

УДК 159.9
ББК 88.52
ЛЗЗ

Cara Alwill Leyba
GIRL CODE

Copyright © 2015, 2017 by Cara Alwill
All rights reserved including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Лейба, Кара Элвилл.

ЛЗЗ Girl Code. Как разгадать год успеха в личной жизни, дружбе и бизнесе / Кара Элвилл Лейба ; [пер. с англ. Ю. Спириной]. — Москва : Эксмо, 2018. — 208 с. : ил. — (Wonderclub. Ты можешь больше, чем кажется).

ISBN 978-5-04-096178-8

Эта книга рассказывает о главных принципах успеха девушек-меллениалов. Она объясняет, как создать свой бизнес или построить карьеру, оставаясь при этом любимой, счастливой и окруженной преданными друзьями. Автор Girl Code, Кара Элвилл Лейба, уже несколько лет ведет блог Diet of Champagne, который читают и слушают более 2,5 млн человек. В блоге, как и в книге, Кара проповедует принципы глэм-саморазвия (от слов glamour). То есть саморазвития, которое подразумевает не только прокачку своих деловых и личностных качеств, но и умение жить комфортной жизнью в окружении красивых вещей и приятных людей. Да, девушка может и должна преуспевать, говорит Кара, но при этом ничто не должно ей мешать оставаться девушкой.

УДК 159.9
ББК 88.52

ISBN 978-5-04-096178-8

© Спирина Ю., перевод на русский язык, 2018
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2018

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Издание для досуга

WONDERCLUB. ТЫ МОЖЕШЬ БОЛЬШЕ, ЧЕМ КАЖЕТСЯ

Кара Элвилл Лейба

GIRL CODE

Как разгадать год успеха в личной жизни, дружбе и бизнесе

Главный редактор *Р. Фасхутдинов*
Руководитель направления *Л. Ошеверова*
Ответственный редактор *Л. Романова*
Младший редактор *И. Стародубцева*
Художественный редактор *Г. Булгакова*

ООО «Издательство «Эксмо»

123308, Москва, ул. Зорге, д. 1. Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru

Өндіруші: «ЭКМО» АҚБ Баспасы, 123308, Мәскеу, Ресей, Зорге көшесі, 1 үй.

Тел.: 8 (495) 411-68-86.

Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru.

Тауар белгісі: «Эксмо»

Интернет-магазин : www.book24.ru

Интернет-дүкен : www.book24.kz

Импортер в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы».

Қазақстан Республикасындағы импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Дистрибьютор и представитель по приему претензий на продукцию,
в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»

Қазақстан Республикасында дистрибьютор және өнім бойынша арыз-талаптарды
қабылдаушының өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС,

Алматы қ., Домбровский көш., 3«а», литер Б, офис 1.

Тел.: 8 (727) 251-59-90/91/92; E-mail: RDC-Almaty@eksmo.kz

Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.

Сертификация туралы ақпарат сайтта: www.eksmo.ru/certification

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ
о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Эксмо»

www.eksmo.ru/certification

Өндірген мемлекет: Ресей. Сертификация қарастырылмаған

Подписано в печать 09.07.2018. Формат 72x94¹/₁₆.

Печать офсетная. Усл. печ. л. 16,29.

Тираж экз. Заказ

ISBN 978-5-04-096178-8



В электронном виде книги издательства вы можете
купить на www.litres.ru

ЛитРес:

в один клик для книг



Из этой книги ты узнаешь:

- ✓ как собрать вокруг себя успешных и позитивно настроенных женщин;
- ✓ что нужно сделать, чтобы превратить чувство соперничества в сотрудничество, а зависть — в искреннее восхищение;
- ✓ как трансформировать осуждение близких в безоговорочное восхищение твоими достижениями;
- ✓ как перестать реагировать на негативные комментарии в свой адрес;
- ✓ что делать, если у тебя появился подражатель, который наносит вред твоей репутации;
- ✓ как поверить в свою неповторимость и перестать оглядываться на других;
- ✓ как заблокировать собственное раздражение и начать относиться к окружающим с продуктивным милосердием;
- ✓ что поможет тебе обрести настоящих друзей.

*Посвящается каждой женщине,
которая мечтает жить своей страстью.
Возможно все, что ты только способна
себе представить!*

Содержание

Напутствие	11	
		1
Раскрываем секрет: счастья хватит на всех	21	
		2
Поверь в свою неотразимость	39	
		3
Сила взаимодействия	59	
		4
Искусство быть бесстрашной	73	
		5
Как вести себя с хейтерами, подражателями и фриками	97	
		6
Нет времени заниматься ерундой, если собираешься строить империю	121	

7

Ищи тайный смысл 151

8

Не нужно ненавидеть ее только потому,
что она успешна 169

9

Не жди приглашения 187

Заключение 202

С любовью 203

Об авторе 204

GIRL CODE

Ты уникальна, детка!
Самое время в это
поверить!



Напутствие

Женщина — это замкнутая система.
Внутри нее есть сила создавать,
вращивать и преобразовывать.

Диана Мэричайлд



Только мне кажется, что с миром творится нечто невероятное? Десятки тысяч женщин в соцсетях рассказывают о своем феноменальном успехе — и в бизнесе, и в карьере, и в личной жизни. Такое ощущение, что все они взломали тайный код женского счастья и теперь полны оптимизма, энергии и абсолютной уверенности в себе...

Стоп.

Ты подозреваешь, что их радостные лица — не более чем показуха?

Красивая картинка, чье назначение — вызывать зависть у бывших одноклассников и просто бывших?

В таком случае нам стоит разобраться с этим самым «кодом». Возможно, ты тоже можешь им воспользоваться и получить все, что пожелаешь!

Но давай вернемся к реальности. Управлять бизнесом — тяжелая работа. Даже если ты наймешь лучшего коуча, прочтешь все книги по маркетингу и просмотришь бесчисленное количество вебинаров, ничего не изменится, пока не трансформируется твой способ мышления. Пока ты не поверишь в то, что можешь и *обязательно добьешься* успеха. Пока не избавишься от негативных мыслей, не научишься говорить «нет» тому, что тебя не устраивает, и не окружишь

себя позитивными, вдохновляющими женщинами, которые следуют своему призванию.

Есть что-то невероятное в том, чтобы открыться друг другу. Когда мы снимаем броню, избавляемся от эмоционального мусора и подставляем друг другу плечо, когда перестаем притворяться идеальными и показываем сумбурные, но прекрасные стороны своего Я и своей работы, мы становимся очень похожи. Это же происходит, когда мы признаемся в своих страхах, ошибках и провалах. А главное – когда делимся победами и достижениями.

Слишком многих женщин останавливают прочно закрепившиеся в сознании негативные мысли и неконструктивное поведение. Им не хватает поддержки и совета, как правильно жить и вести свой бизнес, чтобы чувствовать себя уверенной, вдохновленной и жизнерадостной. Они жаждут вступить в женский клуб, где каждая достигает целей, устраивает свою жизнь и твердо стоит на высоких каблуках лубутинов, глядя на мир из-под солнцезащитного козырька Dior.

К сожалению, его не так-то просто найти.

Girl Code:

Ни для кого не секрет, что у прекрасного пола плохая репутация: зачастую нас считают завистницами и склочницами.

Я не только видела подтверждения этому, но даже, честно говоря, сама давала повод так думать. Я была и той, кто сплетничает, и той, о ком сплетничают. И угадайте что? Это унижительно в обоих случаях.

Так почему же женщины попадают в ловушку зависти, негатива, язвительности и соперничества? Почему никто не догадывается, что подпитывать друг друга энергией гораздо продуктивнее, чем вставлять палки в колеса? Я могу ошибаться, но все-таки скажу: жизнь по другую сторону баррикад – прекрасна!

Кто я и почему я решила написать эту книгу

Весной 2008 года я начала вести блог под названием «Диета из шампанского». Он стал для меня способом самовыражения и своего рода терапией. Каждую неделю я делилась с читателями новой историей и пыталась на ее основе сформулировать один важный урок. Я нашла смысл в собственной боли и начала общаться с читательницами, которым пыталась помочь.

Еженедельно в мою почту со всего мира приходили сообщения от женщин, которые прочли какой-нибудь мой пост. Я находила время и отвечала каждой. Если в письмах были вопросы, я пыталась ответить максимально подробно. Если женщине просто нужно было выговориться, я слушала. Если она хотела поделиться своим успехом, я поднимала за нее воображаемый бокал шампанского.

Я чувствовала, насколько крепкой стала за это время установившаяся между нами связь. Возможность поговорить с жительницами Австралии, Великобритании или Швеции была важна для меня. Невзирая на прошлое каждой из нас, мы делились друг с другом одинаковыми страхами и желаниями. Мы обменивались друг с другом энергией – это сложно объяснить словами. Я знала, что мой блог находит отклик, потому что делилась в нем по-настоящему сокровенными историями из своей жизни, а читательницы делились

своими. Я не понимала, что конкретно происходит и к чему ведет «Диета из шампанского», но это было нечто грандиозное.

Ускорим события и окажемся в 2015 году, когда блог стал причиной невероятного рывка в моей самореализации. На данный момент я сертифицированный лайф-коуч и популярный (смею надеяться) автор книг по саморазвитию. За последние несколько лет я издала четыре книги. Обо мне писали такие журналы, как *Glamour*, *Share*, *Marie Claire*, *Cosmo*, и много других известных во всем мире изданий. Также я часто появляюсь на национальном и местном телевидении. Из малоизвестного блога получилась полноценная и довольно успешная работа. Но правда в том, что для меня это гораздо больше, чем работа. Это дело моей жизни, моя миссия, мое предназначение. Это то, чем я живу и дышу каждый день.

На сегодня я помогла тысячам женщин изменить свою жизнь и мировоззрение, стать счастливее и вывести карьеру на новый уровень. Я организовала семинары для женщин по всему миру, с особым удовольствием помогая тем, кто занимается бизнесом. Я знаю, что такое идти особым путем. Я знаю, каково это, когда люди, которые тебя не понимают, наперебой спрашивают, отчего ты решила выбрать столь рискованный маршрут? Я знаю, что такое не иметь никаких ориентиров на своей дороге.

Но я также знаю, что значит найти тех немногих людей, которые тебя поймут. Людей, которые захотят поделиться с тобой своими секретами, открыть дверь в свой внутренний мир, выпить бокал вина в твою поддержку. Ничто не вдохновляет меня больше, чем наблюдать, как женщины начинают общаться на новом уровне, находят друзей и создают собственные группы поддержки. Это происходит на каждом моем семинаре и в интернет-сообществе, и каждый раз я прихожу в восторг. Как и участницы групп. Мне кажется, что те далекие дни стали источником моей силы. Я увидела, что