

ЕГОР
ГОРД

ВЗРЫВ МЫШЛЕНИЯ



О.С.К.О.Л.К.И

ОСКОЛКИ-БЛОГ.РФ

Звезда соцсети

Егор Горд

Взрыв мышления

«Издательство АСТ»

2019

УДК 159.9
ББК 88

Горд Е.

Взрыв мышления / Е. Горд — «Издательство АСТ»,
2019 — (Звезда соцсети)

ISBN 978-5-17-114546-0

Ты живешь своей обычной жизнью. У тебя все складывается ровно так, как хочет того твоя судьба, окружающие тебя люди, но не так, как хочешь ты. Кого ты хочешь обмануть своей резиновой улыбкой? Я же знаю, что в погребке твоей души в пыли задыхается твоя сильная личность, твой персональный сильный зверь, которого ты боишься вытащить наружу. Эта книга – твой будильник. Ты откроешь глаза и поймешь, что так жить больше нельзя. Что лгать самому себе уже невыносимо. Что ты хочешь все поменять. Ты будешь идти дальше по своей размеренной жизни, перешагивая невроты, неудачи, вечные проблемы, скуку своего существования. А в твоих ушах в это время будет звучать трель моего будильника, от которого ты не сможешь избавиться, не начав менять свое существование. Автор этой книги поставит стул в твоей голове, сядет на него и будет все время с тобой. Эта книга является теплыми заботливыми руками, которые разбудят тебя от крепкого сна жизни. Только эти руки не будут тебя гладить...

УДК 159.9

ББК 88

ISBN 978-5-17-114546-0

© Горд Е., 2019

© Издательство АСТ, 2019

Содержание

Предисловие	6
Глава 1	8
Мышление	8
Конец ознакомительного фрагмента.	14

Егор Горд

Взрыв мышления

© Горд Е.

© ООО «Издательство АСТ»

* * *

Привет. Проходи. Раздевайся. Эй, да не полностью! Садись. Или ложись. Ты же не будешь читать меня на ходу?

Как у тебя дела, все о'кей? Я рад за тебя. Располагайся поудобнее – ты на моей территории. Кстати, я Горд. А ты кто?

Ты у меня в гостях. Я тебя пустил к себе, потому что хочу кое-что рассказать. Но тебе придется уйти, никто тут не останется, и ты тоже. Но я не отпущу тебя с пустыми руками. Ну так что? Начнем?

Предисловие

Как быть, когда у тебя ограниченное мышление, когда тебя годами загружали неэффективными знаниями, ненужной информацией, когда тебя убеждали делать так – как выгодно другим, а не иначе – как выгодно тебе? Когда своим примером люди, окружающие нас, делали нас слабее... Когда фильмы внушали страх. Когда новости внушали страх. Когда люди внушали страх. Когда сомнения стали образом жизни...

Когда мозг прекратил свою мыслительную деятельность и просто включился в режим автозагрузки, и эта чуждая программа начала заставлять тело испытывать какие-то эмоции и мысли и провоцировать на бессмысленные действия.

Когда пролетает время так быстро, что ты его буквально не замечаешь. И лишь в какой-то момент, двигаясь от одного часа к другому, ты понимаешь, что тебя здесь не было, ты был где-то, ты витал в мыслях, в серых и угрюмых облаках, не замечая прекрасного настоящего...

Что делать, если ты тужишься, пытаешься как-то иначе увидеть этот суровый и надменный мир, но у тебя ничего не выходит? Почему все говорят лживыми ртами, что этот мир прекрасен, но ты отчетливо видишь, что это не так?

Как оставаться наедине с собой, укрываться с головой, смотреть ежедневно в зеркало, зная, что ты сдался?

Как принять свой проигрыш, понимая, что ты и не боролся, а просто опустил руки от осознания, что не способен на большее?

Как быть, если ты понимаешь, отчетливо понимаешь, что что-то свыше сильнее тебя. Что судьба распоряжается твоей жизнью так, как хочет она... А не ты!

Как спокойно ложиться спать, как любить и творить и быть достойным человеком, когда твой мозг работает на свой жалкий минимум? Как верить себе, когда ты и есть сам жалкий посредственный минимум? Как принять этот факт достойно, сражаться, а не привычно махнуть рукой...

Иногда хочется закрыть уши руками, чтобы эти вопросы заткнулись, исчезли, испарились из головы навсегда.

В школе я не мог решить простую задачу и зависал на ней, пытаюсь искать ответы в учебнике. Когда мне объясняли что-то запутанное и логическое, то я не мог понять, о чем речь, так как не понимал сути...

Иногда, когда я читал книги, то ловил себя на мысли, что не понимаю, о чем там пишут. Я не понимал сложных слов, понятий и завидовал тем, кто мог выражаться сложными словами и более того! Сам понимал, о чем говорил! Профессора были для меня Богами Мозга. Они могли сказать что-то такое запутанное, что-то неподвластное моему уму. И я считал, что **умный** человек должен понимать сложные вещи. Говорить сложные вещи и мыслить сложными вещами. И быть **сложным** человеком.

Как спокойно ложиться спать, как любить и творить и быть достойным человеком, когда твой мозг работает на свой жалкий минимум? Как верить себе, когда ты и есть сам жалкий посредственный минимум? Как принять этот факт достойно, сражаться, **а не привычно махнуть рукой...**

У меня не получалось куда-то собраться, я всегда что-то забывал и был рассеянным. Я мог уйти из дома, забыв запереть дверь на замок, оставив на плите готовиться еду. Я несколько раз подвергал свою жизнь опасности – по своей глупости. Никто не называл меня глупым, и я сам старался о себе не думать так.

И в итоге я пришел к тому, что мой мозг ослаб, что он атрофировался. Все люди (за некоторыми исключениями) рождаются сильными, но не развивают свой мозг, и он начинает слабеть, как нога в гипсе, которая несколько недель даже не шелохнулась.

Представь, что тебе нужно пролежать на диване год. Круто! Ты берешь пульт от телевизора и изрядную порцию попкорна, и жизнь кажется прекрасной. Особенно если попкорн сладкий! Следующий день ты смотришь программы, читаешь книги и спишь. Ты хорошенько высыпаешься и иногда мечтаешь о чем-то возвышенном. Тебе платят за это, чтобы ты лежал и ничего не делал. И даже не спускал свои ноги на пол.

Через несколько дней ты захочешь встать и пройтись, так как твое тело начнет затекать без движений. Через месяц лежание на диване станет чем-то невыносимым. У тебя испортится настроение, раздражение будет доминировать, а тело заплывать лишним жиром.

Еще через месяц ты захочешь удавиться подушкой от тоски и бессмысленности своего прозябания. Ты понемногу начнешь сходить с ума. А потом привыкнешь и станешь диванным приложением. Ты смиришься и опустишь лапки. И даже найдешь несколько плюсов в этом лежании.

Если пролежишь год на диване, то вероятно не сможешь встать, так как мышцы станут для этого слишком дряблыми. Ты рухнешь на пол и почувствуешь себя кожаным мешком с костями и внутренними органами. Думаешь, с мозгом не так? Да твой мозг давно почивает на лаврах, ибо ему не нужно думать, где добыть еду, где переночевать в проливной дождь или в снежную бурю, ему не нужно тратить много ресурсов, чтобы тело могло спариться с партнером, и вряд его ли покусает стая голодных гиен. Твой мозг вальяжно развалился в черепной коробке, решая мелкие задачи в комфортабельных условиях. По сути, он уже не первый год лежит практически неподвижно в голове. И наверняка ему грустно от того, что он опустил лапки и не может их поднять.

Так мой мозг жил несколько лет. С самого детства он жевал детскую подушку.

Можно подумать, что я сейчас жалуясь, но иди-ка ты к черту.

Мой мозг на данный момент зарабатывает больше, чем зарабатывают сотни учителей и профессоров. Мой мозг меняет судьбы тысяч людей. Меня цитируют и воруют мои идеи другие люди, выдавая за свои. Мои мысли стоят очень дорого.

Можно подумать, что я хвастаюсь, но иди ты вновь к черту!

Я лишь делаю то, что я делаю лучше остальных. Я вдохновляю так, что люди меняются. И мне наплевать, хочешь ты этого или нет. Эта книга является теплыми заботливыми руками, которые тебя будят, в то время как всю жизнь ты крепко спал, пуская слюни в своей сонной неге под названием жизнь.

Я научу тебя использовать свой орган, и самое важное – разбуду. Сниму атрофию, чтобы ты мог встать и, хромая, пойти туда, где сам хочешь быть... А может, даже и ползти.

Для начала найдем осколки твоей сущности, которые я буду сейчас собирать. Ты мой пазл, и моя задача тебя собрать. Давай-ка посмотрим, какие части у тебя есть...

Тебе не скучно со мной? Я рад, что ты сейчас со мной, и мы с тобой мирно беседуем. У меня пересохло горло. Я сейчас выпью чистой воды и продолжу...

Глава 1

Комфортное существование гребаной единицы

Мышление

Ты не исключение из правил. Ты есть собственное правило...

Итак, наше мышление, как всё в нашем теле, может болеть, прозябать, становится сильнее, слабее, полезнее и бесполезнее. ОНО ДЕЛАЕТ БОГАЧЕ, беднее, счастливее или несчастнее. Все, что тебя окружает – производное от твоего мышления.

Все, что ты сейчас чувствуешь – производное от твоих мыслей. Все, что о тебе думают другие люди – это производное твоего мыслительного потока.

Все, что ты сейчас чувствуешь – производное от твоих мыслей. Все, что о тебе думают другие люди – это производное твоего мыслительного потока.

Если взять среднего человека и заглянуть ему в голову, то уверяю тебя: ты помрешь со скуки. Весь его самохваленный богатый внутренний мир, весь масштаб его мышления будет отличным средством для того, чтобы побыстрее сладко уснуть. Примерно как чтение бездарной книги.

Если же взять тебя, вытащить из твоего тела и дать в течение суток понаблюдать за самим собой со стороны, то вернувшись в свое тело, ты схватишься за взъерошенную голову и что-то предпримешь.

Представь себе монитор, куда будут выводиться твои бессмысленные мысли и слова. Ты увидишь все свои движения: вскинутые вверх брови, лживую улыбку, посвященную другому человеку, который никакой улыбки не заслуживает. Или раздражение к человеку, который этого не заслужил. Или ты услышишь свой голос, который предательски дрожит, или его тон неестественно повышается и звучит не очень красиво, когда ты трясешься над пустяками или игнорируешь действительно что-то важное в своей жизни.

Только такая картина может вызвать у человека некую перезагрузку. Это примерно то же самое, что достать легкие курительщика и показать ему их черноту от смолы.

Я буду с тобой честен и жесток. Мне бы хотелось вытащить тебя из твоей же головы, взять твою голову за затылок, подвести к кирпичной стене и разбить розовые очки. И заставить взяться за голову. Чтобы ты не хотел жить так, как ты живешь и не хотел мыслить так, как ты мыслил всегда. Чтобы осколки розовых разбитых очков больно впивались в глаза. Тебе станет скучно жить прежней жизнью после этой книги. Вернуться назад для тебя окажется полным провалом.

Моя миссия – сделать так, что если кто-то и сунется в твою голову, то уж точно не соскучится (вопрос только в том, захочешь ли ты впускать кого-то в свою в голову или нет!).

Начинаем с исходной точки. Я буду писать, какие я шаги делал. Какие делали шаги по становлению самих себя мои наиболее бездарные ученики, в итоге выросшие в успешных негодяев. Но не рекомендую повторять эти шаги. Я рекомендую вдохновиться на свои собственные, чтобы ты увидел ВОЗМОЖНОСТИ. А они, поверь мне, есть! Бойся вернуться назад. Не цепляйся за развалины. Развалины плохо держат.

Но для начала немного теории.

Смотри, что у меня есть. Это чай. Мне присылают мои ученики со всего света чай, зная, как я его люблю. Давай мы с тобой почувствуем его запах. Его вкус. И насладимся нашей с тобой беседой.

Одинокая идея в стае твоих мыслей

Однажды я бежал по трассе и по ней мчались машины. Стояла жара, а у меня, как всегда, кончилась вода после 33 км бега, и я серьезно беспокоился о том, что перестал выделять пот для охлаждения своего тела. У меня не было с собой ни денег, ни телефона, я бежал и думал. Думал о том, как мне преподнести своим читателям эту книгу про мышление. Иногда мне нужно уединяться, чтобы побыть с самим собой. Чтобы что-то хорошо обдумать или принять важное решение в моей жизни. Отвлечись! Очистить мыслительное пространство.

Я зарабатываю своим мышлением. Поэтому отношусь к нему очень серьезно! Это моя чертова курица, несущая чертовы золотые яйца.

Собравшись подумать, я набиваю свой питьевой рюкзак водой, говорю жене, что встретимся в аду, и убегаю, куда глядят глаза.

От жары плавился асфальт, и я чувствовал его мягкость сквозь тонкую подошву кроссовок. Если думать об обезвоживании, мучившем меня, то можно совершенно приуныть. Поэтому я переключился на другие мысли. Мысли об этой книге.

Мне стало казаться, что я бегу по мягкому человеческому мозгу. Что я одинокая идея, которая возникла в голове человека. Я поднял голову вверх и посмотрел на синее небо. Это череп, оберегающий мозг. А мимо проезжающие машины – это мысли. Они ездят туда-сюда. Обратно. Бездушные и безразличные железки с ничего не осознающими водителями.

И нет никому никакого дела до этой одинокой бегущей идеи. У всех мыслей свой нейронный путь, и каждой его нужно пройти. У всех протоптанные асфальтовые дорожки. И лишь я, как идея, могу выбежать на трассу и быть раздавлен грузовой мыслью. Или просто свернуть на проселочную дорогу и удалиться из человеческой головы навсегда.

Либо на меня плохо повлияла жара, либо мои мысли взбунтовались, но я начал дурачиться. Я махал проезжающим машинам, что-то кричал. Давал «пять», отдавал честь, показывал средний палец, ходил по обочине на руках, делал колесо и прочие идиотские вещи.

Движение на трассе, как мне показалось, изменилось.

Мне начали сигналить, махать в ответ, живо обсуждать меня с пассажирами. Некоторые останавливались и спрашивали, все ли со мной в порядке. Да, черт бы вас всех побрал! У меня все классно. Я просто хочу написать книгу.

Пробегая мимо автобусной остановки, я забежал в остановившийся автобус и попросил у людей воды. Я вызвал улыбку, так как был взъерошенным и возбужденным.

Я вжил в идею. Поверил в реальность мыслей-машин, которые проносятся мимо человеческих идей.

Можно было уйти в лес, сидеть там и не высовывать свой нос. Чтобы никто меня не видел и не знал. Или просто угрюмо бежать, чтобы никто на меня не обращал свое драгоценное внимание. Но я начал вести себя так, как ведет себя стоящая идея в голове человека. Идея, которая хочет ВЛИЯТЬ. Она начинает влиять на мысли, обращать на себя внимание, бунтовать! Мысли – это бурная река, которая все сносит на своем пути. И если есть возбудитель спокойствия, то он способен направить поток в нужное русло. Обратить на себя мысли. Которые бездушно мчат по своим нейронным дорожкам.

Например, эта книга...

Чтобы ее написать, мне нужна была идея. И я не просто должен был мирно помыслить и прийти к выводу: парень, а неплохо бы было написать книгу! В таком случае я ничего не написал бы, кроме названия. Нужно сотворить хаос в голове. Я думаю ТАКИМ образом, что

мысли создают эффект безумия, и в серых не отличимых друг от друга мыслях заводится генератор идей и инсайтов.

Я сказал себе:

– Эй, засранец! У тебя есть два пути. Либо пойти прочитать очередную тысячную бездарную книгу, либо самому написать что-то потрясающее. И первый вариант нам с тобой не подходит.

Иногда нужно уметь с собой разговаривать, и разговаривать весьма необычно, чтобы вдохновиться идеей...

Главное – поставить дерзкую задачу и быть настолько полным кретином, чтобы дойти до конца!

И все. Идея, как пивка, начинает вливаться в мозг, от этой занозы начинают рождаться мысли. Мысли! Много мыслей! Новые мысли, замещающие старые. Да, сначала я сидел перед своим рабочим компьютером и не знал, с чего даже начать. Потом что-то написал. Понял, что мне не нравится то, о чем я пишу. Я все стер к чертовой матери. Почесал затылок. Снова писал и удалял написанное. Или оставлял, думая, что потом пригодится мой сегодняшний бред.

После этого начал ходить по комнате с желанием биться головой об стены, чтобы в голову шли нужные мысли. Я подошел к окну и посмотрел на вечерний город. Я стал думать о своей машине, о предстоящих соревнованиях, о режиме питания. Но поймал себя на мысли, что я отвлекся! Твою мать! Маленькая идея о написании этой книги начала ходить на руках в голове моих разрозненных мыслей...

Я опять начал напрягать мышление. Написал несколько абзацев, зная, что удалю их. Зная, что нужно просто писать. Зная, что в деятельности рождаются лучшие мысли и идеи. Зная, что только что-то делая, мы начинаем мыслить эффективно. Зная, что мечтать нужно по-крупному.

Иногда нужно уметь с собой разговаривать, и разговаривать весьма необычно, **чтобы вдохновиться идеей...**

Несколько дней я буквально заставлял себя. Начал каждый час говорить жене – мне нужно написать книгу.

Дорогая, мне нужно написать книгу.

Кстати, мне же нужно книгу писать.

Эй, куда же ты, постой! Мне нужно написать книгу.

Потом я сократил интервалы до 15 минут, и она начала убегать от меня, чтобы не слушать мой бред.

Я начал думать о книге машинально. И в один день меня прорвало, я ухватил идею, о чем мне писать. Как мне писать. Какая будет основная сущность моей книги. И приступил к делу. А потом просто не давал себе останавливаться, пока мышление не поглотило меня полностью!

Какая-то старая мысль, которая уже 10 дней живет занудой в голове, замещается другой. Новой. Что написать? Как написать? Как назвать главу? А как сделать «вау-эффект»? Какой опыт вкрутить в книгу? Как поймать психику читателя? Что мне поможет? Эй, подсознание, Help me!

И вот ты у себя в голове машешь проезжающим машинам. Показываешь средний палец. Ходишь на руках. То есть влияешь так, как хочешь. Препраждаешь путь своей машиной и создаешь пробку.

И я заметил, что людям, которые в реальной жизни, в материальном мире умеют влиять на других людей, на обстоятельства, на денежные потоки и даже на ее величество старушку Судьбу, гораздо проще устроить беспорядок в мыслях в своей голове всего одной ИДЕЕЙ.

Когда же у человека формируется привычка поднимать лапки, складывать их на груди и ни на что не влиять, то в голове у таких людей всегда хаос мыслей. И даже если им дать очень сильную идею, то они не смогут ее удержать в голове.

Как тебе нравится следующая мысль?

Если целый день ты не думаешь о своей идее, то у тебя нет идеи.

Вы должны ее добиваться, как добивается отчаянный влюбленный мальчишка свою девушку: он-то ни перед чем не остановится.

Если вы приняли решение, если у вас есть идея – станьте маньяком. Каждый миг. Каждую минуту, каждый час и сутками думайте об этом. К вам просто начнут сыпаться эффективные мысли. Которые уберут ненужный хлам из головы. И вы дойдете до конца своего безумия.

К черту теорию, приступим к практике.

Задание

Найди день, желательно целые сутки.

Напиши идею, которую ты хочешь вшить в мозг. Напиши большими крупными буквами.

Стать чемпионом по поеданию бургеров. Как лучше всех лизать зад своему начальнику. Посмотреть все фильмы мира за год, не вставая с дивана. Стать самым занудным в своем коллективе. Стать профессиональным идиотом.

Или что-то реально революционное, новаторское! Что-то создать, улучшить, разработать! Изменить мир, достичь!

Сядь на пол, положи лист с написанной идеей перед собой и неистово молись на нее, дитя мое!

Заставляй думать себя об идее. Когда твои мысли уносят тебя своей бездарной рекой в твоё бездарное прошлое, то дай себе пощечину и вернись в реальность. Заставляй себя. Придумай наказание. Укуси себя до крови за это.

Ах, да... Если ты увидишь некоего человека, который сидит в любом месте: на дороге, в поле, на обочине, у тебя под окнами, – и смотрит на лист бумаги, где что-то написано, и дает себе пощечины, то наверняка ты повстречал автора этих строк. Садись рядом и присоединяйся.

Тебе будет тяжело, сложно, и жизнь будет казаться бессмысленной, а ты будешь казаться на всю голову шизанутым. И тебе останется лишь одно. Вспомнить фразу из одной книги. И фраза эта: «Если целый день ты не думаешь о своей идее, то у тебя нет идеи». Разве ты хочешь быть безликой частью толпы без идей в голове? Или ты думаешь, что ты таковой не являешься? Сними корону короля бургеров и проглоти отрыжку со вкусом убитой обжаренной свиньи.

Ты замечаешь это? Что книга немного сумасшедшая, необычная? А ведь это только начало, так что держись у меня! Ты вступаешь на территорию моего мышления. Читая эту книгу, ты как бы путешествуешь по мне, ты узнаешь меня лучше, чем знают меня люди, которые провели со мной годы своей жизни.

И тебе в кайф мое мышление, я знаю. И я хочу, чтобы мне было в кайф твое. По-моему, мы неплохо с тобой ладим.

Разгон мышления

Если мозг человека, по мнению ученых, работает в состоянии приятного комфорта на 10 % от всей энергии человека, то какой же его максимум?

А максимум, мой друг – 25 %.

Когда человеческий мозг начинает решать нестандартные задачи, когда он напряжен, то тратится около 25 % всей энергии человеческого тела. Представляете? Все ваши

органы, мышцы, литры перекачанной крови с бляшками холестерина. Пицца с сырным соусом в желудке, то, что от нее осталось в кишечнике, твои гормоны, кожный покров, который каждое мгновение реагирует на окружающую температуру... И всего лишь полтора килограмма серого вещества забирает столько энергии ИЗ ВСЕГО многофункционального сложного человеческого тела! Я советую обратить пристальное внимание на этот факт, друзья.

Если тебе нужны ссылки на научные факты, то их в этой книге не будет. Это скучно. Ты можешь всегда прочитать о них на просторах интернета, я не хочу, чтобы ты скучал. Только не здесь!

Беда в том, что мозг не очень-то стремится решать нестандартные задачи. Ему доставляют удовольствия стандартные задачи, шаблоны. Он кайфует от этого. И только твой крутой нрав может заставить его пахать как проклятого. Твой характер может довести его до истощения, чтобы ты сам перегорел. Отдохнул и начал работать далее.

Организм человека настроен так, что при максимально используемой энергии неизбежно приходит большой взрыв. Спад. Если ты будешь сидеть за работой сутками, то неизбежно ударишься носом об стол, уснешь и перегоришь. Ты работал на 25 %, отдал работе всего себя. И вот сидишь, грызешь карандаш и не можешь ничего сделать, придумать и исправить.

Ты планируешь отдых, чтобы меньше работать, а успешные люди планируют, чтобы работать больше, больше успеть. Это как в большом спорте. Восстановление – это часть **тренировки**. А не валяние дурака.

Твои идеи уровня 10 % расходуемой энергии тебя не устраивают и кажутся бессмысленными, а выше 10 % подняться слабó. Потому что чертов спад!

Ты планируешь отдых, чтобы меньше работать, а успешные люди планируют, чтобы работать больше, больше успеть. Это как в большом спорте. Восстановление – это часть **тренировки**. А не валяние дурака.

Если ты работаешь не на себя, то у тебя проблемы. Ты не сможешь включиться на всю мощь, потому что твой отпуск всего лишь один раз в году. И ты не сможешь работать на все 25 %, потому что ты не сможешь восстановиться, как следует отдохнуть. У тебя просто не будет на это желания. Плюс, помимо работы, у тебя будут и другие проблемы, которые нужно решить.

Поэтому умные компании, в которых предприниматель умеет использовать сотрудников на всю мощь, создает такие условия работы, в которых сотрудники могут отдыхать прямо на работе. Он разрешает им приходить, когда вздумается. Работать удаленно. Он дает им отдыхать – и заставляет потом выкладываться по полной. Как правило, там и работают в итоге золотые слитки.

Остальные просто работают, как сонные мухи, наплевав на возмущения начальства. Они ждут отпуск, и больше им ничего не нужно. Мозг атрофируется – и черт с ним. Таких вокруг полно. Мы безликая масса. Не трогайте нас и не заставляйте нас думать.

Начни истощать себя

Если твоя работа далека от творчества и ты не работаешь на себя, то начни работать вне работы. Истошай себя. Доводи до иступления. Уставай так, чтобы падать носом на стол. Вались без сил и спи калачиком на полу. Сойди с ума от работы. Но не оставайся приматом. Примат тратит 10 % энергии мозга, напрягаясь изо всех сил. Решая нестандартные задачи. И когда ты не думаешь, не разгоняешь свое мышление, не работаешь, не концентрируешься – ты примат.

Сходи в супермаркет и купи себе бананы. На них сегодня желтые скидки.

Тем не менее в тренажерном зале ты себя истощаешь. И твои показатели растут. У нас тело работает по принципу взаимодействия. И так же, как качается твоя ягодичная мышца, качается и творческий потенциал в мозге. Все можно прокачать и сделать сильнее.

Выгори! Хватит жалеть себя! Самое сложное – это концентрироваться, быть чутким и внимательным здесь и сейчас, не отвлекаться. Это то качество мышления, которое можно доводить до совершенства вечно, и то качество, на которое никто не обращает внимание. Но кто его развивает неосознанно – те на голову выше вас всех.

Какой зверь наиболее опасен? Ответ прост: тот, который загнан в угол, которому некуда деваться. Это можно понять, когда ты убегаешь от кого-то. Когда непостижимым образом ты можешь бежать так быстро, как ты не бегал никогда. Когда мозг замедляет свою работу и ты можешь в одну долю секунды придумать самые невероятные варианты дальнейшего развития события, чтобы спасти свою жирную задницу.

Если твоя работа далека от творчества и ты не работаешь на себя, то начни работать вне работы. Истошай себя. Доводи до иступления. Уставай так, чтобы падать носом на стол. Вались без сил и спи калачиком на полу. Сойди с ума от работы. Но не оставайся приматом. Примат тратит 10 % энергии мозга, напрягаясь изо всех сил. Решая нестандартные задачи. **И когда ты не думаешь, не разгоняешь свое мышление, не работаешь, не концентрируешься – ты примат.**

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.