

# СЪДЪРЖАНИЕ

|           |   |
|-----------|---|
| ПРЕДГОВОР | 9 |
|-----------|---|

|                                                                    |    |
|--------------------------------------------------------------------|----|
| ПЪРВО <b>Стъпка едно:</b>                                          |    |
| <i>Реагирай с разум, а не с емоции на житейските обстоятелства</i> | 15 |

|                                                            |    |
|------------------------------------------------------------|----|
| ВТОРО <b>Стъпка две:</b>                                   |    |
| <i>Внимавай какви мисли пропускаш през прага на ума си</i> | 45 |

|                                    |    |
|------------------------------------|----|
| ТРЕТО <b>Стъпка три:</b>           |    |
| <i>Овладей уменията да общуваш</i> | 73 |

|                                                                      |    |
|----------------------------------------------------------------------|----|
| ЧЕТВЪРТО <b>Стъпка четири:</b>                                       |    |
| <i>Не ритай котката: Изгради по-добри, печеливши взаимоотношения</i> | 97 |

|                                                                           |     |
|---------------------------------------------------------------------------|-----|
| ПЕТО <b>Стъпка пет:</b>                                                   |     |
| <i>Прилагайте обичайната философия на Зиг за отношенията между хората</i> | 121 |

|                                                          |     |
|----------------------------------------------------------|-----|
| ШЕСТО <b>Стъпка шест:</b>                                |     |
| <i>Мислете какво ще оставите на следващите поколения</i> | 153 |

Зиг Зиглър (1926 – 2012) остава единствен и неповторим в света на личностното развитие, мотивацията и продажбите. Дълго ще се помнят заразителното му чувство за хумор, уменията му да разказва и вдъхновява, свойското му южняшко поведение. Безспорно силен характер, станал легенда с помощта, която е дал на много хора, за да станат, да бъдат, да направят и да постигнат повече в живота.

Какво ще остане след вас? Какво наследство искате да оставите на света? Подбраните идеи на Зиг Зиглър за самоусъвършенстване чрез подобряване на представата за себе си ще ви помогнат да го направите целенасочено и осъзнато. Сами ще изберете с кои от тях ще разкриете истинската мощ на духа си, за да повлияете положително на тези, които обичате, на приятели и колеги.

*Открийте силата в себе си: 6 основни стъпки за самоусъвършенстване* представя непреходните напътствия на Зиг за постигане на добра представа за себе си и на щастие, вдъхновили не едно поколение. Ще научите как да се сдобиеете с повечето от това, което се купува, и с всичко, което не се купува. Например:

- Победителите не реагират с емоции, а с разум.

- Как да изградим и да подобрим представата за себе си.
- Конкретни стъпки за постигане на положителна представа за себе си.
- Как да успеем в света на отрицанието, в който всеки си го изкарва на някого другото (котката).
- Как да повлияем на другите с разум.
- Как да създадем печеливши отношения у дома и на работа.

С напредването на кариерата си Зиг стига до една проста истина: и най-добрите умения на света са безполезни в ръцете на неподходящ човек. За да се постигне нещо, първо човекът трябва да се развие като личност с характер, почтеност и дисциплина. Да бъде мотивиран. Да има точен план с конкретни цели, за да стане необходимата личност. След това да развие умения за общуване, за да може да работи с други хора. Ако така изградената личност се снабди с нужните технически умения, може да постигне практически всичко.

Ето за това е тази книга. За да помогне за разбирането, че уменията за развиване на ума и подобряване на представата за себе си са от изключително значение за самоусъвършенстването, но не и докато не се изгради точната личност, която да ги прилага.

Веднъж приятел на Зиг го попитал:

— Защо всеки път, когато говориш пред публика, казваш почти осемдесет-деветдесет процента едни и същи работи?

Зиг се усмихнал и отвърнал:

— Защото истината си е истина!

Днес повече от всякога разчитаме на истината. Искаме я. Искаме да знаем, че има хора, на които да разчитаме. Искаме да работим с честни и почтени хора. Искаме да знаем, че това, на което държим, и хората, с които вървим ръка за ръка, се опират на ценности, основани на истината. Докато четете тази книга и научавате всички тези истини, ще разберете, че колкото повече ги прилагате, толкова повече ще ви върви.

Духовното наследство дава насоки, правила, система от вярвания и принципи, приложими към всякакви житейски ситуации.

Наследството на Зиг може да се обобщи с прочутия цитат, който ще срещнете на доста места и в тази книга: *Може да имаш всичко, което искаш от живота, ако помогнеш на достатъчно много хора да получат каквото те искат.*

В съвременното общество властва идеята да смазваме конкуренцията и да побеждаваме на всяка цена. Зиг обаче вярваше, че по начало трябва да зачиташ интересите на другия. Ако първо се погрижиш за тях, създаваш доверие и близост. Другите ще го запомнят. След време бизнесът сам ще те намери, защото хората искат да вършат работа с хора, които познават, харесват и на които имат доверие.

Зиг ни учеше, че животът е пътуване от оцеляване към стабилност, от стабилност към успех и от успех към значимост.

Не е лошо да се стремиш към успеха, но в голямата си част той се изчерпва с това, което притежаваш – пари, слава и влияние. Значимостта е да помогнеш на други хора да са, да правят и да имат повече от това, което им се е струвало постижимо.

*Житейският път – от оцеляване  
към стабилност, от стабилност към успех  
и от успех към значимост.*

Значимостта е и наследство. Когато е постигната, тя носи най-голямата радост на света. Има ли по-голяма радост от това да видиш как някой прави нещо, което е мислел за невъзможно? За Зиг това беше смисъл на живота. Колкото повече се стремим към значимост, толкова повече успехи можем да постигнем в живота.

Казват, че вече не живеем в компютърната или в информационната ера, а в ерата на свързаността. Ако ще живеете, за да печелите, трябва да знаете как да се водите по тези фундаментални принципи и истини, които никога не се променят, независимо от ежедневните промени.

Някои казват, че идеите на Зиг са отживели и са трудно приложими в днешния свят. Ето как стоят нещата:

Зиг казваше, че има абсолютни стойности. Бихте ли наели за фирмата си относително честен счетоводител например? Разбира се, че не. Ето ви една непроменима истина. В човешките взаимоотношения също има принципи, които никога не се променят. Хората обичат да им се говори и да бъдат зачитани по определени начини, които никога няма да се променят, и това също са фундаментални теми за Зиг.

И така, какво избирате – мъдростта на вековете или поредния уличен гуру? Запомнете само, че мъдростта на вековете не е наречена така случайно.

Сега – повече от всякога, тези идеи ще ви помогнат да се откриете. Да станете рядък екземпляр. Да станете лидер. Да сте за пример. Ще превъзхождате конкуренцията, защото, за съжаление, тези принципи не се преподават масово. Трябва да ги издирвате сами – за това ще ви помогне тази книга.

И така, да започваме *Освободи силата си: 6 основни стъпки за самоусъвършенстване*.

Системните занимания по 6-те стъпки, описани в 6-те глави на тази книга, ще ви дадат възможност да използвате силата на ума си, за да постигнете самочувствие и успех, за които не сте и подозирали.

Основната идея на Зиг за постигането им е на класика в тази област на познанието Максвел Малц – идеята за *представата за себе си*. Самият термин (self-image – *Аз-образ*) рядко се използва в наши дни, но самото понятие е революционно и е в основата на съвременното мислене в психологията и неврологията. Докато не промените представата, изградена в мозъка си за самите вас, няма да успеете да постигнете никакви цели поради автосаботаж и други неврологични фактори, които ви държат под ключ в зоната на комфорт. От друга страна, понятието *представа за себе си* и начините да го програмираме за постигане на положителни резултати е в пряка връзка с желания от автора резултат – самоусъвършенстването.

Ако Зиг говори за *представа за себе си*, мислете за самоусъвършенстване. Ако последвате описаните в книгата стъпки и освободите ума си, за да развиете положителна представа за себе си, ще освободите и силата в себе си... а Зиг ще ви чака на върха!