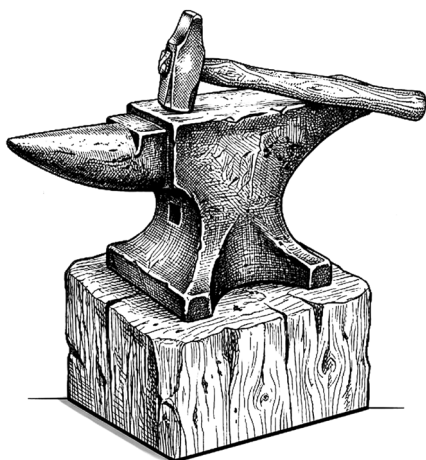




Орисон Марден

Железная ВОЛЯ



УДК 159.92
ББК 88.52
М25

Во внутреннем оформлении использована
иллюстрация:
Fazaelsky. id / Shutterstock / FOTODOM
Используется по лицензии от Shutterstock /
FOTODOM

Марден, Орисон.

М25 Железная воля / Орисон Марден ;
[перевод с английского М. О. Литвин-
чук]. — Москва : Эксмо, 2026. — 224 с. —
(Воля и разум. Классические труды о ха-
рактере, силе и мышлении).

ISBN 978-5-04-237992-5

Более ста лет назад Орисон Марден сформулировал идею, которая легла в основу всей мотивационной литературы: характер важнее обстоятельств. Его книга «Железная воля» стала одним из самых ярких манифестов этой философии.

Здесь Марден показывает, как развить и закалить свою силу воли через настойчивость, дисциплину и способность держать курс вопреки сомнениям. На страницах книги проходят военачальники, государственные деятели, ученые и изобретатели — люди, чья решимость стала источником их достижений. После прочтения вы поймете, как формируется сильный характер, научитесь преодолевать сомнения и сохранять решимость, а также освоите простые упражнения для ежедневного укрепления силы воли.

УДК 159.92
ББК 88.52

© Литвинчук М. О., перевод на
русский язык, 2026
© Оформление. ООО «Издатель-
ство «Эксмо», 2026

ISBN 978-5-04-237992-5

5 причин прочитать книгу:

- **Система формирования сильного характера.** Последовательный подход к развитию воли как основы личной устойчивости.
- **Практика дисциплины и доведения дел до результата.** Конкретные принципы и упражнения, помогающие преодолеть колебания, прокрастинацию и внутреннюю разобщенность.

- **Фокус на внутреннем источнике возможностей.** Переосмысление успеха как следствия личного роста: не обстоятельства определяют человека, а настойчивость и сила характера.
- **Классика, опередившая свое время.** Идеи, предвосхитившие многие подходы к работе с мышлением, личной ответственностью и внутренними установками.
- **Ясный стиль изложения.** Афористичность, яркие метафоры и реальные примеры из истории.

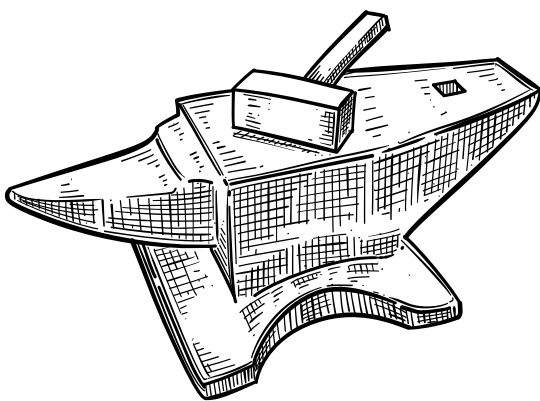
ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие.	9
Глава 1. Воспитание силы воли	15
Борьба в жизненной гонке	24
Дисциплина ума.	27
Однократность усилия.	30
Централизация усилий.	37
Тренировка воли	41
Доктор Кайлер.	42
Большие деревья	47
Я буду!	49
Глава 2. Повелители судьбы	53
Волевые, своевольные и безвольные	61
Игла портного.	71
Что хуже опрометчивости?	73
Сознательная сила	79
Верите ли вы в себя?	81

ОГЛАВЛЕНИЕ

Глава 3. Сила воли в полевых условиях	93
Наполеон и Грант.	101
«Хватит ругаться — в бой!»	105
«Мне пришлось нестись, как ураган»	109
Глава 4. Сила воли и здоровье	115
Глава 5. Победа над трудностями	141
Радость маленькой игры	146
Покорители судьбы	150
Предпринимательская решимость	153
Четыре нью-йоркских журналиста	157
С самых скромных начинаний	165
Талант, закаленный бедностью	170
Сосредоточенная энергия.	174
Глава 6. Выносливость	185
Иди вперед — и увидишь свет.	192
Она никогда не добьется успеха.	197
«Для меня нет ничего невозможного»	200
Неотступная цель	205
Три необходимые вещи.	209
Успех вопреки обстоятельствам.	212
Заключение.	219

Предисловие



Имя Орисон Суэтт Марден известно каждому, кто интересуется истоками мотивационной литературы. С конца XIX века его книги формировали мировоззрение целого поколения американцев — поколения, верившего, что характер важнее происхождения, а решимость способна изменить судьбу.

Среди мыслителей, повлиявших на Мардена, были Ральф Уолдо Эмерсон, Сэмюэл Смайлс и Оливер Уэнделл

ПРЕДИСЛОВИЕ

Холмс-старший — предшественники того направления, которое к 1890-м годам получило название «Новое мышление» (англ. New Thought). Подобно его представителям, Марден верил, что мысль формирует реальность: человек в буквальном смысле создает среду, в которой живет. Однако, в отличие от поверхностных интерпретаций этой идеи, он неизменно подчеркивал: успех — особенно финансовый — является следствием внутреннего роста. Возможность, которую мы ищем, находится не во внешних обстоятельствах, а в нас самих.

Мардена интересовали темы бизнеса, предпринимательства, искусства продаж, но еще больше — искусство уравновешенной, цельной жизни. Как и Смайлс, он развивал добродетели, из которых складывается успех:

самостоятельность, настойчивость, трудолюбие.

Книга «Железная воля» — одно из наиболее концентрированных выражений идей автора. Это вдохновляющий манифест силы характера, построенный на исторических примерах, афористичных формулировках и яркой риторике. На ее страницах проходят военачальники, государственные деятели, ученые и изобретатели — все те, кого автор считает воплощением этой самой «железной воли».

Сегодня, более века спустя после первого издания, слова Мардена звучат не менее актуально. Мир изменился, но вызов остался прежним: сумеем ли мы управлять собой? Сумеем ли сохранить устойчивость среди неопределенности? Сумеем ли сказать «я смогу» — и выполнить это обещание?

ГЛАВА I
ВОСПИТАНИЕ
СИЛЫ ВОЛИ

