

СТАНИСЛАВ ШУДА

---

# ВЖИК ИЛИ МУЖИК?

ПРАКТИЧЕСКИЙ, КАРМАННЫЙ  
СПРАВОЧНИК ДЛЯ МУЖЧИН

Станислав Шуда

**Вжик или мужик?**  
**Практический, карманный**  
**справочник для мужчин**

«Издательские решения»

## **Шуда С.**

Вжик или мужик? Практический, карманный справочник для мужчин / С. Шуда — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-934354-3

Эта книга не результат умопомрачительных поездок, встреч с гуру и профессорами. Она — торжество разума. Так на болоте зацветает цветок. И несгибаемое желание стать лучше, выбраться, увидеть светлое будущее — стало тем самым цветком. Эта книга — инструктаж по самодостаточности и жизнестойкости. Для тех, кому важно важное. О том, на что опираться, делая важный в жизни выбор, какие ценности можно назвать универсальными, и о том, как же это — правильно.

ISBN 978-5-44-934354-3

© Шуда С.  
© Издательские решения

# Содержание

ОБ АВТОРЕ	6
ВСТУПИТЕЛЬНОЕ СЛОВО	7
Конец ознакомительного фрагмента.	9

# **Вжик или мужик? Практический, карманный справочник для мужчин**

**Станислав Шуда**

© Станислав Шуда, 2018

ISBN 978-5-4493-4354-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## ОБ АВТОРЕ

О себе категорически не люблю. Но читателю-же интересно! Принял решение несколько слов сказать. Но всего несколько. Потому что, в данном случае совершенно не важно – кто я. Важна лишь информация. И её разумность и истинность. Если она такова, то неважны подробности о том, кто это написал. А если книга пустышка – то мне нужно петь себе самому хвалебные песни, чтоб хоть как-то Вас увлечь.

Но всё же... родился я в 1983 году в провинциальном городишке, в котором едва коптели небо военные и химические заводы. Больше похожие на декорации для фильмов ужасов. Вокруг города было много леса. Это было единственное, что радовало. И приносило хобби тем, кто ещё совсем не спился – рыбалка да охота.

Все остальные развлечения – водка и карты. В весёлые 90-е я был школьником... и каким-то чудом не стал наркоманом и не сел в тюрьму. Но было весело. Иногда. Иногда даже влюблялись и чем-то интересовались.

Далее всё банально, выпускники 2000, учёба в педагогическом вузе по специальности «Учитель истории и психолог», параллельно с учёбой – работа на стройке, работа мусорщиком и работа в таможенной службе. Здесь немного родственники помогли. Но вопреки ожиданиям – со службы ушёл с тем-же с чем и пришёл. С голым задом – можно сказать.

В это время вместе с женой (да – женился я рано, никого не слушал) выстроили бизнес (в основном её усилиями) и переехали жить к морю.

Похвастаться совершенно нечем. Кроме своей заурядности и банальности. Но было одно «НО»! Это некая параллельная реальность у меня в голове. Невероятная фантазия, неуёмное шило в попе, огромное количество прочитанных книг и просмотренных лекций на ютубе. При умелом использовании – это настоящее эльдорадо знаний. Я всегда был «себе на уме». Всегда оспаривал общепринятые истины. Всегда пытался аргументировать и искать. За такую самостоятельность и бесконечные споры и полюбила меня жена.

Эта книга не результат умопомрачительных поездок, встреч с гуру и профессорами. Она – торжество разума. Также на болоте зацветает цветок. И несгибаемое желание стать лучше, выбраться, увидеть светлое будущее – стало тем самым цветком. Вернее, его стеблем. Цветком стало то, что я счастливо женат, рядом активно мешают написанию двое чудесных детей – девочка и мальчик. Я живу в доме не далеко у моря. Так, как всегда хотел. Я много работаю с людьми – психотерапия и консультации. Это то, что я действительно люблю. Я всё ещё не богат. Но одет и сыт. Мой разум в целостности и сохранности. И это делает меня спокойно довольным. Но не тем, кто остановился. Открытий нового и новых уровней познания – ещё безгранично много.

Простой вывод в том, чтоб прикоснуться к глубине мудрости, не всегда обязательно учиться в известных на весь мир вузах, много путешествовать. Знания рядом. Счастье – тоже. Главное – движение вперёд.

## ВСТУПИТЕЛЬНОЕ СЛОВО

В данной книге нет такого, что Вы никогда не слышали. Её целью не является удивлять Вас или как-то невероятно зажечь. Для этого сходите на праздник или в клуб. Или к мотивационным спикерам. Эта книга занудное исследование тех вещей, которые помогали людям, и мужчинам в частности, преодолевать жизненные кризисы, не нарушая целостности своего разума и не впадая в истерику.

Это совсем не о том, чтоб вытерпеть, стиснув зубы, или не обращать внимания на очевидное. И даже не о постановке всяких разных целей – достигнув которые, Вы будете чувствовать себя лучше. Играя в эту игру – Вы проиграли вначале. Если надо чувствовать себя лучше, при достижении чего-то, то этим Вы убеждаете себя в том, что с Вами что-то не так по умолчанию. И это «по умолчанию» – это Ваше внутреннее, то, что остаётся с Вами, на какую-бы вершину Вы не поднялись.

Но есть совсем другой взгляд. Это когда Вы как маяк в бурю – спокойны и непоколебимы и выполняете то, что важно. Для Вас же и важно. Давайте посмотрим на таких людей. Не буду утомлять Вас биографиями – их легко найти в интернете. Что я Вам настойчиво рекомендую сделать. Не только же мне на слово верить.

Римский император Марк Аврелий – правил Римом очень много лет, воевал с германцами, ненавидя войну, потерял нескольких детей, пережил то, что нам и не снилось. При этом – написал замечательное произведение, вернее это были его дневники – которые стали достоянием общности. И самое важное – при всех проблемах, мог мыслить здраво и править огромной империей.

Виктор Франкл – швейцарский еврей, попавший в концлагеря и переживший все их ужасы, потерявший семью. Но после окончания войны – писал одни из самых впечатляющих книг, читал лекции.

Джеймс Бонд Стокдэйл (да-да, Джеймс Бонд!) – американский военный летчик. Во время войны во Вьетнаме, его самолёт был сбит, и он провел в плену 8 долгих лет. Он придерживался философии стоицизма, вдохновляясь идеями Эпиктета. Вьетконговцы делали с ним такое, что Эпиктет рыдал на том свете. Помогал другим, сохранил разум и ещё хотел вице-президентом быть.

Также не счесть невероятных поступков советских солдат во второй мировой войне. Вспоминать их – надо только этому книгу посвятить. Но объединить их может то, что никто из них не страдал мыслями о том, что вот мол... бедненький я, жизнь моя тяжёлая, невроз у меня.

В каждой из этих историй много «но» и много аспектов, которые выходят за рамки нашего рассуждения. Я хочу сфокусироваться на том, что человеку возможно в принципе – пройти сквозь невероятное и потерять самое ценное. Свой разум. То единственное – что отличает нас от животного мира.

Конечно, основные инстинкты, руководящие нами – это желание выжить как особь, размножиться и создать отношения с парой, и залезть хоть какую-то верхушку, хоть какой-то социальной пирамиды. Это биологические основы, и мы не должны упускать их из виду. Но о них другие, научные и очень увлекательные книги. Эта – о другом.

Жизнестойкость и самодостаточность – вот наша цель. Вот то, что мы ищем. В разное время она называлась по-разному: сила духа, отвага, вера. На минутку прекратите чтение и вдумайтесь в смысл каждого этого слова. Все они о чём-то похожем. Попробуйте прочувствовать то, что они выражают. И осознайте смысл который их объединяет. Для удобства – я буду называть это жизнестойкостью. Той способностью, развивая которую, Вы забудете о страхах, любых тревогах и о том – что какая-то жизненная ситуация может Вас «выбить из колеи». Всё

что ни произойдёт с Вами – станет лишь очередной историей. И это не о том, чтоб терпеть, стиснув зубы – вот этого как раз не надо. Иначе от внутреннего давления – крыша не то что съедет, а просто улетит.

Мы же говорим о способности воспринимать всё спокойно. И Вы уже это переживали. Просто не понимаете. Приведу пример: вспомним детство. Вспомним, с каким горем и отчаянием Вы рыдали – когда сломалась машинка, или кукла. И с каким умилением мы смотрим на то, когда у наших детей случается подобное. Выросли мы, вырос уровень задач, которые можем решить, вырос уровень сложностей – с которыми можем справляться.

Но уровень задач, и проблем возрастает постоянно. Жизнь изменяется. Изменяются условия, политика и даже страны. А мы почему-то остановились. И продолжаем рыдать. Только машинки стали побольше. Что мы пропустили? Почему решили, что всё знаем? А если мы всё знаем – то откуда получилось то, что в стране невротизация населения доходит до 80%?

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.