

Антон Викторович Кротов



РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМ ПО-ПРОСТЕЙШЕМУ

Почти все жизненные проблемы
имеют простые решения

Антон Викторович Кротов Решение проблем по- простейшему. Почти все жизненные проблемы имеют простые решения

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=24433345
ISBN 9785448534553*

Аннотация

Многие люди имеют разные проблемы: жилищные, денежные, любовные. С кем жить, какой город для жизни выбрать? Следует ли делать то, что считаешь нужным, или надо функционировать так, как от тебя ожидают другие? В своей новой книге А. Кротов систематизировал свой опыт решения разных бытовых проблем простым образом, снабдив книгу многочисленными примерами, как и другие люди тоже самостоятельно организуют свою необычную жизнь. Всё бывает дешевле. Всё бывает проще. Как – узнаете из книги.

Содержание

Введение	5
История РППП	9
Ограничения в применимости	12
Вероятностная работа мозга	15
О внутренних и внешних вопросах	20
Что важно? 1. Критическое отношение!	22
Начнём с простого, это ЕДА	30
О продолжительности жизни человека	36
Процессы-хронофаги	42
Телевизор – жизнезаменитель	46
Про работу и деньги	49
Всё бывает дешевле	54
Подробнее о делоискательстве	58
Жить в соответствии со своим планом. А где этот план?	69
Конец ознакомительного фрагмента.	77

**Решение проблем
по-простейшему
Почти все жизненные
проблемы имеют
простые решения**

Антон Викторович Кротов

Фотограф Антон Викторович Кротов

© Антон Викторович Кротов, 2023

© Антон Викторович Кротов, фотографии, 2023

ISBN 978-5-4485-3455-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Введение

Давно думал написать какую-нибудь полезную книгу, про жизнь вообще, но всё откладывал до поры. Отзывы читателей можно предвидеть, да я их уже читаю и слышу всю свою сознательную жизнь.

Говорили мне раньше: «Тебе 15 лет, что ты знаешь о жизни?» Или так: «Тебе только 20, тебя ещё жизнь не била мордой об стол, потом обсудим». Или потом так: «В 25 лет я тоже так думал, а всё оказалось... всё получилось... а всё не получилось!» Или примерно так: «Отслужи в армии, вырасти дом, посади детей, а потом уже и поговорим».

Так я и не спешил, подумывая – до сорока лет проживу, а потом уже что-нибудь напишу про саму жизнь. И вот уже и дожил, вроде всё нормально, всем доволен, вот и поделюсь своими наблюдениями.

Оттягивать и дальше – не стоит, по двум причинам.

Во-первых, всегда, будь тебе и восемьдесят лет, появится кто-то, кто скажет: «сыночек, внучок, что ты знаешь о жизни? Мне уже сто лет, вот я-то знаю...». Или: «что ты можешь сказать, если ты не посидел в тюрьме, не работал на рудниках на Алдане, не прыгал с парашютом, а я вот прошёл все эти стадии, мне-то ясней жизнь». Опыт других людей всегда с моим не совпадёт, и его собственный опыт (опыт читателя)

будет ему интересней и важней, чем мой. Особенно многие люди любят свой личный неудачный опыт, гордятся им, а раз у меня такого не было, значит, и моя информация и мой опыт бесполезны – по их мнению. Так думают некоторые.

Так что как ни оттягивай, всё равно реакция многих случайных читателей будет негативно-одинаковой.

Но, во-вторых, если подумать: книга адресована не тем, кто старше, или наоборот, кто моложе. Многие-то уже установили свой способ, а другие и прожили уже свою жизнь так, как хотели, или как не хотели, или как получилось случайно. Книга адресована тем, кто ещё не заржавел, и чьё мировоззрение чем-то похоже на моё – такие люди всегда имеются, хоть и небольшой процент их. Может быть кто-то из них, прочитав, утвердится в своём мнении, в своём понимании жизни. Подумает: раз у тов. Кротова получается жить, вот уже много лет, с его пониманием жизни, то наверное и у меня получится прожить *с моим собственным* пониманием! Вот для этого и книга.

Может быть, некоторые люди, ну десять процентов читателей или всего пять процентов, ищут варианты решения какой-то конкретной проблемы, а простое решение в голову им не приходит, или сомневается человек, сработает ли оно. Ну вот бери, читай, всё работает, всё возможно, нужно только захотеть, обдумать, начать и кончить. Даже если пять процентов людей улучшат свою жизнь при помощи этой книги, даже тогда эта книга достигнет своей цели.

Всем таким людям нужно сделать, однако, важное предупреждение: думайте головой! Я наилучшим образом разбираюсь только в своей собственной жизни. Твоя жизнь, товарищ читатель, мне, как правило, не известна, и для вашей жизни у меня нет готового плана и рецепта. Ведь каждая жизнь своеобразная, индивидуальная. Не нужно стараться копировать меня, или кого-то ещё, во всех проявлениях. Что-то из моих мыслей может пригодиться и тебе, и может быть, наши мысли и совпадают с твоими в чём-то. А что-то, должно быть, тебе и не годится. Это и хорошо! Ты можешь придумать свою собственную жизнь, и прожить будущее так, как сейчас считаешь нужным его прожить.

Человек может придумать свою собственную жизнь, и жить её так, как считает нужным. И если он будет с собой честен, настойчив и последователен, то более вероятно, что он достигнет успеха – следуя своим планам. Не стоит сильно возбуждаться планами, которые построили для нас другие люди – они-то в нашей жизни плохо разбираются, им бы и в своей разобраться.

Разрабатывай свою собственную жизнь, а из моей жизни и из жизни других окружающих людей бери только то, что тебе потребуется. И если хотя бы для каких-либо из читателей эти заметки принесут пользу, помогут утвердиться на своём собственном пути, то это и будет хорошим итогом данного труда.

А для прочих тем временем тоже будет польза: они тоже утвердятся на своих путях, упрочнившись в идее, что я всё, со своими простейшими решениями, всё сделал неправильно.

История РППП

Решение проблем по-простейшему имеет свою историю. Некоторые случаи сохранились в памяти человечества как исторические анекдоты. Изложу их приблизительно.

Один известный пример связан с Колумбом, это история про Колумбово яйцо. Колумбу (после открытия им Нового Света) где-то на средневековом фуршете втирали, что открыть, дескать, Америку было ему очень просто. Он сказал, что так же просто поставить яйцо стоймя – попробуйте, мол. Когда никто из присутствующих не смог поставить яйцо вертикально, он взял и сплюснул яйцо с одной стороны, благодаря чему оно и встало. «Ээ, так не договаривались, мы тоже так можем!» – закричали собутыльники Колумба, но было уже поздно: и яйцо у Колумба встало, и Америка была открыта.

Второй пример связан с Александром Македонским, это история про Гордиев узел. Какой-то древний царь и мудрец Гордий сплёл хитроумный узел, который выставил в храме, сообщив, что тот, кто развяжет этот узел, будет властителем мира. Молодой Александр узнал об этом, и когда завоевал Гордион (город, основанный этим Гордием), сразу направился в святилище. Увидел знаменитый узел, посмотрел, потянул, подёргал туда-сюда... Свита вся во внимании. Что-то

он, гад, не развязывается, ждать некогда, бах! И разрубил его мечом, мечи бывали тогда довольно острые. Все восхищены, ворчит только сторож храма, по совместительству он и хранитель исторического узла, – но его дальнейшая судьба историкам неизвестна, а Александра – наоборот.

Может быть, такое решение было не по правилам, но впоследствии Александр и впрямь стал повелителем большой части древнего мира.

Третья история связана опять-таки с Александром, уже прославленным к тому времени полководцем, руководителем государства и решателем разных проблем. Вернувшись после очередного похода в Грецию, он решил повидать известного к тому времени другого специалиста по проблемам – Диогена Синопского. Тот сидел на площади и преспокойно грелся на солнце, когда к нему подошёл Александр со своей свитой. После непродолжительного диалога царь предложил Диогену выполнить его любое желание. «Отойди и не заслоняй мне солнце», – отвечал Диоген, ибо все прочие проблемы в своей жизни он уже решил простейшим образом... Все прочие байки из жизни Диогена можно найти в литературе и в Интернете, но основная речь не об этом.

Хотя перечисленные случаи не достоверные исторические факты, а скорее анекдоты, – они показывают, что интерес к простому решению проблем возникал у людей издавна, и люди, умевшие это делать, считались очень удачливыми в жизни. Вот и ты, читатель, тоже подумай, как можно ре-

шить какие-то сегодняшние проблемы нетривиально, упрощённо.

Ограничения в применимости

Есть много ситуаций, для которых книга не годится, или же для которых я не знаю готового решения, или же для которых решение проблемы не очевидно и не однозначно.

В первую очередь, это касается выдуманных ситуаций. Их любят читатели изобретать, чтобы поставить автора в сложное положение. Пишут они мне, ну почти что, такие вопросы:

«А если ты бы родился в Африке без рук без ног, большой сифилисом и СПИДом, тебя укусил малярийный комар, ногу отгрыз лев, на руку наступил слон, в глаза укусила ядовитая оса, твою деревню затопило от урагана, и документов никогда не было, и вдруг в этой стране началась гражданская война, то что делать в такой ситуации?» – вопрошает этот кнопкожом.

А я и не знаю, что делать в такой ситуации, только остаётся порадоваться, что ситуация выдумана кнопкожом, пусть сам выдумывает решение её.

Есть и вторая группа ситуаций, это запущенные ситуации, запущенные проблемы (большая часть из них также выдуманы). Человек спрыгнул с крыши 16-го этажа и летит вниз, что ему делать прямо сейчас, по дороге, так сказать? Или человек всю жизнь занимался ерундой, тут перед смертью осознал, что это была ерунда, что же ему делать? Или (реаль-

ная ситуация!) человек жил бестолково, потом решил покончить жизнь самоубийством, в результате чего стал инвалидом, смысл в жизни не проявился, только вот организм никуда не годится, – так что ему теперь делать? Это запущенные проблемы, некоторые только сам человек может решить, в некоторых – нужен врач, психолог или психиатр, а некоторые вообще уже не решаются в этой жизни.

Поэтому, как я думаю, **книга может помочь в ещё не запущенных ситуациях, человеку, который ещё может чего-то выбирать, делать одно, или другое, или третье.** Если человек выбирать уже не может, летит вот он вниз с крыши и всё, – тогда ему уже не книга поможет, а только другой сочувствующий человек, который в месте падения растянет большой батут или короб с подушками. Но организовать такого человека за время падения непросто успеть, надо было начинать и думать было раньше.

Если же такого человека за время падения уже не найти, то впрочем тоже существует правильное поведение в такой ситуации, о нём сообщается в конце книги.

Гарантии нет в любом случае. Вы, верно, видали на книжных полках – может быть даже на своих собственных книжных полках дома у себя – многочисленные модные сейчас книги, о том, как стать миллионером, прожить 130 лет, исцелиться от всех болезней и подчинить своему влиянию всех окружающих. Хотя у многих из нас такие книги есть в до-

машней библиотечке, далеко не каждый их обладатель приходит к заявленному успеху. Книга сама-то не приводит человека к успеху, нужна ещё какая-то ваша сознательная деятельность, которая повысит вероятность достижения оного.

Да, именно вероятность.

Вероятностная работа мозга

Человеческий ум – машинка для оценки вероятностей. Каждый день по сотне раз мы сознательно или подсознательно оцениваем вероятность сотен разных событий, исходя из чего, принимаем решения, действуем так или иначе.

Один человек смело переходит дорогу на красный свет, предполагая, что вероятность того, что машина неожиданно сойдёт его, очень мала. Другой человек, уткнувшись носом в телефон и спрятав уши в наушники, смело переходит на зелёный свет, предполагая, что маловероятно, что какой-то лихач тут же поедет и сойдёт его. Третий человек зарабатывает деньги и хранит свои деньги в рублях, полагая очень вероятным, что он завтра или через год сможет приобрести на эти рубли какое-то существенное количество товаров или вещей. Другой переводит рубли в доллары, считая, что маловероятно, что доллар рухнет и обесценится. А кто-то копит в юанях.

Ещё один покупает гвозди, мыло и туалетную бумагу и прячет их, закапывая в лесу в промасленных проволочённых ящиках, полагая, что вероятно, что доллары и рубли и даже юани обесценятся, но гвозди, топоры и шурупы будут полезны и не проржавеют до конца его долгой счастливой жизни, и детям топоры достанутся его, пока прочие остаточные люди мира будут жить в каменном веке или вовсе не будут

жить¹.

Человек устраивается в институт, и заканчивает его, молча предполагая вероятным, что его диплом поможет ему как-то устроиться в жизни и получить богатства. (Если бы он заранее опросил своих знакомых постарше, как часто им надобился в жизни диплом, он был бы неплохо удивлён.) Другой совершает хищение из магазина, полагая маловероятным, что его поймает охранник или накажет суд. Третий лезет в горы, сплавляется по реке или проникает в пещеру, думая, что вероятность гибели или инвалидизации совсем ничтожна. Четвёртый покупает ботинки за двадцать пять тысяч рублей, полагая, что вероятность того, что они вскоре развалятся прямо в его походе, меньше, чем вероятность развала 1000-рублёвых ботинок. Пятый одалживает товарищу деньги, полагая, что тот их не пропьёт, отдаст и не умрёт неожиданно до срока уплаты долга. Шестой переселяется в какой-нибудь город, пренебрегая шансами на то, что там настанет война, катастрофа или взорвётся атомная электростанция. Седьмой отправляется в храм мормонов, молчаливо предполагая высокую вероятность того, что жизнь после смерти существует, и следование именно религии мормонов приведёт к улучшению таковой. Есть и много других экзотических верований, и человек в своём окружении полагает

¹ Без смеха, — кого подробней интересует теория автономной жизни и закупка топоров, пусть найдёт в Гугле «Метод Кошастого» и прочитает способы спасения от, как полагает автор, неминуемого краха цивилизации, который ещё вчера должен был произойти. Я не являюсь сторонником этого метода.

очень вероятным их истинность.

Есть случаи, когда человек полагает вероятным что-то, что происходит совсем редко, и это может осложнять человеку жизнь. Кто-то опасается стать жертвой авиакатастрофы и ездит всегда на поездах или автобусах; кто-то боится гулять ночью по Москве, полагая вероятным встречу с грабителями или ворами; кто-то носит на лице марлевую повязку, опасаясь вероятного попадания микроба и последующего заболевания. Такие переоценки вероятностей бывают в жизни, они могут затруднять человека и отнимать его время и силы, но в людском обществе такие люди встречаются нередко. А вот человек, который опасается падения метеорита, встречи со снежным человеком или динозавром, уже будет считаться в нашем обществе ненормальным, да и жить ему будет вообще совсем непросто.

Так-то и действует человек, только всё ещё хитрей: мозг поминутно оценивает целый букет вероятностей, некоторые события отбрасывает уже подсознательно. И все советы, которые человек читает, воспринимает, принимает в дело, — все они носят вероятностный характер. Медицинские, авто-стопные советы, правила дорожного движения, психология, уроки бизнеса, и прочие, предполагают, что вероятность выживания и успешной жизни, от следования этим советам, повышается. Но стопроцентную гарантию никакие советы не дают; все специалисты по выживанию, врачи, йоги, гуру и вожди народа постепенно умирают.

Так наш мозг, сознательно и часто подсознательно, выбирает такую модель поведения, чтобы наша жизнь была более удачной, вероятность преждевременной смерти была меньше, вероятность достижения наших сознательных и бессознательных целей повышалась бы. Мозг действует на основании информации, известных ему правил и схем, и каких-то подсознательных процессов. Вот в этой книге будет читателю дополнительный вариант поведения, пусть этот дополнительный вариант поведения читательскому мозгу пригодится.

Иногда, в важных случаях, полезно работу мозга вывести из подсознательного режима в сознательный – на важные решения в жизни не только подумать, но и обговорить или просто словами проговорить, полезно и записать даже:

«Я собираюсь поступить в такой-то институт, предполагаю, что знания, которые я там получу – или диплом, который мне там дадут – поможет мне в жизни через 20, 30 лет в таких-то вопросах. Вероятность этого я оцениваю, например, в 70%».

«Я собираюсь жениться на такой-то женщине, предполагаю, что с вероятностью 80% у нас и через 10 лет будут сходные интересы».

«Положу-ка я деньги свои на счёт в Сбербанке, думаю, что с 90% вероятностью я смогу их вытащить оттуда даже через пять лет и приобрести на них столько товаров, сколько

понадобится».

Для чего это стоит подумать или даже записать? Для того, чтобы понять, что есть какая-то вероятность, 30, 20, 10%, что в важных для нас случаях что-то пойдёт не так, и обдумать альтернативные методы жизни. Особенно если цена вопроса довольно высока. Если твой диплом, твоя женщина или твой Сбербанк не оправдали гипотезы, то обдумать возможные действия лучше заранее, чем столкнуться с какой-то необдуманной неприятностью.

О внутренних и внешних вопросах

Книга эта посвящена, в основном, вопросам внешним, бытовым. Как можно устроить жизнь – свою собственную жизнь – в бытовом и вещественном плане. Все эти вопросы можно проверять экспериментально. Можно предположить, что что-то, применимое в моей жизни, может применить-ся так же и у тебя, а что-то тебе и не понравится или вообще не возможно применить. Поэтому читай, думай головой и применяй по возможности.

Я не касаюсь вопросов внутренних, невидимых, о которых за тысячи лет уже были миллионы размышлений. Создатель, Бог, Вселенная, загробная жизнь, «перевоплощения» или отсутствие таковых, – всё это мы оставим за бортом этой книги, чтобы вы сами разбирались в этих темах, при помощи специальной литературы и собственных размышлений. На эту невидимую тему уже проходило столько споров в мире, что я не буду здесь увеличивать и дополнять их. И простые критерии решения «вечных вопросов» тут предлагать не буду.

Перейдём к простым вещам – ведь книга о простых, бытовых делах. Которые многим людям могут пригодиться, которые можно проверить в быту, применить как-то. Жизнь, работа, деньги, друзья, жилище, здоровье, еда и всё простое, занимающее большую часть нашего бытия, – об этом и сказ.

Я напишу о том, как я вижу свою жизнь, как я вижу её устройство и как живу, может быть что-то тебе пригодится из этого. Как подтверждение того, что такая жизнь в принципе возможна – моя собственная жизнь, которая ни от каких глаз не скрыта уже в протяжении более двадцати лет. Люди могли мою жизнь видеть и даже подключиться к ней на каком-то этапе и пожить со мной, у тысяч людей такой опыт уже есть.

Как главное, как важное, я подчеркну:

да, человек может жить так, как считает он нужным, и может жить так в протяжении многих лет.

И такая жизнь – своим умом – будет более интересной и полезной, чем жизнь чужим умом или вовсе без ума.

Что важно? 1.

Критическое отношение!

Важно, мне думается, иметь критический взгляд, критическое отношение к разной информации, к разным авторитетам. К сожалению, оно никак с детства не воспитывается и не разрабатывается. Люди приучаются верить тому, что говорят им родители, что говорят им в школе, в телевизоре, в СМДИ (средствах массовой дезинформации), или, например, в церкви. Потом постепенно оказывается, что какая-то информация истинная, какая-то ложная, какая-то применимая в данных условиях, какая-то неприменимая. И вот этого знания о том, что некоторые люди врут, а некоторые добросовестно заблуждаются, а некоторые знают только свой случай, а других не знают – вот это-то знание в детстве до людей не доносят.

Да и кто захочет подорвать свой авторитет, говоря: «усомнись во мне, сам проверь то, что я говорю?» Никто не заинтересован в этом. Полицейские и судьи, священники и депутаты, родители и преподаватели, учебники и газеты, президенты и старухи в соседнем подъезде, все уверяют, что они говорят всю правду-истину, дают всем полезные советы, и вам полезные.

А я напомним, что во всём полезно усомниться, и в мо-

их словах тоже, и свои мозги включить, если имеются такие. Живите своей жизнью, а если вам подсовывают чужую жизнь, пусть даже уважаемые люди – внимательно посмотрите, годится для вас их жизнь или нет.

К сожалению, нет ясного критерия, кто говорит правду, кто ложь, а кто перемешивает это. Кто даёт всем применимые советы, кто ложные, не применимые, а чьи советы применимы только для некоторых людей. Ясного критерия нету. Каждый же говорит примерно так: «вот проверяйте: если соответствует *моим* словам, то это правильный человек, а все остальные – лжецы». Критерия, увы, не видно.

Любовь к авторитетам, преклонение перед ними, служит плохую службу многим людям. Вот говорят, например: «Ешь манную кашу, потому что Лев Толстой ел манную кашу». «Учитесь плавать, потому что Ленин плавал очень хорошо». «Кошки – это самые лучшие существа, об этом говорил ещё Конфуций». «Наполеон сказал, что каждый человек должен иметь зубную щётку, и тогда он победит своих врагов».

Все цитаты условные, они специально дурацкие, но покопавшись в памяти, в книгах или в интернете, мы повсюду видим неправомерное использование авторитетов, злоупотребление известными людьми и их цитатами, настоящими или вымышленными.

«Британские учёные доказали...»

«Я смотрел передачу, где...»

«Американские СМИ сообщили...»

«Министр такой-то заявил...»

«В интернете я прочитал...»

«Дорога в ад устлана благими намерениями...»

«Исключение только подтверждает правило...»

«Тише едешь, дальше будешь!»

«Через порог не прощаются!»

И где-то правда, где-то полуправда, а чаще ерунда какая-то.

В потоке информации найти можно сейчас, в интернете например, любые «доказательства» любому факту и нефакту, событию и несобытию.

Наберёшь в Гугле: «Человек на 70% состоит из воды» – и Гугл подтверждает, найдётся тысяча подтверждений и цитат.

«Человек на 80% состоит из воды» – и это тоже доказывает интернет.

«Человек на 90% состоит из воды» – и на это тоже подтверждения.

«Человек на 100% состоит из воды» – глядишь, и это тоже кто-то написал в интернете, а кто-то и сошлётся а это, целый информационный шлейф появится.

«Мозг человека используется только на 10%» – вот куча подтверждений, кроме одного: что-то не выведена популяция таких людей, кто бы на 100% свой мозг использовал и этим гипотезу подтвердил.

«Человек использует мозг только на 5%», и это тоже подтвердит интернет. Впрочем, люди, сидя за компьютером или тря телефон, могут и на 1% только использовать мозг, и на 100% они могут состоять из воды или фufелных цитат, не проверенных ни логикой, ни умом, ни опытом.

И многие лжи приправлены цитатами и авторитетами, истинными или ложными – кто разберёт? В интернете вообще огромное количество ложной информации, и аргумент «А я в интернете читал, что...»..., это же вообще не аргумент.

Как и в советские годы каждая книга начиналась с предисловия, в котором упоминались классики марксизма, так и сейчас – разобранные на цитаты, на эпиграфы – во многих произведениях присутствуют порой выданные откуда-то цитаты и афоризмы из «великих» людей, которые жили свою собственную жизнь, в своё другое время, в своих других странах. Копировать их привычки, строить на их основании свою жизнь, можно только в редких случаях, и с большой осторожностью. Несколько же цитат не являются критерием истинности и никак не могут быть клеймом и подтверждением того, что текст, обрамляющий цитату, как-то

подходит к нам.

«А вот Лев Толстой / Махатма Ганди / Рокфеллер считал... / сказал...» Да где сказал? кому сказал? по какому поводу сказал? это же всё разные времена, эпохи и случаи, цитаты выдранные из эпохи, не всем нужные сегодня. Лев Толстой уже прожил свою жизнь, как мог, и не в каждом деле авторитет абсолютен.

Не нужно ксерокопировать жизнь других людей (родителей, учителей, певцов, спортсменов, политиков, или даже так называемых «великих людей», «известных людей» или даже «святых людей») в своей собственной жизни. Что-то может быть применимо для нас, что-то не применимо, потому что каждый человек живёт в своём времени, в своей стране, свою собственную жизнь.

О, коллеги-мусульмане говорят мне: «а как же святой Пророк и все пророки? Нужно же их жизненный путь полностью прикладывать к себе!» Но и тут нужно применять разум. Предположим, появился летом какой-то пророк у ненцев или у якутов, и ходил в резиновых сапогах и в накомарнике. Потом его учение разошлось бы по всему миру. И тогда бы, чтобы лучше следовать этому пророку, люди и в пустынях Аравии, и в горах Афганистана ходили бы в сапогах и накомарниках. По форме всё верно, но суть-то была не в этом!

Важно различать суть и внешние формы. Люди, увлечён-

ные одними внешними бытовыми формами жизни, гоняются за другими, другого цвета, с другой одеждой, языком, стилем жизни, и забывают, что внешние формы-то разные, их вовсе не обязательно копировать.

Критическое отношение. Пробуйте, проверяйте, в своей собственной жизни. Проверяйте на истинность уже внушённые вам методы жизни и установки. Меньше лезьте с советами к другим людям, пока они вас не попросили об этом. Меньше приставайте к другим людям: «а вы, товарищ Вася Глупчиков, именно вы, живёте совсем неправильно!» Применяйте критичность к накопившимся в собственной во голове учениям и взглядам – а не только к соседям и друзьям, иначе весь народ вокруг себя распугаете.

Кто-то в чём-то прав! Правы даже многие люди и учения, в чём-то. Но языки, на которых они говорят, разные; времена разные; обстановка, в которой они жили и проповедовали, тоже не одна и та же. Методы жизни, очень полезные в 1950 году, часто окажутся бесполезны в 2020; принципы, применимые в Индии или Таиланде, не всегда работают в Салехарде или Чите.

Даже методы, изложенные в книге «Практика вольных путешествий» 1995 года издания, сейчас, в 2019, уже не все годятся. Метод «иноземного поезда», метод связи «да-да-нет-да», кто ими сейчас пользуется? Время не то.

Сколько есть разных учений, методов жизни, разных гуру, и многие внушают уважение, но нередко ругают конкурентов. Если и предположить, что прав только один из них, и только один микрочуть настоящий, – начинаешь присматриваться, он сам распадается на дюжину подпуть, там ещё развилки, и в результате все разветвились в разные стороны, а по всем путям и тропинкам до конца успеть пройти – жизни не хватит, десяти тысяч лет не хватит. А основоположники всех этих путей и тропинок, как посмотреть – многие есть хорошие, уважаемые люди.

Как, вообще, понять, кто сегодня, сейчас прав сразу во всём? Начинаешь разбираться, написаны горы книг, и очень важные люди пишут множество слов, аргументов, сотни лет уже спорят все друг с другом. Люди, считающие себя последователями разных гуру, извели уже килотонны бумаги и породили терабайты текста.

Нередко, основатели, в своё время и в своём народе, были правы, а толкователи, чем больше они толкуют, тем больше они отошли от учений, которые они пытаются перетолковать.

И я вам не скажу, какие пути истинные, какие ложные: один метод жизни может вам подходить лучше, чем другой, а одного на всех точного пути, с подробностями, для каждого человека, не существует. Все авторитеты – только помощники, но не оригинал для копирования во всём.

Как, например, физические упражнения: кому-то полезно бегать, кому-то купаться в ледяной воде в проруби, но не всем нужно советовать купаться в проруби, ведь где-то, например в Сахаре, и проруби нет.

Спрашивают в интернете, на лекциях, в комментах в «живом журнале» примерно так: «а что делать человеку, родившемуся в пакистанской деревне? А если кто-то родился в КНДР? А если у человека нет рук и ног, он от рождения слепоглухонемой, больной СПИДом, у него нет жилища и он оказался на улице под мостом в Париже?» – Так не знаю!

«Так не все ж могут писать книжки и путешествовать!» Конечно, не все. А разве нужно всем путешествовать? А разве всем нужно писать и издавать книги? Подумайте сами над своей жизнью, и, конечно, не копируйте мою. У каждого – *своя собственная жизнь*.

Ну, к делу!

Начнём с простого, это ЕДА

Смешно начинать книгу с еды, это ж не поваренная книга, а скорей антиповаренная книга. И тем не менее начнём с еды, потому что это в человечестве издревле считается главным, явно или неявно. «Мне ж надо как-то семью *кормить*», говорит какой-либо человек, оправдывая свою многолетнюю, неинтересную ему самому, и бесполезную для многих, деятельность: порой и кормимые не рады.

В четырёх Евангелиях описано много чудес, что-то описано в одной евангелии, что-то в двух, но только одно чудо Иисуса описано во всех четырёх книжках – это то, как он пятью хлебами пять тысяч человек накормил. Ни хождение по водам, если даже оно и было, ни исцеления, ни воскрешение – такого впечатления на народ не произвели, как кормление пяти тысяч человек.

Да и к нам, на Лесной трезвый сход, сотни людей приезжают, зная, что там будет всем дадена еда, а на другие собрания автостопщиков, где едой не кормят, туда столько, ни полстолька людей не собирается!

«Чем вы питаетесь?» – один из самых популярных вопросов на лекциях. Да, всех влечёт этот вопрос, он считается и в наше время таким важным! И несмотря на повышение производительности труда во всём мире, еда до сих пор некоторым так важна...

Четыре-шесть часов в день средний рабочий человек тратится на унитаз: два-три часа он работает на работе, чтобы заработать деньги на то, чтобы купить усложнённую еду, потом час ходит по магазинам, чтобы найти и выбрать ингредиенты, час её готовит, и ещё час её ест потом. А если он в ресторане или кафе питается, то всё равно эти лишние часы он тратит, чтобы добыть деньги на эти кафе-рестораны – если рассматривать человека среднего достатка, а не олигарха. А в ресторане ещё и ждёт, как ему эту сложную еду подготавливают и поднесут, может и полчаса ждать.

(У политика или бизнесмена другие проблемы – не те, что б и как ему съесть, а как бы его самого не съели, я говорю немного о другом сейчас.)

У некоторых полдня этим занято: готовка, готовка, еда, попытка доесть или спрятать в холодильник остатки, опять готовка новой еды, чисто полжизни на это.

Если прибавить к этому обслуживание других бытовых потребностей – одеться, купить и украсить свою одежду; заиметь усложнённую крышу над головой и обустроить своё жилище модно и евроремонтно (в некоторых регионах и полжизни уходит на «понты», посмотрите на заборы и ворота где-нибудь в Дагестане); купить холодильник для хранения недоеденной еды, шкафы для хранения недоодетой одежды, приборы и аппараты для сна – так и 2/3 жизни проходит, если не 9/10. А у кого-то и вся жизнь идёт на обслуживание самих первичных потребностей жизни, как в каменном веке. Вам

это нравится? Если нравится, то и продолжайте, пожалуй. Мне вот хочется в жизни иметь что-то отличное от обеспечения самого моего метаболизма, самой жизнедеятельности.

Это ж сколько человек занимается едой и бытовухой! Часами что-то режут, кашеварят, а ещё хуже – жарят, переводят продукты, масло, деньги, время, электричество и газ, получают через полтора, два часа небольшие порции продукта, а если получаются большие – то тут вторая проблема, как это всё съесть, впихнуть в себя, в своих внуков, прочих родственников.

Если вы готовите на 15, 20, или там на сто человек, то это двухчасовое стояние у плиты ещё оправдано, но у многих нет и десятка едоков, стоило ли кашеварить и сложничать вообще?

«Я так старалась (старался), два часа варил (а) суп, что это его никто не ест?» – ну пока не ест, и хорошо, что пока не настал мировой голод. Был бы голод, съели бы, ещё не дожидаясь готовности...

Потом ещё недоедки им надо сныкать в холодильник, и купить холодильник побольше, он и место занимает, и электричества жрёт больше, чем все остальные приборы. Потом в холодильнике – такая гробница недоеденных продуктов, выкинуть жалко, съесть некуда. Может, тогда кошке отдать или собаке? Тогда и кошку-собаку нужно заводить, с ней тоже сколько времени, сил и расходы разные, особенно если в городе, не в деревне.

Стояние у плиты и сложная готовка оправданы только тогда, когда готовишь сразу на многих людей – на очень большую семью с десятками людей, или на несколько сотен человек на лесном фестивале, ну или на несколько тысяч человек где-нибудь...



На фото: 1000-литровые кастрюли в Индии, в храме сикхов в Амритсаре, Индия. Если кормить несколько десятков тысяч человек в сутки, то стояние у плиты, конечно, оправдано.

И потом ещё многие люди озабочены проблемой ожирения, и опять, чтобы спастись от жира, что-то ещё жрут или ходят на дорогостоящие антижирные процедуры или «Гербалайф» всякий, хотят купить что-то дорогое и некалорийное и якобы без ГМО.

Кухня для таких людей – как храм, сколько к ней интереса, это даже не с голода военных лет – это ещё с каменного века рецидив такой.

А сколько развелось ещё разных пищевых религий, – вообще непостижимо. Всякие там фруктоеды, сыроеды, оволактовегетарианцы, чтоб побольше денег и времени на эту еду истратить, особенно в наших северных краях. Сыроеды обычно все недолгие, и пока они сыроедят, они очень злобным взглядом едят всех остальных окружающих людей за то, что таким усложнизмом себе жизнь ещё не испортили. При этом почему-то не видел я ни одного 70- или 80-летнего человека, который бы хотя бы последние полжизни был сыроедом. Не говоря уж о более старшем возрасте.

При этом дешёвое, однообразное и маловкусное питание – приводят к долгой и здоровой жизни человека. Многие долгожители питались просто и однообразно, не сильно заморачиваясь.

Но при этом они прожили **ещё вдвое дольше, чем даже их ровесники**, потому что не тратили годы на поиски, приготовление и истребление сложнейшей пищи.

Вот человек живёт, пусть даже долго живёт, целых сто лет. Но первые 15 лет и в последние годы он, как правило, существует с трудностями, слишком он зависим от других людей, так что можно считать самостоятельной жизнью период от 15, это даже оптимистично. Но из этих остальных лет, он треть проспал, половину проел и искал средства к жизнедеятельности, немного проболел уже под конец, ещё на остатки жизни ругался с женой, детьми, родителями, внуками, накапливал деньги, вещи многочисленные, в период отдыха смотрел телевизор, так годы и прошли.

Что тебе, читатель, делать в эти остатки жизни, в эти щёлки свободного времени, этого-то я тебе и не скажу!

Ведь что делать именно тебе, это тебе и решать, а я не гуру, не политик и не пророк, чтобы дать дистанционные рекомендации. Сейчас я исхожу из гипотезы, что ты уже знаешь, что хочешь делать, а на это у многих и жизни не хватает, в промежутках между всем этим бытом.

О продолжительности жизни человека

Какова ожидаемая продолжительность человеческой, нашей, жизни? Конечно, стандартные ответы на этот вопрос есть – 70, 80, может быть 90 или 100 лет. Молодые оптимисты скажут и 120, но что-то не вижу я оптимистов 120-летних².

Но давайте посмотрим не общее время, которое наш организм продолжает обмен веществ, – а то время, что мы можем заниматься *реализацией своих целей и задач*.

Это же наиболее важно. Если мы берём начальные стадии жизни, то мы заняты реализацией чужих программ. Есть и периоды, когда мы в нашей обычной взрослой жизни не реализуем свои, а реализуем чужие планы. Есть периоды, когда мы спим, едим, ходим в туалет, обслуживаем свой метаболизм. Ругаемся с теми людьми, кто находится вокруг нас или в интернете. Спорим о ерунде. Ещё люди лечатся иногда, тоже вряд ли это входит в их планы. Даже молодые тоже, бывает, лечатся.

Есть многие такие люди, которые своих планов и целей

² Спросит читатель – «а ты, товарищ Кротов, хотя бы раз ездил, искал?» Да, ездил, искал, но не нашёл что-то.

не имеют, ну и не планируют даже завести какие-то свои планы. Таких людей много. За них живут другие люди – начальники их фирм, бизнесмены, нанявшие их на работу, их родители, придумавшие им проект жизни, политики и те, кто направляет народ куда-либо. Про таких людей сейчас я в этом тексте и подробно говорить не буду, фактически за них живут другие люди, направляющие их.

А вот мы, например, сколько можем уделить времени своим целям и задачам? Первые лет тринадцать-пятнадцать маловероятно, что что-то толковое получится, слишком уж нас определяют взрослые, старшие. В последней части жизни случается, что тоже мы уже собой не руководим, уже пользуемся плодами своей прежней деятельности. Но да, бывает, кто-то и в девяносто лет активен, а бывает, и в пятьдесят жизнь между телевизором и поликлиникой только.

Из оставшейся жизни – тридцать лет проспали, сколько-то лет обеспечивали свой быт, обмен веществ. Трудились годами для того, чтобы заработать «на хлеб», который превращали в кал;

сколько-то лет спорили с другими людьми на неважные темы; учили их – как им жить, а они не соглашались;

тратили время впустую, учились тому, что нам никогда не пригодилось;

думали о ерунде; мечтали пусто; слушали нытиков; делали то, что не было нужно ни нам, ни окружающим людям, заполняли голову чужими мыслями, идеями и картин-

ками из кино или телевизора, играли в компьютер, смотрели маловажные для нас записи в интернете и вновь там спорили по поводам, не важным для нас;

тёрли от скуки телефон, что блин новенького у интернет-ных друзей друзей друзей – итоговое чистое время жизни (т.е.осознанной жизнедеятельности) уже не в годах нужно измерять, а в часах или в тысячах часов.

100 тысяч часов если своему основному делу посвятить, то почти любое важное дело можно сделать, любую профессию освоить, почти в любом занятии сделаться специалистом высочайшего уровня. Последователи появятся, многие будут издалека приезжать поздороваться с таким человеком или за край его мудрости уцепиться.

Для многого и 40 тысяч часов хватит.

Даже если учесть, что определённое время нужно для того, чтобы своё дело найти, попробовать, освоить и достичь в нём мастерства – например, 10 тысяч часов на поиск, 10 тысяч часов на освоение и мастерство, ну и даже если 20 тысяч часов заниматься важным делом, уже станешь в нём таким профессионалом, обретёшь и радость, и известность, в среде людей, которым это дело важно.

Какое бы это дело не было, после вложения в него 20 тысяч часов уже пойдут к вам и сторонники, и последователи, и почитатели, и покупатели вашего таланта и итогов труда.

Проблема в том, что люди временем своим не владеют, не управляют им, а важные для себя дела откладывают на потом. Или же вообще не нашли важные и любимые собой занятия, и думают, что это можно отложить на будущее. А ведь с возрастом наш КПД снижается, скорость мысли часто убывает, желание каких-то перемен угасает, а привязанность к быту и к своему метаболизму – возрастает; часто растёт страх и зависимость перед обществом, пред мнением окрестных скучных людей, которым ты казался «нормальным» предыдущие десятилетия.

Начать заниматься своим делом в 20 лет проще, чем в 50. И даже если читатель оказался среди редких исключений, который понял в 50 лет, чем ему нужно заниматься, и стал это делать, – тут сложнее достичь успеха, потому что оставшееся у нас время можно измерять не в годах, а в часах, ну или в тысячах часов.

Бывает, конечно, что человек частично «влип». Например, взял какой-нибудь кредит по неосторожности, теперь попал на проценты, нужно отдавать. Или же занялся какой-то работой, которая не очень нравится, но и сегодня же бросить боится – не хватает уверенности в новом деле. Или как-то ещё, но вроде бы уже нашёл (или ищет) важное для себя дело. Или произвёл детей, которые пока малы и свои проблемы решать не научились, приходится родителю решать все проблемы за них. Или взял на себя различные прочие

обязательства, или добровольно-обдуманно, или чаще необдуманно-случайно.

Тогда можно организовать оставшееся время правильно, что и на важное дело тоже будет хватать. Часто бытовые аспекты жизни съедают большую часть оставшегося времени человека. Тогда нужно решить, что для чего: бытовые потребности для интересной и важной жизни, или угробить потенциально интересную жизнь ради поддержания клеточного обмена веществ.

Быт – средство для жизни или сама жизнь?

Если ты жалуешься на нехватку времени, посмотрите, на что ты сам его тратишь – прошедшие часы, месяцы, годы, и перепланируй толково.

Правильное планирование, даже если ты на него потратишь 5 или 8 часов в месяц – на само обдумывание и планирование – позволит уменьшить ненужные расходы времени вдвое, втрое.

Планирование выдаст тебе сто дополнительных часов жизни в месяц – или даже больше (в зависимости от плотности дел в твоей обычной жизни)³.

³ Кстати, составление завещания, или же рекомендаций на случай утраты самостоятельности – тоже входит в планирование. Независимо от размера имущества, которое у тебя есть, – полезно оставить рекомендации друзьям, родственникам или гражданам, обнаружившим факт твоей смерти. Можно запечатать их в закрытый конверт, а можно и в интернете вывесить. Было бы странно факт смертности человека игнорировать и не включать его в планирование.

При правильном планировании всё можно успевать, но нужно расставить приоритеты – что важное в твоей жизни.

Уметь выделять, что есть главное. И в своей жизни, и во встреченной случайно чужой. И в разговоре, и в книге, и в жизни, и в тексте.

Процессы-хронофаги

Среди действий, которым человек занимается, немало есть процессов-хронофагов, пожирателей времени. Если кому-то времени «не хватает», нужно посмотреть, нет ли среди этих действий тех, которые НЕ являются вашим основным важнейшим делом жизни, и ликвидировать или минимизировать их.

Смотрение телевизора. Слушание музыки, вместо обдумывания своих мыслей. Приготовление сложной еды. Сидение в интернете с входящим трафиком (т.е. не распространяем полезную информацию, мысли и идеи, а только потребляем чужую, смотрим чужие фото ВКонтакте, ленту друзей, новости друзей друзей друзей, новости политические, что у кого интересенького, что сказал Порошенко, Трамп, король Свазиленда и т.д.). Протирание телефона в случае, если входящей информации больше, чем исходящей. Обслуживание кошечек, собачек. Споры в интернете по темам, не являющимся жизненно значимыми. Споры живьём с людьми, находящимися рядом в одном жилище. Вообще выяснение того, кто прав, кто не прав. Пустые мечты и разговоры.

(Да я и сам часто неэффективно трачу время и энергию ума своего. Сколько много и у меня фуфелного использования времени жизни! Можно было бы всё хорошее в жизни

удвоить, если бы не недостатки моей собственной организации жизни. Так что своя книга и мне напоминание.)

...Ежедневные долгие переезды на транспорте «на работу и обратно» можно использовать с пользой и без оной. В дороге можно и полезным заниматься – читать, что считаешь нужным (а не газету «Метро»), писать, думать, учить иностранный язык, наконец спать можно. Можно же и заниматься ерундой – музыку слушать, смотреть что в смартфоне появилось нового. Буржуй-телефон (смартфон) может и экономить время, а может и воровать его, при неумеренном или нецелевом использовании.

Я об этом многого не знал, а в 2016 году стал владельцем буржуйфона и заметил, что он и полезен, и вреден. Сильным времяедом стал в последние годы телефон. Приходят люди друг к другу в гости и не общаются, а телефон трут. Один потёр, другой потёр, вот и всё общение.

Музыка вообще часто у людей многие часы в дне занимает, какими-то мелодиями, песнями на неизвестных языках заполняют мозг, повторами, одно и то же, многие часы. Ходят с плеером, слушают каких-то алкоголиков, наркоманов, дураков, иногда вообще шум слушают без единого путного слова.

А ведь время – наш главный ресурс, все мы им располагаем, и можем вкладывать в развитие, в дело своё, или просто в удовольствие, или во вред себе, или не во что не вкла-

дывать.

Кроме процессов-хронофагов, есть и люди-хронофаги. Которые стараются выложить на тебя все свои проблемы, надеясь, что ты их будешь решать за него, или просто постоянно выслушивать. Если вокруг тебя окажутся многочисленные люди-хронофаги (достаточно трёх), то они могут затащить тебя в такое болото, что жизнь не мила будет. Один со своими проблемами, другой, третий – нужно, конечно, им какие-то временные рамки задавать. Могут быть хронофаги без проблем, просто пустые болтуны, или болтуны на темы, им интересные, а тебе не интересные. Выслушивание разных болтунов (или чтение их проблем в интернете) может занимать все силы ума. Особенно тяжело, если кто-то, например, из твоих родственников увлётся – ну скажем эзотерикой, нумерологией, магией, теорией заговора или какой-то ещё такой вещью, о которой этот родственник начинает говорить постоянно. Одного такого друга или родственника может быть достаточно, чтобы пару часов в день было занято болтовнёй. Есть ещё пустые советчики, сами ни в своём, ни в твоём деле не преуспевшие, но любят они всем советовать без спросу, даже когда их совета и не спрашивали вовсе. В интернете особенно много их плодится.

Надо уметь абстрагироваться от времяпоглощающих пустых разговоров или уметь менять свою локацию в пространстве! Некоторые люди находят себе женщину (мужчину) и потом с ней (с ним) постоянно ругаются, никакой дру-

гой пользы не получая. На это тоже уходят многие часы. Ищи и находи тех, с кем ругаться не будешь.

Прочистить своё окружение от нытиков, хронофагов, пессимистов (обычно в ответ заявляющих, что «я реалист»), от людей, тащащих себя и окружение вниз, от граждан, обращённых в прошлое, от разных тормозов, интернет-болтунов и собирателей кошечек. Прочистить своё окружение, или пореже общаться с такими гражданами, а если невозможно и это – то передвинуться в пространстве. Об отмене жилищного рабства я написал позднее, отдельно.

Да, и основным процессом-хронофагом является, на мой взгляд, выполнение каких-то работ, не являющихся основным делом жизни человека, с целью заработать «на пропитание» в чрезмерно раздутой форме. Об этом напишу ещё и далее, но сперва – про телевизор.

Телевизор – жизнезаменитель

Есть ещё люди, которые смотрят телевизор. Раньше их было больше, сейчас роль телевизора у многих заменяет интернет. Но я расскажу сперва про телевизор и напомним о его вредности. В арабских странах я его называю в разговоре «шайтан-сундук», чтобы понятно было.

Итак, во-первых: агенты телевизора мечутся по всем местам мира, надеясь там найти какую-нибудь неприятность: землетрясение, наводнение, теракт, выборы, войну, революцию, катастрофу. И тут же, как могут это снять, или хотя бы краешком показать, тут же продают свою новость в новостные агентства или в свой телеканал. Всем приятно посмотреть на чужие неприятности, даже раздутые.

Если в какой-то деревне в Бурунди 50 человек умрут от лихорадки Эбола, то только СМИ прознают, то кричат: смертельно опасная эпидемия! А вон самолёт упал, вон три машины столкнулись, вот обстреляли дома в Дебальцево, там старушку изнасиловали, а вон у бывшего депутата обнаружено тридцать миллионов долларов в наличности в квартире, он арестован и посажен. Человек смотрит часами на чужие неприятности, а между ними – голоса политиков, телекомментаторов, и реклама сто одного ненужного товара, с этого телеканал и живёт, с рекламы этой.

После просмотра ста часов новостей и телепередач в голо-

ву человека и залезают все неприятности, столь редко проявляющиеся в мире, и политические обзоры, и вожди, и реклама, проникает в подсознание, и у человека появляются навешанные телевизором страхи, боязнь окружающего мира, ожидания катастроф, преступлений, ложные установки и желание вложить свой труд в какую-то очередную ненужную вещь или биологическую добавку.

Люди, посмотрев телевизор, становятся более управляемыми, чем больший процент их жизни шайтан-сундук остаётся включённым. Насмотревшись ТВ, россиянин нередко начинает ненавидеть украинцев, думать, что там все – фашисты; украинец часто начинает ненавидеть москвичей и россиян; начинают бояться террористов, реальных или мнимых, и выискивать взглядом в гражданах на улице «потенциального террориста». У некоторых дома этот телевизор вообще не выключается никогда, фоном идёт. И скорость мысли он сильно снижает. Конечно, такими людьми проще манипулировать, когда у них скорость мысли снижена и равна скорости голоса диктора теленовостей. Спасайтесь от этого!

В старые времена близкую функцию выполняло радио – но воздействие его было меньше, потому что без картинки оно. Сейчас, уже лет пятнадцать как, у многих завёлся интернет, но тут нельзя сказать об однозначной вредности, потому что в интернет мы можем и заливать встречно свои полезные мысли и информацию, а в телевизор, как правило, не можем.

Итак, выбросите телевизор – жизнь станет добрее, чище, и скорость мысли повысится, если будете занимать время не просмотром новостей, а решением практических жизненных задач, своих, не навешанных «жизнезамениателем».

Про работу и деньги

Прочитав о том, что нужно делать самое важное в жизни дело и сконцентрироваться на нём, – спрашивают люди: можно ли определить, твоё дело является ли самым основным твоим делом, или же нет?

Многие люди выполняют разные акты труда, получая за это какие-то деньги от потребителей этого труда, или от начальников, или от государства. Есть хороший метод определить – дело, которым вы занимаетесь, является вашим важным и любимым делом, или же это не оно. Вот этот способ проверки.

Вот, ты ходишь на какую-то работу, делаешь там какое-то дело, получаешь за это в месяц сколько-то денег. Предположим, тебе предлагают: «давай, ты в следующий месяц или год будешь получать столько же денег (или, даже, 110% от стандартной своей зарплаты), но с одним условием: что ты будешь свою ту работу НЕ ДЕЛАТЬ!»

Если ты на такое предложение согласился бы – ура! – то поздравляю тебя, это работа не твоя, ты её делаешь только ради денег. Брось её, и делай то дело, которое ты любишь делать больше других дел на свете.

Приложу сразу пару примеров.

Например, дядя Коля ходит на завод, работает там сторожем или каким-нибудь сверлильщиком, получает там 20 или 50 тысяч рублей в месяц. Хотел бы Коля получать, скажем, 25 или 55 тысяч рублей с условием, что он этого завода не увидит никогда больше, с тем, что делаешь что хочешь, но к заводу не подходи ближе ста метров? «О да, конечно!» – Тогда сразу и бросай, Коля, завтра же или после ближайшей зарплаты. Да, кстати, а что ж ты будешь делать, если к заводу подходить не будешь?

Последняя зарплата, те же 20 или 50 тысяч, её и хватит на то, чтобы хорошенько обдумать, чем собственно хочешь заниматься, и найти приложение своих рук и ума более интересное.

Работает тётя Галя преподавателем, учит детей там русскому языку в школе, или химии, получает, ну 15 или 40 тысяч за это дело. Хотела бы Галя получать, скажем, 20 или 45 тысяч с тем условием, что этих детей, этой школы, этой химии она бы не увидела никогда? – «О нет, конечно! Так интересен этот предмет, процесс, эти дети или там сама наука химия, что я готова продвигать её в детей постоянно!» – Ну тогда и занимайся, раз любишь и тебе всё нравится.

Но тут, у многих людей, возникнет боязнь, что когда они

бросят одно, не любимое ими занятие, и будут искать и пробовать другие, ими любимые, – у них кончатся деньги, опять якобы «нечего будет есть», их отругают их родители, родственники, друзья и соседи. Это общая подстава – все государства и корпорации стараются, чтобы человек был вечно на финансовой подпитке, без возможности хотя бы на полгода освободиться.

Человек, который получает, ну например, 15,000 рублей в месяц, тратит почти все их на поддержание собственной жизнедеятельности: на жильё, одежду и еду уходит почти всё, и уйти после года работы и прожить, например, ещё полгода на накопленных деньгах он (как правило) не может.

Но и когда пройдёт, скажем, три-четыре года, и он уже получает, например, 150,000 рублей в месяц, уже всё или почти всё уходит на поддержание его собственной жизнедеятельности, и уйти с работы и прожить, например, лишние полгода на накопленных средствах он опять (как правило) не может.

Чтобы ещё больше человек был зависим от ежемесячной подпитки денег, и постоянно делал не любимые им дела, – вводятся всё новые методы человека того на деньги подсадить. Основной же прост – человека вечно пытаются ввести в расход, льготными кредитами, ипотекой, дорогой арендой жилья, искусственными потребностями, которые всё раздуваются рекламой ненужных товаров, всё менее долговечных, всё быстрее выходящих из моды.

Это обычная подстава современного общества: пока в нём не РАБотаешь, то денег нет, но зато время есть. А потом РАБотаешь, и вот тогда уже не хватает ни времени, ни денег.

Основное желание всех государств и корпораций, чтобы у человека не было ни свободного времени, ни избытка денег, чтобы он ежедневно ходил куда-то, выполнял какую-то РАботу, в свободное время смотрел телевизор, или протирали свой смартфон – это от возраста зависит: молодым смартфон, а старикам телевизор, потому что у него экран больше и тереть его не надо.

Ну и может быть раз в пять-шесть лет приходил бы отмечался на избирательном участке. И ждал бы, когда ему исполнится 55, 60, или 67 лет, чтобы получить пенсию, когда он уже никакой опасности для общественного уклада не представляет. Зато благодарные избиратели – большей частью пенсионеры и есть. Пенсия кстати в разном возрасте бывает, вот в Японии в 70 лет, может и у нас в СНГ будут к этому стандарту подтягивать.

Если ты готовишься к освобождению, или перемене стиля жизни, но уже привык к постоянной получке, то сперва посмотри, чтобы твои расходы не вывели тебя из равновесия. Подсчитай, на что ты тратишь деньги, лучше всего

это проводить постоянно, минимум два, лучше и три месяца подряд. Возьми тетрадку, блокнотик или другой носитель, и отмечай все сделанные тобой расходы – по темам: «еда», «транспорт», «вещи», «мобильник», «домашнее хозяйство», и проч. И доходы, что откуда получил. Потом по итогам месяца просуммируй, сделай выводы, повтори во второй месяц (а полезно и далее – деньги любят учёт).

Приятно, если приход в два или несколько раз превышает расход.

Хотя бы в те месяцы, в которой ты настроен на деньгоизвлечение.

Если отчего-то у тебя денег не хватает, если их слишком мало, если расходы постоянно больше, чем доходы, или близко к ним, то нужно подумать, а вообще нужна ли мне такая РАбота, или же – нужно ли мне столько тратить денег на всякую ерунду?

Снижение расходов, сокращение ненужных, искусственных потребностей – часть пути к освобождению.

Обычно бизнес-гуру рекомендуют обратное: увеличь расходы, в три, пять раз, но увеличь и доходы в десять раз, впарь всем окрест ненужный тебе и им товар, в двойном объёме, и по повышенной цене, скорее, скорее!

Такой же эффект будет, но проще достигается, если уменьшить расходы пропорционально.

Всё бывает дешевле

Богат не тот, у кого получка генеральская, а тот, кому достаточно его дохода и имущества, и ещё остаётся, чтобы с другими поделиться.

Выбрать важное и интересное для себя дело в нашем обществе нелегко, по нескольким причинам.

Во-первых, многие будут торопить: «скорей-скорей, иначе умрёшь, как в безвоздушном пространстве, без денег нет никакой жизни! Устройся на *какую-нибудь* работу, а потом и подумаешь».

Но когда уже каждый день делаешь какое-то не самое нужное тебе и людям дело, желание искать интересное и нужное затухает – на передний план вылезают проблемы бытового свойства, и так может длиться десятилетиями. Работы обычно много времени отнимают.

Самые хитрые работы, например многоуровневая продажа каких-нибудь вещей, могут запарить человека настолько, что он и двенадцать часов в день, шесть дней в неделю без выходных впаривает какую-нибудь хрень, не очень полезную – как бы для того, чтобы потом на другой уровень выйти, а реально для того, чтобы не было времени другой способ жизни себе отыскать.

Во-вторых, другие будут говорить лживо: «сейчас даже уборщиком без диплома не возьмут, иди поскорей получи образование». Стараясь, чтобы человек ни одного года не провёл со своими мыслями, в поиске своего пути, человека сразу при возможности стараются впихнуть в какой-нибудь институт, не самый полезный, выбранный случайно, не осознанно. Как и школа – институт этот как камера хранения для молодых, чтоб не мешали взрослым и не придумали какую-нибудь свою жизнь, вдруг она отличаться будет.

В процессе сидки в институте человек глупеет, скорость мысли снижается, выходит на первый план понимание, что важен не сам результат деятельности, а имитация результата.

Отчёт о проделанной работе важнее, чем сама работа, а оценка за отчёт важнее, чем и сам отчёт, а о чём он – да кто ж его читал, с интернета распечатан он. Не нужен результат, нужна имитация результата.

На всяком уровне, вот гляньте газету с новостями какого-нибудь солнечного Узбекистана.

Главное, основное знание, получаемое в институтах 90% людей – это то, что отчёт важнее самих работ.

Да, так и есть. *Главное и основное знание, которое выно-*

сит обычный человек со школы и со института – это то, что отчёт о деятельности важнее деятельности как таковой.

От стула второклассника до кресла губернатора, каждый «должен» выучить, что отчёт о работе важнее самой работы. Отчёт и является итогом, главным результатом деятельности – и школьника, и бригадира, и министра, главное, чтобы вышестоящий принял и сказал: принято, хорошо.

От этого всё – и учебники с решебниками, чтобы задачи тут же с решением перекачивать, и шпаргалки, и платные институты с платными дипломами, и приписк («туфта») в советское время, и сейчас, и покупаемые курсовые и диссертации, которые никем не читаются, и опадающие при взлёте космические ракеты, и системные государственные проблемы, и не только у нас. От первого класса идёт это: важен начальству не ум, не способности, а отчётность.

А что же такое ум? Это способность из потока информации выделять нужную тебе, полезную информацию, нужную, полезную информацию применять, а ненужную – забывать.

Поехали дальше. Важная, не декларируемая цель общества, – запихнуть человека в стандартные рамки в первые годы его возможной самостоятельной жизни.

После того, как скорость мысли у юного человека уже снижена, расходы его повышены, появились искусственные по-

требности – как у наркомана – потреблять всё больше денег, примерно 110% от того, что дают ему на РАБоте, – ему уже слезть с той замкнутой тропинки трудно, и он топчется по ней, пока она не углубляется и не превращается в круговую канаву, а потом и в могилу человека.

В США, например, хоть там и кажется жизнь сладкой, но реально большинство американцев имеют огромные кредиты, десятки сотни тысяч долларов – в кредит они берут машину («а как же в Америке без неё!»), дом («надо же где-то жить!») и в результате наличных денег остаётся только на еду и на страховки многочисленные. Кредиты у каждого, тут и с работы не убежишь, потому что нужно постоянно эти текущие месячные расходы, проценты и страховки платить.

Есть и другой фильтр, более сложный. Вот ты занимаешься каким-либо делом. Представь себе, что ты этим делом не будешь заниматься. Есть ли тот человек, который будет делать это дело так, как ты, или ещё и лучше? Если это весьма вероятно, то имеет смысл сменить поле приложения своих усилий и делать только то, что ты делаешь лучше всех, что никто за тебя не сделает – хотя бы в этой местности.

Повторяю, этот второй фильтр сложнее, а первый – может каждый прямо сейчас и применить.

Подробнее о делопроизводстве

Перед тем, как решить задачу, полезно её сформулировать, представить себе. **Заниматься делом, а не работой.**

Задача, у некоторых людей, проста, и состоит из четырёх частей: 1) найти своё любимое дело, которое ты любишь делать больше всего, которое никто не сделает, кроме тебя, 2) организовать свою жизнь в тот период, пока это дело не определилось в точности и ясности, 3) сделать так, чтобы отдельные члены общества тебя не съели, в тот период, пока ты будешь выбирать свой путь, 4) когда уже важное дело будет найдено, сделать так, чтобы обеспечивались твои бытовые потребности.

(Можно обнаруженное важное дело потом в процессе скорректировать или поменять, такое тоже бывает, но не следует это делать слишком часто.)

Если твоя задача примерно такая же, то я для вас поделюсь своими мыслями, как можно попробовать решать её. Если же своё дело ты уже нашёл, и всё себе в жизни обустроил, то это и прекрасно, но может быть какие-то полезности для тебя из книги всё равно найдутся.

Для того, чтобы поискать своё занятие в жизни, полезно вот что:

Общаться с большим количеством людей, разных людей, в том числе с теми, чей образ жизни отличается. И приглядеться, нет ли в их жизни чего-то для тебя интересного. Если обнаружится человек, чей образ жизни интересен, чьё дело может и тебя завлечь, пообщаться с таким человеком поближе, узнать об особенностях, трудностях и «подводных камнях» этого дела. Не обязательно понравившегося человека копировать – скорее это и не нужно. Но, увидев разных людей, можно на основе их опыта сконструировать и проект своей будущей жизни.

Пожить-попробовать, пойти, поковыряться в том направлении, которое кажется важным. Может быть пойти в ученики или помощники тому человеку, который уже в теме, чей образ жизни интересен. Книжки, лекции в интернете, разную информацию собрать по этому делу. Попробовать действовать в искомом направлении.

Редкие есть дела, в которых долго нужно разбираться – ну там, ядерная физика, нейрохирургия, может ещё что-то, с чем нужно вовремя определиться и систематические знания получать. Для таких дел редких процентов несколько населения. Прочие же занятия и профессии можно освоить за короткий срок, или хотя б начать к ним приобщаться несколько месяцев или год, а как поймёшь, что не твоё, то перебраться в другое занятие, смежное или противоположное, пока мозги не заржавели.

Большая часть дел как-то связаны с продажей. Человек продаёт плоды своего труда, или плоды чужого труда, или свои способности, знания и умения. Нужно помнить, что обычно дело включает два дела: произвести / выпустить сделать что-то интересное и приятное, и продать этот предмет (услугу, товар, материал). Даже творческие профессии тоже связаны с продажей: сочинить или спеть песню – это одно, а продать текст или собрать людей, чтобы они покупали билеты на твой концерт, это другое. Но первым делом нужно думать, что именно ты хочешь делать (творить, сочинять, производить). Научиться делать своё любимое дело хорошо, качественно, полезно.

«Тут одно, другое попробуешь, ни в чём не преуспеешь, ни в чём не сделаешься профессионалом!» – кричит из-за угла интернета теоретическая Мария Ивановна с дипломом какого-нибудь филологического вуза. Так эти вузовые люди уже пятнадцать лет потратили на учение и затормаживание мозгов, и в большинстве своём не исполняют ту специальность, которой научились.

Какой процент выпускников вузов НЕ работает по специальности? В интернете, как и с водой в человеке, приведены любые разные данные, все согласны, что большинство, где-то пишут 75%, где-то 90%. Сам расспроси своих друзей и знакомых знакомых, кто уже «получил вышку» и наслаждается вождленным дипломом, опросив пятьдесят или сто че-

ловек, и увидишь результат. Тремя человеками не ограничивайся – возьми хотя бы 50 чел.

Проблема в том, что за пятнадцать лет замораживания мозгов большинство людей вовсе не понимают, как им строить самостоятельную жизнь: ведь система образований к этому вовсе не готовит, а лишь людей консервирует. Они даже опросить десятерых знакомых боятся, польза есть ли у них от диплома их, – боятся что подумают что-то о них, что диплом и им не понадобился. Отчёты об имитации работ могут составлять, и имитация жизни вся.

«Что теперь после вуза делать? Верно, в аспирантуру пойти!» – думают такие граждане, чтобы оттянуть момент, когда уже ты сам своей жизнью должен распоряжаться, лишившись удобного статуса студента. Можно в другой вуз пойти, лишь бы за тебя всё уже придумано было и размечено. Это ж роль такая в обществе – я студент, а не бездельник какой-нибудь.

Некоторым удаётся расконсервироваться, некоторым вуз не успел убить мозг, но итог такой, что уже и двигаться и пробовать новое часто и не хочется уже. Чем раньше начать пробовать и искать свой путь, тем выше вероятность, что к тому времени, как у многих людей затормаживается ход мысли, свой интересный путь жизни уже будет обнаружен.

Годам к тридцати уже нужно найти, чем дальше заниматься, потом трудней будет менять что-то в жизни, хоть и хре-

новое. «Работа не нравится, жена дура, город, в котором я живу, дрянь», – так думают миллионы людей, но поменять ситуации уже трудно им, привыкли, боятся, как бы не стало ещё хуже!

Своё дело нужно начинать понемножку. Вот, например, как я начинал свою издательскую деятельность. Сперва, в 1994 году, мы с друзьями придумали журнал «Почтовый ящик», собрали деньги и издали 100 экземпляров на ризографе – в нём были и мои сочинения, и творения разных авторов, он разошёлся среди друзей по предварительным заказам. Потом вышел и второй номер, полностью заполненный моими рассказами о путешествиях, там было тоже 100 экземпляров. Потом, в мае 1995 года, я выпустил свою первую книгу «Практика вольных путешествий», опять сотенным тиражом, обошлось издание в \$20 – книжка была небольшая, 16 страниц всего. Продавал я её в мае в Москве, прямо на Арбат пришёл и разложился с книжкой. Постепенно продал сто копий, подготовил новое, более объёмистое издание, в 64 страницы, и выпустил в августе 1520 экземпляров – по сумме денег, которую сумел одолжить на издание. Эту книгу я продавал и на тусовках путешественников, и на концертах, и в электричках. Отец мой, писатель Виктор Кротов, конечно, отнёсся тогда весьма скептически к возможности продажи этой книги, не верил в зарабатывание денег мной в вольной книготорговле.

В марте 1996 года поспело и новое издание – удалось выпустить 10,000 экземпляров, одолжив на это деньги (уже около \$2000) у разных людей с превеликими сложностями. Книга 1996 года, с белой обложкой, продавалась и мной, и моими друзьями, и в подмосковных и подпитерских электричках, и на Грушинском фестивале, по цене в 3,5 раза выше себестоимости. К марту 1997 года я подготовил новое издание, с оранжевой обложкой, нашёл новую, более дешёвую типографию в подмосковном Раменском, опять одолжил денег (в третий раз мне давали охотней, чем в первые разы) и выпустил 15,000 экземпляров. Воодушевил друзей, мы взялись за распространение, и за четыре-пять месяцев раскидали вручную весь 15-тысячный тираж, так что в этом же году я отпечатал в той же типографии новое издание... Сейчас книга «Практика вольных путешествий» является самой популярной среди книг на тему путешествий, печатавшихся в России и СНГ за последние 25 лет; на русском языке вышло 12 изданий, общий тираж давно уже стал шестизначным, книга переведена на девять языков, плюс к тому я автор ещё более 45-ти других книг, сотни изданий, и деньги уже можно не одалживать. А всё началось с того, что продавал в Москве на Арбате свои книжки 16-страничные, изданные на одолженные у друзей \$20.

Пробуем, начинаем понемножку, и проявляем активность!

С путешествиями тоже всё начиналось понемногу — в 1990 году, когда мне было 14, я начал ездить на электричках в подмосковные города. Добравшись до конечных станций, я обнаружил, что и оттуда можно уехать на других электричках дальше, потом ещё дальше... Пересаживаясь с одной электрички на другую, оказалось возможным добраться почти до любых городов СССР. Началось моё путешествиемническое лето-1991. За несколько месяцев я побывал в Туле, Ленинграде (С-Петербурге) (12—13 июня 1991), в Харькове, Смоленске и Минске (7—10 октября), в Горьком (Нижем Новгороде) и Кирове (в ноябре) и в разных промежуточных пунктах. Всего в 1991 году я объездил, в основном на электричках, свои первые 48 городов; тогда же начал собирать расписания и вести дневники, которые в последующем, через несколько лет, приобрели форму книг.

Началось всё с электричек, и ни в одном городе, куда я приезжал, у меня не было знакомых. А сейчас я побывал во всех регионах России, и в более чем в 110 странах мира; читал сотни лекций об основах путешествий более чем в 200 городах, и в любом городе России и СНГ (и многих городах за границей) меня будут рады видеть хорошие люди и друзья. А всё начиналось постепенно.

Начинаем понемногу, пробуем, развиваемся, составляем план действий на ближайший день, месяц, год и на трёхлетку

даже. В пятнадцать лет у меня уже были планы на ближайшее десятилетие. Большинство из них были перевыполнены, а о многих вещах я и подумать не смел тогда, но постепенно подумал, запланировал и сделал наконец.

Для более удачного деловиискательства можно записать на бумаге, в своей плановой тетради, например, десять дел, или двенадцать которым ты можешь заниматься. Составить таблицу таких дел, которыми заниматься тебе не только возможно, но и интересно. На этом этапе не ограничиваем свою фантазию. Например, охотиться на китов, искать клады, исследовать внеземные цивилизации, выращивать грибы, ремонтировать мобильные телефоны, продавать мыльные пузыри, петь песни, строить дома из соломы, писать книги, играть в компьютерные игры, изучать жизнь Наполеона, жарить сосиски, или что-то ещё другое. Можно не в тетради, а на большом листе. Малочисленность людей, занимающихся той или иной профессией, или их многочисленность, не должна быть препятствием для занесения в список. В редкой профессии – бывает, что проще выбраться наверх, зато в распространённой деятельности проще найти учителей и информацию по этой теме.

Итак, составлено десять-двенадцать тем, – потом отмечаем свой опыт в этих делах, а если что-то ещё не пробовал, то нужно попробовать. Но если сложно, например, самому побыть космонавтом или охотником за слонами – то найти, например, уже существующего человека с професси-

ей космонавта или охотника и узнать особенности этого дела. Попробовать сперва прикоснуться к тем или иным делам, где-то и почувствуешь, что ближе и подробней стоит изучать. Не лишним будет и отметить, через сколько дней, месяцев или лет могут появиться материальные результаты труда в том или ином случае.

Для некоторых видов деятельности (например, наука, или банковское дело, или политика) нужно участие в определённой структуре, уже существующей, проникновение в которую и освоение правил игры требует определённого времени. Для других видов деятельности нужно только время и труд (например, посадка и выращивание картофеля, потом продажа одного). Для третьих видов и времени много не нужно – например, колоть дрова по заказу клиентов или набирать тексты на компьютере можно очень быстро, уже сегодня будет виден результат и удовлетворение и твоё, и тех, кто заказывал результат этот.

Хорошо и заранее думать в перспективу, о том, что будет с самим человеком – тобой, если ты будешь делать своё любимое дело в протяжении десяти лет или нескольких десятков лет. В некоторых делах видно возможное развитие: продавец может быть видит себя миллионером, основателем какой-нибудь продажной корпорации; музыкант или певец – популярным и известным, типа Высоцкого или Гребенщикова; программист – создателем какого-нибудь нового Гугла или Фасебука; садоводу могут в перспективе видаться лав-

ры Мичурина; а вот человек, который ежедневно занимается колкой дров, он может рассчитывать, что хорошо поднакачает свой организм, коля дрова, и успешно изведёт весь лес в округе. Если перспектива на ближайшее десятилетие кажется не очень интересной и не очень радужной, то может быть стоит найти какие-то альтернативные варианты деятельности, заранее подумать о них и запланировать альтернативные пути развития своего жизненного пути.

В своей жизни я часто встречаюсь с людьми, которые придумали себе план жизни и действуют по своему плану, кто-то при этом находится в одной стране, кто-то перемещается. Люди это разные, иногда заметные в обществе, иногда скромные и не такие видимые. Игорь Тютюкин, специалист по оптимистичной жизни и оздоровлению, издаёт и продаёт свои книги и разные сувениры возле музея Льва Толстого «Ясная поляна». Антон Дряничкин по полгода в году (зимой) живёт в Бангкоке и работает там переводчиком и гидом, а летом и осенью путешествует по России и читает везде интересные лекции про Таиланд. А американец Брэндон летом работает ботаником в национальных парках штата Юта, а зиму посвящает путешествиям по разным более тёплым странам.

Валентина Михайловна из Заволжья в свои 80 лет бежит каждый день по 10 километров, купается в проруби и торгует когда-то популярным в России гербалайфом (в Завол-

жье он и сейчас популярен, её усилиями). А Илья Скоробогатов находит разных таких активных бабушек (и даже более возрастных), готовит их и записывает видеоклипы, где они поют под музыку. Игорь Лысенков 9 месяцев в году работает на железной дороге электромехаником (он очень любит своё дело), а оставшиеся три месяца посвящает путешествиям и ездит по дальним странам Азии и Африки, поднимается на разные горные вершины. Все эти люди очень разные и внешне, и по своим занятиям, но есть у них и одно сходство: каждый из них делает то дело, которое выбрал сам, каждому из них нравится выбранная ими жизнь.

Жить в соответствии со своим планом. А где этот план?

Вот план никто за тебя не составит, а если составит, то никто за тебя его не выполнит. Почему-то у многих людей, особенно в молодости, есть такая необязательность, это просто кошмар какой-то. Связываться с кем-то, особенно если человеку пятнадцать или шестнадцать лет, всё это, я заметил, очень рискованно: договоришься о какой-то совместной деятельности, встрече, поездке, будь это всего лишь через дней десять, или месяц, так вероятность от 70%, что он этого не сделает, не придёт, не поедет.

Среди моих знакомых есть люди разных возрастов, и вот люди до двадцати лет – в большинстве своём необязательные люди, флюгеры, не могут спокойно запланировать и выполнить план. Даже договариваются, прийти через неделю и что-то сделать, и ничего вообще не происходит. «Забыл», «не смог», «заболел», «будильник не зазвенел», не люди, а какие-то тряпки просроченные, и казалось бы в самом активном возрасте, что-то дальше будет?

А с двадцати до тридцати почти то же самое, только на больший период: договоришься с кем-то, что через полгода или год будем делать что-то, и часто кинет человек, ничего не сделает и отмажется опять: «ой, я не смог», «у ме-

ня изменились планы», «я передумал», «личная жизнь затянулась», «устроился на работу, теперь не могу», «предложили выгодное дело», «кошка заболела», «забыл».

Люди, к сожалению, часто такие флюгеры, что не могут сказать, где они будут и чем будут заниматься через год хотя бы. А ведь надежда прожить ещё год не так уж самонадежна. Можно считать, вероятность 99%, что читатель проживёт ещё год, да и я проживу. А вот запланировать какую-то деятельность для себя и сделать её многие люди не могут, и в этом, мне кажется, причина их неуспеха, они топчутся на месте, пока кто-то важный строгий сверху не направит их в то русло, какое нужно этому важному человеку.

Учиться составлять свои планы, и выполнять их, очень важно, иначе всю жизнь так и проживёшь по чужим планам или просто как броуновское движение молекул, случайное.

Начинаем так: составляем план на завтра! Без наличия оформленных записанных видимых планов на завтра ложиться спать не следует. Если я решил вставать завтра в 5 утра, то нужно завести будильник и встать точно в 5 утра, или минутой позже. Нельзя ни в коем случае ждать или переводить будильник на 5.15. Так же странно ставить несколько звонков-будильников с интервалом полчаса, и других людей вокруг перебудить, и сам не выспишься, и не успеешь никуда.

Паразит-рефлекс в сонном мозге говорит: «ай, ещё тем-

но, на улице дождь, ветер, да ну его нафиг, успею, переведу на 5.15, всё будет нормально». Нет, нет, не будет нормально, вся жизнь пройдёт зря! Переводить будильник – предательство самого себя, своих планов и своей жизни. Так дальше всё под откос и пойдёт, если сонному мозгу дать преимущество над вчерашним действующим.

Ну вот, встаём во сколько нужно там и запланировано, и начинаем деятельность, согласно плану. Бывают дни, что не всё успеется сделать, перенесётся на завтрашний план. Но план всегда нужно иметь, и наряду с дневным, более долгий список дел, на неделю, потом месяц, потом год и т.д.. Все эти записи, особенно долговременные планы, нужно хранить и иногда с месяцами и годами их пересматривать, чтобы проверить, всё ли сделано.

А если что-то не сделано, не успелось или не было обстоятельств для этого, то имеет смысл пересмотреть и вписать в план на следующий год. Не выкидывайте прошлогодние планы! Ну а если большая часть прошлогодних планов не выполнена, значит дефект в какой-то системе планирования, в оценке потребных временных и прочих затрат на дела.

У кого многое связано с интернетом, записывать в две или три колонки: дела дома / в городе / в интернете.

Конечно, что-то может быть и вовсе не сделано – объективные обстоятельства могут измениться. Тут сто причин можно в примере привести. Скажем, хотел пойти в гости к какому-то человеку, а он умер. Или же собрался ехать жить

в Сирию, а там разгорелась явная война. Или решил продать какую-то вещь, а она развалилась, испортилась, и пришлось её выкинуть. Или хотел купить новый буржуй-телефон или ноутбук, а там друг попал в аварию, и деньги решил отдать на его лечение. Или хотел проехать на каком-то особенном поезде или фуникулёре, а рейсы прекратились, отменены неожиданно. Или решил составить карту города или района, в котором живёшь, а оказалось, что такая карта уже есть в интернете или в бумажном виде, уже сделано это дело до тебя. Или ещё девяносто четыре причины.

Но, ещё тысяча случаев может быть приведена, когда план нужно выполнить обязательно, это ж твой собственный план, а не внушённый тебе родственниками, учителем или чиновником. Если не будешь выполнять свои планы, хотя бы на 80%, то постепенно окажется, что вместо своей программы выполняешь чужую программу, так жизнь и пройдёт.

Итак! План на завтра, можно составить прямо сейчас.

Список ближайших важных дел вообще. План на сезон, ну и глобальный план. Можно корректировать планы, но тоже заранее, обдуманно. И выполнять их.

Все свои планы я записываю в бумажном виде. Сторонники смартфонов будут иного мнения, а я останусь при своём – бумажные хранить надёжней, от батарейки они не зависят, и сам процесс изготовления плана и разметка календаря ручным образом настраивает меня на деловой лад. Нель-

зя и сказать «Батарейка села, забыл план». Как будет у тебя, проверишь экспериментально.

Пересмотреть через месяц, год, десять лет или двадцать лет. Может выйти, что о чём-то банально забыл, отложил, засыпал другими делами, так может как раз сейчас есть возможность, время, силы и деньги выполнить идею трёхлетней давности. Но можно и вычеркнуть какую-то идею трёхлетней давности, и такое может случиться: скажем, думал подлечить какую-то хворь, а она, забыл пока о ней, тем временем и сама прошла.

Планы свои следует выполнять в первую очередь. Не начинать день с просмотра новостей, интернета, телевизора и прочего. Если спустя некоторое время оказывается, что «не хватает времени» на выполнение дел, посмотреть, что куда можно уплотнить – что сделать по дороге, в транспорте, от какой ерунды лучше отказаться, если и так не понятно – есть интересный действенный способ. Следить за своим временем, записывая в тетраточку, чем во сколько начал заниматься: сейчас занимался тем, затем этим, спал, ел, валялся, смотрел интернет, опять ел, гулял, выполнял работу в надежде на обогащение, чинил какую-то вещь, считал деньги, общался с другом, подругой, и т.д.. Точно записывать тут же, как начал другую деятельность. В течение месяца вести такую запись, потом подсчитать, на что ушло сколько времени. Как и с деньгами, так и со временем: в процессе самой запи-

си обнаружится, что время стало расходоваться более рационально, КПД повышается.

Если какие-то дела, которые надо начать и сделать к определённом сроку, имеют тенденцию не выполняться, или имеются опасения, что они могут не выполняться, – следует записать их явно и сообщить своим друзьям, знакомым и родственникам: «опубликовать» свои планы.

Это может выглядеть необычно, но и это действует. Повесить в туалете, на холодильнике, в машине, или куда может попасть взор, полезные стимулирующие надписи:

«15 августа я поеду в Харьков»

«К 1 марта я соберу... рублей и приобрету на них...»

«Час интернета = 60 отжиманий»

«В мае 2018 поселюсь во Владивостоке»

Сообщить себе – настроиться заранее, сообщить людям о своих планах – настроить и их, ну и лениться сложнее будет.

Вообще ведение дневника, и записывание всего важного на данный момент, приносит большую пользу. Хотя б вкратце, несколькими предложениями. Можно смотреть спустя время, что сделано, что не сделано, куда тратятся деньги, время, внимание и что можно исправить, улучшить.

Если человек хочет больше подтягиваться или отжимать-

ся, полезно записывать текущие результаты, сколько отжался / подтянулся за один подход и за весь прошедший день, неделю, месяц: как раз легко можно будет увидеть прогресс, или найти причины отсутствия такового. Если ты хочешь больше добывать денег какой-либо деятельностью, торговлей, уличным пением, интернет-рассылками или чем-то ещё, полезно записать, сколько часов сегодня и вчера занимался этой деятельностью, сколько денег принесло это занятие. Спустя месяц, год, проще будет выявить тенденции, путь увеличения доходов, подтягиваний, отжиманий, полезных дел каких-либо.

Гражданам, озабоченным увеличением или уменьшением веса (есть ведь и такие!), полезно регулярно записывать и этот показатель, например раз в неделю, и вывешивать на стене; если тебе нужно больше «френдов» в Контакте, читателей в блоге или посетителей на сайте, количество просмотров твоих фотографий и так далее – не лишним будет хотя бы раз в месяц проверять эти показатели, записывать и даже вывешивать на стенке у себя дома график, нарисованный красным или синим фломастером. Когда я пишу книгу, то отмечаю, сколько символов в итоговом тексте оказалось вчера, сегодня вечером, завтра – легче отслеживать скорость писания, в хорошие дни я могу написать до 50,000 знаков текста (а вчера, например, 36,000 знаков). Если мне потребуется узнать, сколько денег я потратил на еду за минувший год, сколько литров воды уходит в канализацию у ме-

ня в квартире за одни сутки, и сколько стоит киловатт-час электричества в том городе, что я живу сейчас – и такая информация у меня имеется.

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.