

Советы старого человека



ФОТО: BUGABURU

Как-то утром я по привычке сидел в любимом кафе и читал книгу. Я в том возрасте, когда уже никуда не надо торопиться и можно перечитывать хорошие книги просто ради собственного удовольствия. Неожиданно ко мне подсел молодой человек и спросил, хорошую ли книгу я читаю. Так завязалась наша беседа.

Молодой человек рассказал мне, что осенью начнет учебу в колледже, но совершенно не представляет себе свое будущее и добавил: «Пока что я плыву по течению». После короткой паузы юноша неожиданно начал засыпать меня вопросами, как будто долго ждал этого момента – и вот он, наконец, настал.

Мы продолжили беседу, и мне удалось ответить на все его вопросы и даже дать ему ценные советы. Как жаль, что в мои 18 лет никто со мной не поделился жизненной мудростью. Но, наверное, в этом есть и моя вина – я не задавал вопросов.

Придя домой, я взял лист бумаги и записал советы, которые дал юноше. Их получилось 18 (тому парню как раз исполнилось 18 лет). Надеюсь, мои советы кому-то еще пригодятся.

Советы Старого Человека

1. Не бойся делать ошибки. Самая большая ошибка – это ни-

чего не делать, боясь ошибиться. В жизни не так часто предоставляется возможность сделать что-то стоящее. Не бойся! И помни, что никто не знает, будет ли успех в конце начатого дела.

2. Ищи профессию по вкусу. Ориентируйся на людей, похожих на тебя, не смотри на популярные профессии и на те, которые обещают много денег. Ключ к хорошей карьере – это найти то дело, которое полюбишь. Если ты любишь свою профессию, то любые трудности преодолеешь с радостью.

3. Планируй свое время, силы и деньги каждый день. Если ты запланировал свой день – не отклоняйся от плана и приобретешь хорошее качество – организованность. Так, день за днем, живя по плану, учась беречь время, экономить силы и деньги, ты сможешь успешно управлять своей жизнью.

4. Не бойся придумывать что-нибудь новое. Неуверенность в себе (она естественна из-за недостатка жизненного опыта) бу-

дет останавливать тебя и не давать развиваться твоим идеям. Преодолевай неуверенность в себе постоянно! Осуществляй свои идеи – это сделает твою жизнь интересной! Знай: в творчестве – жизнь.

5. Старайся работать хорошо, чтобы стать мастером своего дела. Представь себе мир карате: черный пояс выглядит значительно коричневее, не правда ли? Мы все ценим специалистов в своем деле. Лучше знать хорошо что-то одно, чем знать всего понемножку.

6. Делись с людьми своими мыслями и переживаниями. Если ты не расскажешь о своих переживаниях, как люди узнают о них? В жизни важно быть коммуникабельным.

7. Принимай решения быстро и спеши их осуществить. Таким образом, ты создашь для себя новые возможности. Важно иметь знания, но сами по себе знания ничего не стоят. Нужно научиться применять их в жизни.

8. Будь готов к переменам. Жизнь постоянно меняется и не всегда в лучшую сторону. Собирай свое мужество, любая перемена имеет свою причину. Не всегда будет легко или понятно, зачем все это происходит. Но, в конце концов, ты увидишь, что все уладится.

9. Не слишком переживай о том, что о тебе думают и говорят люди. Это не столь важно. Когда мне было 18 лет, я попал под влияние своих приятелей и делал все, как они говорили, чтобы только нравиться им и быть с ними вместе. Со временем все те, чье мнение мне было дорого, ушли из моей жизни. Важно, что ты сам о себе думаешь. Люди не могут понять тебя лучше, чем ты сам сможешь это сделать.

10. Всегда будь честен с собой и окружающими. Честные поступки в жизни дадут тебе душевный покой, это очень ценная вещь.

11. Не бойся задавать вопросы, беседовать с учителями и сокурсниками. В начале твоей карьеры не бойся также беседовать с боссом, коллегами, друзьями. Раскрывая себя в общении! В этом процессе повышается твой и профессиональный, и человеческий уровень, происходит некое таинство завязывания связей. Я, например, ни разу в жизни не устраивался на работу через формальные заполнения бланков – всегда выпадало так, что меня рекомендовали туда, где освобождалось место.

12. Оставайся наедине с самим собой хотя бы 10 минут в день. Это время твоих размышлений, твоя беседа с самим собой. Это важно. Тебе нужно по мечтать, спланировать будущее, подумать о чем-то. Творческое начало любого человека пробуждается тогда, когда он находится один на один с самим собой. В тишине ты сможешь прислушаться к своей интуиции, а она редко обманывает.

13. Проявляй интерес к жизни и другим людям. Одно из самых интересных приключений в жизни – это познавать мир. Иногда, в процессе познания сам

поиск ответов на вопросы может стать существеннее, чем ответы. Ты получаешь ответы на свои вопросы от разных людей, они отвечают тебе сообразно своим знаниям, опыту. Но у тебя, как и у всех, есть интуиция, поэтому ты сам почувствуешь, правильный ли ответ получил, или правильно ли задал вопрос. Ты узнаешь истинный ответ сам.

14. Постарайся полностью использовать свои ресурсы. Часто люди с каким-нибудь физическим недостатком рады жизни настолько, что обычный человек удивляется и восхищается. Почему? Потому что они смогли развить другие способности своего тела с помощью силы духа и воли. Например, молодой пианист Лю Вэй остался без рук в 10 лет, а к 19 годам научился так играть на фортепиано ногами, что, закрыв глаза, даже не подумаешь, что искусная музыка извлекается из клавиш с помощью пальцев ног.

15. Живи, исходя из своих материальных возможностей. Не транжирь деньги с целью покрасоваться перед другими. Деньги, которые у тебя есть, трать разумно, ты – хозяин деньгам, а не наоборот.

16. Уважай людей и старайся, чтобы им было хорошо. Нет правил, кого положено уважать, а кого нет. Уважай всех одинаково: пожилых, молодых, чужих, родных, относись ко всем одинаково терпеливо. Помогать людям, делать для них что-нибудь хорошее – это большой подарок жизни, подарок тебе самому.

17. Все то, что ты делаешь, делай хорошо. Не стоит делать то, что ты не умеешь делать хорошо. Создай себе репутацию человека, хорошо знающего и выполняющего дело.

18. Будь тем, кем ты должен быть. Кому-то суждено быть музыкантом, кому-то – поэтом, кому-то – водителем. Неважно, какое дело в этой жизни ты выберешь, важно, чтобы ты почувствовал всем сердцем, что это твое предназначение.

Тимур ЭХОВ



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА Творог с кольраби

Кольраби не пользуется такой популярностью, как белокочанная капуста, хотя кольраби – это тоже капуста. Причем более полезная: в ней больше кальция, больше витамина С. По содержанию кальция кольраби сравнима с молоком, сыром, яйцами. Поэтому одна порция нашего блюда – творога с кольраби – даст организму хорошую дозу необхо-

димых ему веществ. За свои зубы, которым требуется кальций, можете быть спокойны.

Кроме того, кольраби прекрасно очищает кишечник от шлаков и является отличным мочегонным средством – это незаменимый диетический продукт.



ФОТО: ХАВА ТОР/ВЕЛИКАЯ ЭПОХА

Творог с кольраби

На одну порцию вам понадобится:

1 клубень кольраби
Творог (столько, сколько нужно, на ваше усмотрение)
Петрушка или листовой салат
Кефир

Способ приготовления:

Натереть кольраби на терке. Петрушку или салат (можно и то, и другое) хорошо промыть, высушить, мелко нарезать. Добавить творог, перемешать все компоненты, посолить по вкусу, залить кефиром и...

Приятного аппетита!

Хава ТОР