

# Советы старого человека



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! Осуществляя 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 коричневое, 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. Собери 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 помечтать, 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 транжиришь 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