



# Введение

Вы не должны довольствоваться малым. Я говорю о жизни вообще. Современное общество транслирует своему средне-статистическому члену следующее сообщение: *«Ты должен быть как все. Будь в толпе. Не высовывайся. Не бери на себя ответственность»*. И многие соглашаются. На практике это означает, что, по сути, большинство современных людей не могут позволить себе высококлассный уровень жизни: дорогие автомобили, отдых на престижных курортах. Это удел звезд, на которых мы смотрим по телевизору, которых видим на обложках глянцевого журналов и т. д. Я не говорю о том, что каждый должен иметь все богатства мира, нет. Но каждый должен знать, что может себе их позволить при необходимости.

На самом деле все, разумеется, далеко не так. Но если человек сознательно или неосознанно все же выбирает минималистический стиль жизни, то именно так все и будет. У вас наверняка есть парочка знакомых, которые говорят: *«Я не хочу всю эту карьерную гонку, мне достаточно моей работы, пускай и малооплачиваемой, зато стабильной»*. *«Чистые погоны — чистая совесть»* — слышали такое? Это еще один отказ от ответственности. Также они могут сказать, к примеру, следующее: *«Я не хочу отдыхать или путешествовать, я лучше буду зашибать свою копейку, потому*

что за те деньги, которые просят турфирмы, дома можно такой пир устроить, что закачаешься». Однако при этом никто и никогда этот пир не устраивал, обращали внимание?

Эти люди сознательно отказываются от своих ярких целей и проживают незаметную жизнь. Я не берусь судить, хорошо это или плохо. Наверное, для сохранения баланса и такие люди в этом мире нужны. Но я хочу с радостью поприветствовать вас, уважаемый читатель, на страницах своей книги, потому что вы явно не из их числа. Потому что люди, которых мы называем минималистами, никогда не возьмут в руки книгу, посвященную саморазвитию. Им жалко времени на такого рода досуг. Им не понять, что это и не досуг вовсе, а постоянная работа — работа над собой.

Для чего нужна эта книга и в чем она может быть полезна? Первое и самое важное — она помогает вам успевать больше в единицу времени. Личная продуктивность на профессиональном уровне. Это, в свою очередь, позволяет смело ставить и, главное, уверенно достигать *ярких целей*. Позже мы подробнее остановимся на этом понятии, поскольку оно требует детальной расшифровки. А пока знайте, что яркая цель — это та цель, при мысли о которой у вас загораются глаза.

Люди могут достигать ярких целей по разным причинам. Кто-то хочет это сделать для себя. К примеру, один человек решил сбросить 15 килограммов. Ему это нужно прежде всего, чтобы исчезли проблемы со здоровьем. Это его жизнь, и он хочет вывести ее на качественно новый уровень. Он хочет, чтобы ему снова нравилось отражение

в зеркале. И диета, помноженная на регулярные занятия спортом, — та цена, которую он готов заплатить. Его яркая цель — сбросить лишний вес — зажигает в нем огонь.

Другие могут достигать ярких целей для своих близких. К примеру, отец троих детей проворачивает на работе успешные сделки, приносящие большую прибыль, чтобы дать своим отпрыскам хорошее образование. Результат (образование) достается не самому человеку, но он испытывает удовлетворение от осознания того, что именно благодаря ему это стало возможным.

Наконец, кто-то может достигать своих целей для чужих людей, как бы это странно ни звучало. К примеру, человек низкого роста может взять в жены девушку с длинными ногами, которая, соответственно, намного выше его. При этом он идет на встречу одноклассников, чтобы там все попадали от зависти. Да, такое бывает. К примеру, он может быть продюсером, а его жена — начинающей актрисой. Наши комплексы иногда могут сослужить нам добрую службу — они гонят нас вперед в стремлении их компенсировать. Если эту энергию обратить на благо, можно извлечь из этого пользу.

Об этом мы еще поговорим подробнее. Для начала нужно понять, что путь достижения цели — это системное саморазвитие. Оно означает, что вам нужно действовать сразу в нескольких направлениях, чтобы получить результат. Ибо если прикладывать усилия только в одном направлении, одновременно вы, конечно, можете получить выигрыш, но стратегически вы окажетесь ни с чем, потому что сильных

мест у вас мало, а судьба и ваши противники, словно сговорившись, всегда будут бить как раз в слабые места.

Эта книга рассказывает о пяти сегментах, работать над которыми вам нужно будет комплексно. И конечно, книга, которую вы держите в руках, расскажет вам о мане — о той энергии, без которой замыслы остаются лишь мечтами. Если вы читали первую мою книгу, то помните пример, ярко иллюстрировавший роль маны. У вас есть автомобиль, и то, куда вы можете уехать, зависит от количества топлива. Чем больше бензина в бензобаке, тем более долгий путь вы можете себе позволить. То же самое в жизни: чем больше у человека маны, тем более яркие цели он способен достигать.

Эта книга — продолжение моей предыдущей работы «Книга, которой нет». Я пишу ее так, чтобы понять ее мог каждый, даже тот, кто предыдущую книгу не читал. Судьба — хитрая штука, и эта книга может попасть в руки случайному человеку. Моя задача заключается в том, чтобы даже тот, кто ничего не знает об авторе и его произведениях, прочтя ее, мог получить практически моментальный и, главное, заметный результат.

Еще одна важная мысль этой книги, которой я должен поделиться с вами: недовольство — двигатель эволюции. Мы всегда стремимся сделать так, чтобы оставаться в зоне комфорта. Чтобы сохранялось состояние покоя и стабильности в нашем нестабильном мире. Озарение приходит тогда, когда становится ясно, что стабильность иллюзорна. Ее не существует в принципе. Можно лишь на время ее себе купить или сотворить, но когда иллюзия рухнет, падать

еще больше. Поэтому мы всегда должны быть немного недовольны тем, что происходит в нашей жизни.

Мы немного говорили об этом в предыдущей работе, но сейчас я хочу, чтобы вы были недовольны тем состоянием, в котором пребываете сегодня. Это не даст вам зазнаться и подстегнет для дальнейших действий. Я имею в виду скорее спортивную злость, чем ярость. Потому что сытый и довольный спортсмен никогда не показывает своих лучших результатов. Только со спортивной злостью внутри атлет способен на многое. Он не ненавидит соперника, он просто злится на него и хочет его превзойти. То же самое и здесь. Только в роли спортсмена, которого вы собрались превзойти, будете вы сами до прочтения этой книги.

Тем людям, кто читал первую книгу, я хочу сказать спасибо за отзывы, которые приходят на мою почту: [write\\_to\\_novak@mail.ru](mailto:write_to_novak@mail.ru) и на сайт [alex-novak.ru](http://alex-novak.ru). Благодарю тех, кто оставляет комментарии в социальных сетях. Позже будут отзывы и на эту книгу. Я понимаю, что не у всех получится оценивать не текст, а самого себя. На момент старта работы над книгой вы находились в одном положении, потом будете в другом. Качество «Другой книги, которой нет» в первую очередь измеряется тем рывком, который делает читатель. Поэтому я попрошу вас побольше анализировать собственные мысли и присылать мне на почту свои истории успеха. Возможно, в следующие издания книги я включу ваш рассказ о том, чего удалось добиться, работая над собой.

В завершение введения хочу сделать небольшое предупреждение. Я отдаю себе отчет, что некоторые читатели

после этих слов закроют книгу и отложат в сторону. Но не сказать об этом было бы несправедливо. Я хочу сообщить, чтобы вы прямо сейчас отчетливо осознали, что на протяжении работы над книгой вам придется работать над собой. И вы должны терпеть некоторые ограничения. Что это значит? Все ваши действия в жизни привели к тому, что вы находитесь сейчас в том положении, в котором есть. Если вы хотите что-то изменить в своей жизни, то вы должны меняться сами. Возвращаюсь к уже озвученному примеру: если вы хотите похудеть, то вы должны изменить питание. И полумеры здесь не помогут. Вы либо должны меняться полностью, либо останетесь на месте. Третьего не дано.

Яркие цели, которые вы будете себе ставить, подразумевают, что прямо сейчас достигнуть их вы не можете, иначе это была бы не яркая цель, а просто задача на ближайшее время. Яркая цель тем и хороша, что кажется далекой, но ее свет мотивирует и манит к себе. И чтобы путь к ней оказался успешным, каждый из нас должен пойти на определенные ограничения. Банальная фраза «выйти из зоны комфорта» не совсем отражает то, что я имею в виду. Выходить из зоны комфорта означает входить в некий дискомфорт, а ограничения, которые вы будете сами на себя накладывать, наоборот, будут вводить вас в «продвинутую зону комфорта». То есть вы можете испытывать некоторые лишения, но от чувства приближения к своей цели вас не будет отпускать ощущение, что наконец-то вы делаете все правильно. Именно так, как нужно для достижения результата.

Я дам вам три обещания по поводу этих ограничений. Первое — ограничения вы будете ставить сами. Ни я, ни

кто-либо другой не волен властвовать над вашей жизнью. Каждый из нас делает сознательный выбор ежедневно и по многу раз. И здесь вам также придется сделать самостоятельный выбор. Те ограничения, которые вы будете на себя накладывать в рамках достижения цели, будут исключительно вашего собственного авторства.

Второе — ваши ограничения будут терпимыми. Не придется героизировать, к примеру, голодать 30 дней, отказываться от всех привычек, коренным образом менять свою жизнь (скажем, подавшись в отшельники). Но определенные лишения на каких-то этапах вы испытывать все же будете. И мое обещание заключается в том, что вы справитесь. При желании и небольшой толике силы воли вы сможете пройти этот путь — получите от этого удовольствие.

И третье мое обещание: все лишения будут временными. Все, что вы задумаете, вы осуществите и после этого вернетесь в свой обычный ритм жизни. Ну, если захотите, конечно.

Вот такая информация от меня на старте. Я хочу пожелать вам удачи на вашем пути, она вам обязательно пригодится. И непременно пишите отзывы мне на почту: [write\\_to\\_novak@mail.ru](mailto:write_to_novak@mail.ru) после того, как прочтете книгу.

