

ОГЛАВЛЕНИЕ

- 01 АНДРЕЙ ПАРАБЕЛЛУМ 05**
Добро пожаловать в новый мир!
Аксиома трансформации человека
- 02 НАТАЛЬЯ ЛАПШИЧЕВА 19**
Плюс/минус бесконечность.
Начни путешествие внутрь себя
- 03 ЕЛЕНА СЮР 37**
Первый шаг на пути от пешки к Королеве
- 04 ЛОРЕЛЛА ГАЛЬЦОВА 55**
Введение в теорию 12 струн.
Основа личностного роста в XXI веке
- 05 АРТЕМ ЧЕРЕПАНОВ 71**
Быстрый путь к финансовой свободе
- 06 ВЕРА ХЛОПКОФФ 91**
Точка внутренней стабильности.
Как достигать максимальных результатов
с ресурсами, которые есть на сегодня
- 07 МИХАИЛ НОСОВ 109**
Стратегия личных достижений.
Главное в эпоху перемен

- 08 НАСИБА БУЖБАНОВА 129**
Секреты лидерства в период кризиса
- 09 СВЕТЛАНА КОРДЕЛЮК 145**
Стратегия штурвала: как НЕ прожить среднестатистическую жизнь
- 10 ТАТЬЯНА ИГНАТИКОВА 163**
Состояние «Бирюзового пика». Продуктивность, возведенная в абсолют
- 11 АННА ОГОЛЬ 179**
Кризис трехмерного хаоса: как защитить себя и близких
- 12 МИХАИЛ СОРОКИН 197**
Продажи как главный навык современного человека. Основы для каждого
- 13 ЕЛЕНА ВОРОНЦОВА 215**
Супергерой по собственному желанию
- 14 ВАЛЕНТИНА МАЛА 229**
Код искусства. Как развить в себе истинного творца
- 15 АРТЕМ СЕНАТОРОВ 245**
Великолепная семерка. Принципы работы с текстом на каждый день



1

АНДРЕЙ ПАРАБЕЛЛУМ

ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ
В НОВЫЙ МИР!

АКСИОМА ТРАНСФОРМАЦИИ
ЧЕЛОВЕКА

Что такое трансформация

Думаю, не ошибусь, если скажу, что каждый из нас хотя бы раз в жизни пытался совершить прорыв, полностью изменить себя и свое бытие или просто создать нечто значимое. Но беда в том, что мы не всегда понимаем механику этого процесса и в итоге оказываемся в еще более худшем состоянии, чем находились изначально. Допустим, садимся на очередную диету, худеем-худеем, а потом срываемся и набираем все килограммы обратно, да еще и с довеском. Или берем кредит на открытие собственного бизнеса, но все тратим, набираем еще больше долгов. То есть импульс был хороший, но наши действия не привели к результатам, которых мы на самом деле хотели. Скорее наоборот — стало хуже.

То, что я называю трансформацией, — это безоткатный выход на новый уровень. Модель пошаговой трансформации заключается в серьезных изменениях, которые не повернуть вспять. Предположим, воду можно превратить в лед, но если его нагреть, он снова станет жидким или превратится в пар. А вот если сжечь дерево, оно не вернется в первоначальное состояние, что бы вы с ним ни делали. Зола останется золой! Или менее деструктивные примеры — гусеница, ставшая бабочкой; цыпленок, который вылупляется из яйца и никогда не вернется обратно.

Чтобы безоткатная трансформация произошла с вами, необходимо изменить достаточно большую часть своей жизни, полностью и навсегда. У этого процесса есть свои законы, и если их понимать, можно планировать рост и переход на новый уровень и использовать полученные знания для улучшения жизни — своей и людей вокруг.

Вам, конечно, интересно, что это за законы?

Переход на следующий уровень должен быть не целью, а побочным явлением пошагового роста, новым качеством, которое появляется как следствие нашего труда, а не как основной результат.

Допустим, вы сказали: «Я хочу стать успешным!» Для вас это самоцель. Добьетесь ли вы ее? Вынужден огорчить: нет. Да и что значит «стать успешным»? Каждая история успеха уникальна!

Поэтому формулируйте иначе: «Я хочу создать шедевр!» «Я хочу написать великую книгу!» «Я хочу создать компанию с миллионным доходом!» А после осуществите задуманное — и обнаружите, что в виде побочного эффекта вы стали успешным.

Именно поэтому трансформация часто — результат слияния несопредельных вещей и явлений. Например, из курса химии мы знаем, что у атомов разных веществ есть определенные свойства: если вы сравните атомы водорода и кислорода, то заметите, насколько они отличаются друг от друга. Теперь объедините эти атомы и получите молекулу воды с новыми свойствами, которых в помине не было на уровне атомов.

То же самое происходит на макроуровне: если вы соберете молекулы вместе — получите жидкость, которая, в свою очередь, может стать газообразной или твердой, но все равно останется прежним набором молекул.

От науки перейдем к делам повседневным: возьмите iPhone и вспомните, сколько свойств различных предшественников он собрал! Телефон, плеер, фотокамера, персональный компьютер — в сумме это дало нечто большее. В наши дни для большинства людей в мире смартфоны — единственный источник интернета. С их помощью они знакомятся, женятся, покупают еду, общаются, смотрят фильмы, учатся, работают и делают кучу других вещей, которые прежде были недоступны. Но все эти свойства появились в результате слияния частей, которые ранее существовали только по отдельности.

Еще один важный закон: **если вы будете пропускать шаги в росте, вас всегда ждет откат.** Вы наверняка слышали истории о людях с низким уровнем дохода, которые выигрывали в лотерею миллио-

ны долларов, хотя к большим деньгам были не готовы. Как это для них заканчивалось? В большинстве случаев очень грустно: счастливики быстро теряли свежеприобретенные состояния, тратя их на совершенно бесполезные вещи. Полтора-два года — и человек оказывался в гораздо более бедственном положении, чем до выигрыша! Хотя имел все возможности пустить деньги в дело и приумножить их.

Поэтому, если вы застряли на какой-то ступени и не можете двигаться дальше, следует просто вернуться и посмотреть, что пропущено и не сделано. Это крайне важно!

Старый друг лучше... А лучше ли?

Многие люди вообще ничего не делают в плане изменений к лучшему. Ждут у моря погоды, точнее сказать — уверенности в своих действиях: мол, вот когда я решу на все сто, что мне это нужно, быть может, палец о палец и ударю... Ирония заключается в том, что ваша уверенность до принятия трансформационного решения никогда не будет равняться ста процентам, максимум — пятидесяти. В итоге вы никогда не перейдете в новое, если все время будете ждать подходящего момента.

Запомните: уверенность должна появиться после перехода, а не до, иначе вы так никогда и не решитесь. Принятие решения о трансформации и покорении новой вершины всегда подразумевает риск и шаг в неизвестность. И трансформироваться из минуса, где было плохо, психологически легче, нежели из положительных условий, выходя из которых вы все равно будете иметь чувство потери и неправильности решения. Покинув пресловутую «зону комфорта», вы непременно пройдете все пять стадий принятия: потерю, агрессию, гнев и так далее — даже если из очень хорошего состояния перешли в потрясающее.

Почему так происходит? Дело в том, что наша психика очень адаптивна: мы легко выживаем и при -50 градусах по Цельсию, как сибиряки, и при $+50$ градусах по Цельсию, как бушмены. Точно так же с деньгами: мы адаптируемся и к миллиарду долларов, и к уровню жизни на грани выживания. При этом механика адаптации подразумевает, что, приспосабливаясь к новому, мы должны отпустить предыдущее. Всегда есть сожаления о былом, ведь наше прошлое — это постоянство и стабильность, то, что мы уже знаем! И ничто так не пугает человека, как неизвестность.

О том же говорят пословицы разных народов мира: «Старый друг лучше новых двух», «Лучше дьявол, которого ты знаешь, чем дьявол, которого не знаешь» и так далее. Что особенно интересно, крысы адаптируются гораздо лучше людей! Если этого грызуна запускать в лабиринт и класть ему сыр в одно и то же место, он к этому привыкнет. Угадайте, что будет, если найти для сыра новый уголок? Животное быстро это поймет и перестроится!

В этом отличие простой серой крысы от венца творения — человека, который будет продолжать идти на прежнее место снова и снова, веря, что все будет как раньше. За примерами далеко ходить не надо: так было в 1990-е, когда люди месяцами каждый будний день возвращались на прежнее место работы, где им не платили зарплату, и вкалывали почем зря в ожидании «сыра». Наши соотечественники просто отказывались адаптироваться к новым условиям и настолько верили в старое, проверенное, что любое новое воспринимали в штыки.

То же происходит по мере увеличения стресса: когда не на что опереться, рушится привычный уклад жизни, нужны островки стабильности. Об этом говорят многие психологи, которые учат нас вставать в одно и то же время, соблюдать режим дня, делать зарядку, питаться по расписанию и так далее. Часто такие островки стабильности действительно помогают не сойти с ума в этом безумном мире.

Говорят, время сейчас особенное. И это правда: **мир стремительно меняется, и вместе с ним должен меняться каждый человек.** Возьмем теорию стартапов: есть бизнесы, которые строятся на века и переходят из поколения в поколение, а есть компании, которые умеют быстро и полностью пересобираться для выживания, адаптироваться к новым условиям, меняя и деятельность, и бизнес-модель, и целевую аудиторию. Поэтому возможность в любой момент резко повернуть и не свалиться в кювет позволяет стартапам сохранять готовность к изменениям.

В этом и заключается специфика современного мира: он требует от нас постоянных изменений. У древних китайцев было проклятие: «Жить тебе в эпоху перемен!» Спешу обрадовать — мы сейчас в ней и живем. вспомните, о чем вы грустили в 2019 году. Уже смешно, да?

Я говорю не только об эпидемии коронавируса, хотя она, как ничто, показала: человек может справиться с чем угодно и привыкнуть ко всему. **Но наша задача — не просто справиться и привыкнуть, а изменить план своего движения, чтобы при необходимости перейти с жизни по готовым рельсам (как поезд) на серфинг.**

Вы можете работать в одной компании с молодости и до пенсии, как решили за вас ваши родители, а можете жить как среднестатистический современный человек, который раз в семь лет полностью меняет карьеру. Да, мы не знаем, какая волна нас ждет впереди, но какой бы она ни была, вы должны учиться строить не весельные лодки, которые еле-еле плывут, и то только по течению, а парусники, что ловят попутный ветер и мчатся вперед на полной скорости.

Перестаньте грести! Хватит тяжело жить, работать и выживать — начните ставить парус и серфить, чтобы использовать любые сюрпризы и изменения себе во благо. Станьте проводником изменений, а не человеком, который пытается им противодействовать.