Василий Руденко

Персональный ускоритель

первая книга из серии «Правильный путь»

Василий Руденко

Персональный ускоритель. Первая книга серии «Правильный путь»

«Издательские решения»

Руденко В. В.

Персональный ускоритель. Первая книга серии «Правильный путь» / В. В. Руденко — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-853099-9

Персональный ускоритель — мощный инструмент влияния на себя и свою жизнь. Знания и опыт по успеху в карьере, бизнесе и личной жизни собраны в понятную, целостную систему. Как сменить ужасную работу на занятие любимым делом, за которое еще и платят? Как стать прекрасным оратором? Как избавиться от вредных привычек, получая при этом удовольствие? Можно ли убивать одним выстрелом нескольких зайцев и сохранять целостность овец при сытости волков? Книга дает четкие ответы на эти и другие вопросы.

ISBN 978-5-44-853099-9

© Руденко В. В.
© Издательские решения

Содержание

Введение 6
Часть первая 8
Глава 1. Старт 8
Самое важное – жизнь 8
Человек живет только в социуме 8
Культура 9
Разные люди 9
Каждый сам кузнец своего счастья 10
Чем наполнена моя жизнь? 12
Конец ознакомительного фрагмента. 14

Персональный ускоритель
Первая книга серии «Правильный путь»

Василий Викторович Руденко

Корректор Инесса Леонидовна Руденко
Корректор Анна Владимировна Данилова
Дизайнер обложки Сергей Игоревич Лобзенко

© Василий Викторович Руденко, 2017
© Сергей Игоревич Лобзенко, дизайн обложки, 2017

ISBN 978-5-4485-3099-9
Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Введение

Туннéльный эффект, туннелúрование – преодоление микрочастицей энергетического барьера, когда ее полная энергия меньше высоты этого барьера. Туннельный эффект – явление исключительно квантовой природы, невозможное в классической механике и даже полностью противоречащее ей.

Здравствуйте, дорогой читатель. Позвольте представиться, меня зовут Василий Руденко. В *Персональном ускорителе* – книге, которую вы держите в руках (далее – просто *Ускоритель)*, я выразил свои мысли и чувства о человеческой жизни, о ее формах и о том, как человек может повлиять на свою судьбу. Жизнь людей протекает по-разному: кто-то достигает вершин, а кто-то – увы, совсем наоборот. Давайте же разберемся в этих вопросах и поставим точки над *ё*.

Ускоритель – не какая-то абстрактная философия, как раз наоборот: это четкий, внятный и мощный инструмент влияния на собственную личность, эффективность и успех. Как видно из названия, читателю предлагается не только научиться управлять своей жизнью, но и ускорять процессы при необходимости, преодолевать препятствия, словно бешеный туннелирующий электрон.

Поделюсь предысторией рождения *Ускорителя*. Имея возможность взглянуть на ситуацию в мире под разным углом, с разной детализацией и глубиной резкости, я заметил некую особенность русскоязычных книг и тренингов по успеху: львиная доля этого материала является не более чем копией западных аналогов. Убежден: эффективность такого подхода никогда не достигнет максимума, ведь изначальное решение быть вечным студентом отбрасывает в лучшем случае на вторую позицию, заведомо гарантируя недостижимость первой. Копируя чужой успех, невозможно повторить результаты копируемого объекта – реплике никогда не бывать оригиналом. Если хотите быть первым, придется взлетать самому, писать собственную историю и ответственно править своей жизнью в полной мере.

Жизнь человека протекает в социуме. Важно не только, кто ты, но и кто твоя семья, твои друзья, коллеги, сограждане. В книге поднимается вопрос об отношениях человека и государства. Оказывается, можно установить особую, созидающую связь со своим отечеством, прокачивающую энергией не только тебя, но и пространство вокруг. Программируя полноценный успех в краткосрочной и долгосрочной перспективах, книга связывает личные сиюминутные достижения в бизнесе с вечными ценностями, с морально-нравственным наполнением человека.

Любознательный читатель возьмет да и спросит:

– С чего это автор набрался такой наглости, вздумал объять необъятное и научить нас жизни?

Отвечая, позвольте вкратце рассказать о себе. Родился я в Питере, вырос в Крыму. В начале нулевых одновременно с изучением физики в аспирантуре я стал руководителем сервисного центра косметики *Фаберлик,* а вскоре по результатам объемов продаж и обеспечения сервиса – руководителем целой сети центров и магазинов по всей республике. Достигнув впечатляющих результатов в развитии бизнеса и маркетинга в регионе, в возрасте 24-х лет я был единогласно избран в лидерский совет *ДП Фаберлик Украина*. Добившись серьезных показателей и на этой позиции, я скорректировал жизненные планы и ушел из мира косметики. Снова окунувшись в физику, я защитил диссертацию по магнитоакустике во Франции и стал кандидатом физико-математических наук и *Docteur d'Electronique* одновременно, заодно подтянув английский и выучив французский языки. Да, мне было интересно показать высокие резуль-

таты в разных областях, именно такое бесконечное расширение кругозора и положило начало жизни концепции *Правильный путь.*

Сегодня, в 2017 году, я работаю в группе компаний *Assa Abloy* консультантом и тренером по клиентскому сервису и технической экспертизе продукции, а также консультантом по маркетингу для отдельных регионов. Через мои тренинги проходят люди со всей планеты: Россия, Европа, Китай, Юго-Восточная Азия, Ближний Восток, Бразилия, Мексика, Африка. Именно благодаря продуктивной работе по всему миру, наблюдению сложных процессов в разных плоскостях, глубокому проникновению в души представителей различных культур и цивилизаций, налаживанию международных связей на разных языках, доскональному и детальному видению России как изнутри, так и снаружи, я сумел создать тот самый эффективный инструмент, который вы сейчас держите в руках.

Персональный ускоритель – первая публикация из серии книг авторской концепции *Правильный путь*. Именно так я назвал методику саморазвития, в основу которой лег принцип эффективного управления жизнью на основе воли и интеллекта. Книга написана сухо и жестко, ибо я убежден, что грубая правда воздействует сильнее, чем сладкая лесть, поглаживания по голове и розовые сопли, провоцирующие слабость и бездействие. Кстати, третья глава специально содержит брань и негатив для усиления положительного воздействия на читателя, посмотрим, оправдаются ли ожидания. Ни в коем случае не желая обидеть кого-то, тем не менее, попрошу прощения наперед, если это таки произойдет.

Ускоритель гибок. Посмотрите содержание, если что-то зацепило особенно сильно – начинайте читать прямо с этой главы. Если же вы пресытились материалами по эффективности, успеху в бизнесе и личностному росту и теперь читаете по диагонали, рекомендую пробежаться по первой части, но вторую все-таки прочитать вдумчиво – авторская концепция как-никак, с претензией на новизну.

Великий Брюс Ли сказал: «*Я не боюсь того человека, который изучил 10 000 ударов, но я боюсь того, кто отработал один удар 10 000 раз*». Народная мудрость соглашается: *повторение – мать учения;* именно поэтому некоторые мысли в книге появляются неоднократно, с разным акцентированием в зависимости от контекста. Я выбрал именно этот стиль изложения вместо того, чтобы разжевывать каждый эпизод долго и нудно, поэтому книга получилась сжатая и краткая – это сбережет ваше драгоценное время, уважаемый читатель.

В добрый путь. Благодарю за проявленный интерес, постараюсь не разочаровать. Храня верность себе, я всегда остаюсь открытым к дружескому диалогу и дискуссиям по спорным вопросам.

Часть первая

В этой части *Ускорителя* вы, дорогой читатель, будете иметь удовольствие познакомиться с авторским взглядом на известные вопросы преодоления трудностей на пути к успеху. Первая глава дает начало движению мысли: либо ты зависишь от обстоятельств, либо берешь управление своей жизнью в свои руки. Главы 2, 4 и 5 понравятся тем, кто настроен скептически и не верит в то, что книжки могут сделать человека миллиардером. Глава 6 научит прекрасно держаться на публике, а глава 3 избавит от вредоносных привычек. О том, как делать успешные продажи и предоставлять клиентский сервис, кратко, но метко расскажут главы 7 и 8.

Глава 1. Старт

Самое важное – жизнь

Странно было бы с этим спорить. А раз так, то чем больше жизни, чем она ярче и интереснее – тем лучше. Жизнь – это **время** между рождением и смертью, и когда мы говорим о жизни, мы говорим об отведенном нам времени. Убиваешь время – уничтожаешь свою жизнь. Жизнь – это ценнейший подарок, оказавшийся в распоряжении каждого из нас, но что мы делаем с этим подарком? Каждый отвечает на этот вопрос по-разному.

В любом случае важно понимать вот что:

Человек живет только в социуме

Мы окружены людьми и сами являемся окружением для других. Успех, результат какой-то работы, достижения – все это имеет смысл **только тогда, когда это видно окружающим.** Окружающие могут вас оценить, но не вы сами. Неутихающие аплодисменты, когда вы на сцене, искренние слова благодарности, когда помогли, количество подписчиков на ютубе, размер тиража книг, деньги, которые платят за идеи – вот это и есть истинный успех. Если же вы лично ощущаете успех, но другие ничего не замечают – этот успех пока что ненастоящий, считайте это упражнением. Вероятно, это внутреннее личное достижение потребовало затрат сил и времени, но внешнему миру на него наплевать, увы. Возможно, я сейчас кому-то сделал больно, прошу прощения, но я убежден: лучше сразу избавиться от вредоносных сладких иллюзий, которыми сегодня нас пичкают из телевизора, чем мучиться потом всю жизнь, раз-

бивая мечты долго и болезненно. Лучше сразу увидеть жизнь, как она есть, и начинать становиться эффективным и счастливым человеком прямо сейчас, во время чтения.

Итак, успех должен быть выражен вовне. Это вовсе не значит, что не надо работать над самим собой. Работать нужно, изменения должны быть, и вы будете ощущать результаты, но у этого успеха со временем должны появляться внешние проявления, приводящие к изменению оценки окружающих. Иногда внешняя оценка неоднозначна, бывает и так: придумал идею и начал действовать, но встретил поток критики и даже ненависти со стороны окружения; но проходит совсем немного времени, и ты затмеваешь конкурентов и становишься первым номером с большим отрывом. Реакция окружающих на твою идею может быть простой, прямой и понятной сразу, а может быть и хитрой бомбой замедленного действия. Как правило, чем более революционная идея, тем более негативную реакцию она встречает поначалу. Возвращаясь к теме, еще раз подчеркнем: реальные результаты обязаны выходить за пределы вашего личного мнения о самом себе.

Культура

Любой человек с детства впитывает знания и модели поведения, которые его окружают. Эта важнейшая часть нашей жизни и есть культура. Именно таким образом мы учимся вести себя прилично и понимать, что такое хорошо, а что такое плохо. Культура невозможна без пропаганды, то есть именно через пропаганду *(лат. propagation – распространение)* прививается культура. К сожалению, через тот же самый механизм нам прививаются и обратные смыслы, я назову это антикультурой: негативные, убийственные, отупляющие действия, например, алкоголь и сигареты.

Культура нужна нам, более того, она выгодна: находясь в определенных поведенческих рамках можно успешно **планировать и прогнозировать** – основа успешной жизни. Иначе наступает анархия. Даже если кому-то анархия и кажется привлекательной, он резко меняет мнение, стоит только этой анархии наступить. Тот, кто хочет беспредела, сам же от него и страдает в итоге.

Поэтому без культуры никак. А как насчет антикультуры? Антикультура нам абсолютно не нужна, но она нужна тем, кто зарабатывает на людях, навязывая выгодное для себя, но не выгодное для своих жертв поведение.

Разные люди

Включаем воображение: представьте себе человека, который такой, как все. Он носит одежду, как большинство, ездит на транспорте вместе со всеми, он находится в информационной и энергетической среде большинства, без разбора копируя стиль жизни, вливаемый в него снаружи. Таких людей большинство и их всегда будет большинство. Тут как в идеальном газе: есть быстрые молекулы, есть медленные, но тех, кто двигается со средней скоростью – большинство, хотя все они перемешаны и толкаются между собой (если интересно, набираем в поисковике: *распределение молекул по скоростям).* Так и люди – большинство занимается тем, чем занимается большинство. Это не порочный замкнутый круг, это рекурсия. Большинство всецело соблюдает нормы поведения, и каждый из этого большинства информационно и энергетически питается от своих же единомышленников. Есть небольшая часть отстающих людей, увы – они менее эффективные, слабее среднего; и есть небольшая часть людей, которые быстры, эффективны, успешны. Сегодня, в 2017 году, эта успешность выражается в деньгах, власти, количестве людей, которыми ты управляешь, количестве поклонников, в общепризнанных результатах профессиональной деятельности. Суперэффективных, архиуспешных людей всегда будет меньшинство. Сделайте паузу и задумайтесь:

1. К какой категории вы относите себя сами?

2. К какой категории вас относят окружающие? (мама не в счет :-)

3. К какой категории вы бы хотели относиться в действительности?

Почему у одних людей одна жизнь, а у других другая? Вспомним важнейшую поговорку:

Каждый сам кузнец своего счастья

Скажем с уверенностью: дело в личности человека. В мировоззрении, в привычках, в жизнеощущении. Именно конструкции в твоей голове определяют твою жизнь.

Давайте всех людей разделим на тех, кто плывет по течению, будем называть их **обычными;** и тех, кто управляют своей жизнью сам, будем их называть **волевыми.**

Обычных большинство. Эти люди ориентируются на ближайшее окружение, копируя абсолютно все. Они смотрят телевизор, они следуют моде, они размышляют и говорят готовыми штампами. Если телевизор приучил их любить кроссворды, они любят кроссворды. Если телевизор отключил понимание причинно-следственных связей, они больше не понимают, что и почему происходит. Им страшно сделать не так, подумать не так, выглядеть глупо или нелепо; им очень важно, что скажут соседи. Телевизор им говорит: отучись в техникуме, найди работу, работай, люби пиво и футбол, женись, но будь несчастлив, иди к психоаналитику и плати ему деньги, ешь гамбургеры с кока колой, начни курить и не смоги бросить, люби вот это и это, и не люби вот то и вот это. Обычные люди именно так себя и ведут всю свою жизнь.

Волевых меньшинство. Эти люди живут целями. Они сами себе придумывают привычки, ровно те, которые им нужны, а ненужные выбрасывают из своей жизни, словно мусор. Эти люди сами решают, от чего они будут получать удовольствие, а от чего неудовольствие. Они знают мнение среды, но они не под влиянием оного. Они сами решают, что смотреть, слушать и читать. Они удаляют из своей жизни негативных, угнетающих людей и сами создают свой круг общения, заводят нужных друзей. Они учатся предвидеть будущее. Они знают, что именно хотят получить, используют мозг для просчета правильных действий, играют на обстоятельствах и приходят к ожидаемому результату.

Достаточно ли изменить свою суть и стать волевым человеком внутри себя, чтоб успех был гарантирован? Разочарую: увы, это только начало. Но это самый трудный, самый первый и самый важный шаг на пути к эффективной, результативной, по-настоящему счастливой жизни.

1. К какой категории – обычные или волевые – вы относите себя сами?

2. Хотите ли вы переместиться из одной категории в другую?

Прежде я предложил вам определить себя, выбирая между успешными и неуспешными, а теперь – между обычными и волевыми. Задумайтесь.

Другие варианты. Конечно, жизнь не черно-белая, и все люди отличаются друг от друга. Встречаются хитросплетения, подводные камни, противоречивые подвыподверты

подсознания, причем в одной и той же голове приветы из разных глубин будут проявляться неодинаково в различных ситуациях.

Может ли быть такое, чтобы человек, внутренне обычный, тем не менее, оказался наверху? Да, например, когда у богатого, успешного, талантливого папы рождается бездарь, но папа все-таки, будучи искренне любящим родителем, устраивает сынка на руководящую должность. Вот вам и результат: посредственность, несправедливо оказавшаяся наверху. Бывает ли так, чтобы талантливый человек находился внизу? О да, и часто оказывается, что дело-то в какой-то небольшой мелочи, которая мешает этому человеку взлететь. Например, запрограммированность с раннего детства на нищету, если родители повторяли без устали:

– Денег нет, это мы не можем себе позволить, это для нас дорого.

Либо запрограммированность на бездействие и неуспешность:

– Меньше знаешь – лучше спишь, тише едешь – дальше будешь, каждый сверчок знай свой шесток.

Я умышленно назвал это мелочью. На самом деле это не такая уж и мелочь, но я хочу, чтобы вы, дорогой читатель, уяснили, что эти преграды целиком и полностью находятся внутри одной конкретной головы. Нет никаких других обстоятельств или причин, кроме ручника в башке, с которого надо сняться, чтобы рвануть вперед.

Не стану отрицать – есть **элемент удачи и везения**. Но говорить об этом смысла нет. Почему? На фортуну невозможно повлиять. Надежность магических ритуалов не была подтверждена, поэтому нет смысла работать над притягиванием удачи; если она придет сама – хорошо, нет – наплевать. А может даже и так: если повезло – плохо, ведь удача расслабила и ослабила тебя. А неудача – мобилизовала и усилила.

Может быть, есть все-таки и **внешние объективные обстоятельства**? Семья, в которой ты родился, политическая обстановка в стране, эпоха, культурные ценности, традиции и привычки твоего народа? Да, эти обстоятельства есть, но у нас нет машины времени и искривителя пространств, чтоб родиться по-другому. Поэтому нет смысла скулить о том, что тебя родили не те родители или не в той стране, но всегда есть смысл работать с той ситуацией, которая дана в реальности.

Давайте обратим внимание и вот на какую категорию людей: **верящие** в свою элитарность, видящие себя на самом верху, считающие себя суперэффективными талантами, достойными яхт и частных самолетов, когда на самом деле это обычные люди, ничем не выделяющиеся из толпы. Иногда такое случается после прослушивания какого-нибудь тренинга личностного роста, когда человек отрывается от реальности, улетает в небеса и забывает соотнести действительное положение дел с несбыточными иллюзиями и мечтами. Последняя, самая грустная стадия этого неприятного феномена наглядно показана в фильме *Реквием по мечте* – осторожно, 16+. Жизнь в иллюзиях – путь в никуда.

Итак, в общих чертах мы разобрались в устройстве жизни. Это было необходимо, потому что без понимания сути можно всю жизнь проболтаться в заблуждениях и ошибках. Не понимая устройства автомобиля, невозможно его отремонтировать. Не зная анатомии, невозможно прооперировать человека. Так и с жизнью. Только правильно понимая мир и себя, можно двигаться в правильном, нужном вам направлении.

Итак, мы поняли, как устроена жизнь, кто в ней люди, и кто среди людей – лично вы, глубокоуважаемый читатель. Если вы не хотите ничего менять в своей жизни, читать дальше смысла нет. Живите, как живется, все и так хорошо. Если хотите ухудшить свою жизнь – это тоже не ко мне, я такому учить не умею :-).

Хотите жить лучше? Тогда двигаемся дальше!

Включаем логику: если вы хотите жить лучше, вы должны измениться. Очевидно, если вы останетесь прежним – у вас останется прежняя жизнь, а чтобы положительные изменения стали возможны, должно измениться ваше поведение, ощущения, мысли, чувства. Должно измениться ваше мнение по ряду вопросов, приготовьтесь, теперь вы зачастую будете говорить сами себе: ох как я был не прав, ох как я заблуждался. Обычно это неприятно или даже больно, ведь мозг должен перестраиваться, разрушая старое, удобное, привычное поведение и создавая новое, а это стресс. Но по мере движения боль будет сменяться удовольствием от прогресса, как в бодибилдинге: во время тренировки больно, но когда смотришь в зеркало и видишь результат – приятно! Желание улучшить жизнь будет тянуть вперед, а инерция, старые привычки, предыдущий образ жизни – засасывать обратно, но я верю в вас, дорогой читатель! Движение вперед обязательно победит!

С чего начать? Есть глобальные, сложные вещи, а есть локальные, небольшие конкретные действия, которые можно сделать прямо сейчас. Народная китайская мудрость гласит: *путь в тысячу ли начинается с первого шага*.

Чем наполнена моя жизнь?

Давайте начнем с того, что попроще: **выкинем из жизни весь навоз**, который тащит нас вниз и назад, тормозя движение вверх и вперед. Речь идет о разрушительных, вредоносных привычках.

Выбрасываем: курение, алкоголь, наркоту, азартные игры, привычку вариться в негативных новостях, критиканство, вредную еду (фастфуд, чиспы, кока-колу, майонез), сладкое (шоколад, пирожные, сахар в чай), интернет, телевизор. Вообще, любые пассивные удовольствия, обездвиживающие тело или ум, убивающие в нас энергию, гасят волю к жизни и любовь к движению. Выбрасываем этот мусор.

Избавляемся от ностальгии. Видите ли, глубоко подсознательно мы все хотим родиться обратно в маму – в маме тепло, комфортно, полно еды и никаких проблем. Именно поэтому ночью под одеялом мы сворачиваемся в позу эмбриона. Ностальгия – производная от этого подсознательного желания. Но реальность такова, что родиться обратно невозможно. Следует научиться получать взрослое удовольствие от сложной жизни, полной активности и достижений, и гнать от себя подальше ностальгию – чувство, которое тянет в прошлое. Это не значит, что нужно разругаться с одноклассниками и выбросить фотоальбом. Нет, прошлое нам нужно, чтоб подпитываться энергией для будущего. Задача – научиться использовать прошлое себе во благо, но не позволять воспоминаниям затягивать вас в пучину депрессивной грусти и обездвиживающей меланхолии.

Хорошо, выбросили все ненужное, что дальше? О, ну так я вас сердечно поздравляю, вы уже таки сделали мощный рывок вперед! :-) Теперь образовалась пустота, которую надо наполнить чем-то новым. Идеальный вариант: заполним освободившееся пространство **приятным и полезным,** а не приятным, но бесполезным, либо полезным, но противным. А что делать, когда что-то нужное – противно? Мы перепрограммируем свой мозг! (глава 11), чтобы

новая привычка из неприятных перешла в разряд приятных. Заполняем освободившееся пространство:

Придумайте многофункциональное хобби. Хитрость в том, чтобы хобби приносило не только удовольствие, но и пользу. Например, бальные танцы лучше керлинга: физическая нагрузка присутствует и там и тут, но на танцах вы получаете дополнительные бонусы: улучшенная осанка, развитие музыкальности и танцевальности, заряжающее энергией общение с противоположным полом. Если речь идет о занятиях музыкой, то пение лучше игры на баяне: пение дает правильное дыхание, контроль над голосом, интонацией и тембром, а это очень важно для оратора, а быть хорошим оратором – архиважная и неотъемлемая часть успеха во все века. Бокс или самбо лучше бега трусцой: кроме физической выносливости и дисциплины тренируется воля к победе, улучшается реакция, развивается привычка уважать людей.

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.