

ГЛАВА 1

ПЕРВИЧНАЯ РАСКРУТКА

Спасение от поражения в наших руках.

Сунь-цзы

Когда мы находимся в подавленном состоянии, наши мысли существенно отличаются от тех, что приходят на ум в хорошем расположении духа. Ощущая себя богатым или преуспевающим человеком, вы мыслите совершенно иначе, чем если бы считали себя вечным неудачником. Точно так же, когда мы настроены творчески, наши мысли совсем не походят на те, что посещают нас в рутине будней.

Ученые установили, что физиологические процессы организма человека поддаются контролю сознания. Можно научиться приводить себя в состояние, характеризующееся определенной химической реакцией в головном мозге, при котором мышление станет более позитивным.

Несколько простых упражнений, приведенных в этой главе, помогут преодолеть страх, сомнения и неуверенность, укрепят веру в себя и разовьют творческий подход к жизни.

Для творчества нет ничего более губительного, чем страх, сомнения и неуверенность. И все же многие позволяют им управлять своей жизнью. Гораздо полезнее научиться ставить страх, сомнения и неуверенность под контроль, преобразуя деструктивное, негативное отношение к происходящему в новую, позитивную реальность.

Чтобы это удалось, нужно в первую очередь признать существование вышеупомянутых негативных чувств, а затем сосредоточить всю свою энергию на тех чувствах, которыми хотите их заменить.

Представьте: вы ведете машину, и вдруг загорается индикатор давления масла, показывающий, что двигатель перегрелся.

Это негативный факт. Вы не игнорируете его, но и не даете страху вас парализовать. Вы просто заезжаете на станцию техобслуживания, устраняете неполадки и едете дальше.

Следует отметить, что вы не следите непрерывно за датчиком давления масла, это не поглощает все ваши мысли. Думая только об уровне масла, вы двигались бы слишком медленно и неуверенно — если у вас вообще хватило бы духу сдвинуться с места. Точно так же надо относиться к страху и сомнениям. Вам нужно осознать, что они существуют, и начать заменять их более позитивными мыслями.

Прескотт Лекки, основатель так называемой психологии самоотражения, разработал метод, позволяющий при любом субъективном восприятии определять, какие его негативные аспекты не согласуются с уже укоренившимися представлениями и убеждениями. Лекки полагал, что стремление к согласованности заложено в человеке генетически: если какая-то мысль не согласуется с устоявшимися идеями и понятиями, она попросту отвергается.

Он обнаружил два мощных рычага, с помощью которых можно существенным образом изменить свои представления и преодолеть страх, воздействующий практически на каждого. Вот эти рычаги:

1. Вера в то, что человек способен выполнить свою часть работы, удержать свой «конец бревна», воспользоваться определенной независимостью.
2. Вера в то, что в каждом человеке есть нечто, делающее его не менее талантливым, чем все остальные, и что нельзя принижать себя или относиться к себе пренебрежительно.

Одним из пациентов Лекки был коммивояжер, который боялся звонить клиентам, занимающим высокое служебное положение. Лекки спросил пациента:

— А вы можете опуститься на четвереньки, вползти в кабинет высокопоставленного лица и пасть перед ним ниц?

— Конечно, нет! — возмущенно воскликнул коммивояжер.

— Так почему в своих мыслях вы ползаете и пресмыкаетесь? Неужели вы не видите, что поступаете именно так, когда чересчур заботитесь о том, какое впечатление производите? Разве вы не видите, что буквально вымаливаете одобрение себя как личности?

Важно понять: чтобы сознательно заменить свои негативные мысли на позитивные, не обязательно становиться другим человеком или коренным образом менять себя и свою жизнь.

Генерала Джорджа Паттона как-то спросили, испытывает ли он неуверенность и страх перед битвой. Генерал ответил, что ему нередко доводилось переживать страх и перед сражением, и во время него, но... Тут он произнес знаменательную фразу: «В бою страх никогда не был моим советчиком».

«ТИК-ТАК»

Это очень действенное упражнение, базирующееся на работах Прескотта Лекки. Оно помогает преодолеть страх, сомнения и неуверенность. Вам предлагается записывать свои страхи, открыто противостоять им и заменять их на позитивные мысли, которые помогут добиться успеха.

ПЛАН ДЕЙСТВИЙ

1. Определите и запишите все негативные мысли, мешающие вам достичь поставленной цели. Запишите их в графу «Тик».
2. Расположившись поудобнее, тщательно изучите записи. Проанализируйте, насколько вы исказили существующее положение дел и чрезмерно преувеличили значение негативных мыслей и явлений.
3. Замените каждую непроверенную негативную мысль на позитивную, объективно выверенную. Запишите это в графу «Так».

Ниже следуют два примера выполнения упражнения «Тик-так». Первый связан со страхом высказывания новой идеи начальству; второй — с опасениями перед запуском новой продукции.

«ТИК-ТАК» № 1

«Тик»

Это не имеет смысла. На руководящих должностях люди опытные и наверняка уже думали об этом

Эта мысль настолько нетрадиционная, что меня просто засмеют

«Так»

Идея не обязательно должна быть эффективной. В конце концов, получить ошеломляющие результаты иногда удается после шагов, которые поначалу кажутся незначительными. Будь я владельцем компании, разве мне не хотелось бы, чтобы служащие высказывали ценные мысли? Я просто буду записывать все свои сомнения и постараюсь опровергнуть их одно за другим

Пусть даже мое предложение отвергнут, но я заслужу уважение. Люди уважают тех, кто творчески относится к делу и стремится улучшить существующий порядок вещей. Наконец, кто не рискует, тот не пьет шампанское. Чем рискованнее идея, тем больше потенциальное вознаграждение

«Тик»

До сих пор мне не удавалось придумать что-то новое. Самое разумное, что я могу сделать, — не рисковать

В прошлый раз мое предложение с треском провалилось, а идея Тома была принята. Боюсь, что и на этот раз меня постигнет неудача

«Так»

Кажется, мои негативные ощущения отражают следующее: «Раз я так чувствую, значит, так оно и есть». Моя настоящая проблема заключается в искаженном восприятии самого себя. Неужели компания наняла бы меня на работу, будь я действительно так плох?

Я преувеличиваю значение событий — собственный провал и успех Тома. Томас Эдисон однажды сказал, что путь к успеху лежит через неудачи. Бездействовать — это преступление. Вместо того чтобы стараться не ошибиться, надо пытаться сделать что-то правильно

«ТИК-ТАК» № 2

«Тик»

Я никогда не смогу этого сделать

Я все раскручу, а потом провалюсь

Не могу взять себя в руки. У меня недостаточный самоконтроль. Я не умею правильно распределять время

Какой смысл это делать? Все равно мне никогда не найти организацию, которая протолкнет это изделие на рынок

«Так»

Надо действовать шаг за шагом, стоит только начать. Не следует устраивать авралов

Необязательно сразу получить безупречный результат. Я многое умею. Могу себе представить, что буду чувствовать, когда все это закончится. У меня отличный послужной список. Надо сосредоточиться на работе, и тогда подход к делу будет эффективнее

Я должен восстановить самоконтроль, ведь раньше мне многое удавалось. Просто надо лучше и больше работать. Я способен контролировать себя не хуже, чем любой другой из моего окружения. Работа настолько важна, а результаты ее настолько ощутимы, что на данном этапе распределение времени — не такая большая проблема

Я не могу знать этого наверняка. Надо попробовать. Не исключено, что кто-то заинтересуется. Наконец, можно многое узнать даже в случае неудачи. Есть желание — появятся и возможности. Если я верю в свое дело, другие тоже в него поверят. Надо только найти подходящую организацию



На первый взгляд, фигуры на этом рисунке выглядят странными и бессмысленными. Поскольку вы настроены смотреть исключительно на черные фигуры, белые промежутки как бы игнорируете. Но если сосредоточиться именно на них, то увидите слова «ТЕКСТ». Белые формы приобретают смысл, а черные утрачивают свою значимость.

Вот и в упражнении «Тик-так» — по мере того как позитивные мысли начинают приобретать все большее значение, негативные отступают на задний план, подобно черным фигурам на картинке. Прodelав это упражнение несколько раз, вы сможете замещать негативные мысли позитивными, так сказать, с ходу. Когда вас начнут одолевать страх и сомнения, воспринимайте их как сигнал для поиска «светлых» мыслей.

КАК ПРОВЕСТИ ПЕРВОНАЧАЛЬНУЮ РАСКРУТКУ

Много лет назад в Новой Гвинее ученые обнаружили племя, которое считало, что край света находится за ближайшей рекой. Спустя несколько месяцев один из ученых должен был пуститься в обратный путь, для чего надо было переправиться через реку. Успешно перебравшись на другой берег, он оглянулся и помахал рукой. Но туземцы не ответили на его прощальное приветствие, так как, по их словам, он исчез из их поля зрения. Глубоко укоренившееся представление о мире исказило их восприятие реальности.

Не так давно исполнительный директор одного крупного издательства выразил озабоченность отсутствием творческого подхода у сотрудников редакционного и маркетингового отделов. Он нанял группу высокооплачиваемых психологов с целью выяснить, чем отличается творческая личность от нетворческой.

После года кропотливого труда психологи обнаружили, что между двумя группами сотрудников существует одно-единственное различие: творческий человек уверен в том, что он — личность творческая, а нетворческий убежден, что творчество не для него. Подобно туземцам Новой Гвинеи, люди, уверенные в отсутствии у себя творческих способностей, воспринимают действительность искаженно.

В итоге психологи порекомендовали простую программу обучения, состоящую из двух частей и направленную на изменение самооценки тех сотрудников, которые не считали себя творческими личностями. Исполнительный директор дал согласие на финансирование программы, и через год «нетворческие» сотрудники стали предлагать такие ошеломляющие идеи, которые и не снились их коллегам, считавшимся дотоле «генераторами идей». Люди, прошедшие обучение, изменили отношение к работе и стали обращать больше внимания на предоставляющиеся возможности, чаще напрягать свои «творческие мускулы». В последующие годы эта группа реализовала много новаторских

проектов и выпустила целый ряд выдающихся изданий. Сотрудники получили должную раскрутку и начали преобразовывать не только себя, но и окружающий мир.

Первая часть программы, предложенной психологами, касалась самоутверждения; вторая — веры в свои творческие способности.

САМОУТВЕРЖДЕНИЕ

Чтобы укрепить уверенность в себе, возьмите за правило вспоминать о своих хороших качествах и успехах и забывать о промахах. Неважно, что в прошлом вас постигали неудачи. Важно помнить об успешной попытке и развивать достигнутый успех. Например, торговец должен быть готов к серии неудачных сделок, прежде чем ему улыбнется фортуна.

Успех порождает успех. Маленькие удачи — это ступеньки к крупным достижениям. Первым делом надо составить список собственных достоинств и в дальнейшем методично его пополнять.

Записывайте все, что вам в себе нравится, все свои положительные качества. Опишите случаи, когда вы добивались успеха, причем где угодно: дома, на работе, в школе и т. д. Продолжайте расширять список по мере того, как что-то вспоминается или совершается. Признание своих заслуг и способностей поможет двигаться вперед.

Придерживаясь подобной практики, то есть чаще вспоминая о своих успехах и хороших качествах и реже обращая внимание на неудачи, вы вскоре заметите, что добиваетесь даже больших успехов, чем мечтали. Представьте себе человека, который учится играть в бейсбол. Сначала он промахивается битой по мячу гораздо чаще, чем попадает. С приобретением опыта промахи случаются все реже. Если бы простого их повторения было достаточно, чтобы выработать навык, этот человек стал бы настоящим экспертом по ударам мимо цели. И тем не менее, несмотря на то что поначалу промахов намного больше, чем попаданий, начинающий бейсболист в конце концов овладевает навыком метко бить по мячу, так как его сознание помнит успешные попытки и сосредоточивается именно на них.

ВЕРА В СВОИ ТВОРЧЕСКИЕ СПОСОБНОСТИ

Вторая техника, предложенная психологами, кажется обманчиво простой, но она невероятно продуктивна. В данном случае для обретения и укрепления веры в творческие способности используются письменные утверждения.

Люди мыслят, чувствуют и действуют в соответствии с собственными взглядами на то, что представляют собой они сами и их окружение. Что представляется, то и воплощается. Вообразите свой портрет, смотрите на него долго и внимательно — и вы

станете соответствовать этому портрету. Представьте во всех подробностях картину своего поражения — и одного этого будет достаточно, чтобы сделать победу недостижимой. Вообразите одержанную вами победу — и это внесет существенный вклад в ваш будущий успех.

Чтобы зрительно представить себя творческой личностью, нужно поверить, что это действительно так. Утверждения о собственных творческих способностях — это определенные позитивные высказывания, как общего порядка («Я — творческая личность»), так и частного («Я всегда оказываюсь в нужный час в нужном месте. Я занимаюсь именно тем, что позволит мне выдвинуть отличную идею»). Найдите время и запишите несколько слов о том, какой вы удивительно творческий человек. Затем выберите любое из зафиксированных утверждений и напишите десятка два его вариантов от первого, второго и третьего лица. Например: «Я, Майкл, творческая личность», «Майкл, ты — творческая личность», «Майкл — творческая личность», «Я действительно творец», «Майкл — первый творец в нашем отделе», «Ты, Майкл, наделен даром творчества» и т. д.

Не торопитесь. Продумывайте каждое слово, которое пишете. Продолжайте варьировать утверждения.

Если вас посещают негативные мысли, записывайте их на обратной стороне листа или на отдельном листе. Например, так: «За два года Майкл не выдал ни одной свежей идеи», «Окружающие не считают Майкла творческой личностью», «Майкл слишком туп, чтобы придумать что-то новое», «Я уже стар для творчества», «Мне не хватает образования, чтобы выдвигать новые идеи». Затем вернитесь к записям позитивных утверждений.

Закончив, взгляните еще раз на негативные: это препятствия, мешающие вам стать творцом. Устраните их, записав позитивное утверждение в ответ на каждое негативное. Например, относительно приведенных выше отрицательных констатаций могут быть высказаны следующие возражения: «Майкл каждый день придумывает что-то новое», «Эти люди слишком плохо знают Майкла, чтобы судить о нем», «Майкл не тупица, он просто нестандартно мыслящий человек», «Многие знаменитые изобретатели не получили в свое время формального образования» и т. д.

Такие фразы записывайте в течение пяти дней. За это время негативные мысли наверняка улетучатся. Далее фиксируйте только позитивные утверждения — до тех пор, пока не почувствуете, что в этом больше нет необходимости. Прочитайте слово:

/ \ ЕС

Вы скажете: каждому ясно, что тут написано «ЛЕС». Так ли? Давайте посмотрим внимательнее. Буквы «Л» и «П» в этом начертании выглядят очень похожими. Ваше восприятие слов определяется вашими ожиданиями. Вы ожидаете увидеть слово «ЛЕС», а не «ПЕС». И это ожидание оказывается столь сильным, что существенным образом влияет на ваш мозг, который распознает именно то, что вам хочется увидеть.

Точно так же, ожидая от себя творческих прозрений, вы влияете на мозг, и он действительно начинает работать творчески. Уверовав в свои творческие способности, вы поверите в значимость собственных идей и обретете достаточно настойчивости, чтобы воплотить их в жизнь.

РЕЗЮМЕ

Любой из нас должен утвердить в себе творческое начало. Хотя многие элементы творчества похожи, они никогда не бывают идентичными. Все сосны похожи одна на другую, тем не менее вы не сыщете двух одинаковых. Из-за широты диапазона сходства и различий очень трудно рассмотреть все варианты проявления в человеке творческого начала. Все делают что-то свое. В конце концов, художник не какой-то уж очень особенный человек, но каждый человек — особенный, ни на кого не похожий художник.

ГЛАВА 2

ПОДКАЧКА УМА

*В древности искусные воины сначала делали себя неуязвимыми,
а затем поджидали момент, когда станет уязвимым враг.*

Сунь-цзы

Тибетские монахи не произносят молитв — они вращают молитвенные барабаны, и звуки уносятся в божественный космос. Иногда монах вращает одновременно целую дюжину барабанов, напоминая циркового артиста, крутящего много фарфоровых тарелок на длинных стержнях.

Вращая молитвенный барабан, тибетский монах может предаваться мыслям о еде, о своем будущем после смерти — словом, о чем угодно. Есть и христианские священники, которые во время богослужения не ощущают духовной связи с ритуалом. Если такие монахи или священники берут на себя роль представителей религии и делают это со всей очевидностью для себя и других, вскоре их сознание следует за выбранной ролью. Но для тибетского монаха или христианского священника недостаточно одного намерения быть религиозными.

Монах должен обязательно вращать барабан, а священник — читать молитвы. Если кто-то ведет себя как тибетский монах, он станет им. Если христианин-священник совершает все положенные ритуалы, он рано или поздно эмоционально прикоснется к религии.

Если вы ведете себя, как человек мыслящий, вы им станете. Важно иметь само намерение превратиться в творца и неукоснительно выполнять все «ритуалы».

Пожелав научиться писать картины и проделав все то, что должен делать живописец, вы со временем станете по крайней мере приличным художником. Из вас вряд ли выйдет новый Ван Гог, но вы наверняка будете мастером в большей степени, чем тот, у кого такого намерения не было, или тот, кто ничего для этого не сделал. Невозможно предсказать, как далеко уведут вас намерения и действия. Этот мир не дает гарантий — есть

только шансы и превратности судьбы. Когда тянешься к звездам, можешь так ни к чему и не прикоснуться, но уж наверняка не зачерпнешь пригоршню грязи.

Эта глава содержит 11 упражнений, которые помогут вам превратиться в «генератора идей».

КВОТА ИДЕЙ



Установить квоту идей

Увидеть цель

Не действовать
по привычке

Давать пищу уму

Анализировать
содержание
текущей информации

Создать банк данных

Путешествовать

«Ловить» мысли

Мыслить правильно

Регистрировать идеи

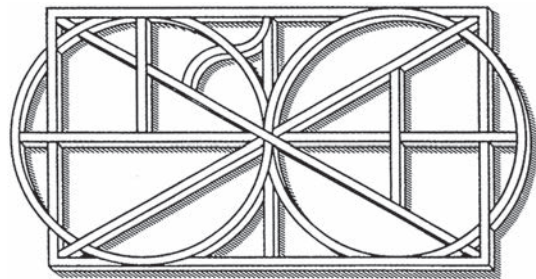
Ежедневно тренируйте свой ум. Установите квоту: в день столько-то новых идей, касающихся вашей работы, например по пять идей в день в течение одной недели.

Вы увидите, что труднее всего выдать пять первых, потом они будут приходить в голову сами. Чем больше идей выдвигаете, тем больше шансов на победу.

Квота поможет активно генерировать идеи и альтернативы, не дожидаясь, когда они появятся сами собой. Старайтесь выполнять квоту, даже если идеи, приходящие вам на ум, на первый взгляд будут казаться смешотворными или притянутыми за уши. Квота не должна мешать генерировать больше идей, чем «положено». Пусть она служит лишь гарантией того, что вы не опуститесь ниже установленного минимума.

Томас Эдисон запатентовал 1093 изобретения.

Он свято верил, что надо упражнять собственный ум и умы своих сотрудников, и считал, что без установленной квоты идей не достиг бы столь многого. Его личная квота равнялась одному маленькому изобретению каждые десять дней и одному крупному — каждые полгода. Для Эдисона квота идей определяла разницу между поеданием простого бифштекса и королевским пиршеством.



Хотите верить, хотите нет

Эта картинка чем-то напоминает сознание — всякий раз, когда смотрите на нее, вы видите нечто новое. Каково же ее содержание?

Скорее всего, вы рассмотрели несколько букв и цифр. Если я скажу вам, что здесь можно рассмотреть все 26 букв латинского алфавита и цифры от 0 до 9, то это побудит вас искать еще и еще.

И вы все это действительно увидите, потому что все это здесь есть. Точно так же вы можете заставить свой ум генерировать новые и новые идеи, чтобы выполнить установленную квоту.

«ПОПАДАНИЕ В ТОН»

Когда радар улавливает цель, пилот истребителя рапортует: «Попал в тон!» — и с этого момента пилот, а вместе с ним и авиаприборы сосредоточиваются на поражении цели. В повседневной жизни попасть в нужную тональность — значит обращать больше внимания на происходящее вокруг.

Сколько букв «п» в приведенном ниже тексте?

Потребность в постоянной профессиональной подготовке помощников фермеров для работы на первоклассных фермах по производству продуктивного скота занимает помыслы владельцев первоклассных ферм. Поскольку предки фермеров подготавливали помощников фермеров для первоклассных ферм в процессе производства продуктивного скота, владельцы первоклассных ферм считают, что они обязаны постоянно продолжать традицию своих предков по подготовке помощников фермеров для работы на первоклассных фермах по производству продуктивного скота, поскольку они считают, что профессиональная подготовка помощников является полноценным фундаментом поддержания продуктивного хозяйства на фермерском подворье.

Общее количество букв «п»: _____.

Вы «попали в тон», если насчитали 39 букв «п». Если число меньше, то, наверное, вы не учли «п», стоящую перед числом-результатом. (Теперь вы хлопаете себя по лбу: «Эх, как же я ее не заметил(а), ведь она была прямо перед глазами!»)

Как правило, мы далеко не полностью используем свою способность видеть. Мы идем по жизни, просматривая огромное количество информации, предметов, сцен. Мы смотрим, но не видим.

Научившись обращать внимание на происходящее вокруг, вы разовьете в себе потрясающую способность видеть чудеса в обычных мирских вещах.

Научившись обращать внимание на происходящее вокруг, вы разовьете в себе «двойное зрение», которое позволит вам замечать не только то, что видят все, но и нечто совершенно неожиданное.



Посмотрите на рисунок. Видите ли что-то необычное? Если не видите, приглядитесь получше.

Идею реально отыскать всюду. Быть может, она прячется на пригорке, под кустом, в придорожной канаве... Может быть, вы нигде и никогда ее не найдете, но даже в этом случае приобретете многое, научившись внимательно смотреть на мир.

КРОХОТНЫЕ ИСТИНЫ

Это упражнение поможет стать внимательнее. Оно было разработано Майнором Уайтом, который преподавал фотографию как дисциплину в Массачусетском технологическом институте.

Итак, выберите картину (или фото), которая вам нравится и при этом содержит много деталей. Устройтесь поудобнее, расслабьтесь. Установите таймер или будильник на десять минут. Не двигаясь, смотрите на картину, пока не зазвучит сигнал. Сохраняйте полную сосредоточенность на изображении. Не позволяйте свободных ассоциаций. Обращайте внимание только на картину, стоящую перед вами. После сигнала отвернитесь и вспомните все, что видели. Попробуйте восстановить изображение зрительно, а не словесно. Примите воображаемое, каким бы оно ни было. После того как ваше созерцание и ваше впечатление оставят только легкий «аромат», вернитесь к обычной деятельности, стараясь время от времени вызывать в памяти образ картины. Вам начнут открываться крохотные истины, которые могут обнаружиться, лишь когда внимание будет полным. Вспоминайте картину часто и обязательно визуально. Некоторые считают, что такие истины подсказаны самим Богом.

ГОСПОДИН ПРИВЫЧКИН

Господа Привычкины делают что-либо так, как делают это обычно. У них все должно быть на своем месте, они теряются, если что-то нарушает привычный ход вещей. Поскольку все в жизни этих господ отмерено, помечено, разложено по полочкам, Привычкины способны решать проблемы лишь в узких рамках. Не надо становиться Привычкинами.

Попробуйте запрограммировать изменения в своей повседневной жизни. Составьте список того, что выполняется вами по раз и навсегда заведенному порядку. По большей части в него войдут незначительные привычные действия, делающие жизнь удобной

и приятной. Затем возьмите список привычек, изучите и постарайтесь сознательно изменить их одну за другой в течение дня, недели, месяца...

- Измените дорогу на работу.
- Измените время сна.
- Измените время работы.
- Каждый день слушайте другую радиостанцию.
- Читайте разные газеты.
- Знакомьтесь.
- Пробуйте новые рецепты (например, кулинарные).
- Если обычно берете отпуск летом, возьмите его зимой.
- Внесите изменения в круг чтения. Если обычно читаете публицистику, переключитесь на беллетристику.
- Внесите изменения в привычку обедать на работе. Если обычно пьете кофе, отныне пейте сок.
- Посетите новый ресторан.
- Измените вид отдыха. Займитесь греблей вместо гольфа и т. д.
- Примите ванну вместо душа.
- Послушайте другого телеобозревателя.

ДАВАЙТЕ ПИЩУ УМУ

Творчески мыслящие люди постоянно читают: таким образом они дают пищу уму в виде свежей информации и новых идей. Как сказал Гор Видал, мозг без самоподкормки в конце концов съедает сам себя. Вот несколько полезных советов, которые помогут выполнять «подкачку ума» при чтении.

Будьте разборчивыми в чтении. Прежде чем браться за книгу, спросите себя: «Насколько полезным будет чтение этой книги для развития моих творческих способностей?» Просматривать и пролистывать нужно множество книг, но читать следует избирательно.

Делайте заметки на полях. В биографии Марка Твена Альберт Пейн вспоминал: «На рабочем столе, возле постели, на полках в бильярдной — всюду стояли книги, которые Твен читал и перечитывал. Все или почти все книги были испещрены его пометками — замечаниями на полях страниц, краткими комментариями. Эти книги он перечитывал снова и снова, и всякий раз ему было что сказать».

Излагайте содержание книги. Попробуйте сделать это прежде, чем прочитаете. Или же, прочитав половину, остановитесь и попытайтесь продолжить. Прикиньте, что можно найти в книге, до того как вы познакомитесь с оглавлением. Это было любимым развлечением Джорджа Бернарда Шоу. А для вас это может оказаться полезным упражнением на развитие воображения.

Читайте биографии. Биографии — кладезь ценных идей.

Читайте книги полезных советов по самым разным вопросам. Упражняйте ум, преобразуя чужие идеи в свои, новые. Читайте книги по устройству приборов и автомобилей, столярному делу, садоводству и т. д. Эти книги подскажут средства для выработки собственных уникальных идей и для создания новых изделий.

Читайте специальные журналы. Многие из своих идей Уолт Дисней почерпнул из дайджестов. Он говорил: «Ваше воображение может быть ущербным, бедным, воспаленным, замороженным. Дайджест — это нечто вроде гимнастического зала для тренировки воображения».

Читайте публицистику. Знакомясь с такой литературой, пробуйте предлагать собственные решения рассматриваемых проблем, до того как решение предложит автор. Это было одним из любимых занятий Джона Кеннеди.

Думайте. Думайте, когда читаете. Читая, надо обязательно думать. Ищите свежие решения старых проблем, неизведанные пути в бизнесе, новые тенденции развития, технические новинки, связи и параллели между тем, что читаете, и вашими проблемами.

Джон Несбитт, автор «Мегастратегий» и основатель «Группы Несбитта» в Вашингтоне, округ Колумбия, весьма успешно применял метод определения тенденции, который сам называл анализом содержания текущей информации. Несбитт позаимствовал этот метод из книги о Гражданской войне в США. В свою очередь, историк, написавший эту книгу, очень многое почерпнул из анализа сбора информации ЦРУ. Ну, а ЦРУ скопировало свой метод с того, каким пользовались союзники во Вторую мировую войну. Они по достоинству оценили огромное значение провинциальных газет, доставлявшихся контрабандой из маленьких городов Германии. Время от времени в этих газетах публиковались ценные сведения о топливе, продуктах питания и многом другом. А в Швейцарии небольшая группа офицеров-разведчиков определяла пути перемещения немецких войск, читая светскую хронику, упоминавшую фамилии важных военных чинов.

АНАЛИЗ СОДЕРЖАНИЯ ТЕКУЩЕЙ ИНФОРМАЦИИ

Вот несколько советов по анализу текущей информации:

- Просмотрите рекламную почту, прежде чем небрежным движением выбросить ее в мусорную корзину. Какие тенденции можно уловить в рекламе, маркетинге, новых товарах и услугах?

- Складывайте в течение одного-двух месяцев всю рекламную почту, а затем просмотрите ее за один присест. Тенденции становятся очевиднее, если отслеживать повторения.
- В поездке читайте местные газеты и рекламные листки. Какие напрашиваются выводы о местной экономике? Какие новые возможности просматриваются для бизнеса? Что, по-вашему, наблюдается — подъем или спад? Что можно реализовать в вашем городе? Каковы здесь ценности, подходы и стиль жизни?
- Активно наблюдайте за проявлениями массовой культуры. Смотрите сетевое и кабельное телевидение, берите напрокат видеофильмы, читайте бестселлеры и журналы, ходите в кино, слушайте популярные песни. Чем интересуется народ? Какие ценности, какой стиль жизни приветствуют люди? Кто герой дня? Почему героем стал именно этот человек?
- Поразмышляйте над тем, как изменилась за последние годы ваша работа. Что лежит на рабочем столе сейчас и что было на нем лет десять назад? Изменилась ли ориентация вашей компании? Больше или меньше стало бумажной работы? Больше или меньше теперь совещаний? На что нацелена деятельность вашей компании? Поговорите с коллегами, узнайте их мнение о ваших обязанностях, задачах и о работе.
- Почаще посещайте деловые конференции, семинары и лекции.
- Каждую неделю слушайте другую радиостанцию — так вы познакомитесь с разными точками зрения. Какова аудитория конкретного канала? К кому обращается радиостанция? Кто дает рекламу?
- Возьмите за правило просматривать программу телепередач на неделю и записывать на видео интересующие вас передачи. Если появилось желание посмотреть телевизор, лучше смотреть то, что записано, нежели пассивно наблюдать за происходящим на телеэкране в данный момент.

Собственный анализ содержания текущей информации окажется для вас намного ценнее, чем услуги разнообразных компаний, которые за то же самое берут с клиентов до 25 000 долларов в год. Воспринимая интересующие тенденции и шаблоны, постоянно «накачивайте» свой мозг идеями и возможностями. Ищите связь между проанализированной информацией и задачами вашего бизнеса.

МОЗГОВОЙ БАНК ДАННЫХ

Идеи надо накапливать и хранить. Заведите специальный контейнер (подойдут банка из-под кофе, обувная коробка, ящик стола или даже шкаф) для хранения идей и их «спусковых механизмов». Начните собирать интересные рекламные проспекты, цитаты, идеи, вопросы, карикатуры, шаржи и просто слова, способные вызвать цепь ассоциаций.

Если вам нужна идея, встряхните свой контейнер и достаньте из него наугад пару листков. Посмотрите, не помогут ли они вам, не включают ли цепь ассоциаций, способную привести к рождению новой мысли. Если нет, все перетасуйте и сделайте еще одну попытку.

Пусть не с первого раза, но в конце концов вы набредете на интригующую комбинацию, которая наведет на полезную мысль.

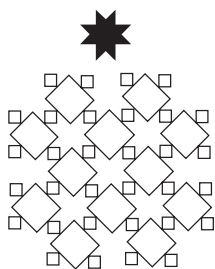
Как-то я извлек из своего банка данных две вырезки. В одной рассказывалось о человеке, изготовившем новый гроб, более дешевый и надежный, чем прочие. Другая статья поведала о новой услуге по прокату видеофильмов. Хлынул поток ассоциаций: смерть — похороны — видеофильм — видеопрокат и т. д. И тут меня осенило: видео как дань памяти умершему. Можно делать короткие видеофильмы со сценами из жизни покойного — в частности, используя фотографии, наложенные на красивые пейзажи.

ТЯГА К ПУТЕШЕСТВИЯМ

Как только вы почувствуете, что наступает застой или вас одолевает скука, отправляйтесь в магазин, на ярмарку, выставку, в библиотеку, музей, на блошинный рынок, в городок народного творчества, игрушечный магазин, школу. Выберите наугад любой предмет и попробуйте установить связь между ним и той проблемой, которая вас занимает. Бродите, смотрите по сторонам и ждите, когда что-нибудь привлечет ваше внимание. Это непременно случится. Ум подобен растению, расцветающему на одной почве и чахнущему на другой.

В начале века Джордж Смит придумал конфету на палочке. Конкуренция была жесткой. Смит всячески старался сделать такую конфету, которая была бы не похожа на другие. Однажды он решил отдохнуть от дел и отправился на ипподром. В тот день в бегах участвовала очень хорошая лошадь, и он поставил на нее значительную сумму денег. Лошадь пришла первой. Имя ее было Лолли Поп. Смит назвал свои конфеты «лоллипопс» и вошел в историю кондитерской промышленности.

ЛОВИТЕ «ПТИЦУ МЫСЛИ»



Ральф Уолдо Эмерсон однажды заметил: «Пристально следите за своими мыслями. Мысль появляется, словно птица, неожиданно садящаяся на дерево. Когда вы возвращаетесь к обычным делам, она улетает».

Вы должны записывать свои мысли. Как я понимаю, ни в одном магазине не продаются скрижали с вашими идеями. Подумал — запиши!

Посмотрите на рисунок. Над узором расположена черная фигура. Найдите ее в узоре и пристально смотрите на нее несколько

секунд. Когда вы всматриваетесь в фигуру внутри узора, она начинает ускользать от восприятия.

Так же как рисунок расплывается у вас перед глазами, любая ваша мысль исчезает, если ее не записать.

Психологи установили, что человек способен одновременно удерживать в голове от пяти до девяти фрагментов информации. Все мы не раз переживали ситуацию: находили в справочной книге телефонный номер, отвлекались на секунду, не успев набрать, и потом напрочь его забывали. Что в таких случаях происходит? Новая информация вытесняет старую еще до того, как мозг приготовит последнюю к длительному хранению в памяти.

Обычно кратковременная память способна хорошо сохранять информацию в течение нескольких секунд. Через 12 секунд воспроизведение информации уже затруднено, а через 20 она полностью стирается из памяти, если только вы не повторяете данные про себя или не записываете их. Запись дает мозгу сигнал о том, что эта информация более важная, чем прочая, и заслуживает хранения в долговременной памяти.

Джон Паттерсон, президент компании National cash Register, был страстным поклонником Наполеона. В пять часов утра Паттерсон вместе со старшими чиновниками своей компании в обязательном порядке совершал верховую прогулку — ну прямо как великий полководец. Паттерсон требовал, чтобы каждый сотрудник вел «маленький дневник», куда следовало записывать повседневные события, свои мысли, идеи и т. п., — и безжалостно увольнял тех, кто по какой-либо причине этого не делал. Паттерсон так и умер, что-то пометая в записной книжке во время командировки.

Интересен следующий факт: с 1910 по 1930 год примерно $\frac{1}{6}$ всех крупнейших компаний США возглавляли бывшие сотрудники компании National cash Register. Том Уотсон, основатель IBM, также в свое время работал в вышеупомянутой компании.

МЫСЛИТЕ ПРАВИЛЬНО

Вы должны сознательно работать над тем, чтобы сделать свое мышление более беглым и гибким. Беглость оценивается количеством приходящих в голову мыслей, а гибкость — тем, насколько творческими можно назвать эти идеи. Составление списков — мощное средство развития беглости мышления, поскольку такое протоколирование заставляет наиболее продуктивно концентрировать энергию. Чтобы убедиться в этом, попробуйте за несколько минут придумать как можно больше способов применения смазки WD-40. Наверняка какие-то идеи у вас появятся, но столь же вероятно, что в определенный момент возникнут проблемы с фокусировкой внимания, затем ваш внутренний цензор что-то отбросит, и останутся только самые очевидные решения.

Если же вы приметесь составлять список под названием «Возможное применение машинной смазки на натуральной основе (например, WD-40 или 15 SW 40)», это поможет вам поддерживать более высокую сосредоточенность и интерес, что в результате приведет к генерированию большего количества идей. А если установите лимит времени, это побудит работать еще эффективнее. Но одной беглости мышления недостаточно — нужна еще и гибкость.

Если ваш список содержит такие позиции, как: для быстрой смазки, для выкручивания болтов из заржавевших деталей, для смазки велосипедных цепей и т. д., — вы, безусловно, демонстрируете беглость мышления. Но в данном случае выявлены лишь наиболее очевидные способы применения смазки. Вы проявите подлинную гибкость мышления, если внесете в список позиций возможного использования смазки следующие:

- для смазки шеста, на котором укреплен скворечник, чтобы кошки не залезали;
- в качестве заманивания мышей в капкан;
- как средство предохранения струн музыкальных инструментов от ржавчины;
- в качестве приманки для рыбы;
- как красящее вещество для ленты пишущей машинки, чтобы печать была ярче;
- в качестве средства безопасности в машине (смазка хранится в бардачке, чтобы с ее помощью можно было открыть дверь, если ту заклинит в результате аварии).

Психолог Гилфорд, пионер в области изучения творчества, полагал, что выполнение определенных упражнений может способствовать развитию беглости и гибкости мышления и помочь в таких сложных делах, как построение сюжета романа, создание научной теории, планирование производства, — то есть там, где требуется учитывать многочисленные взаимосвязи и переплетения. Попробуйте с друзьями поиграть в игру:



За пять минут нужно придумать как можно больше предложений с конкретным набором слов:

Я	не	радоваться	абрикосы
Раздраженный	собаки	с готовностью	гнев

ЖУРНАЛ ИДЕЙ

Журнал идей — один из любимых приемов ЦРУ для регистрации информации. По каждому отдельному вопросу в ЦРУ заводится журнал, где фиксируются все факты, идеи, мысли и т. д. Это дает возможность сотрудникам моментально получить всю имеющуюся информацию по нужной проблеме, включая различные идеи, сравнения, взаимосвязи.

Каждый раздел журнала можно посвятить какому-то отдельному аспекту личной жизни или трудовой деятельности, например маркетингу, производственному процессу, сбыту, корпоративным интересам, персоналу, услугам, специальным проектам, новым возможностям в бизнесе. В продаже есть множество деловых блокнотов, но намного интереснее и полезнее создать собственный журнал. Попробуйте поработать с разными методами фиксации идей, прежде чем окончательно решить, на каком остановиться.

Периодическое обращение к журналу — приятный способ пощекотать воображение: вы вдруг начинаете отыскивать связи между записанными идеями и насущными проблемами.

Представьте — вы жуете резинку, чтобы успокоить нервы, и тут на вас нисходит отличная идея: почему бы не создать резинку для измерения уровня стресса? Вы записываете эту мысль в журнал и время от времени возвращаетесь к сделанной записи. Спустя несколько месяцев где-нибудь читаете, что для здоровья человека очень важен водородный показатель pH. И тут вас осеняет. А что если придумать такую жевательную резинку, которая будет служить своего рода индикатором и на основе использования pH показывать, здоров человек или нет? Допустим, вы жуете такую резинку три минуты. Если резинка краснеет — вы здоровы; если зеленеет — надо идти домой и лечь в постель.

РЕЗЮМЕ

«Накачать» ум новыми идеями можно несколькими способами:

- Устанавливать квоту идей.
- «Попадать в тон».
- Не становиться рабом привычки.
- Давать пищу уму.
- Анализировать содержание текущей информации.
- Создавать свой банк данных.
- Путешествовать.
- Фиксировать свои мысли.
- Мыслить правильно.
- Вести журнал идей.

«Подкачка» ума подобна прокладыванию тропы в густой высокой траве. Сначала тропы вовсе нет, но, если несколько раз пройти по одному и тому же месту, она появляется. Поначалу может и не возникать никаких идей, но по мере того, как вы будете развивать свой ум (не без помощи предложенных здесь упражнений), идеи непременно появятся.



[Почитать описание, рецензии
и купить на сайте](#)

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:



[Mifbooks](#)



[Mifbooks](#)



[Mifbooks](#)