шаги по постановке ярких целей и (самое главное) воплощению их в жизнь. В книге масса примеров, уйма теории и четкие рекомендации по практическому исполнению. Написана книга простым и понятным языком, без "мудреных" оборотов и излишней громоздкой терминологии.





Ник Вуйчич – «Жизнь без границ»

Ник Вуйчич родился без рук и ног, но он вполне независим и живет полноценной и насыщенной жизнью: получил два высших образования, самостоятельно печатает на компьютере со скоростью 43 слова в минуту, занимается серфингом, увлекается рыбалкой, плавает и даже ныряет с трамплина в воду. Его книга - это вдохновляющий, эмоциональный рассказ о том, как преодолеть трудности, отчаяние, поверить в себя и стать счастливым. Ник откровенно рассказывает о своих физических проблемах и переживаниях, о том, как ему было нелегко смириться со своим состоянием, - был момент, когда он хотел покончить жизнь самоубийством. Ему потребовалось немало лет, чтобы научиться видеть в своих проблемах не препятствие, а возможность роста, ставить перед собой большие цели и всегда добиваться желаемого. Без рук и ног, он научился подниматься во всех смыслах этого слова. В своей книге Ник сформулировал правила жизни, которые помогли ему, и теперь он делится ими с читателями.



Ицхак Пинтосевич – «Живи!»



Эта книга - синтез последних открытий в области медицины, физиологии, психологии и секретов подготовки спортсменов-олимпийцев. Ее автор Ицхак Пинтосевич, в прошлом профессиональный спортсмен мирового уровня, тренер, бизнесмен, создал уникальную программу для занятых людей, большую часть времени проводящих на работе, устремленных к достижению важных для себя целей и не желающих менять свой график. Цель программы - спасти их от "поломок", депрессий и болезней. Благодаря ей можно в короткий срок повысить свой уровень энергичности, улучшить здоровье и добиться высочайшей степени личной производительности в жизни.



Игорь Манн – «Номер 1»



Есть известное упражнение: "Кем я вижу себя через пять лет", которое хорошо отражает уровень амбиций человека. Нередко люди дают ответ "Хочу быть номером 1, главным авторитетом в отрасли", но мало кто действительно делает что-то для достижения выбранной цели, тем более в оговоренный срок. И только предпринимаемые действия (и их результаты) дают представление о реальном масштабе личности.

А "сделать себя самому" непросто: слишком многое влияет на результат. Здесь нет неважных деталей. Как и во всем, действовать нужно планомерно.

Эта книга как раз и предлагает такой план, чек-лист, который легко модифицировать под вас лично. После прочтения и заполнения специальных таблиц (срез сильных и слабых качеств, определение приоритетов, пути развития ключевых навыков, изменение имиджа, методы продвижения себя) вы получите пошаговый алгоритм, как от точки, в которой вы находитесь сейчас, добраться до точки, в которой хотите оказаться.



Джош Вайцкин – «Искусство учиться»



Это автобиография Джошуа Вайцкина, выигравшего свой первый национальный чемпионат по шахматам в 9 лет и ставшего чемпионом мира по боевому искусству тайцзи в 28 лет. Как ему удалось достичь такого результата в совершенно разных спортивных дисциплинах? Сам Джошуа не считает, что он лучший в шахматах или лучший в тайцзи. Он говорит: "Я лучший в умении учиться". В этой книге он делится своей историей и принципами обучения, которые помогли ему взойти на вершину дважды. Это не только история выдающегося человека, но и доказательство того, что любые победы и достижения — вплоть до чемпионского уровня — достигаются благодаря правильному образу жизни, правильным привычкам и психологическим установкам, а не врожденным талантам.

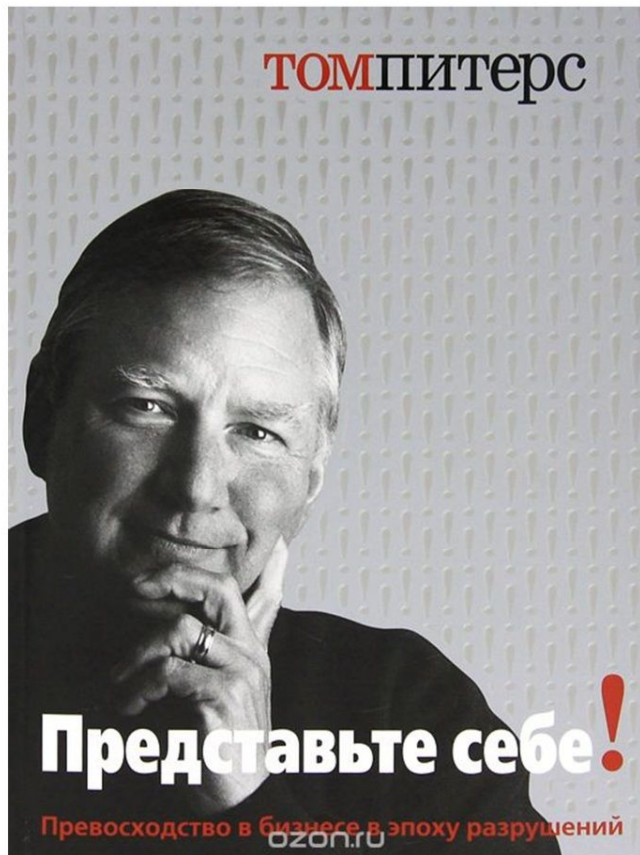


Вадим Зеланд – «Взлом техногенной системы»



Если вы не обладаете никакими особыми достоинствами и талантами, то у вас нет иного пути, как выйти из общего строя и позволить себе стать уникальными. Имея в распоряжении технику освобождения, представленную в книге, вы сможете создать себе любой мир. Сила вашего интеллекта и творческий потенциал поднимутся до уровня гения. У вас не будет проблем с достижением своих целей. Перед вами откроется реальность в незнакомом обличье, какой она является на самом деле.

Если у вас есть заветная мечта, если ваша цель труднодостижима, если многие хотят того же, чего и вы, если вам приходится стоять в длинной очереди за своей мечтой... Вы должны знать, что у вас есть особый, уникальный шанс. Шанс получить преимущество, которого нет у других. Шанс взломать матрицу и вырваться на свободу. Вы должны хотя бы знать, что это возможно.



Том Питерс – «Представьте себе»

Автор мировых бестселлеров, мастер новых подходов к ведению бизнеса и гуру менеджмента Том Питерс вернулся с замечательной новой книгой о новом порядке современного делового мира. Написанная в неподражаемом стиле, оформленная так, чтобы отчетливее выразить новую философию автора, Re-imagine! побуждает нас к действию. Познакомьтесь с деструктивными повелениями Тома Питерса, посмотрите, как он предсказывает смерть бюрократии и выясните, почему он думает, что бизнес - это круто. Мыслить красиво... мыслить странно и осмыслить гораздо больше "изменений", чем мы могли себе представить раньше.



Брайан Трейси – «Выйди из зоны комфорта»

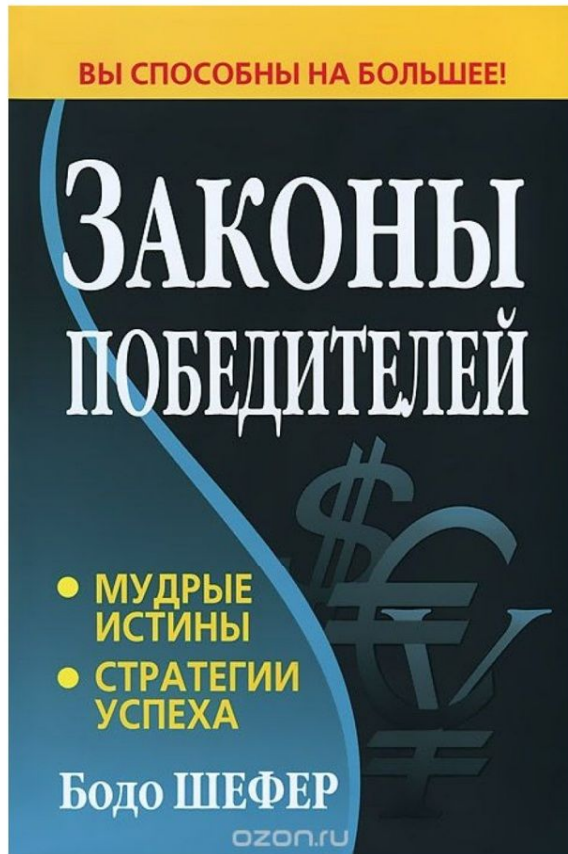
Книга №1 по саморазвитию. Она переведена на 40 языков. Куплено более 1 200 000 экземпляров. С этой книги начался мировой успех Брайана Трейси - одного из ведущих специалистов в мире по личному развитию. В книге представлен результат более чем тридцатилетнего изучения вопросов распределения времени. Она рассказывает о том, как добиваться решения сложных задач, выходя из зоны комфорта.





Бодо Шефер – «Законы победителей»

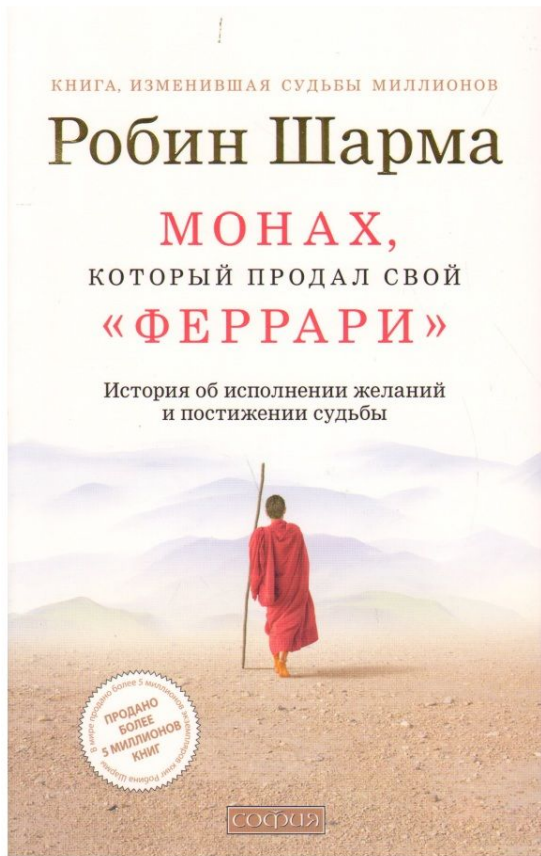
В компактной, доступной и увлекательной форме описаны 30 испытанных законов и важнейшие стратегии, с помощью которых в любой сфере жизни Вы сумеете добиться своих целей.





Робин Шарма - «Монах, который продал свой феррари»

Что такое подлинный успех, и как его достичь? Можно ли обрести счастье, которое не зависит ни от карьерного роста, ни от мировых кризисов? Как избавиться от бесконечной заботы о завтрашнем дне и начать получать удовольствие от каждого прожитого дня? Существуют ли простые рецепты, позволяющие обрести духовные дары, не отказываясь от привычного комфорта? Как развить сверхспособности и подчинить себе судьбу? И, пожалуй, самое главное: как найти свое призвание и стать самим собой? Ответ - в этой книге, ставшей бестселлером во многих странах мира. Вместе с бывшим миллионером Джулианом Мэнтлом Робин Шарма предлагает читателю совершить удивительное путешествие в Сивану - страну, где исполняются мечты!





Эдди «Орел» Eddie the Eagle (2016)

В олимпийских играх главное не победа, а участие. В жизни всё аналогично, главное не победа, а счастливая жизнь.

Фильм про прыгуна с трамплина, основан на реальных событиях.

**Очень мощное кино.
Всем рекомендую посмотреть!**