

# «Самурай инфо-бизнеса»

*Экспресс-тренинг  
повышения концентрации,  
организованности и личной  
эффективности в онлайн*

Автор: Азамат Ушанов  
[www.azamatushanov.com](http://www.azamatushanov.com)

**Занятие № 1**



# Развешивание мифа

# Развешивание мифа

*Эффективность - это НЕ повышение  
количества сделанных дел*

# Развешивание мифа

*Эффективность - это НЕ повышение количества сделанных дел*

***Эффективность - это ежедневный ПРОГРЕСС к достойной цели.***

# Развееивание мифа

*Эффективность - это НЕ повышение количества сделанных дел*

***Эффективность - это ежедневный ПРОГРЕСС к достойной цели.***

*Если СЕГОДНЯ ты взял инициативу в свои руки и физически спрогрессировал к цели на миллиметр - это успех!*

# **I. Создание автоматической мотивации на вашем рабочем месте**

# **I. Создание автоматической мотивации на вашем рабочем месте**



# **I. Создание автоматической мотивации на вашем рабочем месте**







***Это не простой «коллаж мечты»***



***Это не простой «коллаж мечты»***

**Это коллаж  
благодарностей**



***Это не простой «коллаж мечты»***

**Это коллаж  
благодарностей** ***вперемешку  
с желаниями***



- *Когда у тебя есть желания, но ты недоволен тем, что есть сейчас - ты излучаешь нужду и саботируешь сам себя.*

- *Когда у тебя есть желания, но ты недоволен тем, что есть сейчас - ты излучаешь нужду и саботируешь сам себя.*
- *Когда у тебя есть желания, и ты доволен тем, что есть сейчас - ты излучаешь притягательную энергию и чувствуешь энтузиазм.*

- *Когда у тебя есть желания, но ты недоволен тем, что есть сейчас - ты излучаешь нужду и саботируешь сам себя.*
- *Когда у тебя есть желания, и ты доволен тем, что есть сейчас - ты излучаешь притягательную энергию и чувствуешь энтузиазм.*
- *Соединение желаний и благодарности создает магический эффект*

# Что делать:



# Что делать:

- *Распечатать фото с радостными событиями из жизни. За что вы благодарны. То, что вам дорого. Смотря на что, у вас возникает тепло в душе.*

# Что делать:

- *Распечатать фото с радостными событиями из жизни. За что вы благодарны. То, что вам дорого. Смотря на что, у вас возникает тепло в душе.*
- *Распечатать фото со своими желаниями.*

# Что делать:

- *Распечатать фото с радостными событиями из жизни. За что вы благодарны. То, что вам дорого. Смотря на что, у вас возникает тепло в душе.*
- *Распечатать фото со своими желаниями.*
- *Купить пробковую доску в магазине.*

# Что делать:

- *Распечатать фото с радостными событиями из жизни. За что вы благодарны. То, что вам дорого. Смотря на что, у вас возникает тепло в душе.*
- *Распечатать фото со своими желаниями.*
- *Купить пробковую доску в магазине.*
- *Разместить фото в пропорции 70 на 30.*

# Что делать:

- *Распечатать фото с радостными событиями из жизни. За что вы благодарны. То, что вам дорого. Смотря на что, у вас возникает тепло в душе.*
- *Распечатать фото со своими желаниями.*
- *Купить пробковую доску в магазине.*
- *Разместить фото в пропорции 70 на 30.*
- *Разместить доску на рабочем месте дома.*



**Поглядывай на коллаж во  
время работы. Поглядывай  
на коллаж перед сном...**



**Поглядывай на коллаж во  
время работы. Поглядывай  
на коллаж перед сном...**

«Если СЕГОДНЯ ты взял инициативу в свои руки и спрогрессировал к цели на миллиметр - это успех!»

# 2. Создание информационного фильтра

The screenshot shows the Gmail interface with a search bar at the top and a list of emails in the main area. The left sidebar contains navigation options like 'Почта', 'Контакты', and 'Задачи'. The email list includes various senders and subjects, such as 'Hanna Jameson' with the subject 'is 'yes' enough?' and 'Mike Kemski' with 'just out of rehab'. The interface is in Russian and shows a date of Saturday, April 9, 2011.

От кого	Тема	Время
+++, Макс (2)	[mastermind-2011] оплата - оплатил тур кроме меня и Макса кто-то едет? ) -- Игорь ...	15:19
Hanna Jameson	is 'yes' enough? - Let me ask you a very important question... If you had the choice to continue down your current ...	15:11
PickUp 101	The Mason Stimulus Package Is On! - I Know I've been out of touch for a few days... But that just means I've been working on ...	15:10
iStockphoto	iStock Payment Confirmation. - iStockphoto LP Suite 200 - 1240 20th Ave SE Calgary, Alberta T2G 1M8 Canada Tel: 403.265.3062 ...	14:36
The Universe	TUT... A Note from the Universe - Not only are you now dreaming, Azamat, but you're adored. And not only are you adored, but ...	14:08
serp	Re: Çàâàç ïà Ìàðîï 3461 ïððàààáá à ñèðæàó àïñðààèè. (Automatic Response) - Ваше письмо получено. Постараемся ответить в ...	13:41
Анатолий Власов	Re: Заказ под номером 3454 отправлен в службу доставки. - Уважаемый коллега! Рад приветствовать Вас! Сейчас я ...	13:33
Александр, я, Александр (4)	Азамат, дайте, пожалуйста, ответ! Герои Русского Интернет Бизнеса..... - Азамат, снова привет! Как на счет апреля, чтобы стать ...	13:26
Rich Schefren	Are you sabotaging yourself without knowing it? - Hey Azam, I wrote you a mail a couple days ago. I hope you had a chance to read it. It was about ...	12:15
Bill Glazer	This Opportunity Melts at MIDNIGHT... - The Special Limited-Time Opportunity EXPIRES at MIDNIGHT Remember in "The Wizard of Oz ...	11:51
Дмитрий Трефилов	Азамат, поговорим об одиночестве? - Здравствуйте, Азамат! Вам снова пишет Трефилов ...	11:40
Yanik Silver	new blog post - InternetLifestyle.com - Hi Azamat, Yanik Silver with another blog post from InternetLifestyle.com Yanik Silver's ...	9:31
Mike Kemski	just out of rehab - Just a quick note today... March 27th, 1989 I walked out of rehab after spending 21 days learning ...	5:20
Mike Kemski	just out of rehab - Just a quick note today... March 27th, 1989 I walked out of rehab after spending 21 days learning ...	5:08
Subscribe.Ru	Новости Subscribe.Ru 28/03/2011 - Если выпуск не отображается, вы можете прочесть его ...	4:57
Adam Gilad	"Approach-Intrigue-Escalate" [Here's the secret] - There she is... She's beautiful. She's laughing. She seems 100% approachable... But you ...	3:25
John Reese	Are You Guilty Of This? - I hope you are having a nice weekend. I was talking to a close friend on the phone last night and ...	2:48
я	новое сообщение в инфо-сервисе - Клиент оставил сообщение по заказу. Информация здесь ...	2:15
Служба поддержки Ушанов:	[SUPPORT-DESK.RU] Вам переадресован билет (#1339) — Как я модернизировал твой видео про... - Здравствуйте! В администрируемый Вами отдел ...	0:00
я	Сообщение об ошибке!!! - Вызван скрипт оповещения о платеже, совершенном ...	27 марта
Mike Filsaime	new blog post at MarketingDotCom - Hey Azam I just posted a new post on my MarketingDotCom blog about a recent experience I had when ...	27 марта
Amish Shah	Already Have a Successful Business? (nothing for sale...open up) - Hi, Yesterday I sent an email asking for your participation in my "feedback survey ...	27 марта
poerly	Азамат, к Вашему материалу был добавлен комментарий - Приветствуем Вас, Азамат! Сообщаем, что к Вашему ...	27 марта
Альбина	Request for Comment Deletion: "Как эффективно договариваться с партнерами" - A commenter requests deletion of a comment on your post #215 "Как эффективно ...	27 марта
я	Сообщение об ошибке!!! - Вызван скрипт оповещения о платеже, совершенном ...	27 марта
Команда Info-DVD.RU	Азамат, Вам выплачены комиссионные! - Здравствуйте, Азамат! Вы являетесь участником ...	27 марта
Simpleology (2)	Money by Monday - Hey Azamat, it's Sunday - you've still got one more day to get money by Monday. Can you ...	27 марта
>> Justin Blake	... FLU strikes again! - Azam You've got to see this crazy video. * It's of a man stricken with the flu turning 15 ...	27 марта



***Цени свое время!***

# ***Цени свое время!***

- *Правило: удалить 80% пришедших рассылок сразу.*

# ***Цени свое время!***

- *Правило: удалить 80% пришедших рассылок сразу.*
- *В сервисе рассылок поставь обратный адрес, который ты вообще не проверяешь.*

# **Цени свое время!**

- *Правило: удалить 80% пришедших рассылок сразу.*
- *В сервисе рассылок поставь обратный адрес, который ты вообще не проверяешь.*
- *Ты отстаюял свою точку зрения в споре? Похлопай себя по плечу и поздравь себя, что ты идиот.*

# **Цени свое время!**

- *Правило: удалить 80% пришедших рассылок сразу.*
- *В сервисе рассылок поставь обратный адрес, который ты вообще не проверяешь.*
- *Ты отстаюял свою точку зрения в споре? Похлопай себя по плечу и поздравь себя, что ты идиот.*
- *Понимание реального контроля.*

# **Цени свое время!**

- *Правило: удалить 80% пришедших рассылок сразу.*
- *В сервисе рассылок поставь обратный адрес, который ты вообще не проверяешь.*
- *Ты отстаюл свою точку зрения в споре? Похлопай себя по плечу и поздравь себя, что ты идиот.*
- *Понимание реального контроля.*
- *Общайся с людьми в реальной жизни. Интернет предназначен для получения заказов.*

# **3. Создание системы делегирования**

# **3. Создание системы делегирования**

Открой аккаунт на <http://www.support-desk.ru>



# **3. Создание системы делегирования**

Открой аккаунт на <http://www.support-desk.ru>

Найми виртуального ассистента

# **3. Создание системы делегирования**

Открой аккаунт на <http://www.support-desk.ru>

Найми виртуального ассистента

Физические товары отправляй через  
<http://www.russianpostservice.ru>

# Задание # 1

# Задание # 1

- *Создать и разместить коллаж благодарностей (вперемешку с целями)*

# Задание # 1

- *Создать и разместить коллаж благодарностей (вперемешку с целями)*
- *В сервисе рассылок поставить обратный адрес, который вы вообще не проверяете.*

# Задание # 1

- *Создать и разместить коллаж благодарностей (вперемешку с целями)*
- *В сервисе рассылок поставить обратный адрес, который вы вообще не проверяете.*
- *Начать удалять 80% рассылок сразу*

# Задание # 1

- *Создать и разместить коллаж благодарностей (вперемешку с целями)*
- *В сервисе рассылок поставить обратный адрес, который вы вообще не проверяете.*
- *Начать удалять 80% рассылок сразу*
- *Забросить в рассылку и твиттер объяву про то, что вам нужен менеджер электронной почты*

# Задание # 1

- Создать и разместить коллаж благодарностей (вперемешку с целями)
- В сервисе рассылок поставить обратный адрес, который вы вообще не проверяете.
- Начать удалять 80% рассылок сразу
- Забросить в рассылку и твиттер объяву про то, что вам нужен менеджер электронной почты
- Сделать к шаг к делегированию доставки ваших физических товаров <http://russianpostservice.ru>