

## ЧТО ТАКОЕ ПРИНЦИПЫ

Принципы — способы взаимодействия с реальностью, помогающие получать от жизни то, чего вы хотите. Их можно применять снова и снова в аналогичных ситуациях на пути к достижению целей. Каждый день мы все сталкиваемся со множеством ситуаций, требующих реакции. При отсутствии принципов мы вынуждены каждый раз реагировать индивидуально и спонтанно, как впервые. Если же мы воспринимаем каждое текущее событие как пример повторения прошлого и у нас есть подходящие принципы, мы сможем быстрее принимать самые эффективные решения и тем самым улучшать свою жизнь.

Если бы вам пришлось составлять список разных жизненных ситуаций (например, рождение ребенка, потеря работы или личные разногласия) и способов их разрешения, он состоял бы из нескольких сотен пунктов, причем лишь некоторые из них были бы уникальными и особенными для вас. Попробуйте. Вы не только убедитесь в моей правоте, но и начнете создавать список тем, которые стоит обдумать и для которых нужны принципы.

## ЗАЧЕМ НУЖНЫ ПРИНЦИПЫ

Грамотный набор принципов сродни хорошей коллекции рецептов успеха. У всех успешных людей есть правила принятия решений, которые они используют для достижения своих целей. Ваша коллекция принципов может стать вашей личной религией, по правилам которой вы будете жить каждый день.

## ПОЧЕМУ ВАМ НУЖНЫ СВОИ ПРИНЦИПЫ

Поскольку у вас есть личные ценности и цели, вы должны руководствоваться принципами, которые подходят именно вам. Вы можете использовать и те, что позаимствовали у других, но только если они отвечают вашим ценностям. Вы должны твердо верить в них, и следование им не должно противоречить вашим убеждениям. Вы и ваши принципы должны максимально соответствовать друг другу — как ваши слова и действия. Это должны быть не просто фразы, красиво сформулированные и политически корректные, а то, во что вы верите всей душой.

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

## ЗАЧЕМ ЗАПИСЫВАТЬ ПРИНЦИПЫ

### 1. Вы будете задумываться о них глубже.

Если вы, оказавшись в той или иной жизненной ситуации, задумаетесь о принципах для ее решения, запишете их, а затем вспомните в аналогичных ситуациях, то ваши рассуждения будут намного глубже, а следовательно, и лучше.

### 2. Ваше мышление будет больше основано на принципах.

Здесь я имею в виду следующее: вы можете наблюдать за реальностью с более высокого уровня, замечать, что события повторяются по схожим причинам. И это даст вам возможность поразмышлять над общими принципами действий в таких ситуациях. Процесс размышления и записи принципов поможет вам изменить свой угол зрения и подняться на более высокий уровень. Вы сможете увидеть происходящее в более общем и систематизированном виде. Вас перестанет беспокоить множество событий, наводняющих вашу жизнь, поскольку многие из них будут для вас повторением прошлого, для которого у вас уже есть соответствующие принципы. Вы сможете объективно оценивать себя, четче видеть свое место в том или ином контексте, а также лучше понимать причинно-следственные связи. Вы узнаете важные закономерности, которые не видели раньше. В итоге вы сможете изменить свое поведение и значительно улучшить свои результаты. Например, я раз за разом наблюдал за тем, как справляюсь с болезненными контактами с реальностью. Иногда получалось хорошо, иногда нет. В результате я осознал формулу: **боль + рефлексия = прогресс**. Я не раз убеждался в ее правильности. Она стала настолько ясной и очевидной, что я полностью принял ее и сформировал привычку реагировать на болезненные ситуации определенным образом. Это подтолкнуло меня к размышлениям, желанию лучше осознать реальность, окружающую мою работу, и сформулировать наиболее эффективный образ действий. Чем выше вы поднимаетесь, тем лучше можете осознать свою реальность и понять, что нужно делать для достижения целей. То, что прежде казалось сложным, станет выглядеть намного проще. Вы будете лучше понимать окружающий мир и то, как с ним взаимодействовать. И благодаря этому сможете жить более счастливо и успешно.

3. Вы улучшите качество общения. Люди смогут лучше понимать вас, а вы — их.

Когда принципы зафиксированы письменно, это помогает людям учиться друг у друга, лучше понимать собеседников и эффективнее сотрудничать. Именно поэтому мне хотелось бы, чтобы все записывали свои принципы. Я был бы рад узнать, какими принципами руководствовались Альберт Эйнштейн, Стив Джобс, Уинстон Черчилль, Леонардо да Винчи, Мартин Лютер Кинг и многие другие, чтобы понять, к чему они стремились и как достигли своих целей. Кроме того, я мог бы сравнить разные подходы. Мне интересно, какие принципы наиболее важны для политиков, которые рассчитывают получить мой голос на выборах, и всех других людей, чьи решения влияют на мою жизнь. Сегодня особенно важно говорить об этом открыто. Интересно, есть ли общие принципы, которые объединяют нас как семью, общество, нацию или друзей независимо от национальности? Или же они противоположны? Что это за принципы? Будем предельно конкретны. Я рад, что записал свои принципы: теперь мои внуки смогут получить мои советы, даже когда меня не станет, а они будут достаточно взрослыми, чтобы понять их смысл. Я надеюсь когда-нибудь создать цифровой инструмент, помогающий людям делиться принципами действий в самых разных ситуациях. За каждый из них можно будет голосовать, так что лучшие, по мнению аудитории, поднимутся на вершину списка и каждому человеку будет гораздо легче найти лучшие принципы для каждой ситуации. Но сначала я хочу помочь вам сформулировать хорошие и подходящие лично вам принципы, а затем записать их.

Эта задача может показаться вам слишком сложной или трудоемкой, но это не так. Достаточно начать работать с этим блокнотом и посмотреть, к чему это приведет. Ниже я даю несколько советов по организации этой работы, но не обязательно ими пользоваться.

## ПРИНЦИП

**Решайте сами: 1) чего вы хотите, 2) какова объективная реальность, 3) что вам делать, чтобы добиться пункта 1 с позиции пункта 2...**

**...А затем делайте это скромно и непредвзято, руководствуясь лучшими знаниями, которые доступны вам на этот момент.**

## **КАК РАБОТАТЬ С ЭТИМ БЛОКНОТОМ**

Вы можете работать с этим блокнотом, как посчитаете нужным. Хотя я создал его, ставя перед собой три цели и предлагая пути для их достижения.

### **Цели**

1. Помочь преобразовать ваш жизненный опыт в размышления о том, как устроена реальность и какие принципы взаимодействия с ней помогут вам получить желаемое.
2. Помочь вам записать свои принципы, чтобы обращаться к ним в схожих ситуациях, рассказывать о них другим и корректировать их со временем.
3. Помочь вам научиться мышлению, основанному на принципах, и применять его в жизни.

### **Пути достижения этих целей**

1. Пропустите все объяснения и просто начните вести блокнот (со с. 103). Я знаю, что многим легче думать, когда им нужно заполнить пустые места на странице, поэтому блокнот состоит в основном из чистых страниц, которые вы можете использовать по своему усмотрению. Время от времени там будут появляться советы или формулировки отдельных принципов.
2. Начните с необязательных упражнений, предложенных в начале блокнота. Они подготовят вас к работе со своими принципами. Я практиковал такие упражнения много лет, помогая другим людям развивать мышление, основанное на принципах. Даже если вы решите сначала пропустить эти упражнения, вы сможете вернуться к ним в любое время.

## УПРАЖНЕНИЯ

В начале блокнота есть четыре упражнения, а еще одно — в самом конце. Думаю, вам понравится их выполнять и они будут полезными. Они помогут вам по-новому взглянуть на себя и окружающую реальность. Вы научитесь действовать иначе, более принципиально и практично. Вы увидите, что почти всё в жизни происходит по определенным причинам, а ваша реальность напоминает вечный двигатель. Если вы осознаете себя и как личность, и как часть этого механизма, то сможете добиться гораздо большего. Если вы: 1) знаете, как устроена реальность, 2) знаете себя и свой привычный образ действий, 3) имеете принципы, помогающие добиваться желательного исхода, то сможете эффективнее прокладывать свой путь в реальности и улучшать свои результаты. Вот перечень тех упражнений, которые будут предложены вам дальше.

### **Упражнение 1. Подумайте о том, кто вы**

Унаследованные вами генетические особенности и влияние внешней среды сформировали ваши характер и предпочтения. В результате некоторые цели и пути в жизни подходят вам лучше, чем другие. Хорошо, если вы будете знать себя и сможете установить связь между своей внутренней природой и подходящими путями развития. В процессе размышлений вы можете заметить, что наиболее подходящие вам принципы могут отличаться от тех, которыми руководствуются другие (хотя есть и принципы, подходящие всем). Принципы «познай себя» и «будь верен себе» — вечные и универсальные, а это упражнение позволит вам сделать первый шаг к их применению в своей жизни.

### **Упражнение 2. Перейдите от текущих ситуаций к принципам, оптимальным для их решения**

Это упражнение поможет вам перейти от а) «текущих ситуаций» (тех, с которыми вы сталкиваетесь) к б) «одной из них» (категории или типу ситуации) и затем к в) «принципам», которые стоит использовать для решения конкретной ситуации. Вы сможете создать удобный письменный шаблон. Следуя ему достаточно часто, вы постепенно начнете действовать интуитивно на основе принципов. По мере того как вы приступите к поиску собственных принципов, чтобы записать их на пустых страни-

цах, вы сможете познакомиться с рядом моих принципов и графиков из книги «Принципы. Жизнь и работа». Я получил огромный читательский отклик на них. Воспринимайте их как советы и основу для размышления. Главное, чтобы вы проанализировали свой прошлый опыт и вывели принципы, эффективные именно для вас.

### **Упражнение 3. Сделайте пять шагов, чтобы получить то, что хотите от жизни**

Я обнаружил, что процесс «Пять шагов» ведет к успеху. Именно поэтому я хочу поделиться им с вами. Процесс заключается в том, что вы: 1) ставите четкие цели, 2) выявляете проблемы и не миритесь с ними, 3) анализируете проблемы, чтобы понять причины, 4) разрабатываете план, чтобы справиться с проблемами, и, наконец, 5) реализуете свой план. Проходя эти пять шагов снова и снова (все быстрее по мере совершенствования ваших навыков), вы сможете быстро развиваться и стать лучше. Цель упражнения — дать вам возможность использовать этот процесс в своей жизни. Для этого я последовательно опишу каждый из пяти шагов, а вы подберете адекватный пример из своей жизни или работы. Затем, когда дело дойдет до страниц для размышлений, вы найдете там несколько подсказок, связанных с процессом «Пять шагов».

### **Упражнение 4. Узнайте, как преодолеть два мешающих вам барьера, и учитесь на ошибках**

К сожалению, к ошибкам принято относиться как к чему-то постыдному, а не как к возможности научиться. За свою жизнь и карьеру я обнаружил, что мои худшие ошибки часто случались из-за моей слепоты, но оборачивались для меня лучшей возможностью для обучения. Иными словами, они были результатом действия двух барьеров, с которыми сталкивается каждый из нас, — это и «слепые зоны». Эти барьеры возникают из-за особенностей строения мозга и могут стать огромными препятствиями на пути к достижению наших целей. Есть хорошая новость: мы можем преодолеть их благодаря тому, что я называю абсолютной непредубежденностью. Упражнение поможет вам задуматься о собственном эго и «слепых зонах», научиться быть абсолютно непредубежденными. Вы начнете воспринимать свои ошибки не как нечто постыдное, а как прекрасную возможность научиться новому. В конце

упражнения я поделюсь с вами шаблоном. В его основу лег «Журнал ошибок» (сейчас он называется Issue Log — «Журнал возникающих вопросов»), созданный мной для Bridgewater и побуждающий людей не замалчивать свои ошибки, чтобы иметь возможность извлекать из них уроки и избегать подобных ошибок в будущем.

### **Упражнение 5. Проанализируйте, на каком этапе жизненного пути находитесь вы и ваши близкие**

Как было описано выше, я обнаружил, что почти все события в моей жизни происходят снова и снова практически по одним и тем же причинам. Я осознал: чтобы четко понять, что происходит, стоит изучить, как развивается типичная ситуация, и проследить причинно-следственные связи, которые заставляют ее развиваться именно так. Чем больше примеров вы видите, тем лучше понимаете и механизмы развития типичной ситуации, и причины различий между разными случаями. Это похоже на то, как врач, наблюдая за множеством пациентов с одним и тем же заболеванием, понимает, как именно оно развивается. Это верно как для жизненных циклов человека, так и для всего остального. И хотя все жизни разные, большинство из них следуют одной и той же последовательности основных событий и решений. Последний раздел блокнота (упражнение «Ваш жизненный путь») поможет вам проанализировать, на каком этапе жизненного цикла находитесь вы сами и важные для вас люди и что ждет вас всех впереди. Это поможет вам лучше ориентироваться в своем будущем. У большинства читателей это упражнение стало самым любимым, так что не упустите его из виду, хотя оно и стоит последним.



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

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:

