

**10 НЕСТАНДАРТНЫХ
СПОСОБОВ ДОБИТЬСЯ
ВПЕЧАТЛЯЮЩИХ УСПЕХОВ**

**New York
Times
BESTSELLER**

КОД

ЭКСТРАОРДИНАРНОСТИ

ВИШЕН ЛАКЪЯНИ

КРИЭЙТОР И ОСНОВАТЕЛЬ КОМПАНИИ Mindvalley

**ПРИ УЧАСТИИ ИЛОНА МАСКА, РИЧАРДА БРЕНСОНА
И ДРУГИХ ГЕНИАЛЬНЫХ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЕЙ**

Вишен Лакьяни

**Код экстраординарности.
10 нестандартных способов
добиться впечатляющих успехов**

«ЭКСМО»

2016

УДК 65.01
ББК 65.290-2

Лакьяни В.

Код экстраординарности. 10 нестандартных способов добиться впечатляющих успехов / В. Лакьяни — «Эксмо», 2016

ISBN 978-5-699-94095-0

Если не можете выиграть, меняйте правила. Не можете изменить правила – не обращайтесь на них внимания. Эта книга бросает вызов устоявшимся представлениям о работе, бизнесе, дружбе, постановке целей, осознанности, счастье и смысле. Вишен Лакьяни, основатель компании Mindvalley одного из крупнейших разработчиков приложений для личного роста с годовым оборотом примерно 25 миллионов долларов, рассказывает, как работает разум самых смелых мыслителей нашей эры, учит, как создавать собственные правила жизни и добиваться успеха на своих условиях. 10 вполне конкретных правил, которые автор разработал, основываясь на личном опыте и долгих личных беседах с такими выдающимися людьми, как Илон Маск и Ричард Брэнсон, Кен Уилбер и Арианна Хаффингтон, – бросают вызов устаревшим моделям поведения.

УДК 65.01
ББК 65.290-2

ISBN 978-5-699-94095-0

© Лакьяни В., 2016
© Эксмо, 2016

Содержание

Как достичь успеха	6
Введение	8
Десять законов незаурядной жизни	11
Я обещаю вам	14
Часть I. Жизнь в культурном пространстве. Как мир сформировал вас	15
Глава 1. Подняться над культурным пространством. Глава, в которой мы научимся подвергать сомнению правила мира	16
Давайте признаем – это не работает	17
Истоки разума, основанного на правилах	18
Если ты не можешь это назвать, можешь ли ты это увидеть?	18
Мы живем в мире дуализма	19
Добро пожаловать в культурное пространство	19
Выйти за пределы культурного пространства	21
Почему значимость безопасности переоценивают	24
Что дальше	25
Серьезное предупреждение	25
Конец ознакомительного фрагмента.	26

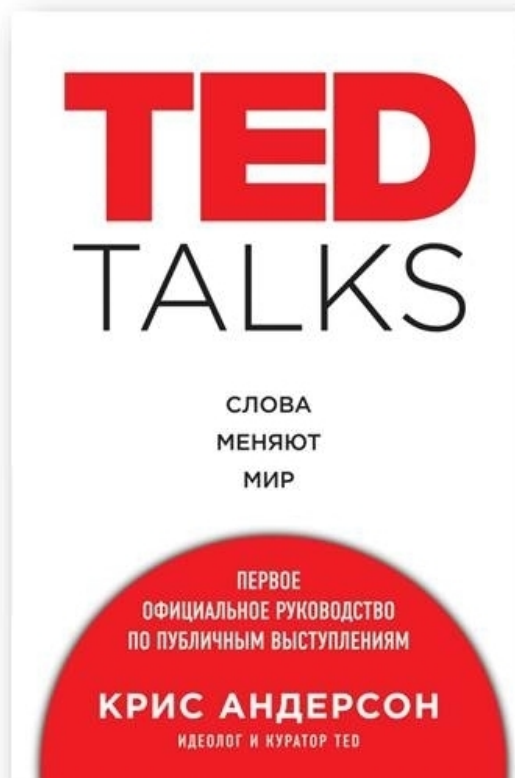
Вишен Лакьяни
Код экстраординарности. 10 нестандартных
способов добиться впечатляющих успехов

© Тимкова Я., перевод на русский язык, 2016

© ООО «Издательство «Э», 2017

* * *

Как достичь успеха



«Действуй! 10 заповедей успеха»

Тренер успеха № 1 на русскоязычном пространстве Ицхак Пинтосевич представляет готовую программу действий по достижению успеха. Всего 30 минут день и вы научитесь добиваться поставленных целей, быть уверенным в себе, правильно распределять свое время и легко преодолевать неудачи.

«Продавец обуви. История компании Nike, рассказанная ее основателем»

Nike – один из самых узнаваемых мировых брендов. Создатель компании – Фил Найт – один из богатейших людей, хотя еще в юности он не мог себе позволить купить кроссовки Adidas. Эта книга – исповедь о создании бренда, которому удалось подарить мечту миллионам людей. Сотни поучительных и невероятно откровенных рассказов из жизни компании, покорившей мир.

«TED TALKS. Слова меняют мир: первое официальное руководство по публичным выступлениям»

Идеолог и президент знаменитых конференций TED Крис Андерсон представляет руководство по составлению незабываемых выступлений. Вы научитесь эффективно доносить свои идеи до слушателей, разжигать их любопытство и избавиться от страха публичных выступлений. Каждый, кто сталкивается с необходимостью участвовать в презентациях, выступлениях и мероприятиях, просто обязан прочесть эту книгу.

«Что самые успешные люди делают до завтрака. Как изменить к лучшему свое утро... и жизнь»

Президенты, блестящие менеджеры и харизматичные лидеры, визионеры и гении – в чем секрет их успеха? Эксперт по личной эффективности Лора Вандеркам проанализировала распорядок дня множества успешных людей и подробно рассказывает, какие привычки помогают достигать успеха. Эта книга позволит вам взглянуть по-новому на свою утреннюю рутину и получать максимальный заряд энергии и пользы каждое утро.

Введение

Я полагаю, что люди могут выбрать быть необычными... Они могут выбрать не следовать за убеждениями, которым их обучили родители. Я уверен, что обычные люди могут сделать выбор стать необычными.

– Илон Маск

Я должен был выступать с докладом. Это было не совсем обычное выступление. На конференции в Калгари меня поставили последним, а такое время достается самым непопулярным докладчикам. Передо мной выступали невероятные люди. Его Святейшество Далай-лама, словно мастер Йода в оранжевых одеяниях, дарил слушателям перлы мудрости. После него – лауреат Нобелевской премии Ф. В. де Клерк, бывший президент Южно-Африканской Республики. Сэр Ричард Брэнсон, основатель компании Virgin Group, а за ним следовал Тони Шей, CEO компании Zappos.

Моя очередь подошла на третий день. Я был так называемым довеском – без громкого имени, всего лишь еще один докладчик, которого взяли по принципу «бюджет на знаменитостей закончился, а время еще осталось».

Я вышел на сцену. На меня выжидающе смотрела самая большая аудитория, перед которой я когда-либо выступал, – 600 человек. Я волновался, но перед выходом тайком глотнул водки в надежде, что это поможет успокоиться. По моей одежде – драным джинсам и свободной рубашке – можно было сказать только то, что у меня нет вкуса. Мне было тридцать три.

Я говорил о том, что близко лично мне: как люди понимают жизнь, цели, счастье и смысл. Под конец выступления я увидел, что меня слушают с радостью и со слезами на глазах. Более того, в конце конференции по результатам голосования меня выбрали лучшим оратором (я разделил первое место с Тони Шеем из Zappos). Это было невероятно, особенно если учесть, какие знаменитости выступали на конференции и что сам я был практически неопытен и мало чего добился. Но я обошел Далай-ламу! (Я этим немножко горжусь, а ему, скорее всего, все равно, потому что он – Его Святейшество, а я просто мистер.)

В тот день я говорил о том, что значит жить незаурядной жизнью, а это зависит не от везенья, не от тяжелого труда и не от усердных молитв. Для этого есть метод, которым может воспользоваться каждый, – код, который доступен любому; метод, который превратит вашу жизнь в незаурядную.

Эти идеи сработали для сотен тысяч людей, а не только для нескольких избранных. Чтобы обрести счастье и смысл жизни, этот код применяют во многих школах и в деловых компаниях, им пользуются обычные люди во всем мире. Я открыл его методом проб и ошибок, а также благодаря тому, что внимательно присматривался к самым незаурядным людям мира.

Тот день, когда я выступал на одной сцене с Далай-ламой, стал одним из лучших в моей жизни. Я благодарен за весь огромный опыт, который обрел на пути к этому дню. Я счастлив, что с полным правом могу назвать свою жизнь незаурядной, – жизнь, которой у меня могло никогда не быть и в которой я:

- превратил свое увлечение – личностный рост – в компанию Mindvalley, в которой сейчас 500 000 студентов, 2 миллиона подписчиков, а еще много преданных поклонников по всему миру;

- основал Mindvalley без банковских кредитов или других вложений капитала и, несмотря на все препятствия, постепенно превращаю ее в самую инновационную компанию нашего времени;

- создал рабочее пространство, в котором трудятся люди из более чем 40 стран, пространство, завоевавшее множество наград и по результатам читательского голосования журнала Inc.¹ признанное одним из самых замечательных офисов на планете;
- женился на потрясающей женщине и сейчас мы растим двух прекрасных детей;
- основал фестиваль A-Fest, который проходит в разных экзотических местах мира и привлекает тысячи людей;
- получил приглашение учиться и отдыхать на частных островах с такими людьми, как Ричард Брэнсон (который, к слову, и убедил меня написать эту книгу);
- пережил духовное возрождение, изменившее мое восприятие материальной реальности;
- собрал и передал миллионы долларов на благотворительность;
- получил невероятное предложение написать эту книгу (спасибо, Rodale Inc!).

При этом я совершенно точно могу сказать, что не родился выдающимся. Моя жизнь должна была стать довольно обыкновенной. Перед тем как переехать в Соединенные Штаты, я жил и рос в Малайзии. Всю жизнь я считал себя психованным и страдал от заниженной самооценки.

Я почти вылетел из Мичиганского университета, а всего лишь через два года после выпуска в 1999 году меня уже дважды уволили, дважды я терял свой бизнес и много раз оказывался банкротом.

Прежде чем мой стартап Mindvalley выстрелил, я провалил дюжину проектов. Затем, когда мне было двадцать восемь, я был вынужден оставить страну, в которой мечтал жить, и вернулся в дом родителей. Следующие шесть лет я изо всех сил пытался наладить свой бизнес. В это время мы с женой жили в комнате в доме родителей, и я водил крохотный Nissan March.

Всего за год до конференции в Калгари я был очень далек от всего, что наметил в качестве целей. У меня было множество долгов, которых никогда бы не было, если бы я не пытался начать свое дело.

Затем, когда мне исполнилось тридцать два, я испытал то, что в течение нескольких лет позволило мне полностью, радикально изменить свою жизнь. Несмотря на то что во всем остальном я вполне обычный человек, у меня есть один уникальный навык, который не раз выручал меня. Этот навык помог мне составить план этой книги, – план, который я составил для вас и который поможет вам выйти за границы обычной жизни и двигаться дальше.

Вкратце я могу описать этот навык так: я впитываю чужой опыт как губка и связываю разрозненные кусочки в единую картину. Мне очень повезло с умением брать знание и мудрость от любых людей – от миллиардеров до монахов, – а затем систематизировать эти идеи и создавать новые модели понимания мира.

В современном компьютерном мире это можно назвать навыками хакера. Что делает хакер? Он взламывает, добирается до глубинной сути, до ядра, а затем в цифровом мире собирает заново так, что новое становится лучше прежнего.

Этим я и занимаюсь. По образованию я – программист, но мой разум с рождения любил учиться тому, как хакать жизнь. Я вижу взаимосвязи, которые часто упускают другие, и делаю неожиданные выводы.

В этой книге я расскажу вам о 10 таких выводах. Я не претендую на то, чтобы быть их первооткрывателем. Я узнал о них благодаря жизненному опыту и тому, что внимательно прислушивался к выдающимся мыслителям, лидерам, творцам и людям искусства, которые стремятся к высотам в повседневной жизни.

¹ Inc. – американский ежемесячный журнал, рассчитанный на владельцев стартапов, малого и среднего бизнеса.

Я учился у этих потрясающих людей, и моя жизнь бурно развивалась. Я стал тем, кто я есть сейчас, потому что в трудные времена принял для себя правило – находить людей, которые опережают меня на шаг, и учиться у них. Впитывая их мудрость, я рос, а поравнявшись с ними, искал тех, кто снова будет на шаг впереди меня... И так далее.

Со временем оказалось, что я могу задавать вопросы таким людям, как Илон Маск, Ричард Брэнсон, Питер Диамандис², Арианна Хаффингтон³ и Кен Уилбер⁴. В этой книге есть и их вклад, вместе с квинтэссенцией мудрости из более чем 200 часов интервью с 50 невероятными мыслителями, которые живут по своим правилам и влияют на происходящее в мире.

Я основал Mindvalley, которая стала одной из ведущих компаний мира в сфере личностных изменений. У нас более 200 авторов и 2 млн подписчиков, мы находимся на передовой новых идей, зарождающихся в области личностного роста. Благодаря информационной сети Mindvalley у меня есть доступ к мудрости и размышлениям многих, и это дает мне огромное преимущество в написании книги. Мой дар – объединить эти идеи и знания в систему, которая позволит вам выйти за пределы обыденности и встать на путь, который приведет вас туда, куда вы мечтали попасть еще в детстве.

² Питер Диамандис – учредитель и глава Фонда X-Prize, пионер в области космического туризма.

³ Арианна Хаффингтон – сооснователь и главный редактор интернет-издания «Хаффингтон Пост».

⁴ Кеннет Уилбер – философ и писатель, автор интегральной теории.

Десять законов незаурядной жизни

Жизнь, знаете ли, можно взломать. Точно так же, как программист, зная программный код, взламывает компьютер и программирует его на определенные задания, и вы можете взломать свою жизнь и улучшить ее.

Мир функционирует по определенным законам, это невидимый код: как взаимодействуют между собой люди, как мы поклоняемся чему-то высшему, как общаемся с родителями, действуем на работе, влюбляемся, зарабатываем, заботимся о здоровье, стремимся к счастью. В начале карьеры я работал программистом и проводил за компьютером много времени, пытаюсь изучить машинный код – язык программирования. Сейчас меня гораздо сильнее интересует код, на котором работает мир людей, и, поверьте мне, его точно так же можно взломать.

Но сначала его нужно *увидеть*.

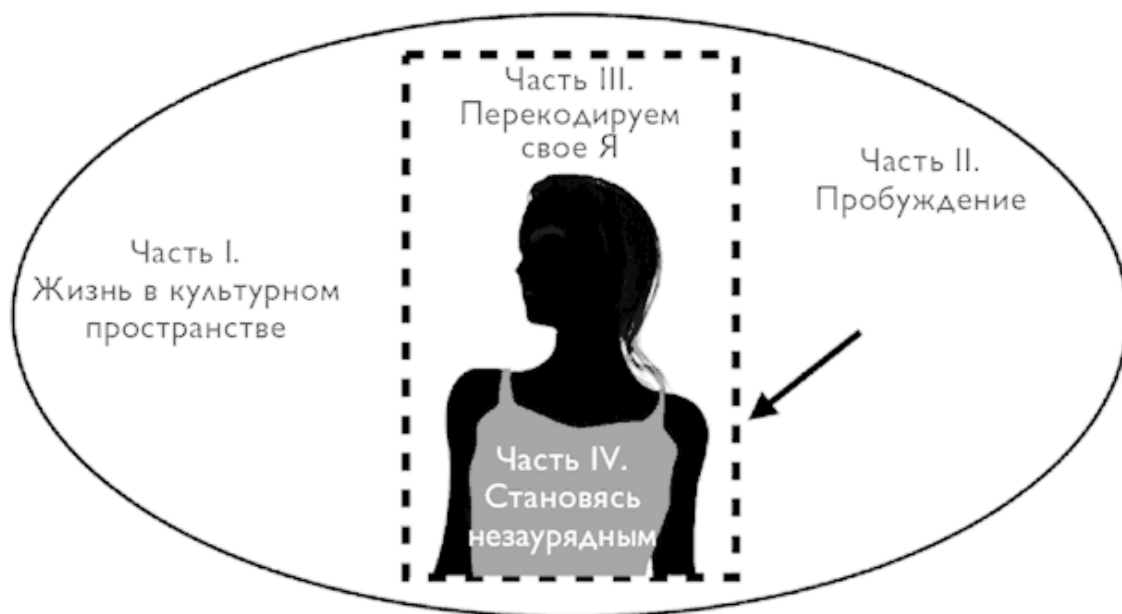
Эта книга состоит из четырех частей и десяти глав. В каждой части мы разбираем один из уровней кода:

ЧАСТЬ I. Жизнь в культурном пространстве

ЧАСТЬ II. Пробуждение

ЧАСТЬ III. Перекодируем свое Я

ЧАСТЬ IV. Становясь незаурядным



Часть I. Жизнь в культурном пространстве

В этой части мы рассмотрим мир, в котором мы живем, и всю смесь противоречивых идей, убеждений и систем, которые мы изобрели, чтобы привнести смысл в человеческое существование. Цель этой части – очистить взгляд на мир и увидеть его таким, какой он есть.

1. подняться над культурным ПРОСТРАНСТВОМ.

Мы изучим замысловатую сеть жизненных правил и установок человечества, которые я называю культурным пространством. Эти установки диктуют вам, как себя вести, что делать, кем быть, когда вырастешь, и что такое счастье и успех. Вы увидите, насколько эта сеть вездесуща и как часто мы действуем на автопилоте. Конечно, это привычно и безопасно, но я предлагаю выбрать рискованный путь.

2. **ОСПОРИТЬ ДУРАВИЛА.** Вы узнаете, как обнаруживать *дуравила*, которым бы следовало исчезнуть сто лет назад, но они до сих пор отравляют нам жизнь. Когда вы научитесь их распознавать, вы сможете выходить за их рамки – сбрасывать старую грязную одежду и надевать новую. Это освобождает. Незаурядные люди отвергают дуравила. Вы тоже это сможете сделать.

Часть II. Пробуждение

В этой части мы рассмотрим интерфейс – то, как вы взаимодействуете с миром. Какие ценности и убеждения вы выбрали для того, чтобы в них верить? Что вы отвергаете? Как вы растете и учитесь? Вы научитесь находить те убеждения, привычки и действия, которые будут менять вашу жизнь и превращать ее в необыкновенную.

3. **ПРАКТИКОВАТЬ ПРОГРАММИРОВАНИЕ СОЗНАНИЯ.** Вы научитесь мыслить как хакер и выстроите основу для экспериментов по выходу за пределы обыденности.

4. **ПЕРЕПИСАТЬ МОДЕЛЬ РЕАЛЬНОСТИ.** Множество убеждений прижились в вашем разуме еще в детстве. Они пришли из разных источников – от родителей, учителей, проповедников, – но многие из них лишают сил и заставляют воспринимать мир сквозь призму боли, посредственности и беспокойства. Вы узнаете, как взломать себя и заменить ослабляющие модели новыми версиями, такими, которые придадут вам сил. Мир отражает ваши убеждения о нем. Представьте себе, что будет, если вы примете убеждения незаурядных людей.

5. **ОБНОВИТЬ СИСТЕМЫ ЖИЗНИ.** Модели реальности – это первый рычаг выстраивания осознанности, системы жизни – второй. Системы жизни – это то, что вы делаете каждый день: как вы питаетесь, медитируете, заботитесь о здоровье, воспитываете детей, занимаетесь любовью, работаете. Вы научитесь определять системы, которые управляют миром (и вашей жизнью), и оптимизировать их. Новые системы жизни появляются постоянно, и большинство из них никогда не добирается до нашей формальной системы образования. Вы узнаете, как выстраивать и устанавливать новые жизненные системы, чтобы стать гораздо более оптимизированным человеком.

Теперь мы переходим ко второй половине материала.

До этого книга могла казаться вам слишком логичной – больше системы, чем души. Возможно, вы даже восклицали: но мы же не только машины из плоти, летящие через космос на огромном камне! И вы правы.

Часть III. Перекодируем свое Я

В третьей части мы погрузимся во внутренний мир и рассмотрим идею взлома сознания. Мы изучим, как изменить способы функционирования в мире, рассмотрев различные понятия о том, что значит быть человеком, быть счастливым и как создать жизнь, исполненную смысла, а не пребывающую в застое.

6. **МЕНЯТЬ РЕАЛЬНОСТЬ.** Это модель реальности, которая предлагает такой способ жизни, в которой все идет как по маслу. Я встретил множество потрясающих людей, которые именно так и живут. Некоторые из них монахи. Некоторые – миллиардеры. Я раскрою это состояние ума и расскажу вам, как его достичь.

7. **ПРАКТИКОВАТЬ ПРАСЧАСТЬЕ.** Счастье можно хакнуть, и прасчастье – прекрасный способ становиться все счастливее с каждым днем и менять реальность. Мы узнаем, что такое счастье и почему оно бывает настолько неуловимым. А затем мы рассмотрим три лучших способа стать еще счастливее. Это гораздо проще, чем многие думают. Можете себе представить, что можно стать на 25-50 % счастливее всего за неделю? И что для этого не нужны дополни-

тельные расходы, не нужно чаще заниматься сексом или принимать наркотики? Только чистая сила разума, применяющая идеи, которые мы с вами изучим.

8. **УСТАНОВИТЬ ЦЕЛИ НА БУДУЩЕЕ.** Дуравила мира научили большинство из нас преследовать неправильные цели. Я считаю, что большая часть современных систем целеполагания – полный отстой. Я покажу, как ставить цели, которые по-настоящему сделают вас счастливым человеком.

Часть IV. Становясь незаурядным

Вы узнаете, как не просто создавать свои правила и управлять собой, а выходить в мир и изменять его.

9. **СТАТЬ НЕПОКОЛЕБИМЫМ.** Вы увидите, как стать таким непоколебимым, чтобы на вас не влияли чужие суждения или страх одиночества. Ничто в мире не собьет вас с ног.

10. **ЖИТЬ СОГЛАСНО ПРИЗВАНИЮ.** Вы узнаете, как перестать просто жить в мире и как начать его изменять.

Я обещаю вам

Идеи и техники, приведенные в книге, основаны на лучших моделях и системах личного роста, работы и успеха, которые я выявил, сотрудничая со специалистами по личностному развитию и изменениям.

Инструменты, которые я вам вручу, позволяют прогибать реальность и обретать счастье, радость и смысл, которые, возможно, ускользали от вас, несмотря на все усилия. Я точно знаю, что эти способы работают, потому что пользуюсь ими сам, а благодаря онлайн-программам, приложениям и семинарам их используют миллионы людей во всем мире. В этой книге я впервые свожу это все воедино.

Вы узнаете, какие ментальные системы могут коренным образом изменить ваше восприятие мира, и увидите, насколько прекрасно разнообразие людей и культур, пусть даже его полный потенциал еще не задействован. Шаг за шагом вы изучите конкретные системы и способы, которые перевернут вашу жизнь – тело, разум, сердце и душу.

Итак, приступим.

Часть I. Жизнь в культурном пространстве. Как мир сформировал вас

Все мы находимся в безбрежном океане человеческих убеждений, представлений и поступков. Некоторые прекрасны и приносят радость, другие же нецелесообразны, ограничивают нас и даже калечат. Рыбы не знают, что живут в воде. Так и мы зачастую не догадываемся, что огромное количество человеческих убеждений – то, что я называю культурным пространством, – пронизывает и влияет на нашу жизнь.

Культурное пространство определяет, как любить, что есть, с кем заключать брак, как искать работу. Оно устанавливает стандарты, по которым мы определяем, чего стоим. Достаточно ли вы хороши, если у вас нет высшего образования? Нужно ли остепениться и завести детей? Выбрать религию? Выбрать определенную профессию?

В этом разделе мы рассмотрим культурное пространство, и вы обнаружите, как много в нем нелепостей, которых вы не замечали раньше.

Глава 1 научит вас распознавать, как культурное пространство управляло вашей жизнью через «долженствование». Вы *должны* поступать так. Вы *должны* жить так. Вы увидите, почему гораздо лучше жить вне «долженствований» и почему жизнь без ограничений так прекрасна.

Глава 2 покажет вам, как обнаруживать устаревшие правила, которые сдерживают столь многих, не позволять им заражать вас (и ваших детей), и двигаться дальше, создавая свои законы.

Наше путешествие будет интересным, хотя и несколько провокационным, потому что мы подвергнем сомнению убеждения, которые просуществовали больше 2000 лет. Но когда мы закончим, вы увидите новую версию мира – ту, которую выберете сами.

Глава 1. Подняться над культурным пространством. Глава, в которой мы научимся подвергать сомнению правила мира

Когда вы растете, вам, как правило, говорят, что мир таков, каков он есть, и в этом мире вы и будете жить. Постарайтесь не ломать стены. Постарайтесь жить тихой семейной жизнью, копить деньги и радоваться. Это очень ограниченная жизнь. И как только вы осознаете этот простой факт, она станет гораздо шире. Проще говоря: все то, что вокруг вас и что вы называете жизнью, было создано людьми не умнее вас. Вы можете это изменить. Вы можете на это повлиять... Как только вы это поймете, вы изменитесь навсегда.
– *Стив Джобс*

Я стоял на зеленой лужайке перед роскошным особняком и смотрел, как играют солнечные блики на озере Вашингтон. Вокруг меня негромко беседовали другие гости. Слышался звон бокалов. В воздухе витал сладкий и пряный аромат барбекю.

Позади меня стоял владелец дома – Билл Гейтс. Один из самых состоятельных людей мира, легендарный основатель софтверного⁵ гиганта Microsoft общался с другими молодыми гостями.

Это был день ежегодного барбекю, которое Билл Гейтс устраивал у себя дома, чтобы поприветствовать новых работников своей компании. Тогда мне было двадцать два и я всего несколько недель проработал стажером в Microsoft. Тогда все стремились попасть в Microsoft, как сейчас в Apple или Google. И мне это удалось!

Казалось, воздух звенит от восторга – мы чувствовали себя, словно юные ученики Хогвартса, впервые увидевшие Дамблдора.

К этой цели я стремился много лет: сначала изо всех сил старался учиться только на отлично, чтобы поступить в одно из лучших учебных заведений в мире, где готовили программистов – Университет Мичигана, где я изучал электротехнику и информатику.

В Малайзии, где я прожил до пятнадцати лет, семьи и учителя, как правило, продвигают мысль о том, что нужно стать врачом, программистом или юристом. Я помню, что в детстве мне так и говорили: если ты умен, так и будет. Так устроен мир.

Честно говоря, я боялся и ненавидел уроки программирования в университете. На самом деле я хотел стать фотографом или актером театра. Только на уроках фотографии и актерского мастерства я получал отличные оценки. Но правила гласили, что это неправильный выбор карьеры. Поэтому я пожертвовал этими занятиями в пользу программирования. Я должен был трезво смотреть на мир и быть практичным. Получать хорошие оценки. Устроиться на хорошую работу. Работать с 9:00 до 17:00. Копить деньги на безбедную старость. Поступать правильно и добиться успеха.

И у меня получалось. Мне было очень приятно оказаться достойным чести работать в компании Билла, которая тогда была на высоте, и попасть к нему в гости. Мои учителя радовались за меня. Мои родители были в восторге. Часы, потраченные на обучение, и все, чем родители пожертвовали ради меня, принесли свои плоды. Я сделал все, что от меня требовалось. Пришла пора получать награды. Я оказался там, где нужно. Я был дома у легендарного Билла Гейтса, и моя карьера должна была взлететь.

Но в глубине души я знал, что все гораздо сложнее.

⁵ Софтвер – от англ. software, программное обеспечение.

В тот судьбоносный день летом 1998 года я одновременно понял две вещи: во-первых, мои многолетние труды окончены, и во-вторых, все это треклятое время я трудился зря.

Понимаете, я терпеть не мог свою работу. Я сидел в собственном офисе в штаб-квартире Microsoft, пялился в три монитора, выстроившихся на столе, и считал секунды до окончания рабочего дня. Я так ненавидел свою работу, что хотя Билл Гейтс в окружении моих коллег стоял всего лишь в нескольких метрах от меня, мне было стыдно подойти и пожать ему руку. Я ощущал, что это не мое место.

Поэтому через несколько недель я уволился.

Ладно, ладно, меня уволили.

Я слишком боялся взять и уйти. Пройти весь этот долгий путь – учиться в лучшем университете, попасть на желанное собеседование, затем устроиться на еще более желанную работу в компании, за которую многие мои соученики отдали бы руку – пройти все это и уволиться означало разочаровать очень многих.

Поэтому я решил сделать то, что сделал бы на моем месте любой бесхребетный молодой человек двадцати двух лет. Я сделал так, что меня уволили. Меня стали часто ловить на том, что вместо работы я играл в компьютерные игры, и офис-менеджер был вынужден меня уволить. Как говорится, *случается*.

Я вернулся в университет и добрал до финишной черты. Я понятия не имел, что буду делать после выпуска и чувствовал себя дураком из-за того, что упустил такую возможность, как работу в Microsoft.

Как оказалось, это был наилучший выбор. Я не просто бросил работу (и карьеру). Я решил перестать следовать правилам жизни, которые мне навязывало общество.

Давайте признаем – это не работает

Я пошел своим путем, отвергнув путь реалистичной и практичной работы, вовсе не потому, что считаю, что быть программистом – неправильно. Но и тогда, и сейчас я уверен, что неправильно заниматься тем, к чему у вас нет страсти, только потому, что так надо или так положено.

Многие из нас так живут. Согласно опросу Gallup, в котором участвовали более 150 000 американцев, 70 % сказали, что их работа им неинтересна. Если учесть, сколько времени мы посвящаем работе, это означает, что мы рискуем жить, не ощущая интереса к жизни. Неверны не только наши представления о работе. Задумайтесь над этой статистикой:

- от 40 до 50 % браков в США распадаются;
- опрос Harris показал, что только 33 % американцев считают себя «очень счастливыми»;
- согласно CNBC, Благотворительный фонд Пью провел исследование долгов, которое показало, что 8 из 10 американцев находятся в долгах, в основном из-за ипотеки;
- согласно данным Центра по контролю и профилактике заболеваний, более трети американцев страдают от лишнего веса.

То есть и карьера, и личная жизнь, и счастье, и финансы, и здоровье – все это находится в неудовлетворительном состоянии. Как же мы сюда попали и как теперь выбраться?

Причины этому разные и их много. Но я считаю, что есть одна главная причина: это засилье правил, – правил, которые говорят, что мы «должны» жить так, потому что так живут все остальные.

Я должен устроиться на эту работу.

Я должен встречаться/вступить в брак с таким человеком.

Я должен поступить в этот университет.

Я должен выбрать эту специализацию.

Я должен жить в городе.
Вот так я должен выглядеть.
Вот так я должен чувствовать.

Не поймите меня неправильно. Иногда людям, чтобы свести концы с концами, приходится устраиваться на работу, которая им не нравится. Иногда приходится жить там, где не нравится, потому что невозможно позволить себе что-то лучше или из-за семейных обстоятельств.

Но есть огромная разница между жизненной необходимостью и слепым принятием сложившихся правил. Важно знать, каким правилам следовать, а какие – нарушать.

Чтобы это понять, сначала нужно осознать, почему правила вообще существуют.

Истоки разума, основанного на правилах

Да кто вообще создал правила современного мира? Чтобы ответить на этот вопрос, нужно вернуться в начало истории человечества.

Юваль Ной Харари, профессор истории, в своей потрясающей книге «Sapiens» выдвинул предположение, что в некой точке исторического развития на Земле могло жить до шести разных представителей рода *Homo*. Мы, то есть человек разумный (*Homo sapiens*), а также человек неандертальский (*Homo neanderthalensis*), солойский человек (*Homo soloensis*), человек прямоходящий (*Homo erectus*) и другие.

Со временем все остальные вымерли, а *Homo sapiens* стал нашим предком.

Почему выжили *Homo sapiens*?

Харари считает, что это произошло благодаря речи и потому, что она была устроена сложнее, чем у других. Ученые, которые изучают обезьян, обнаружили, что те могут предупреждать сородичей об опасности и говорят они примерно так: «Осторожно! Тигр!»

Но наши далекие предки были умней. Они могли сказать: «Этим утром у реки был тигр, так что давайте подождем тут. Он уйдет на охоту, вот тогда сходим туда и поедим».

Наши предки научились эффективно использовать речь, чтобы передавать необходимую для выживания информацию. Используя речь, мы собираемся в группы и делимся новостями об опасностях или благоприятных возможностях. Мы умеем создавать и передавать навыки и привычки: сообщать не только о том, что на берегу реки растут ягоды, но и как собирать их, готовить и запасать, и даже кому положен первый и лучший кусок. При помощи речи мы сохраняем знания и передаем их от человека к человеку, от родителей к детям, из поколения в поколение.

Новым поколениям не нужно заново изобретать колесо, и это достижение невозможно переоценить. Благодаря речи жизнь на каждом своем уровне прекрасна и сложна.

Самый большой плюс речи в том, что с ее помощью наш разум может создавать целые миры. Мы создаем то, что существует только как «понимание» в голове, а не на физическом уровне: вступаем в союзы, образуем группы и разрабатываем правила для взаимодействия как в группе, так и между группами. Речь дает возможность создать культуры, мифологии, религии – а затем заставляет нас сражаться за культуру, мифологию, религию.

Все это стало возможным благодаря нашему мышлению и способности использовать речь, чтобы делиться знаниями, – и это воистину революционные перемены! Харари так и назвал это явление: когнитивная революция.

Если ты не можешь это назвать, можешь ли ты это увидеть?

Если вы не верите, насколько сильно речь определяет нас и наш мир, давайте взглянем на несколько интересных исследований.

Существовал ли в древности синий цвет? Согласно подкасту Radiolab «Разве небо не синее?», как сообщил Business Insider, в древние времена во многих языках не было слова, обозначающего синий цвет, – «ни в греческом, ни в китайском, ни в японском, ни на иврите». В «Одиссее» Гомера небо не названо синим ни разу, а Эгейское море названо «темным, как вино». Синий цвет не появляется ни в каких других древних произведениях, сколь бы богаты на описания они ни были.

Отсюда вопрос: если нельзя назвать это словом, можно ли это видеть?

Ученый Джулия Давидофф изучала этот вопрос в Намибии, на примере племени химба. У химба есть много разных слов для обозначения зеленого цвета, но ни одного – для синего.

Когда людям племени показывали узор из квадратов, где только один был очевидно (для нас) синего цвета, а остальные зеленого, и просили указать на отличающийся квадрат, они либо не могли найти синий, либо делали это очень медленно, либо ошибались в выборе.

Но когда им показывали такой же узор из зеленых квадратов, среди которых был один немного иного оттенка зеленого (большинству из нас было бы сложно его обнаружить), химба распознавали его безошибочно.

Простое для нас было непросто для них, а сложное для нас было легко для них. У химба нет слова для обозначения синего цвета, и им было очень трудно выделить синий квадрат среди зеленых, но они различали тончайшие оттенки зеленого.

Так что, похоже, мы способны разглядеть то, что способен назвать язык. Речь формирует то, что мы «видим».

Мы живем в мире дуализма

Некогда речь дала нам невероятную способность наблюдать и оценивать: осмотреть берег реки, взвесить риск и возможность, а затем не просто подумать о себе, но вернуться в племя и рассказать, что удалось узнать. Вместе мы лучше соображаем, планируем и преодолеваем трудности, находим решения проблем и способны рассказать об этом другим. На основе речи была выстроена культура.

Речь сформировала и позволила передавать правила жизни, которые превратились в правила, по которым живут общество и культура. Культура помогает понимать мир и смысл событий в нем, позволяет создавать религии и государства, учить детей так, чтобы их жизнь была успешной, и использовать мозг в полную силу, а не просто выживать день за днем.

У культуры есть и темная сторона: если мы слишком сосредоточиваемся на правилах, они превращаются в заповеди, которые указывают, как именно мы «должны» жить, и строго разделяют хорошее и плохое: то, что соответствует правилам – хорошо, что не соответствует – плохо. Вот так вы должны жить. Так вы должны одеваться. Вот так вы должны обращаться с женщинами, детьми, больными, стариками, «непохожими». Мое племя лучше твоего. Моя жизнь правильная, значит, твоя неправильная. Мои убеждения правильные, твои неправильные. Нет Бога, кроме моего Бога. Мы создаем сложные миры, а затем готовы положить жизнь, защищая их. Язык и правила, определяющие нашу культуру, могут как породить жизнь, так и отнимать ее.

Добро пожаловать в культурное пространство

Чтобы жить и действовать в мире, мы создали сложнейшую структуру убеждений и практик – то есть мы фактически создали новый мир поверх того, в котором жили на пресловутом берегу реки. С тех самых пор мы живем в двух мирах.

Есть материальный мир абсолютной истины. В этом мире существует все, по поводу чего мы, скорее всего, спорить не будем: это берег реки, вот твердые камни, вода мокрая, огонь

горячий, у тигра большие зубы, и если он тебя укусит, будет больно. Против этого никто возражать не будет.

Но существует также и мир относительной истины. Это мир идей, концепций, моделей, представлений, мифов, систем и правил, выработанных человечеством и передаваемых из поколения в поколение, иногда в течение тысяч лет. В этом мире живут концепции брака, денег, религии и законов. Эта истина относительна, потому что эти идеи истинны только для определенной культуры или племени. Социализм, демократия, религия, представления об образовании, любви, браке, карьере и все остальные «долженствования» – не более чем относительная истина. Истина, которая истинна НЕ ДЛЯ ВСЕХ людей.

Я называю мир относительной истины культурным пространством.

Мы попадаем в него с момента рождения. Убеждения о мире и о том, как в нем жить, загружаются в наш детский мозг постоянным потоком от тех, кто нас окружает. Но тут есть одно затруднение. Многие убеждения и системы дисфункциональны, и несмотря на то, что они должны направлять нас, на самом деле они запирают нас в клетке, не позволяя освоить то, на что мы на самом деле способны. Рыба всю жизнь плавает в воде, поэтому она не осознает ее. Точно так же очень немногие способны по-настоящему осознать, насколько вторично культурное пространство. Мы не настолько свободно и независимо мыслим, как нам хотелось бы.

Мир абсолютной истины основан на фактах. Мир культурного пространства основан на мнениях и соглашениях. Но он весьма реален, несмотря на то что существует только в голове.

Как может быть реальным мир, который существует только внутри нашего разума? Подумайте над следующими примерами или ментальными конструктами, которые мы создали и которых не существует в материальном мире, но которые тем не менее весьма реальны для нас.

- Я не могу нарисовать *калорию* или указать на нее, но я знаю, что если потреблять *слишком* много калорий, наберешь вес.

- Я не могу прикоснуться к *медитации* или увидеть ее, но более чем 1400 научных изысканий доказали ее пользу для ума и тела, от продления жизни до улучшения творческих способностей и даже обогащения сексуальной жизни.

- Вы и я, может быть, не согласимся на определении *Бога*, но для многих людей Бог существует, пусть и по-разному, и на этом основаны многие культуры. Даже если предположить, что Бог – это продукт воображения, его концепция будет иметь огромное значение для миллиардов людей.

- В материальном мире не существует *корпораций* – вы заполняете бланк и получаете документ, подтверждающий образование организации. В документе перечислены законы и правила, согласно которым группа людей собирается вместе и делает что-то, что невозможно сделать одному человеку.

- Мы не видим *законов* и не можем прикоснуться к ним – это просто соглашения между людьми, собравшимися в сообщества, которые называются *городами, штатами и странами*. Но благодаря законам большие группы людей способны жить в относительной гармонии.

- Существует модель под названием *брак*, согласно которой два человека сходятся вместе до конца своих дней.

При этом в разных культурах бытуют разные представления о том, как именно эти двое будут жить вместе – физически, эмоционально и экономически.

- Во многих культурах существует представление о *выходе на пенсию*, согласно которому после определенного возраста человек должен радикально изменить свою жизнь.

- На Земле не существует нарисованных границ, и субъективность границ становится до боли очевидной, когда их переписывают в соответствии с тем или иным договором. Тем не менее миллиарды людей принадлежат местам, очерченным границами, – *государствам*.

Таким образом, наши убеждения в буквальном смысле создают наш мир. Мы создаем конструкты и воспринимаем их. Мы передаем их из поколения в поколение. Одни придают нам сил, другие разрушают. Мир очень сложен, и для того чтобы действовать в нем, не задумываясь лишний раз, мы принимаем многие из культурных конструктов как истину. Проблема в том, что у многих из них давно закончился срок годности.

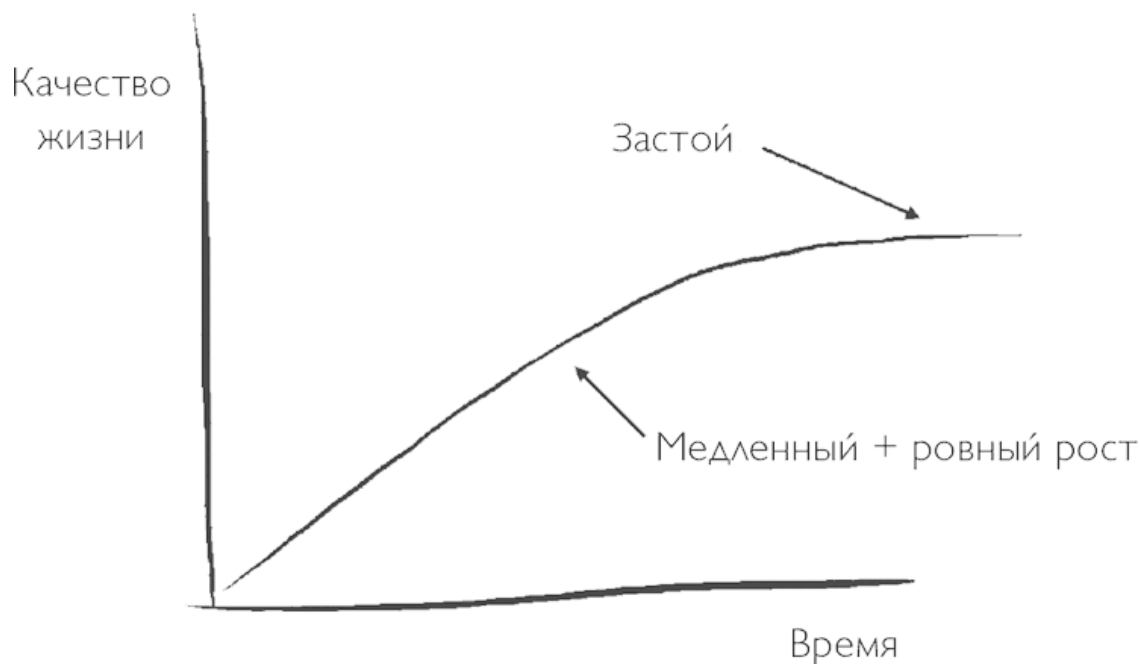
Выйти за пределы культурного пространства

Если большая часть того, что мы называем жизнью, создана нашими мыслями и убеждениями, следовательно, большая часть того, что мы считаем настоящим – все системы, правила и «долженствования» культурного пространства – не более чем случайный артефакт истории. Довольно часто не существует рационального объяснения, почему поступать так или иначе – правильно или единственно правильно. Большая часть того, что вы считаете настоящим, живет только в вашей голове. Как же это получилось? Стив Джобе сказал, что это было создано «теми, кто не умнее вас». Как только вы осознаете, что правила не абсолютны, вы научитесь мыслить за рамками и жить за пределами предписанного культурным пространством.

Поймите, что мир, в котором вы живете, существует только в вашем разуме – и управление перейдет к вам. Теперь ваш разум может разобрать на части правила, убеждения и системы, в которых вы привыкли жить. Правила вполне реальны в том смысле, что они явно управляют тем, как поступают люди и сообщества, но реальны – не значит *верны*.

Культурное пространство обладает такой огромной властью и настолько способно поддерживать само себя, что оно убеждает нас жить определенным образом. Если вы хотите жить заурядной, безопасной жизнью, то все в порядке. В этом нет ничего плохого. Трудности начинаются, когда «безопасность» приводит к скуке и застою.

В начале жизни мы сильны; в детстве мы очень быстро учимся, растем и меняемся. Но для большинства из нас, едва мы получаем высшее образование и начинаем карьерный путь, рост замедляется и постепенно превращается к жутковатый и скучный застой. Как сказал Генри Дэвид Торо: «большинство людей живут в тихом отчаянии и сходят в могилу, так и не пропев свою песню». Если нарисовать это в виде графика, то получится вот что:



А что получится, если заменить определение жизни таким, как на рисунке ниже?



Видите, как отличается медленный постепенный рост от роста скачкообразного, то вверх, то вниз? Правда, ничего общего? А что, если жизнь и не должна быть безопасной и благоразумной? А что, если она станет гораздо интересней, если снять страховочные колесики культурного пространства и отправиться в путь за пределы практичности и реализма, где будет место радости и непредсказуемости, подъемам и спадам?

Что, если мы примем, что сложности точно будут – но это просто-напросто часть удивительной красоты жизни, и даже в самых страшных неудачах живет зерно новых возможностей и роста?

Культурное пространство создано для того, чтобы мы жили в безопасности, но в наше время нет нужды бояться тигра у реки. Ценность безопасности чрезмерно преувеличена; риски

не погубят нас, а это значит, что стремление к безопасности просто удерживает нас от жизни, наполненной радостью открытий и смыслом.

Мой постоянный выбор – захватывающий восторг жизни, где нет места благоразумию, правилам и догматам, скуке и безопасности.

У всех незаурядных личностей, о которых мы будем говорить в этой книге, есть одна общая черта – они все оспорили свое культурное пространство. Они поставили под сомнение смысл карьеры, образования, религии, способов жизни и разных «правил безопасности». Они желали вырваться из культурного пространства, а в результате их изобретения и новые начинания изменяют будущее человечества. Один из таких людей – Илон Маск.

В 2013 году посетил штаб-квартиру SpaceX в Хоторне, штат Калифорния, и встретился с легендарным Илоном Маском. Илон Маск – культовая фигура; он меняет будущее человечества изобретениями в различных областях: электромобили (Tesla Motors), солнечная энергия (Solar City), транспорт (идея в основе Hyperloop), космические путешествия (SpaceX). Он один из величайших предпринимателей современности.

Я задал Илону простой вопрос. В присутствии живой легенды я немного нервничал, поэтому вопрос этот прозвучал неуклюже: «Илон, вы совершили грандиозные вещи – большинство людей такое и представить себе не могли. Скажите, что делает вас – вами? То есть если бы вас взяли и отфильтровали, чтобы выделить суть, то какой была бы эта суть?»

В ответ на такой странный вопрос про идею «Я-фильтрации» Илон рассмеялся и рассказал:

– Когда я только начинал карьеру, я пришел устраиваться в Netscape. Я сидел в приемной, держа резюме наготове, и тихо ждал, чтобы кто-нибудь подошел ко мне и заговорил. Никто не подходил. Я сидел и ждал.

Илон сказал, что не знал, что положено делать – он просто ждал и надеялся, что кто-нибудь подойдет к нему и позовет на собеседование.

– Никто так и не подошел, – сказал он. – Так что я подумал: ну и не надо! Я сделаю свою компанию.

В тот день мир изменился навсегда.

В 1995 году Илон основал свою компанию, которая специализировалась на программном обеспечении для новостных агентств. Компания называлась Zip2, уставной капитал составлял 28 000 долл. В 1999 году он продал ее, получив 22 млн долл. чистой выручки. Затем он основал компанию, которая бросила вызов коммерческим онлайн-банкам – сейчас мы знаем эту компанию под именем PayPal. Илон не остановился на достигнутом.

В 2002 году он основал SpaceX, чтобы создать космический корабль, который будет лучше, чем имеющиеся. В 2008 году он встал во главе Tesla Motors, которая вот-вот сделает электромобили нашей повседневной реальностью.

Везде, где оказывался Илон – от банковской сферы до исследования космоса и электромобилей, – он менял правила, которые до него не осмеливались ставить под сомнение, и благодаря этому его вклад в развитие мира огромен.

Илон рассказал мне много интересного, так что я и дальше буду его с удовольствием цитировать.

Но сначала позвольте представить вам первый закон «сверхразума».

Закон 1. Выйти за пределы культурного пространства

Незаурядный разум хорошо видит культурное пространство и способен выбирать, каким правилам и системам следовать, а какие – ставить под

сомнение или игнорировать. Поэтому он прокладывает новые пути и меняет представления о том, что же такое настоящая жизнь.

Почему значимость безопасности переоценивают

Культурное пространство предназначено для того, чтобы мы жили в безопасности. Но, как я уже говорил, ее ценность слишком завышена. Отвечая на мой вопрос, Илон Маск много рассказал о своем пути и том, что им двигало, и закончил фразой, которая засела у меня в памяти: «Я хорошо переношу боль».

Компании Илона преследовала одна неудача за другой. Илон рассказал, что в 2008 году три первые ракеты SpaceX взорвались. Если бы взорвалась и четвертая, компания погибла бы вместе с ней. В то же время Tesla Motors постигли финансовые проблемы, ее деньги таяли на глазах. Чтобы удержать свои компании на плаву, Илону пришлось использовать большую часть того, что он заработал на продаже PayPal, и он был вынужден занимать деньги, чтобы платить за свое жилье. И все же он преодолел трудности.

Выход за пределы культурного пространства пугает. Но я заметил одну закономерность: провал способен многому научить и в результате значительно улучшить качество жизни. Правда, чтобы вынести боль от неудачи, нужна смелость. Уверю вас, оно того стоит. Моя книга и подскажет вам, как стать сильней и пережить провал.

В моей жизни было немало неудач: разбитое сердце, конфликт с партнером по бизнесу, из-за которого я едва не ушел из собственной компании, депрессия. И каждая неудача приводила пусть к небольшому, но важному озарению или осознанию, благодаря которым я становился сильней, а моя жизнь становилась лучше. Сейчас я внутренне радуюсь неудачам: *«Какой роскошный облом! Интересно, чему я научусь на этот раз?»*

Одним из таких обломов было увольнение из Microsoft и весьма низкие итоговые оценки в моей учебе. После увольнения у меня не было никаких перспектив, я переехал в Нью-Йорк и устроился в благотворительную организацию, где моя зарплата была ниже официального прожиточного минимума. Семья и друзья думали, что я рехнулся.

Мизерная зарплата означала, что я не могу снять отдельное жилье. Когда я работал в Microsoft, у меня была роскошная квартира с отдельной спальней комнатой.

В Нью-Йорке мне пришлось снять квартиру-студию пополам с коллегой по имени Джеймс. Студия в районе Челси была маленькой и грязной, с мебелью, оставшейся от предыдущих квартирантов, которую они явно натаскали с помоек. Диван и матрасы были измазаны чем-то черным – золой или копотью, а может, чем-то похуже, но я запрещал себе думать, чем именно могло быть это «похуже». Одна майская ночь в 2000 году запомнилась мне особенно хорошо.

В командировочной поездке по Европе я встретил эффектную рыжую девушку из Эстонии и уговорил ее приехать ко мне в Нью-Йорк. Остановиться она должна была у меня, в уютной квартирке в Челси, которой я глубоко стыдился. Кристина приехала. Она была так рада наконец-то оказаться в Нью-Йорке, что запрыгала от радости. К несчастью, прыгала она на кровати Джеймса.

– Эммм, – сказал я, – это кровать моего соседа. Моя вон там.

– У тебя есть сосед? Ты живешь не один? Но как тогда мы... ну... уединимся? – Кристина была изумлена и немного растеряна.

Я указал на приспособление, которое должно было позволить нам уединиться: розовая занавеска для душа, отделявшая мой маленький уголок студии от остального пространства, принадлежащего Джеймсу. (Да, я не мог позволить себе купить настоящую занавесь – настолько я был беден.) И пусть занавеска была полиэтиленовой и некрасивой, свою задачу она выполняла – благодаря ей мы и проводили, м-м-м, незабываемые ночи.

Понятия не имею, что Кристина во мне нашла, но через три года мы поженились. Сейчас у нас двое чудесных детей и дом с очень хорошими занавесками.

Если бы я не ушел из Microsoft, не потерял другие возможности устроиться на хорошую работу, не оказался бы в Нью-Йорке без денег, я бы никогда не познакомился с женой. Серия неудач, где одна цеплялась за другую, привели к невероятному стремительному взлету: я познакомился с женщиной, которая стала моей женой и мамой моих детей.

Что дальше

В следующих главах я помогу вам рассмотреть убеждения и системы вашей жизни, и вы определите, что вам помогает и что мешает. Мои инструменты позволят вам раскрыть свой потенциал и стать необыкновенным человеком. Вы сбросите оковы культурного багажа прошлого, расширите видение будущего и ощутите перемены. Вы станете иначе воспринимать жизнь, действовать, добиваться целей и общаться с другими людьми. Давайте вместе перейдем на тот уровень осознанности, где хорошо просматриваются границы привычных систем и можно выйти за их рамки, где можно понять, что хотя мы и принадлежим к определенной культуре, народу или религии, мы являемся их частью только потому, что родились в конкретной семье, в определенном месте и в определенное время. И это относится к каждому человеку на Земле. Мы те, кто мы есть, потому что живем в культурном пространстве. Но что будет, если мы научимся подниматься над ним? Что будет, если понять, что ни один человек не лучше другого? Ни один человек не выше другого? И каждый из нас может быть сверхспособным?

Серьезное предупреждение

Позвольте предупредить вас перед тем, как мы двинемся дальше. Подвергать сомнению культурное пространство непросто. Вот только часть того, что может пойти «не так», если вы продолжите читать эту книгу.

- Возможно, вы захотите поспорить с ожиданиями ваших близких, и они на вас рассердятся.
- Возможно, вы решите разорвать свои нынешние отношения.
- Возможно, вы решите растить детей с иными убеждениями.
- Возможно, вы захотите сменить религию или создать собственную систему верований.
- Возможно, вы захотите поменять карьеру.
- Возможно, вы начнете одержимо стремиться к счастью.
- Возможно, вы решите простить своего обидчика.

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.