

АЛЕКСАНДР СИНЕРКИН

ОКРУЖЕНИЕ

СТАКАН
ВОДЫ

ДОСКА
С ГВОЗДЕМ

50
КИРПИЧЕЙ
УСПЕХА

МАТЕМАТИЧЕСКИ ДОКАЗАННЫЙ УСПЕХ

Александр Синеркин
50 кирпичей успеха

«Writer's Way»

2022

УДК 65.011+88.251.31
ББК 65.291+36.996

Синеркин А. Е.

50 кирпичей успеха / А. Е. Синеркин — «Writer's Way», 2022

ISBN 978-5-907485-49-5

«50 кирпичей успеха» – это сборник из 50 привычек, которые необходимы каждому человеку, замыслившему стать успешным. Без воли, характера, мужества, терпеливости и смелости человеку в современном мире попросту невозможно достичь большой высоты. Однако все эти качества объединяет одно – они не врожденные. Александр Синеркин разработал авторскую методику, которая позволяет поступательно, шаг за шагом взрастить в себе настоящий характер предпринимателя, чтобы затем построить свою прочную лестницу успеха.

УДК 65.011+88.251.31

ББК 65.291+36.996

ISBN 978-5-907485-49-5

© Синеркин А. Е., 2022

© Writer's Way, 2022

Содержание

Благодарность	6
Практическое предисловие. Как работать с книгой	7
Для кого существует система «50 кирпичей успеха»	8
Взаимодействие	9
Правила работы с книгой	10
Введение	11
Моя история. Смог я – сможешь и ты	14
Математически доказанный успех	17
Блок I. Твоя энергия	20
Кирпич 1. стакан воды	23
Конец ознакомительного фрагмента.	24

Александр Синеркин

50 кирпичей успеха

© Синеркин А.Е., текст, оформление



Благодарность

Я хотел бы поблагодарить за эту замечательную книгу себя. Путь к ее созданию был непростым. Вернее, сам текст-то я написал достаточно быстро. А вот все «кирпичи» собирались в единую концепцию более десяти лет.

Если бы не Я, то не было бы книги.

Еще я благодарен трудностям, проблемам, провалам и своим слабостям. Если бы у меня не было кучи слабостей и недостатков, у меня не было бы стройной системы «50 кирпичей успеха», как их компенсации. Множество моих друзей и людей, которых я не знаю, уже «настроили» свою жизнь по ней. И теперь они живут счастливо и богато.

И вы когда-нибудь, мои ленивые и полные сомнений читатели, каждый в свое время скажете спасибо автору за эту столь необычную книгу. Но сразу вас предупрежу...

Мой стиль изложения кому-то из вас покажется излишне дерзким, а кому-то – даже отвратным.

Что ж, так и есть. Можете заранее разозлиться как следует. Я не должен вам нравиться. Я хочу, чтобы вы получили результат. Иначе моя книга бесполезна.

Начинаем!

Практическое предисловие. Как работать с книгой

Однажды Будда шел со своими учениками мимо деревни и увидел, как мужик изо всех сил тянет быка из ямы.

Он кинулся ему на помощь и приказал ученикам следовать его примеру. Идя через какое-то время мимо другой деревни, он увидел льющего горькие слезы мужчину, сидящего рядом с ямой, в которую провалился бык. Не обратив на него внимания, Будда прошел мимо. Ученики спросили:

«Почему мы не помогли ему, учитель?»

Он ответил: «Вы хотели помочь ему плакать?»

Древняя притча

Для кого существует система «50 кирпичей успеха»

Приветствую, читатель! В твоих руках редкая интерактивная книга. Ее чтение подразумевает взаимодействие меня (автора) и тебя (читателя) напрямую. Чтобы это взаимодействие было полезным, я хочу сразу обозначить, для кого я пишу. И более того, кому эта книга точно не подойдет.

- Эта книга для тех, кто устал жить серой обычной жизнью, сводить концы с концами.
- Эта книга для тех, кому хочется зарабатывать в два раза или в пять раз больше, чем сейчас. Серьезно.
- Эта книга для тех, кто хочет заботиться о своих близких и не быть обузой на шее.
- Эта книга для тех, кто устал слушать от знакомых, как все плохо, и вместо поддержки слышать:
 - Эта книга для тех, кто мечтает жить в окружении успешных людей, заниматься любимым делом и быть счастливым.
 - Эта книга для тех, кто чего-то добился, но застрял на своем уровне: годы идут, а новых достижений так и нет.

Нытикам, которые не готовы что-то делать для изменения жизни к лучшему, читать дальше запрещается. Это мой авторский совет. Твоя «депрессия» только усилится, когда ты узнаешь, что уже давно мог бы изменить свою жизнь. Только для этого нужно было быть волевым и гордым.

**ВАЖНО
В ПРОЦЕССЕ ЧТЕНИЯ ТЫ ЛИШИШЬСЯ «ПРАВА
НА НЕЗНАНИЕ», КАК ГОВОРИТ ОДИН ИЗ
ВЕЛИЧАЙШИХ УЧИТЕЛЕЙ СОВРЕМЕННОСТИ – ВЛАДИМИР
КОНСТАНТИНОВИЧ ТАРАСОВ.**

Взаимодействие

Я разделил книгу на главы. Главы – это «кирпичи», из которых ты в итоге соберешь свою лестницу успеха. «Кирпичами» я называю правильные привычки, формирующие и укрепляющие внутренний стержень человека, делая его готовым улучшать свою жизнь. Действенность каждого «кирпича» я проверил лично на себе.

Ты узнаешь, какой жизненный путь я прошел и как собирал свое знание по крупичкам. Фактически я покажу, как с помощью простых регулярных действий, не требующих больших затрат времени и денег, изменить жизнь в лучшую сторону.

На протяжении всей книги тебя будет сопровождать человек, задающий вопросы. Он не верит, что у него может что-то получиться. Он сопротивляется. У него нет понимания, что вещи, о которых я говорю – дисциплина, воля, гордость, системность, – как-то связаны с тем, что сегодня он находится гораздо ниже, чем хотел бы.

После каждой главы я разместил задания – их желательно выполнить. Если ты выполнишь задания, тогда точно получишь результат. Да, ответственный подход очень важен, потому что только так ты сможешь отслеживать те изменения, какие обязательно произойдут с тобой за время работы с книгой. Кроме того, твои отчеты – это еще и возможность обрести единомышленников. Это способ построения нового эффективного окружения, которое тянет вверх, а не вниз: ты сможешь найти тех, кто уже добился результата по технологии «50 кирпичей», или тех, кто, так же как ты, только начинает свой путь к успеху. Следи за их результатами и поддерживай их. Это очень важно – иметь в окружении людей, синхронизированных с тобой по ценностям.

Правила работы с книгой

Вот несколько правил, которые помогут эффективно работать над собой и достигать поставленных целей.

1. Не обременяйте себя правилами.
 2. Когда мы ставим цели, у нас есть огромное желание в них усомниться и не доделать, поэтому кайфуйте от простого процесса выполнения простых действий.
 3. Не ставьте сроков.
 4. Если не нравится – не делайте.
 5. Все проценты в книге условны. Это, скорее, шансы, которые я субъективно для себя определял по своему внутреннему ощущению. У вас они могут быть кратно больше и кратно меньше. Или вообще не действовать. Я хочу лишить вас повода. Если в процентах можно сомневаться, то можно сомневаться и во всей книге. Этими процентами я указал одну простую идею – человек не может не измениться, следуя моей концепции.
 6. Получать или не получать удовольствие, долго или быстро – вопрос вашей веры в себя, но даже при отсутствии веры этот процесс если и не приведет вас куда-то, то точно откуда-то выведет.
 7. В книге представлены 35 кирпичей в развернутом виде и 15 кирпичей в виде таблицы для самостоятельного изучения.
 8. После каждой главы вы найдете таблицу, задания и хештег. Выполняйте задания добросовестно и делитесь своими результатами в социальных сетях. Чтобы прочитать результаты по внедрению конкретного кирпича у других участников – перейдите по хештегу в конце главы.
 9. Если вы внедрите в свою жизнь все кирпичи и не увидите результат – я верну вам деньги за книгу.
- Не сдавайтесь! Одни и те же задания даются разным людям по-разному, но они все выполнимы, не требуют много времени, не опасны и не дороги.

Введение

Человек стоит передо мной. Я слышу смятение в его голосе и вижу непонимание в его глазах. Он обращается ко мне не просто так. У него есть базовая установка, что большие деньги приходят исключительно к непорядочным людям. Он боится больших денег, поскольку в его роду их не было. Он вырос с мыслями, тяжелой кувалдой забитыми в его голову теми, кто его любит: «Работа и труд всё перетрут», «Не в деньгах счастье». Он искренне верит в то, что надо обязательно семь раз отмерить, перед тем как наконец-то что-то отрезать.

Но не лучше ли, чтобы «работал трактор в колхозе, потому что он железный»? Не стоит ли обратить внимание на то, что «больше всех работала лошадь, но председателем колхоза она, увы, так и не стала»?

В российском контексте авантюризм не признается никакими социальными слоями. Но эта авантюризм, вопреки всему, есть. Потому что мы неминуемо нарушаем правила еще в самом начале, когда только создаем бизнес или бежим вверх по карьерной лестнице. Мы нарушаем устоявшиеся правила тогда, когда берем наконец ответственность за свою жизнь, начинаем думать и о своих интересах. До этого момента нам всем что-то постоянно должны другие – родители, политики, соседи, Путин. Все это мешает человеку, который обращается ко мне, на его пути к успеху. Но, надо сказать, этот человек все же доволен собой. Да, возможно, он убедил себя в том, что так, как у него сейчас, – правильно. Или вовсе не задумывался об этом раньше.

«Феррари», судебные тяжбы, замки, коррупция, самолеты, красивые женщины, долги и наркотики – образ предпринимателя в России генетически прокриминален. Ни в одном проявлении массового отечественного искусства – сериалах, кинематографе, музыке – предприниматель никогда не выступает в роли человека, который много рисковал, тренировался, ошибался, заново начинал, снова тренировался и ошибался – и действовал при этом законно. Вы нигде в России не найдете позитивного образа предпринимателя вроде мечтателей Илона Маска или Ричарда Брэнсона из США. Михаил Фридман, входящий в российский ТОП-10 списка «Forbes», утверждает, что общество в нашей стране абсолютно дискредитировало предпринимателей как класс.

По мнению российского большинства, богатый человек – патология. Это ненормально. Для представителя такого «нормального» большинства богатство неприемлемо и неприлично, как болезнь, о которой не говорят вслух.

И вот такой «нормальный» человек пришел ко мне, чтобы задать свой вопрос.

– Ну убеди меня, что это не так! Убеди, что можно стать богатым человеком без связей, без мамочки, без жополизства. Я не верю.

Мой ответ – эта книга. Я предлагаю тебе систему регулярного следования простым привычкам, которые повышают уровень твоей гордости за себя, уважения к себе, твоей экспертности и статусности внутри твоего окружения. Я твердо уверен, что любой человек за счет большого количества таких маленьких побед обречен стать успешным.

– Всё равно не верю.

Хорошо. Тогда проверь.

Не зашло – не делай. Читаешь дальше. Выбрал из 50 кирпичей хотя бы пять и почувствовал, что даже эти пять тебя трансформировали. Сделал больше – возник запрос на успех, деньги, самореализацию, власть, славу. Потому что появилась свободная энергия, породившая потребность в цели. А пока эта книга – всего лишь – лишает тебя возможности сидеть в болоте. А вот уже цель – тема следующей книги «50 бизнес-кирпичей».

Я даю ключ к двери. А дверь (и то, что за ней, – понимание) ты сам должен открыть. Это книга не для теоретиков, которые любят покопаться в высших материях, а сами при этом

ни хрена не сделали и делать не собираются. Я не сталкивался с тем, чтобы интеллигентность привела кого-то к счастью или к большим деньгам. Не путай интеллигентность со слабохарактерностью.

Представь, что ты просунул руку в отверстие и погладил огромного кита. Ты знаешь, что там кит, но ты его еще не увидел. Ты только пощупал и охерел от того, что ты пощупал. Это прикосновение простого человека к большой философии успеха. Но это еще не раскрытие самой философии. Нужно пройти такой же путь, а не пытаться ухватить сейчас всё и сразу – поймать этого огромного кита за хвост.

Те «кирпичи», которые я даю в этой книге, делают все люди или почти все, но при этом не делают их системно. И в этом их главная ошибка. Только волевой человек заслуживает всех благ этого мира. Любительский уровень – любительский результат. Делаешь системно и регулярно – становишься профессионалом. В деньгах, творчестве, свободе, духовном развитии. Не делаешь – идешь на хер.

Эта книга о **самоуважении**. Оно появляется не от слов, а от поступков, ведущих напрямую к гордости за себя и за сделанное. Помнишь, в 9-м классе какая-то женщина орала на собаку, а ты заступился? Или ты не хотел ходить в спортзал, но через год занял призовое место в областных соревнованиях? И еще парочка таких моментов – помнишь? За них ты можешь сказать себе:

– *Молодец!*

Конечно, результатов особых нет. Джипаря, например.

– *А что это еще за измеритель успеха – джипарь?! Ты что это все к материальному сводишь?! Деньги вообще-то не главное!*

– *А самоуважения нам хватает, я даже директора на место ставлю. Изредка. Взглядом.*

Успокоились.

Ну, ок. А все равно до окончания книги ты узнаешь о себе много нового. Твоя зарплата тебе же лишний раз это доказывает. А сколько в деньгах стоит месяц твоей жизни? Так ведь можно и год посчитать, а то и всю жизнь вместе с пенсией. Сосчитал? И как тебе?

Хорошо, если книга докажет тебе, что ты не слабак (или слабак). Если я ошибся, то признаю – был не прав. Приезжай.

Представь себе кучу листьев. На эту кучу листьев ты встал и тут же провалился. Эти листья – огрызки знаний – хаос, поверхностность, бесцельность. Это мнительность. Тараканы. Установки. Страхи. Это отсутствие твердого. Отсутствие понимания, где истина, а где ложь.

И вот человек – автор, тренер, учитель, лидер – взял эту кучу и разложил ее по рядам. Ровно – листочек на листочек. Этот хаос из никому не нужной вроде бы листьев теперь превратился в маленький, но очень плотный потенциал. Это и есть кирпич. Кирпич – это твердое. На него можно опереться и сделать свой первый шаг вверх.

Поэтому не нужно ничего ждать. Нужно делать.

– *Я попробую, конечно... Но не особо верю. Ну прочитаю, по крайней мере, – ладно, так и быть.*

Например, сегодня я посвятил написанию книги, которую ты сейчас в готовом виде держишь в руках, всего лишь час своей жизни. Я не мечтал о ней и ничего от нее не ждал. Я делал. Представь, насколько этот час сделал меня сильнее, могущественнее и богаче. Наш с тобой разговор сегодня – это тоже для меня ступенька. Следующий час я проведу с одним из лучших специалистов по психосоматике в России. За один сеанс этот человек может снять любую аллергию, мигрень или страх; он помогает избавиться от кучи ненужных установок. Но я не буду мечтать об избавлении и параллельно читать сотню статей по психосоматике, чтобы стать гуру-теоретиком. Я сразу буду применять.

Нет ни одного человека, которого бы я вел как тренер или ментор и который не достиг бы результата. И каждый из этих людей делает меня сильнее и глубже в своем деле. Человек на выходе становится более волевым и гордым. Его не испортит власть. Его не сломают богатство и слава. Он будет относиться ко всему в этом мире, как к игре. Точно так же, как я отношусь к своей фабрике, где мы побеждаем. Ареал нашего обитания расширяется. Моя команда единомышленников становится сплоченнее и больше.

– Ты всё про себя да про себя говоришь. А какое это отношение имеет ко мне?

Я – пример того, о чем говорю. Чтобы окончательно снять твой вопрос, я расскажу тебе свою историю, и ты узнаешь, каким я был на старте.

Я хочу иметь возможность ошибаться и быть неправым. Книга – один из этапов моего развития. Следующий, возможно, будет другим. Сейчас ты столкнулся с моей системой ценностей, которая актуальна на данном этапе моей жизни. Если ты найдешь ошибку в тексте и ты являешься специалистом в какой-то области и не согласен со мной – то пиши мне в соцсети, и я внесу эти изменения в следующую редакцию книги.

Моя история. Смог я – сможешь и ты

Перед тем как мы начнем трансформацию, я расскажу тебе свою историю. Я сделаю это преднамеренно, ведь ты должен быть уверен, что за тебя взялся человек, который сам прошел тернистый жизненный путь и накопил достаточно опыта, чтобы что-то рассказывать. Моя история реальна – без богатых родителей, с кучей совершенных ошибок, с болью. И всё же при этом – с успехом в настоящем. Эта история скрывает в себе простую истину:

СМОГ Я – СМОЖЕШЬ И ТЫ.

Мама родом из деревни. Типичная по воспитанию крестьянка, но со слабой спиной. А для деревни это – большой минус. Она была красивая в молодости, даже очень, да и сейчас остается... Однако красота среди низкорослых крепких деревенских девок такая ценность, что заплатить за нее пришлось сполна. Я опущу тему зависти, интриг, ложных доносов, злословия за спиной, вранья в женском сообществе, да и ее излишней простоты даже для сельского круга. Скажу лишь, что такой «разбитой» она приехала в Ульяновск. Здесь она окончила строительный колледж и встретила моего отца.

У них родились два сына – я и мой брат. Затем отец стал пить.

Мама не сдавалась. Работала где-то техником, где-то – уборщицей. Денег не хватало. Мы возили еду из деревни – так и жили. В какой-то момент мы были очень близки к тому, чтобы вернуться в село... Но до этого не дошло.

На улице мы очень много дрались, и в семь лет я пошел заниматься карате. Тогда я был очень закрытым и озлобленным мальчиком.

Мама пропадала на двух работах, и мы с братом воспитывались улицей. Гениями школы не были – от трех до семи троек по итогам года стабильно красовались в наших дневниках. Я особо не учился и курил со сверстниками за школой.

Когда мне исполнилось 12 лет, отец умер от отравления... В основном я сидел дома – телевизора не было, поэтому я читал книги и ходил на тренировки. Заняться было больше нечем.

В 90-х в бедных кварталах процветала воровская культура, и меня она стороной не обошла. В 17 лет я попал под первый арест по двум статьям. Я взял ответственность за всё на себя, поскольку считал это крутым. В уголовной среде я искал человека, на которого хотел равняться. Но, побыв в этом, понял, что ничего серьезного, глубокого или настоящего там попросту нет. По крайней мере, я такого человека так и не встретил – не свезло. Тогда я принял решение завязать с уличной системой ценностей и начал выстраивать свою жизнь самостоятельно. С нуля.

Я пошел работать на стройку, чтобы хоть как-то помогать маме. В 2003 году мне удалось окончить финансово-правовой колледж, на обучение в котором собирали всей семьей. Затем я пробовал себя в разных сферах. Работал на стройке в Москве, потом в Ульяновске несколько месяцев развозил рыбу, открывал оптово-розничный магазин, продавал кассовые аппараты, устанавливал водонагреватели. В итоге устроился менеджером по продажам на мебельное производство. Здесь мне удалось освоить «холодные» продажи мебели, и я заработал первые деньги. На еду и одежду стало хватать.

Мне было 23 года. У меня родилась дочь вне брака, потом – сын в браке, уже от другой женщины. Та семья тоже просуществовала недолго. На тот момент я бы себя охарактеризовал как холодного и безэмоционального типа. Но жизнь постепенно шла в гору. Мне хотелось быть счастливым и жить в достатке – оставить что-то своим детям. Размышляя над тем, что не так в моей реальности, я судорожно искал решение – способ изменить свою жизнь к лучшему.

В перерывах между уличными разборками я прочитал книгу «Диагностика кармы: система полевой саморегуляции» Сергея Лазарева. Тогда она меня потрясла. Главная мысль, которая у меня отложилась: существует намного больше способов изменить свою жизнь, чем я знаю. Теперь у меня была возможность просто проверить это на практике.

Я стал испытывать разные способы стать умнее, здоровее, богаче и свободнее. Я действовал без системы – хаотично. Ошибался, пробовал и снова падал. Мои движения были робкими и нелепыми. Как слепой котенок, без базовых ценностей, примера отца, без наставника, без понимания больших денег в принципе – я начал блуждать. О своем духовном пути, бизнесах, ссорах я расскажу в третьей книге серии – «50 кирпичей истины».

Благодаря этому опыту сформировалась система, которую я в последующем и назвал «50 кирпичей успеха».

На должности менеджера по продажам мебели я работал с 23 до 28 лет. Здесь я делал ежедневно до 200 звонков, что принесло мне хорошие результаты. И постепенно привело меня к тому, что в 30 лет мне удалось открыть собственное производство мебели. Это произошло в 2010 году.

Кроме бизнеса, я продолжал заниматься спортом и внедрять полезные привычки в свою жизнь. Выиграл Кубок России по кикбоксингу в 2010-м, Кубок Мира по К-1 – в 2011-м в Италии, в Японии – в 2012-м, и занял второе место на чемпионате мира по шидокан-карате. В 2015 году я написал свою первую книгу «Пришествие».

Сегодня на моей фабрике «ФОРТ» работает более 200 человек. Мы выпускаем около 10 тысяч столов в месяц. У моего младшего брата, который выигрывает международные соревнования по биатлону, тоже крупный бизнес по перепродаже мебели.

Я счастливый отец пятерых детей. Тренер ММА. Мои стихи попали в сборник «Поэт года». В номинации «Предприниматель года» я удостоился премии «Народный предприниматель» с оригинальным названием «Золотой домкрат страны».

После того, что я пережил, те проблемы, с которыми ко мне иногда обращаются предприниматели, зачастую кажутся мне легко решаемыми.

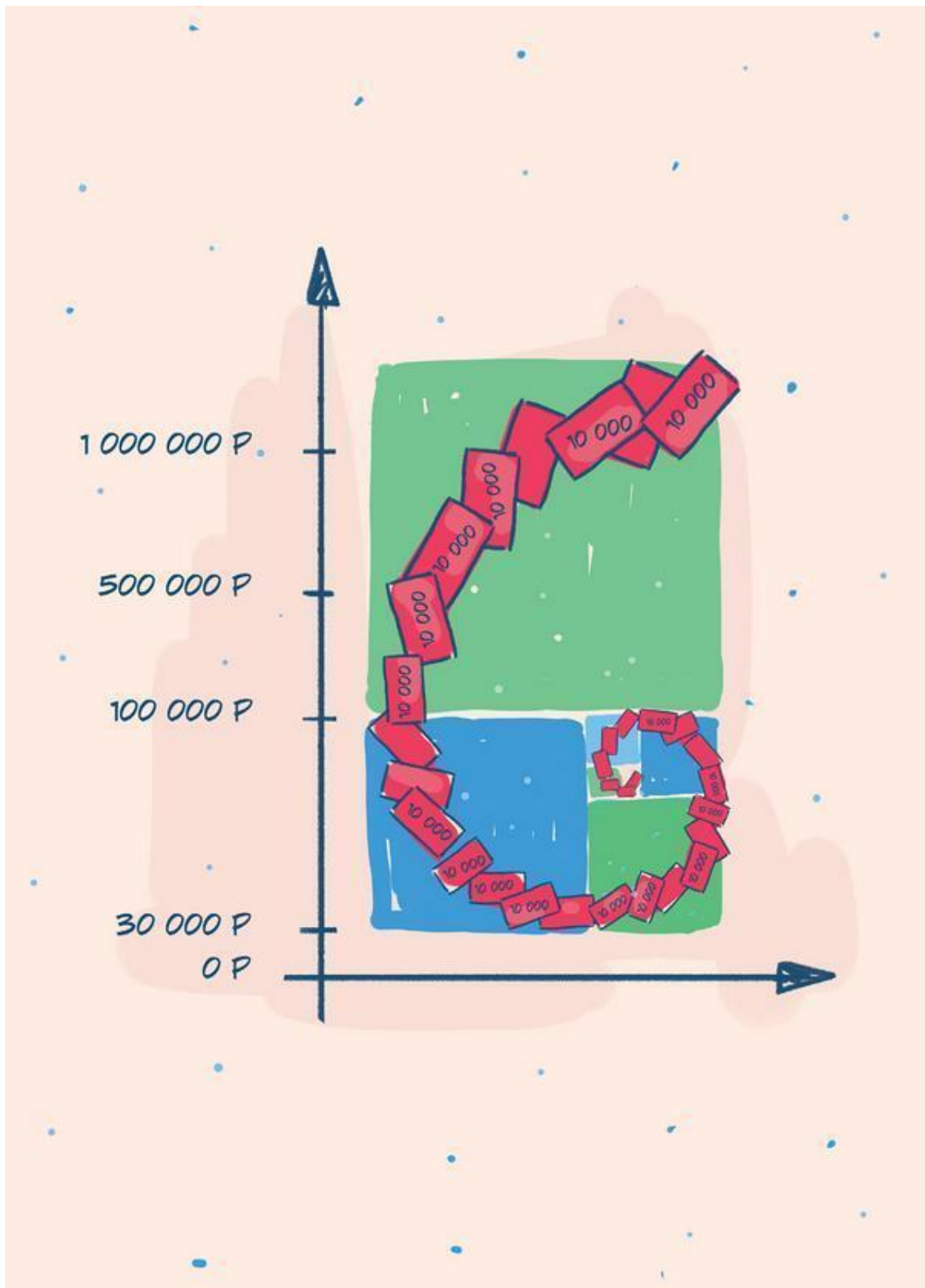
Я считаю себя достаточно ленивым человеком и поэтому придумал систему, при которой даже человек, у которого никогда ничего не получалось, сможет усилить себя. А сильный и волевой человек от этой книги получит кратно больше. Но начинать надо с простого! С простого действия.

ЗАДАНИЕ

1. Напиши свою историю. Откуда ты? Чем занимаешься? Какие трудности в жизни преодолел и чего достиг на сегодняшний день?

2. Если захочешь написать свою историю, размести ее в своем профиле в соцсети и пометь ее хештегом: #50кирпичейистория и #50кирпичейуспеха. Почитай истории других. Так мы создадим сообщество единомышленников.

3. Я сам прочитаю твою историю, и, надеюсь, мы подружимся.



Математически доказанный успех

Смотри.

Я взял все работающие привычки и посчитал, сколько процентов даст каждая на пути к уровню энергии и уверенности в 100 %. Например:

- стакан воды утром прибавит 2 %;
- ведение дневника дает 5 %;
- контрастный душ – 5 %.

И так далее. Проценты условные. Я расставил их, основываясь на своих ощущениях и на опыте и рассказах сотен людей, участвовавших в эксперименте в течение пяти лет. Хотя в Интернете ты найдешь как положительные отзывы о подобных привычках, так и кардинально отрицательные. Как на них реагировать – решать тебе. В нашем случае ведение дневника может добавить твоему энергетическому потенциалу 2 %, а вот контрастный душ прибодрит на все 10 %. Гибкость системы – ее плюс. Тестируй ее и выявляй наиболее действенные инструменты конкретно для себя. Моя система, как и любая другая, базируется на вере и твоём выборе.

В конце каждой главы ты найдешь табличку. В ней прописаны время, деньги, срок на формирование привычки и условный процент шансов, на который энергия увеличится, если привычка дойдет до автоматизма. Заметь, что энергия не увеличивается в моменте – например, сразу после выпитого стакана воды. Чтобы действительно почувствовать результат, ты должен проявить дисциплинированность, внимательность и терпение. Тебе следует совершать эти маленькие действия регулярно. И тогда только все произойдет.

Человек, применяя элементарные полезные вещи в течение одного года и особо при этом не напрягаясь, **обречен на богатство** в размере кратно большем, чем среднестатистический ленивый человек. Я посчитал, а затем проверил на себе. Потом проверил на учениках.

Начать можно с любого «кирпича».

Он жил спокойно и размеренно. Ложился спать и вспоминал прошедший день, думая: *«Как жаль, что я не успел сегодня сделать зарядку!»* Однако он тут же успокаивался удобным решением: *«Завтра! Завтра начну жить по-настоящему»*, – и спокойно засыпал.

А назавтра... Он чувствовал, понимал, что читал не те книги, встречался не с теми людьми, смотрел не те фильмы, а дома занимался не теми делами. Его день прошел в обычной суете. Лежа в кровати перед сном, он снова обещал себе: *«Ничего, завтра встану пораньше и все начну сначала. Пора! Жить-то осталось на один день меньше»*. Назавтра, а точнее, уже послезавтра, все повторилось вновь.

Он бегал по делам, вечером тупо смотрел телевизор, уставал и раздражался. Он даже обидел жену: кажется, она забыла постирать рубашку. Он не обращал внимания на детей: от шума болела голова. Он кого-то куда-то устраивал, кому-то что-то доставал. Кое-что успел сделать и на работе. За работу деньги платят. Деньги для жизни нужны.

Перечитывая дневниковые записи (кто в юности не вел дневников?), говорил про себя: *«Как много хорошего я мечтал сделать. Нет-нет, долой суету. Хватит. Вот встану завтра и начну жить иначе!»*

Так прошла неделя. Месяц. Год. Десять лет. Дети росли. Но, веря в будущего себя, он повторял перед сном: *«Завтра, завтра, завтра...»*

Только сегодня он не сказал «завтра», потому что вчера лег спать, а утром... не проснулся. И нет теперь для него этого спасительного завтра.

Потому что оказалось, что никакого завтра никогда и не было¹.

Из социальных сетей Александра Синеркина @sinerkin

¹ Рассказ «Завтра» из программы «Соло на клавиатуре» Владимира Шахиджаняна.

Считается, что человек на 95 % действует на автопилоте. Наш автопилот – это привычки.

Вам надо начать действовать сейчас. Но это болезненно и неприятно. Только 5 % людей могут перешагнуть через ловушку, которая называется «Сделаю это потом». И начинают делать сегодня. Остальные 95 % остаются в бедности и несчастье.

По моей системе «**Математически доказанный успех**» работающий на заводе человек станет успешным бизнесменом. Менеджер, продающий телефоны, через несколько лет будет миллионером, тратящим миллион в месяц и зарабатывающим несколько миллионов, работая лишь два-три часа в неделю. Не верите?

А следовательно, даже не рассматриваете такой вариант своей судьбы. А следовательно, не заметите возможности, которые находятся на расстоянии вытянутой руки. А пока отложите книгу, нужно поспать.

...Мысли тянутся: «...Макароны на ночь были лишними, да и вторая бутылка пива. Да и какое читать с пивом? Потом. Завтра.

И книга открыта уж год... Не читается чё-т. Это все оно! Подсознание! Сволочное. Хотят договориться с ним: „Я хочу зарабатывать миллион в месяц!“ А оно шипит: „Ишь чё захотел, умник. У тебя папа олигарх? Научит? Соцсетей посмотрелся? Красивую жизнь! Хи-хи-хи. Троечник. Да ты бухал все пары в институте, куда тебе, мечтатель хренов“.

И друзья скажут то же самое. Поэтому и молчишь. Любого дружка заткнешь, если он предложит бизнес замутить. Лучше разбором гаража займись на выходных или балкона хотя бы. Жену чё-т расперло, стоит у плиты, усталая.

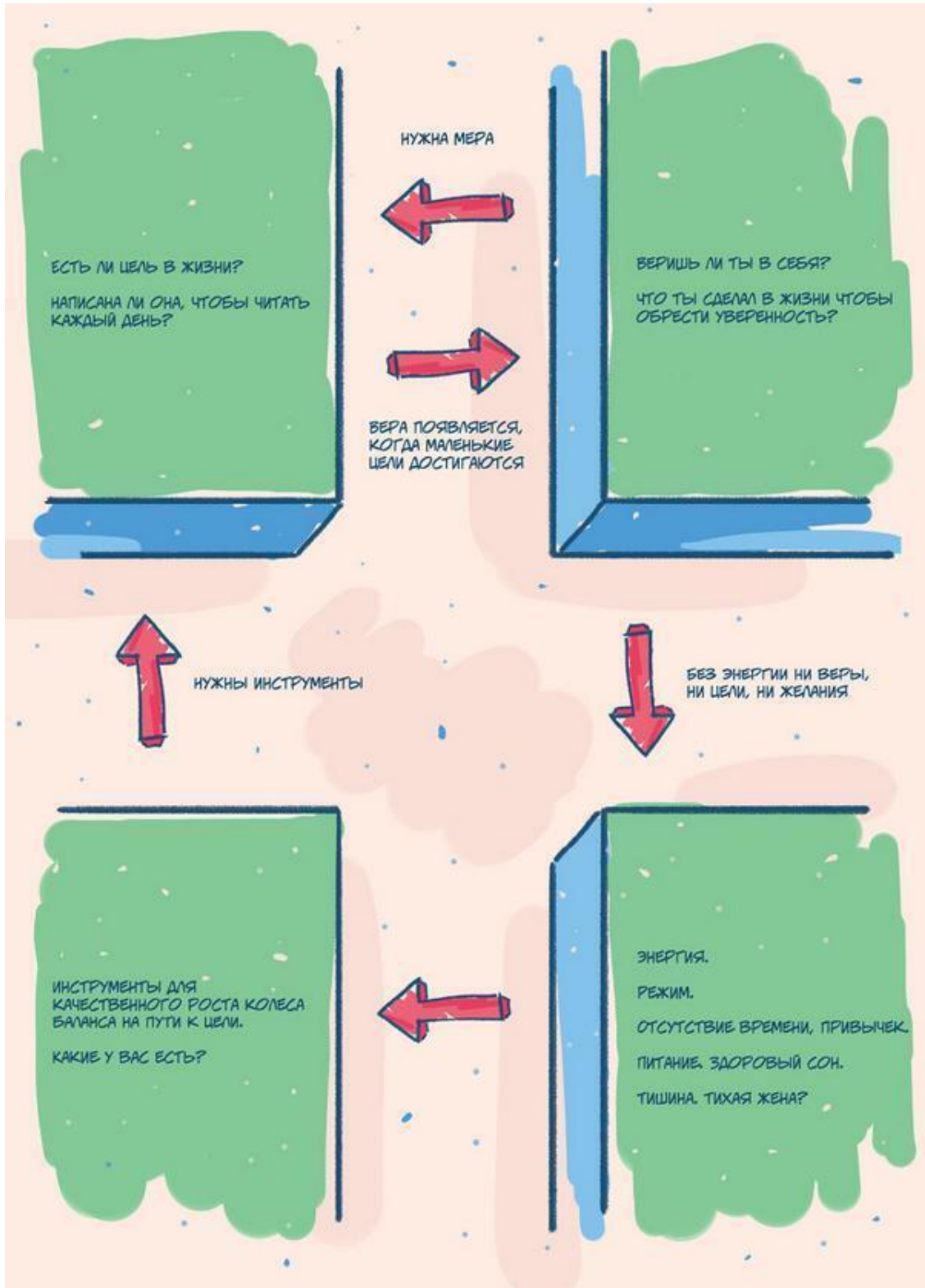
Сын, такой же дурачина, пропадает где-то. Хотел с ним съездить на рыбалку. Но не вышло. День рождения у деверя, потом опять отходить три дня после пьянки. Пузо, жопа всё растут».

Годы идут. Не жил, считай.

– Все так живут. Мне четвертый десяток, а я чувю, что правда ничего не смог, как и большинство! Что делать, бл...ь?! Что делать?! Книгу, говоришь, прочитать?! Ну, сука, ладно! Прочитаю... Достал.

Погнали.

#50КИРПИЧЕЙУСПЕХА



Блок I. Твоя энергия

Физическая энергия является базовой. Сюда относится все, что связано с телом и здоровьем. Основные источники: еда, сон, движение и отдых. Я собрал в этот блок «кирпичи-привычки», которые дадут тебе силы стать крепким, закаленным, уверенным. Бери и внедряй! Я шел к ним долгое время, а тебе надо просто читать и делать.

Кто-то хочет **счастья с любимой женщиной**. Проводить время вместе; делать подарки; знать, как поднять ей настроение; удивлять ее, чтобы интерес не потеряла. Однако большинство бросает заморачиваться об этом после пятого свидания и первой постельной сцены...

Зря, что сказать. В этот момент человек не об объекте любви перестает думать, а о счастье, здоровье и уверенности своих детей. Но так далеко люди, увы, не смотрят. Итог – знаковый кавардак, повсеместно происходящий в маленьких и совсем не маленьких ячейках общества. Богатых или бедных – неважно. Так происходит, потому что человек в первую очередь не знаком со своим истинным характером, а живет навязанной, не своей ролью.

Итак...

Кто-то хочет **денег**. В наемной работе люди сами себе не поднимают зарплату. Высокие чеки работодатель оплачивать не будет, а повод недодать всегда найдется. Это ты и без меня знаешь. Зачем платить, когда можно не платить? Вот и думает твой начальник: *«Домой жене отнести или работнику хорошему отдать? Этот работник, он мне кто? Жена? Нет. Он собственным лбом потолок пробил, прибыль утроил. Спасибо ему, конечно»*.

Вызывает начальник работника:

– Вот тебе премия – 20 тысяч!

– Э, погоди! Я ж в три раза план перевыполнил! Идею придумал!

– Да. И за идею на еще 20. А за перевыполнение плана втрое – ничего. Ну, может быть, один разок получишь больше. А теперь благодаря тебе в компании новый план. Чтоб 100 % сделать, надо по новой методе в три раза больше шарахнуть. Или ты хотел до конца жизни теперь втрое больше получать? Ты же обычный работник. Мы же тебе условия создавали?! Не учел?

– Ну да, вроде многовато... – чешет затылок работяга.

Знакомо? То-то.

Жизнь.

– А где взять время, силы и веру, что получится по-другому? А? Гарантии давай!

«Не ссыте! На шестой раз точно получится», – так говорит мой единомышленник Петр Осипов. Свою логику обосную, ведь на себе проверил. И не раз.

Надеюсь, ты уже понял, что адекватные деньги – это собственное дело. Как начать? Это уже вопрос технический. Разнообразные бизнес-сообщества дадут тебе идею, веру и инструменты. Пробуй. И даже без отрыва от работы. Разбирайся в чем-то новом: маркетплейсы, интернет-сервисы для размещения объявлений, продажи в социальных сетях. Как ты отнесешься к обучению – дело твое. Скажу еще раз: без освоения нового денег тебе не видать. Никогда. Так и будут тебя щемить на зарплату, по праву заслуженную.

– У меня не получится, даже пробовать не буду.

Согласен. Закрывай книгу – и вперед на завод, в будку охранника, машину таксиста. Снова надень спецовку грузчика, продавца, слесаря, бухгалтера.

Спорт. Самая наглядная аналогия. Начал заниматься и не ждешь, что результат появится завтра. Не раньше, чем через шесть месяцев, год. Согласен? Все будет ныть и болеть. Но ты приходишь и приходишь. Не понимаешь иногда: зачем тебе этот спортзал? Но страшно бросить. Перед отцом, перед друзьями, перед собой стыдно. Рождаешься с болью, учишься ходить,

падаешь, пока не научишься. Не станешь ты подтянутым без спорта. Если это тебе, конечно, надо.

А вот если знающие объяснили правила жизни или так попросту совпали обстоятельства: попалась вовремя книга; родители, друзья – внезапно нашли правильные слова... Тогда это хорошо. Значит, ты не безнадежен. Не иди на поводу других, если есть личная цель и она дорогá. Будь разумным эгоистом.

ЭГОИСТ – ТОТ, КТО НЕ ДЕЛАЕТ ТО, ЧТО НУЖНО ДРУГИМ ЭГОИСТАМ.

Если не объяснили, что есть правила денег, правила успеха, правила счастливой семьи – *Google* в помощь, прям так и забивай в поиске, – то непонятно, зачем над этим работать долгое время? Можно и отложить, ведь всегда есть чем заняться – попроще и поважнее. Ну и что, что проблемы? Время такое, что поделать. Привет грузчикам, таксистам, охранникам.

Грузчикам, таксистам, охранникам сложно выпивать стакан воды по утрам?

Принимать контрастный душ? Сделать зарядку?

Хотя бы ноги поливать холодной и горячей водой по несколько раз утром – тот же эффект, что лить на все тело.

Делают?

Нет.

А дорого обойдется 10-минутная утренняя зарядка?

Бесплатно.

Делают?

Нет.

– *А какая связь с увеличением дохода? Не вижу связи.*

Ну, не видишь – не значит, что ее не существует. Всё связано в этой жизни. О том и книга.

– *Сказки какие! Опять сказочник книжку написал!*

Я – практик. Применил в жизни. Не получилось – не пишу. Получилось – рассказываю. Я не писатель, но пишу от души. Возможно, найдутся критики, которые будут искать изъяны в изложении, и они их найдут. Каждая строка книги написана с огромным желанием помочь. Помочь тому, кто готов менять жизнь.

#50КИРПИЧЕЙУСПЕХА



Кирпич 1. стакан воды

Всё нужно проектировать сверху вниз, за исключением фундамента, с которого нужно начинать.

Алан Перлис

В 1979 году иранского доктора Батмангхелиджа арестовали по политическим мотивам. Шла революция, и он стал неугоден. В тюрьме «Эвин» его сокамерником оказался парень, которого ужасно мучили боли в животе. Опытный врач на глаз диагностировал у больного признаки язвы. В их камере были ужасные условия – дизентерия и полное отсутствие каких-либо средств для лечения. Единственное, что мог получить Батмангхелидж от надзирателей, – два стакана воды. Это он и сделал, предложив своему соседу выпить все, что было. Через восемь минут боль вынужденного пациента отпустила. Тогда доктор «прописал» ему выпивать по два стакана воды каждые три часа. В течение следующих четырех месяцев, пока он следовал новым простейшим инструкциям, боль к нему больше не возвращалась.

В тюрьме доктор Батмангхелидж начал масштабные исследования о воде, проводя свои эксперименты в условиях «стресс-лаборатории» на заключенных. И чем больше появлялось результатов, тем более врач изумлялся волшебным свойствам простой воды. Оказалось, что наш организм сигнализирует об обезвоживании не только через сухость во рту. Он буквально кричит нам о необходимости выпить воды и делает это через болезни и боль.

Доктор Батмангхелидж отсидел свой полный срок – два года и семь месяцев – и попросил оставить его в тюрьме еще на четыре месяца, чтобы успеть завершить исследования. Позже он опубликовал результаты своих наблюдений в самых авторитетных медицинских журналах США и Европы и написал серию книг о воде.

Однако, уверен, ты уже достаточно слышал про идею выпивать по стакану воды каждое утро? Да, определенно слышал, но вряд ли это действие доведено у тебя до автоматизма, не так ли? Сегодня кофе, завтра утренний чай, послезавтра энергетик по дороге на работу в пробке. А полезной чистой воды – выпью в другой раз. Хотя ведь это действительно очень полезно, правда? И денег не тратить, и быстро, и не отвлекает от дел. Когда простое действие – выпивать воду по утрам – превратится в привычку, ты удивись, насколько обеднеет список твоих проблем.

Суть нашего первого «кирпича» в следующем: когда просыпаешься утром, а также вечером перед сном – выпивай стакан теплой воды. А лучше два. Для удовольствия и пользы в воду можно добавить лимон, или чуть-чуть соды, или меда.

– Ну ладно, попробую. Не забыть бы... Вода-водичка. И на протяжении какого времени нужно ее пить? Всю жизнь?

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.