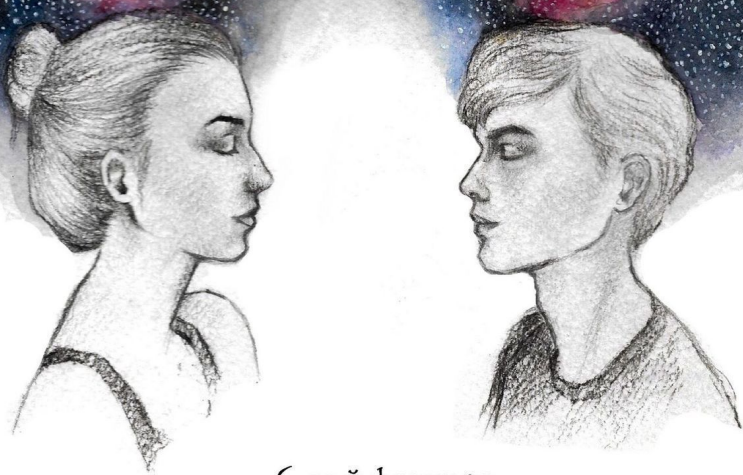


СТАС ЛАВИЦКИЙ

ВРЕМЯ ВЗРОСЛЕТЬ!



6 лайфхаков
для современной молодежи

Стас Лавицкий

Время взрослеть! 6 лайфхаков для современной молодежи

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=38570689
ISBN 9785449351357*

Аннотация

Перед вами книга бизнес-тренера Стаса Лавицкого, предназначенная для подростков. В ней рассмотрены 6 лайфхаков, которые способны мотивировать подростка быть более осознанным в своей жизни, ставить правильные цели, выбирать достойный путь, менять к лучшему себя и окружающий мир. В конце каждой главы есть практические задания. С помощью этих заданий и дневниковых записей читатель-подросток сможет заглянуть в свой внутренний мир, обнаружить и сформулировать важные для себя ценности.

Содержание

ВВЕДЕНИЕ	6
О СЕБЕ	8
ЛАЙФХАК 1. ВОЗЬМИ 100%	18
ОТВЕТСТВЕННОСТИ ЗА СВОЮ ЖИЗНЬ	
Конец ознакомительного фрагмента.	20

Время взрослеть! 6 лайфхаков для современной молодежи

Стас Лавицкий

Редактор Юлия Камильянова

Иллюстратор Алия Габитова

Благодарности:

Марсель Ишимбаев

© Стас Лавицкий, 2018

© Алия Габитова, иллюстрации, 2018

ISBN 978-5-4493-5135-7

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Редактор Ю. Камильянова

Компьютерная верстка М. Ишимбаев

Художник-иллюстратор А. Габитова

Лавицкий, Стас

Время взрослеть!: 6 лайфхаков для современной молодежи

Аннотация:

Перед вами книга бизнес-тренера Стаса Лавицкого, предназначенная для подростков. В ней приведены 6 лайфхаков, которые способны мотивировать подростка быть более осознанным в своей жизни, ставить правильные цели, выбирать достойный путь, менять к лучшему себя и окружающий мир.

В конце каждой главы есть практические задания. С помощью этих заданий и дневниковых записей читатель-подросток сможет заглянуть в свой внутренний мир, обнаружить и сформулировать важные для себя ценности.

Автор выражает благодарность Лилие Нигматуллиной, Анне Никитиной, Анастасии Годлевской за помощь в создании книги.

ВВЕДЕНИЕ

Привет тебе, уважаемый читатель. Для начала расскажу, что такое лайфхак, почему именно он стал предметом этой книги.

Лайфхак – на сленге означает «хитрости жизни», «народная мудрость» или полезный совет, методики и приёмы «взлома» окружающей жизни для упрощения процесса достижения поставленных целей при помощи разных полезных советов.

Понятие «лайфхак» зародилось в 1980-х годах, как мы сейчас говорим, в IT-среде. Точнее его придумали программисты, стремившиеся к оптимизации всего и вся.

Сначала использовалась только первая часть – «hack». Подразумевалось быстрое и эффективное решение какой-либо компьютерной проблемы. Затем прибавилось слово «life», и значение термина расширилось.

«Но у меня появилась теория, что лайфхак – это большее, чем решение хардкорных компьютерных проблем. Я провел ненаучный опрос и увидел интересную закономерность: люди с одной и той же проблемой используют компьютеры схожим образом. Эти привычки я назвал «лайфхаками». (Дэнни О’Брайен, IT-журналист)

Термин, предложенный О’Брайеном, мгновенно подхва-

тила блогосфера. В 2005 году слово «лайфхак» стало вторым по популярности в Сети после слова «подкаст».

В 2011 году термин появился на онлайн-страницах «Оксфордского словаря»: «Лайфхак – это стратегии и методики, взятые на вооружение для того, чтобы более эффективно управлять своим временем и повседневными задачами». Как раз этим мы и займемся на страницах книги.

О СЕБЕ

Теперь я расскажу немного о себе, чтобы мы были уже заочно знакомы. Я рос в обычной семье, с обычными проблемами, ничем особым изначально не выделялся. Увлекался шахматами, достиг КМС, занимался немного спортом, но нигде надолго не задерживался, в школе учился хорошо и очень любил публичные выступления, участвовал во всевозможных постановках, рассказывал стихи, выступал на 1 сентября перед всей школой. Тогда я понял, что хочу быть публичной личностью.



В России уже появилась профессия бизнес-тренер, но на тот момент она казалась непрестижной, и все были недовольны моим выбором. Затем я окончил школу с серебряной медалью, поступил в вуз, хотя и не по своему убеждению и желанию.





Но в 20 лет произошло событие, которое повлияло на меня очень сильно. Наступил период в моей жизни, когда я потерял абсолютно всё: квартиру, машину, сбережения и даже все свои вещи.

Всё произошло буквально за несколько месяцев, события, которые повлияли на это, описывать я не буду, но расскажу, как потерял все свои вещи. Когда я был вынужден продать свою квартиру, я вывез все вещи временно в гараж, но больше их не увидел – гараж мой обокрали. И тогда я понял, что потерял именно ВСЁ, всё, кроме себя самого. У меня остались две футболки, носки, кроссовки и шорты – это был весь мой походный набор.

Также расскажу про «друзей», их было много, но, как показало время, был из них всего один настоящий. Он на первое время помог мне купить очень-очень бюджетную машину, в которой, хоть и не продолжительное время, мне пришлось жить, ДА! Жить в машине на парковках ТЦ. Был период времени, когда мне не хватало двух рублей, чтобы купить хлеб, и приходилось ходить по округе в надежде на то, что кто-нибудь их уронит.

Этот период жизни я называю «полнейшее дно». Как считаешь, много ли людей способны подняться с такого «днища» в подобной ситуации?



Вот он я – перед тобой. Поэтому никогда не думай, что хуже, чем у тебя, быть не может, это неправда! Те события, которые я описываю, – это лишь небольшая часть того, что со мной произошло, просто есть такие моменты, которые должны остаться невыставленными на всеобщее обозрение.

Но, как оказалось, дно бывает не только материальное, но и моральное, с этим дном я столкнулся лицом к лицу в 27 лет. С финансами на тот момент уже было довольно неплохо, но вот душа и мозг были не в ладу. Я был настолько подавлен, что какие только мысли не крутились в голове. Когда ты отвергаешь себя настоящего, приходит такой момент, когда ты стоишь над пропастью, и у тебя есть всего две дороги. Одна – упасть вниз, а там ждет 100% конец, вторая – взять себя в руки, кардинально поменять свою жизнь, перевернуть её с ног на голову и жить в свое удовольствие.



Я выбрал тернистый путь, в этом мне, как ни странно, помогли стихотворение Роберта Фроста «Другая дорога» и писательница Айн Рэнд с её великими романами. Я воодушевился и начал действовать, поначалу теряя что-то финансово, но обретая себя истинного. В итоге я обрел не только моральное счастье, но и финансовое благополучие.

Что я получил:

1. Я занимаюсь любимым делом, могу заниматься им круглосуточно, но знаю меру. Это приносит мне львиную долю счастья.
2. Я построил свой внутренний стержень на очень сильных принципах и теперь точно знаю, уверен, что моя фило-

софия и мое видение жизни нерушимы.

3. Оказывается, когда занимаешься любимым делом, твоя жизнь окрашивается в яркие цвета, а те проблемы, которые казались большими, сдуваются как воздушный шарик. Перестаешь обращать внимание на то, что раньше бы вызвало негодование, ярость и гнев, теперь это вызывает лишь улыбку. Ты начинаешь жить по-настоящему, не существовать, а именно жить. Могу сказать, что лишь 10—20% всего человечества живут, остальные лишь существуют.

Как я этого достиг и какие лайфхаки использовал, расскажу тебе в этой книге.

Перед тобой – превосходное руководство, помогающее найти смысл жизни, и оно работает!

Эта книга – ключ, открывающий дверь во взрослую жизнь. Тебе выбирать, взять этот ключ и использовать его максимально эффективно, либо мучаться годами с отмычками и терять драгоценное время.



Я прочитал множество книг, получил серьёзный жизненный опыт и побывал на лучших тренингах лучших мастеров своего дела, таких как Радислав Гандапас, Брайан Трейси, Ицхак Пентсусевич, Ник Вуйчич, Оскар Хартман. Все тренинги были связаны с повышением личной эффективности. Ведь изучив и модернизировав себя, ты способен покорить и преодолеть любые препятствия и трудности.

Я всегда знал, что верну свою мечту и стану «специалистом по личностному росту и развитию потенциала людей», так или иначе. Я много изучал этот предмет и пришел к выводу, что все бизнес-тренеры учат людей взрослых. Но ведь основные жизненные ценности и стремления закладываются

в подростковом возрасте, и если в 17—19 лет заложить правильный фундамент, то не придется переучиваться в зрелости, а можно будет просто радоваться своим успехам.

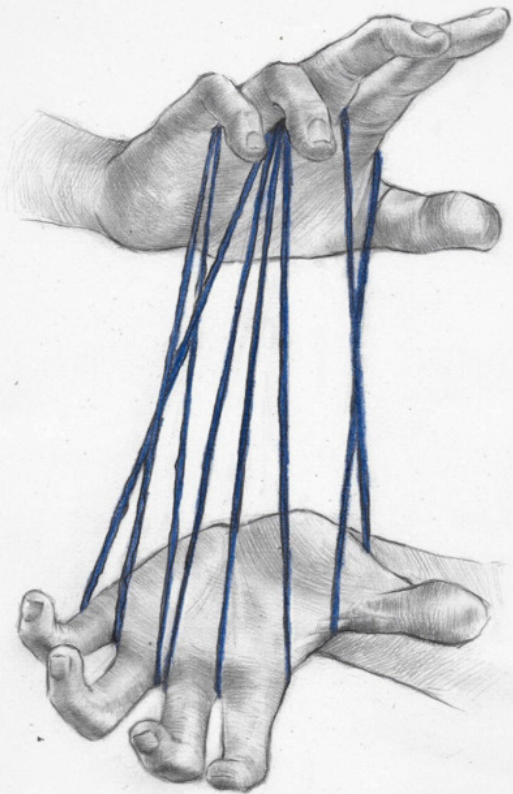
Цель этой книги: дать правильный вектор развития, который обязательно приведет к успеху, а как его достигнуть, я расскажу в этой книге. В этой книге собрана полезнейшая информация, которая позволит тебе использовать жизнь на 100%.

Я сам живу, используя именно эти лайфхаки, которые описаны здесь, но я потратил на освоение, выделение и внедрение этих лайфхаков много лет. За 3 года я добился намного больше, чем за предыдущие 9 лет, и больше, чем многие добьются за всю свою жизнь!

Поэтому не теряй времени, начинай использовать и внедрять в свою жизнь эти простые и, главное, эффективные лайфхаки и посмотришь, как изменится твоя жизнь! Важно, чтобы ты этого хотел, стремился каждую минуту и не останавливался никогда! И тогда ты воплотишь в жизнь все цели, которые поставишь перед собой.

Это будет не легко и не просто, нет, это огромный труд, но с нужными инструментами, представленными в книге, это будет гораздо легче и эффективнее, в твоей жизни произойдет ряд позитивных изменений. Успехов тебе, дорогой читатель!

Наше путешествие во взрослую жизнь начинается.



ЛАЙФХАК 1. ВОЗЬМИ 100% ОТВЕТСТВЕННОСТИ ЗА СВОЮ ЖИЗНЬ

*«Большинство людей счастливы настолько,
насколько они решили быть счастливыми».*
(Авраам Линкольн)

Как часто ты слышишь или сам произносишь фразы:

– «Учитель математики – ужасный человек. С ним я ни-

когда ничему не научусь!»

– «Я ничего не могу поделать, всё против меня!»

– «Мой парень/девушка выводит меня из себя!»

– «Вот такой я есть, ничего не могу с этим поделать!»

– «Если бы только родители меня понимали, если бы я
учился в другой школе, если бы у меня было больше денег...
Вот тогда я был бы счастлив!»

Закономерный вопрос: кому знакомы ситуации, в которых звучат эти высказывания? Как правило, это высказывания людей, которые не хотят брать на себя ответственность, и обвиняют других во всем, что негативного происходит. Есть же люди, которые берут на себя ответственность – и это ключ, открывающий многие двери.

Каждый день у каждого из нас возникает сотня возмож-

ностей выбора – быть ответственным за свою жизнь или нет. Большинство людей во всем, что им не нравится, обвиняют окружающих. Плохая школа, плохое настроение, плохое здоровье, даже плохая погода – всё это вина окружающих.

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.