

серия
« И Д Е А Л Ь Н А Я Ж Е Н А »



В СЕРИИ «ИДЕАЛЬНАЯ ЖЕНА» — КНИГИ, КОТОРЫЕ ДОЛЖНА ПРОЧИТАТЬ КАЖДАЯ ДЕВУШКА

- ОТНОШЕНИЯ** «Поступай как женщина, думай как мужчина. Почему мужчины любят, но не женятся, и другие секреты сильного пола»
С. Харви
- СЧАСТЬЕ** «Живи легко! Как обрести счастье и добиться успеха в любви»
Э. Мэтьюз
- ВЛИЯНИЕ** «Новый язык телодвижений. Самый авторитетный в мире учебник по чтению мыслей»
А. и Б. Пиз
- ЭТИКЕТ** «Настоящая леди. Правила хорошего тона на все случаи жизни»
Е. Вос
- КОММУНИКАЦИИ** «Не рычите на собаку! Книга о дрессировке людей, животных и самого себя»
К. Прайор
- ДОМ** «Магическая уборка. Японское искусство наведения порядка дома и в жизни»
М. Кондо
- СТИЛЬ** «Уроки мадам Шик. Секреты безупречного стиля для прекрасной девушки»
Дж. Скотт

С Е Р И Я « И Д Е А Л Ь Н А Я Ж Е Н А »

Э н д р ю М э т ь ю з

ЖИВИ ЛЕГКО!



*Как обрести счастье
и добиться успеха
в любви*

ОДРИ
МОСКВА
2 0 1 7

ОТЗЫВЫ ЧИТАТЕЛЕЙ

«Эндрю Мэтьюз простыми словами рассказывает о том, что раньше казалось сложным. Дайте ему возможность помочь вам найти смысл в жизни и работе, прочтите эту книгу».

*Кен Бланшар,
автор книги «Одноминутный менеджер»*

«Эндрю Мэтьюз снова написал мудрую и чудесную книгу. Сделай, как велит сердце, иди в книжный магазин и купи ее».

*Питер Макуильямс,
соавтор книг «Сделай это!» и «Негативные мысли —
это для нас слишком большая роскошь»*

«Я пользовался книгами Эндрю Мэтьюза, чтобы достучаться до самых безнадежных и депрессивных своих пациентов. Его практические, приправленные юмором книги — это лекарство, гарантирующее великолепные результаты».

*Ли М. Браун,
психотерапевт, Калифорнийская клиника, Сакраменто, США*

«Мощнейшая, но вместе с тем предельно простая для понимания книга, которая позволит вам прислушаться к своему сердцу и начать жить так, как всегда мечтали».

*Барбара де Анджелис,
автор книги «Секреты любви и счастья,
которые должны знать все влюбленные»*

«Обожаю блестящие, глубокие, веселые и очень полезные работы Эндрю. Наслаждайтесь чтением и мудрыми советами автора».

*Марк Виктор Хансен,
соавтор книг серии «Бальзам для души»*

ОТЗЫВЫ ЧИТАТЕЛЕЙ

«Дорожная карта к счастью, наполненная перлами духовной мудрости и юмором. Эта книга поможет вам взять ответственность за собственное счастье в свои руки. Читать обязательно».

*Джеральд Ямпольски,
автор книги «Любовь — это жизнь без страха»*

«Не книга, а сплошной восторг! Читая ее, чувствуешь, будто родился заново и получил возможность жить без былых проблем и комплексов».

*Обадия С. Харрис,
президент Общества философских исследований, США*

«В этой книге так много мудрости. Великие истины излагаются в ней предельно просто и очень весело».

*Берни Сигел,
автор книги «Любовь, волшебство и игры в песочнице»*

«Разумная, легкая книга, состоящая из готовых к немедленному применению рекомендаций и советов. Блестящая работа!»

*Доктор Уэйн У. Дайер,
автор книги*

ПАМЯТИ

моего отца Питера, который всегда жил, как велит сердце, и получал от этого массу удовольствия.

ПОСВЯЩАЕТСЯ

моей драгоценной супруге Джулии. Спасибо тебе за советы, неустанную поддержку и радость, которую ты мне даришь в жизни.

БЛАГОДАРЮ

редакторов англоязычного издания
Вималу Сандрам из Capital Communications,
Айше Харбен из Ayesha Harben and Associates
и Селию Пейнтер из The Media Works

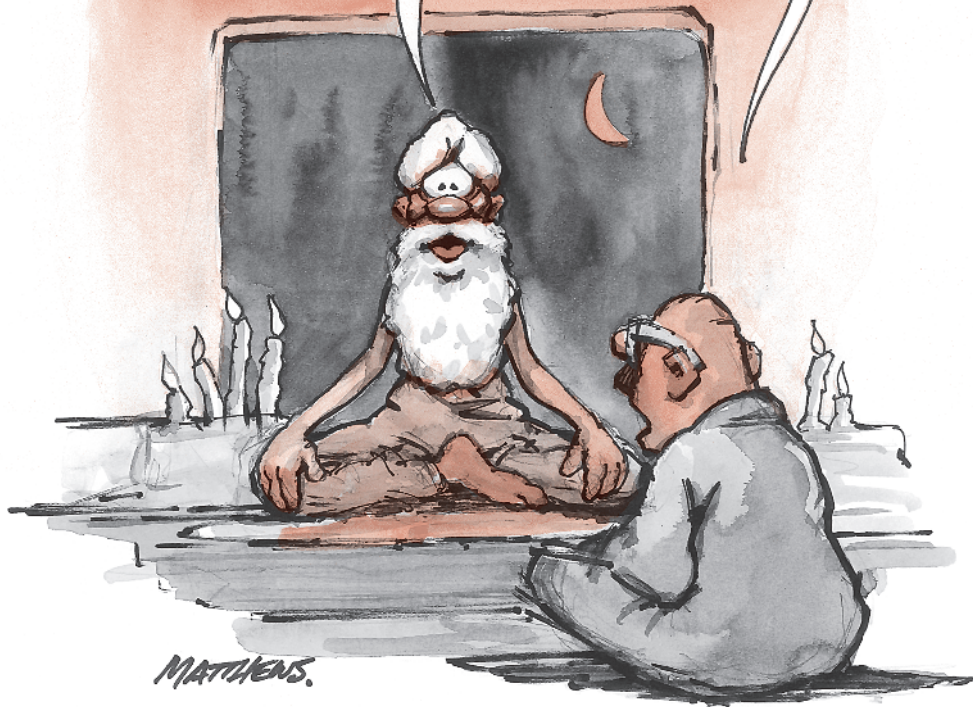
А также
Шэррин Кремер и Грету Коннелли за верстку
и каждодневную помощь в офисе.

Леса Хоффмана за советы.

И мою сестру Джейн Томас за помощь во всем.

Учитель, можно найти в жизни какой-то смысл,
если у тебя уже есть спортивный «Мерседес»?

Конечно... Купи «Феррари»!



Содержание

ГЛАВА 1	13	ГЛАВА 6	99
Зачем нам даются беды и несчастья?	16	Занимайтесь любимым делом	101
Уроки	19	Карьера или призвание	106
Век живи — век учись	25	Смена курса	114
ГЛАВА 2	33	Отговорки и оправдания	128
Закон сеятеля	36	ГЛАВА 7	131
Причины и следствия	38	Главное — начать!	133
От простого к сложному	40	Смелость	136
Дисциплина	45	Пробуйте новое	140
Учитесь адаптироваться!	49	Секрет силы	141
ГЛАВА 3	51	Почему не я?	144
Убеждения	53	ГЛАВА 8	147
Все беды у меня из-за работы!	61	Удача	149
Денежный вопрос	61	Мысли	152
Надо себя баловать!	68	Душевный покой	158
Дело не в том, что происходит...	70	Картина мира	169
ГЛАВА 4	75	ГЛАВА 9	175
Привязанности	77	Зачем мы посланы в этот мир?	177
Привязанность к деньгам	81	Умение прощать	179
Умение отдавать	83	Семья	186
Привязанность к любимым людям	84	Любовь и страх	189
ГЛАВА 5	87	ГЛАВА 10	193
Зачем нужно позитивное мышление?	89	Когда приходит время перемен	195
Позитивное мышление формирует наше подсознание	90	Ты не одинок!	199
Какие посеешь мысли, такие пожнешь плоды	93	Комментарии читателей	204



«Руководство компании решило отметить ваш вклад.»

Живи легко!

Десять заповедей:

1. Мы посланы в этот мир учиться, и в учителя нам назначена сама жизнь.
2. У Вселенной нет любимчиков.
3. Наша жизнь — это точное отражение наших убеждений.
4. Как только слишком привязываешься к вещам, людям, деньгам, жизнь идет наперекосяк.
5. Все, на чем фокусируешь свое внимание, растет и развивается.
6. Живи, как велит сердце!
7. Бог никогда не спустится с неба, чтобы сказать: «Теперь я разрешаю тебе добиться успеха!»
8. Когда начинаешь воевать с жизнью, победителем всегда выходит она.
9. Как любить людей? Да просто принимать их со всеми плюсами и минусами.
10. Цель нашей жизни не в том, чтобы изменить окружающий мир, а в том, чтобы изменить себя.



1

**МЫ ЖИВЕМ
НА ЭТОМ СВЕТЕ,
ЧТОБЫ ВЫУЧИТЬ
ВСЕ УРОКИ,
КОТОРЫЕ ДАЕТ
НАМ ЖИЗНЬ**

*Когда мы не усваиваем урок, нам приходится
учить его снова и снова. Когда мы урок
наконец, усваиваем, жизнь подкидывает нам
следующий. И уроки эти не закончатся никогда!*



Зачем нам даются беды и несчастья?

Уроки

Век живи — век учись

До поры до времени не замечаешь даже очевидного...

Когда мне было десять, самой большой драгоценностью в моей жизни был футбольный мяч. Я не расставался с ним ни за столом, ни в постели, а раз в неделю вместо ботинок надраивал до блеска именно его. Про футбол я знал все, но вот о многих других аспектах жизни, в частности о том, откуда берутся дети, представление у меня было очень туманное.

Как-то днем, играя на улице, я потерял свой бесценный мяч. Я обыскал все вокруг и пришел к выводу, что его кто-то украл.

Спустя некоторое время я вдруг заметил женщину, которая явно спрятала его у себя под одеждой. Я твердым шагом подошел к ней и строго спросил: «С какой это стати, интересно, вы записали мой мяч себе под кофту?»

Никакого мяча у нее, конечно, не было... но именно в тот день я узнал, откуда появляются дети и как выглядит женщина на девятом месяце.

Мяч я тогда все-таки нашел, но чуть позже.

Однако больше всего меня тогда озадачило, почему до десятилетнего возраста я никогда не замечал беременных женщин... и почему после этого случая они начали попадаться мне буквально на каждом шагу.