

Эта книга вдохновляет, побуждает к действию, мотивирует! Главнейшее ее достоинство, на мой взгляд, это то, что она заставляет приступить к действию прямо сейчас. Прочтя главу, сразу же хочется приступить к выполнению упражнений и немедленно начать изменять свою жизнь!

Сергей П., Жуковский

Замечательно, что в книге охвачены все самые важные сферы жизни человека — общение, любовь, здоровье, финансовый успех, карьера. Ведь ощущение счастья невозможно, если в какой-то из этих сфер нет гармонии. Тренинг Питера Вольта помогает прийти к такой гармонии и стать на 100 % успешным человеком.

Роман К., Санкт-Петербург

Очень действенные, универсальные техники, которые можно применять в тех ситуациях, когда это необходимо. Книга на самом деле — «на все случаи жизни».

Андрей Н., Вологда

Эта книга — самое настоящее путешествие к самому себе. Ведь только поняв свои истинные желания, можно научиться исполнять их!

Арина Л., Воронеж

Книга Питера Вольта не только и не столько о том, как получить желаемое, она, на самом деле, погружает читателя в тайны устройства Вселенной, демонстрирует ее незыблемые законы Мироздания и учит жить согласии с действием Высших Сил.

К. М., Москва

Желание, исполнись!

Питер Вольт

30 *самых лучших*
ТЕХНИК
для исполнения любого
ЖЕЛАНИЯ

ПРАЙМ

АСТ
Москва

УДК 159.92
ББК 88.52
В71

*Все права защищены. Никакая часть
данной книги не может быть воспроизведена
в какой бы то ни было форме без письменного
разрешения владельцев авторских прав.*

Вольт, Питер.

В71 30 самых лучших техник для исполнения любого
желания / Питер Вольт. — Москва : АСТ, 2015. —
254 с. — (Желание, исполнись!).

ISBN 978-5-17-088068-3

Если в ваших руках эта книга, значит, вы хотите стать
успешным человеком: улучшить свое материальное поло-
жение, обрести любовь и здоровье, научиться исполнять
свои желания во всех сферах жизни!

В этой книге собраны 30 лучших упражнений от самых
известных мастеров достижения своих целей: Хосе Сильвы,
Барбары Шер, Дипака Чопры, Роберта Кийосаки, Джона
Кехо, Джозефа Мэрфи, Дейла Карнеги и др. Эти техники
помогают и в развитии лидерских качеств, и в получении
богатства, и в построении успешной карьеры, и в обрете-
нии крепкого здоровья и даже в создании семьи. Решайте,
в чем же именно вы хотите добиться успеха, выполняйте
упражнения и получайте желаемый результат!

Макет подготовлен редакцией ПРАЙМ



ISBN 978-5-17-088068-3

© Вольт П., 2014

© ООО «Издательство АСТ», 2015

СОДЕРЖАНИЕ

I. ВВЕДЕНИЕ	9
II. МНОГООБРАЗИЕ ТЕХНИК ДЛЯ ДОСТИЖЕНИЯ УСПЕХА И ИХ ЗНАМЕНИТЫЕ АВТОРЫ	22
III. ТРИДЦАТЬ ТЕХНИК ДЛЯ ДОСТИЖЕНИЯ УСПЕХА. . . .	31
ПОВЫШАЕМ САМООЦЕНКУ	31
1. Метод Джона Кехо. Повышаем самооценку	33
2. Совет Барбары Шер. Создаем область любви.	35
ДЕЛО, В КОТОРОМ ВЫ МОЖЕТЕ ПРЕУСПЕТЬ.	38
3. Что именно получается у вас лучше всего?	40
4. Упражнения Барбары Шер. 20 желаний	43
5. Идеальный день	46
6. Совет Наполеона Хилла. Как получить нужную работу	50
7. Метод мозгового штурма	55



ГЛАВНЫЕ ПРАВИЛА ДОСТИЖЕНИЯ УСПЕХА.	60
8. Метод Джона Кехо. Программируем свой успех	63
9. Техника Джозефа Мэрфи. Три шага к успеху	66
10. Советы Стивена Кови. Семь навыков высокоэффективных людей	71
ЛИДЕРСКИЕ НАВЫКИ. УСПЕХ В ОБЩЕНИИ	85
11. Правила Дейла Карнеги. Секреты успешного общения	87
12. Уроки Роберта Кийосаки. Общайтесь как лидер.	92
13. Совет Хосе Сильвы для успешного общения	95
ЗДОРОВЬЕ — ВАЖНЕЙШАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ УСПЕШНОЙ ЖИЗНИ	97
14. Настрой Дипака Чопры. Хорошее самочувствие	100
15. Практика Джона Кехо. Создаем образ идеального здоровья . . .	103
16. Методика Джозефа Мэрфи. Излечиваемся от болезней	105
СЕМЬЯ. ПОИСК СВОЕЙ ВТОРОЙ ПОЛОВИНЫ	108
17. Метод Джозефа Мэрфи. Привлечение в свою жизнь идеального партнера. . . .	112
18. Правила семейной жизни от Дейла Карнеги	115



ПУТЬ К БОГАТСТВУ	119
19. Метод Наполеона Хилла. Привлечение в нашу жизнь богатства при помощи мыслей.	121
20. Техника Джозефа Мэрфи. Увеличиваем денежный поток	123
21. Совет Роберта Киосаки. Первые шаги к богатству.	129
ДОСТИГАЕМ УСПЕХА ПРИ ПОМОЩИ СЛОВ	135
22. Аффирмации.	137
23. Самопредположения	142
24. Метод Хоопонопоно	146
ЖЕЛАНИЯ, МЕЧТЫ И ЦЕЛИ	149
25. Визуализация по методу Джона Кехо	158
26. Техника правильного загадывания желания	162
27. Урок Наполеона Хилла. Ставим конкретные цели.	170
ДОБИВАЕМСЯ УСПЕХА ПРИ ПОМОЩИ ПРИКЛАДНЫХ МЕТОДОВ	176
28. Рисуем мандалы.	178
29. Привлекаем успех по методам фен-шуй.	183
30. Карта желаний	192



IV. ТЕХНИКИ, КОТОРЫЕ ПОМОГАЮТ СПРАВИТЬСЯ С НЕУДАЧАМИ НА ПУТИ К УСПЕХУ	199
Расслабление	200
Борьба со страхом	205
Управляем своим временем.	213
Полезные упражнения для подготовки перемен в жизни	232
Проверяем наши цели и наш путь	238
Совет Дипака Чопры. Поиск синхронистичности.	240
Помощь в составлении аффирмаций. Примеры аффирмаций	244
Ритуалы для исполнения желаний, привлечения в вашу жизнь успеха и денег.	248
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	253

I. ВВЕДЕНИЕ

Эта книга о том, как добиться успеха. Если спросить у 100 человек, что же такое успех, то мы услышим 100 совершенно различных ответов. Для кого-то успех — это быть известным и знаменитым, для других успех — это богатство, для третьих успех — это признание его заслуг перед общественностью. Для кого-то добиться успеха означает выгодно вступить в брак, а для кого-то дожить до 100 лет.

Одни считают успешным человека, который зарабатывает 100 000 рублей в месяц, а другие тех, чье состояние измеряется миллионами долларов. Для одних успех — это получение Оскара или Нобелевской премии, а для других — 100 «лайков» в инстаграме.

Некоторые люди считают, что успешные люди это те, кто имеет постоянную работу, а для других успешны те, кто не сидит на одном месте и постоянно меняет место жительства и работы. Собственная квартира в Москве или вилла на Лазурном берегу. Богатый урожай с дачного



огорода или получение докторской степени. Заметка в местной газете или первое место по продажам среди авторов детективов.

Однако что объединяет всех этих людей?

Есть что-то общее в их представлении об успехе?



Википедия определяет успех как достижение поставленных целей в задуманном деле, положительный результат чего-либо, общественное признание чего-либо или кого-либо.

Итак, вы успешны — если вы достигли своей цели!

Если в ваших руках эта книга, значит вы хотите стать успешным человеком. В какой же именно области вы хотели бы быть успешны? Что именно для вас означает слово успех?

В этой книге собраны 30 лучших упражнений от самых известных мастеров достижения своих целей. Эти техники помогают и в развитии лидерских качеств, и в получении богатства,



и построении успешной карьеры, и в обретении крепкого здоровья и даже создании семьи. Решайте, в чем же именно вы хотите добиться успеха, выполняйте упражнения, и получайте желаемый результат!

Есть несколько простых правил, которых стоит придерживаться, для того чтобы стать успешным человеком.

1. Двигайтесь к своей личной цели!

Определитесь, что же все-таки успех для вас. Деньги, слава, признание, семья, покорение Эвереста — что именно? Конечно, есть общепринятые мерилла успеха: Список Форбс, Нобелевская премия, Оскар, Гремми, Каннская пальмовая ветвь, Букеровская премия. Этот список можно продолжать бесконечно долго. Но что же успех именно для вас?

Вы знаете, кто в этом году получил Нобелевские премии?

Назовете первую десятку списка Форбс?

Видите, даже имена лауреатов таких известных премий известны далеко не всем.

Попробуйте назвать 10 успешных людей.

Посмотрите, в чем именно они успешны?

Что вас привлекает в этих людях?



Это и есть то, что важно именно для вас. Это те области, добившись успеха в которых вы сможете быть счастливы.

Вполне возможно, что ваша мама считает успешными тех, кто закончил музыкальную школу, училище и консерваторию и теперь выступает в Московской Государственной Академической Филармонии. А ваш сосед считает успешным охранника Останкино, так как тот каждый день видит знаменитостей.

Вы не сможете угодить всем и стать успешным абсолютно для всех. Но в ваших силах стать успешным прежде всего для себя. И вот тогда ваш успех увидят и оценят и другие люди!

2. Соревнуйтесь только с собой!

Представьте, что вы хотите добиться такого же успеха, как ваш начальник по работе. Вы все время будете в позиции догоняющего. Допустим, у вашего начальника автомобиль «ауди». Но как только вы заработали на «ауди», начальник купил себе новый «лексус». Вы зарабатываете на собственную квартиру, а начальник уже по-



купает загородный дом. Такая гонка выматывает и практически никогда не может быть выиграна, так как вы стартуете уже с разных позиций.

Всегда будут находиться люди, которые богаче вас, успешнее, выше, сильнее, быстрее и так далее. Если вам удалось получить престижную премию, то всегда найдутся те, у кого таких премий уже две. Спортивные рекорды побиваются, появляются новые изобретения, человечество движется вперед.

Обогнать всех — задача крайне сложная и совершенно неблагодарная. Единственный человек, с которым вы можете и должны соревноваться — это вы сами. Вы сегодняшние должны больше уметь, или больше зарабатывать, или больше знать, чем вы вчерашний.

Только соревнуясь с собой, вы сможете понять, что движетесь вперед и не стоите на месте. Дорога к успеху — как эскалатор. Как только вы прекращаете движение, вы скатываетесь вниз. Всегда старайтесь стать лучше и успешнее, чем вы есть сейчас. Именно так вы сможете добиться ваших целей, именно так вы сможете осуществить свои мечты.



3. Желайте максимума!

Если ваши желание достаточно скромны: получить небольшую прибавку к зарплате, подучить английский, то вы действительно станете счастливы, если они исполнятся? Вы будете считать себя успешными?

Очень часто, желая чего-то, мы начинаем себя ограничивать.

Глупо мечтать о трехкомнатной квартире, максимум что я могу — однокомнатная квартира в в Подмосковье.

Я никогда не смогу стать директором филиала — мой потолок это старший менеджер.

Я никогда не смогу победить на конкурсе танцоров, мне бы просто научиться танцевать более-менее прилично.

Это прекрасно, когда человек может трезво оценивать свои силы. Когда вы понимаете, чего сможете добиться, видите свои сильные и слабые стороны — это замечательно.

Но мечтать!!! Мечтать-то вы можете???



Чем больше вы хотите, чем больше вы мечтаете — тем больше в результате вы сможете получить.

В нашей жизни и так достаточно ограничений.

На работу берут молодых и опытных, мужчины предпочитают худых и красивых, женщины обращают внимание на богатых и успешных. В политике мало женщин, в учителя редко идут мужчины, разбогатеть честным путем практически невозможно.

Практически во всех областях есть ограничения, которые кажутся нам естественными и непоколебимыми.

Но, как это ни странно, в мире возможно все. Исключения из правил встречаются и довольно часто. И если вы не будете мечтать о большем, если вы не будете хотеть по максимуму, то и шансов стать счастливым исключением из правил у вас будет не так много.

Дайте Вселенной возможность исполнить ваши самые заветные мечты. Пусть ваши желания нравятся вам самим — пусть они будоражат вас, вызывают сильные эмоции.

Если ваши мечты не вдохновляют вас самих, то и у Мироздания не будет особенного желания исполнять их. В конце-концов, пусть