



**ПРОСТО  
ДЕЛАЙ!  
ДЕЛАЙ  
ПРОСТО!**

**О БИЗНЕСЕ – ПРОСТО**

CrossReads: О бизнесе – просто

Коллектив авторов

**Саммари книги «Просто  
делай! Делай просто!»**

«ЭКСМО»

2020

## **Коллектив авторов**

Саммари книги «Просто делай! Делай просто!» / Коллектив авторов — «Эксмо», 2020 — (CrossReads: О бизнесе – просто)

Оскар Хартманн – вдохновляющий пример деятельного человека. Пока одни переживали из-за отказов в работе и личной жизни, он использовал каждое препятствие, как урок. Книга «Просто делай! Делай просто!» – отражение ключевых принципов известного предпринимателя. Чтобы познакомить вас с их содержанием, мы собрали основные идеи в обзор. С его помощью вы по-новому взглянете на трудности и получите необходимую мотивацию для их преодоления. Текст обзора не является заменой оригинального произведения. Редакция рекомендует книгу «Просто делай! Делай просто!» Оскара Хартманна к прочтению.

# Содержание

Рекорд мира	6
Предисловие	7
Действие первое	9
Конец ознакомительного фрагмента.	10

# **Евгений Кавешников**

## **Саммари книги «Просто делай! Делай просто!»**

Оскар Хартманн – известный предприниматель, филантроп, многодетный отец, спортсмен и автор популярного YouTube-канала. Человек, сумевший победить врожденное неизлечимое заболевание. Вопреки всему, он стал не только успешным предпринимателем, но и известным спортсменом, которому принадлежит несколько мировых рекордов. Его первая книга – о фокусе на действиях, практических уроках, пройденном пути, встреченных людях; о падениях и взлетах, о выработанных жизненных принципах и созданной им философии.

## Рекорд мира

Оскар рассказывает о выступлении на бизнес-форуме в Санкт-Петербурге, где на гребном тренажере он на виду у тысяч людей побил мировые рекорды на 100 и 500 метров.

Перед ним стояла еще одна задача – открыть людям свою боль. Оскар рассказывает о своем заболевании, болезни Бехтерева. Наследственном, неизлечимом аутоиммунном заболевании, ежегодно превращающем в инвалидов несколько миллионов человек по всему миру.

Главная цель Оскара не в том, чтобы признаться в наличии у него болезни Бехтерева, а показать всем возможность изменения перспективы. Доказать, что, изменив призму восприятия, можно добиться впечатляющих результатов. Превратить свою историю страдания в историю процветания. На своем примере продемонстрировать людям, как человек, которому к сорока годам прочили ходить с палочкой, ставит рекорды мира в силовой дисциплине!

## Предисловие

Эта книга не только про бизнес и предпринимательство. Автор очень любит антропологию, науку о человеке. Он изучает, что в понимании самих людей создает наполненную и счастливую жизнь, а что нет. Что помогает больше всего, а что тянет вниз. Эта книга – антропологическое исследование, основанное на реальном жизненном, а не полученном в лаборатории опыте. Вопросы отношений, активных действий, преодоления страданий, доступа к энергии, витальности, изменения образа жизни, лидерства и используемых людьми метафор рассмотрены в книге в новом, необычном ключе.

Оскар раскрывает свое понимание слов «Действие», «Просто делай», «Бездействие» и «Делай просто».

Действие для него является синонимом мощного движения в сторону долгосрочных целей. Оно превращает ваши мечты в реальность. Необходимо включать дисциплину, силу воли и рациональный подход. «Просто делай» – значит совершать правильные необходимые каждому действия: прекращать прокрастинацию и активно работать над целью. Бездействие – это либо отсутствие действий, либо действия в противоположном конкретной цели направлении. В бизнесе бездействие представляет собой избегание ответственности, когда на вопрос «кто будет делать» все смотрят в пол. Также действием является похожее на бездействие терпение, например, в затянувшемся проекте. Мощное действие может представлять из себя и отказ от чего-либо. Например, от пустой траты времени в интернете. Путаница происходит потому, что мы часто считаем действием активность, вызванную примитивными желаниями, направленными на получение кратковременного удовольствия.

Кто-то в словах «Просто делай» видит неоправданный риск: просто прыгни в воду, просто возьми дорогой потребительский кредит и потеряй все. Люди часто имеют искаженное представление о риске. Автору не раз приходилось наблюдать водителей, совершавших смертельно опасные маневры на трассе с целью выиграть лишние пару минут. Это не «Просто делай! Делай просто!», это идиотизм. Зачем рисковать жизнью, когда выгода так ничтожна?

Зато в бизнес-проектах или в других возможностях осуществить свою мечту люди видят огромный риск. У них возникает много фиктивных страхов, что идея не сработает, мечта умрет. Бессмысленной смерти они не боятся, а попробовать стать сильнее боятся, ведь это ответственность, а без нее так привычно. В глубине души каждый знает, что для него действие, а что бездействие. Что делает его лучше, а что нет.

«Делай просто» не означает все сломать, уволиться с работы, уйти из семьи. Ломать умеют многие. Здесь отсутствует вторая неотъемлемая часть – необходимость созидания. Если разрушаете, то знайте, что вы построите на этом месте. В первую очередь, станьте Хозяином своей жизни, это фундамент созидания.

Цель этой книги – продвинуть вас вперед на пути к жизни, о которой вы мечтаете.

Оскар не предлагает вам волшебную таблетку. Ни в коем случае. Путь к вашим достижениям лежит через работу над собой и, конечно, действия!

Самые сложные цели, вроде строительства большой компании, – это длинная цепочка простых действий. Сложность заключается именно в длинной цепочке, в простых действиях.

Свобода человека состоит в том, чтобы в чем-то себя принять, а в чем-то изменить. Поэтому не стоит противопоставлять работу над собой принятию себя. Вы можете в очень многом принять себя, но все равно продолжать работать над собой.

Оскар не был бы интернет-предпринимателем, если бы не привнес в книгу новых технологий. По ходу повествования вам будет встречаться QR-код. С его помощью Оскар выйдет на видеосвязь.

Еще вам будут встречаться задания Оскара, которые, конечно, не обязательны к исполнению, но которые он настоятельно рекомендует просто сделать. Они включены в программу обучения UNLEARNING UNIVERSITY, Университета, который Оскар Хартманн создал, когда понял – большинству из нас в своем стремлении достичь цели нужно не научиться чему-то новому, а, наоборот, разучиться старому. На страницах книги вы пройдете экспресс-обучение в его Университете и даже получите диплом об окончании, вписав в него свою фамилию и все то, чему вы разучились. По ходу книги вам будут встречаться специально подготовленные Оскаром вопросы. Оскар поделится с вами теми вопросами, которые в свое время очень помогли ему. Поразмыслите над ними, а ответы запишите. Важнейшее умение – задавать правильные вопросы. Какие вопросы мы задаем, такие ответы и находим.

## Действие первое

Как превратить свою историю страдания в историю процветания

В восемнадцатилетнем возрасте Оскар вернулся в Германию из США, где прожил полтора года по программе школьного обмена, и сразу основал свою первую интернет-компанию по продаже спортивного питания ProFitnessShop.

Оскар всегда любил необычные приключения и однажды даже решил пройти пешком 250 километров. Экстремальные нагрузки, холод, однообразный рацион питания – все это в совокупности создало благоприятные условия для запуска болезни Бехтерева, которая до этого момента «спала» в его организме. Обычно данный диагноз приводит к инвалидности. С детства Оскар мечтал стать чемпионом в спорте. Он не хотел хоронить свою мечту и мириться со своей историей страдания. Оскар не пошел по пути жертвы, принятия жалости. Чаще всего люди остаются в болезни и держатся за нее, ведь там они получают очень много любви и сочувствия. Идти другим путем тяжело. Но как бы тяжело это ни было, нужно было меняться. Оскар решил, что будет учиться в лучшем университете, откроет свою компанию, создаст семью! Болезнь не будет центральным вектором и доминантой его жизни. Многие из тех, кто справился с болезнью, обретают уверенность в себе и ищут, с чем еще могут справиться.

Новая метафора, новая ролевая модель, новая призма. Мозг может превратить ад в рай или рай в ад в зависимости от наших ролевых моделей и образов. Оскар понял, что является генеральным директором не только своих компаний, но и своего здоровья. Началось осознание и великий разворот к самому себе. Болезнь – инструмент, который просто позволяет беспрестанно работать над собой и действовать правильно!

## **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.