

МИХАИЛ  
ЗВАРЫГИН

 ZVARYGIN\_

# ТУРБО КОМАНДА

КАК НАХОДИТЬ  
ПРАВИЛЬНЫХ ЛЮДЕЙ  
И ПЕРЕСТАТЬ ВСЕ ДЕЛАТЬ  
САМОМУ



**Михаил Зварыгин**  
**Турбокоманда. Как находить**  
**правильных людей и**  
**перестать все делать самому**  
**Серия «Бизнес-бук»**

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=41127836](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=41127836)*

*Турбокоманда. Как находить правильных людей и перестать все  
делать самому / М. Зварыгин: АСТ; Москва; 2019  
ISBN 978-5-17-113594-2*

### **Аннотация**

Топ-лидер сетевой компании с коллективом более 80 000 человек Михаил Зварыгин делится своим опытом по созданию команды мечты. Вы узнаете, как организовать успешный коллектив, как мотивировать и вдохновлять, как добиваться общих целей, как быть истинным лидером, что делать, если «люди сливаются», как вылечить эмоциональное выгорание, как развить личный бренд, а также стратегии управления, лайфхаки по управлению быстрорастущей командой, секреты работы с конкурентами и много ценного опыта из жизни успешного бизнесмена.

# Содержание

Отзывы	5
Введение	12
Часть I. История моей команды	29
Глава 1. Немного биографии	29
Конец ознакомительного фрагмента.	30



# **Михаил Зварыгин Турбокоманда. Как находить правильных людей и перестать все делать самому**

**Отзывы**



Команда – это наш самый сильный актив. Один в поле не воин. Если мы с вами хотим достичь великих результатов, то нам точно стоит научиться работать сообща, создать коллектив мечты, контролировать и направлять его.

Сейчас у меня почти 70 сотрудников в моей юридической и It-компаниях. Я допустил много ошибок при создании команды и уверен, книга Миши поможет вам избежать их.

Я знаю Мишу очень давно. За последние 5 лет он построил огромную команду, которая продает на 1,5 млрд руб. в год. Хотите так же? Читайте и внедряйте!

**Максим Гральник, основатель компаний «Gralnik Лицензирование» и Suntegy.com**

**Instagram: mgralnik**



Эта книга не про бизнес, она даже не про команду. Миша вывернул свою душу наизнанку, это его опыт. Это уникальный контент, который может изменить жизнь человека. Этот шедевр про мышление, который может изменить образ жизни на 180 градусов.

Эта книга пропитана экологичностью, добротой, точными

действиями и верой – верой в людей. Спасибо тебе, брат, за то, что нашел в себе силы ОТДАТЬ свои знания, поделиться этой ценной информацией со всем миром.

**Максим Соловьев, предприниматель, основатель «Ellis company»**

**Instagram: solovyov\_maxim**





Мы являемся свидетелями смены эпох, скорость развития технологий ошеломляет, цифровые валюты, искусственный интеллект, блокчейн, и это только малая часть того, что происходит. Но есть вещи фундаментальные, которые остаются актуальны всегда, такие как лидерство, команда и большая идея.

Миша знает в этом толк. Эта книга – больше чем набор рекомендаций, это практический опыт и инструменты. Я советую внимательно прочитать ее и внедрить знания в свою деятельность.

**Инди Гогохия, вицепрезидент клуба «Transformator.Women», основатель первого коммуникационного агентства «Genius code»**

**Instagram: gogosh\_a**



Книга, иллюстрирующая путь человека к финансовой свободе и более глубокому пониманию смысла жизни, прочитав которую, каждый из нас может получить жизненный опыт, позволяющий стать лучшей версией себя, создать правильное окружение и полную, яркую жизнь».

**Игорь Мгеладзе, серийный предприниматель: бо-**

**более 9 успешных направлений; эксперт по достижению  
целей со своей уникальной технологией, ментор и бизнес-тренер**

**Instagram: mgeladze**

# Введение

Идея написать эту книгу пришла ко мне спонтанно. Дело в том, что три года назад я полностью поменял сферу своей деятельности. Раньше я занимался традиционным бизнесом – руководил компанией «Деревянная усадьба» по проектированию и строительству загородных домов, которая долгое время была лидером на ханты-мансийском строительном рынке. Однако несмотря на наш успех и все достижения в какой-то момент я понял, что ужасно устал от этой ниши. И не только от нее.

Я строил бизнес, много работал, делал что-то полезное и нужное для людей, но счастья в моей жизни от этого не прибавлялось. Я был занят 24 часа в сутки, практически не виделся с семьей и, к своему огромному сожалению, пропустил множество важных моментов из жизни своего единственного сына. Все свободное время, которого и так было катастрофически мало, я тратил только на сон, чтобы хоть как-то восстановить силы.

Ровно три года назад я как будто очнулся и, увидев картину своей жизни, понял, что она меня не устраивает и так больше не может продолжаться. Как только я это осознал, Вселенная словно услышала меня – мне поступило предложение заняться сетевым бизнесом.

Тогда я негативно относился к этой сфере. Дело в том,

что мне и раньше предлагали войти в сетевой бизнес, но люди, делавшие подобные предложения, выглядели подозрительно. Подразумевалось, что я должен буду вкладывать туда свои деньги, хитрить и обманывать людей, что мне, разумеется, не нравилось. Как не понравилось бы любому адекватному человеку.

Однако в этот раз мне почему-то захотелось изучить этот бизнес, его работу, свои обязанности и то, что я буду получать взамен.

После детального изучения компании, осознания ее прозрачности и честного подхода я решил попробовать. С того момента моя жизнь изменилась, и сейчас я чувствую себя действительно счастливым человеком. Но подробнее о своем пути и выводах, к которым пришел, я расскажу позже.

После достижения определенных результатов и той жизни, о которой всегда мечтал, я начал задаваться серьезными для себя вопросами: чем я могу быть полезен другим людям? Обладаю ли я достаточным профессионализмом, чтобы делиться своими знаниями? Как я могу помочь другим в достижении их целей? Ведь если у меня это получилось, значит, и у других людей получится. Им нужно лишь подсказать, как задать правильный вектор движения.

Быть может, сейчас кто-то так же, как когда-то и я, ищет баланс между работой, бизнесом и личной жизнью. Между стремлением к достижению поставленных целей и жизнью в гармонии с собой, не загоняя себя до изнеможения и уде-

для больше внимания себе, своей семье и отдыху, а также времени для образования и получения нового полезного опыта.

Учитывая, что за три года в рамках сетевого бизнеса я смог собрать действительно большую команду – больше семидесяти тысяч человек (и я уверен, что к 2018-му мы сможем перевалить за сотню тысяч человек), я пришел к следующему выводу: чтобы достичь успеха и баланса в жизни, нужно создать много эффективных команд. Под ними я имею в виду не только группу ваших подчиненных или бизнес-партнеров, но и ваше окружение – семью, друзей, а также всех людей, которые есть в вашей жизни. И чем эффективнее будет каждая из ваших команд, тем больших успехов сможет добиться каждый из ее участников.

За всю свою жизнь я накопил огромный опыт и теперь хочу поделиться им с вами. Я уверен, что он будет полезен всем. Если каждый человек, прочитавший эту книгу, действительно применит все описанное в своей жизни, то сможет полностью ее изменить, как когда-то это удалось сделать мне.

Большая часть моей книги посвящена **командообразованию**, или тимбилдингу (от англ. *team building* – «построение команды»), однако я затрагиваю и другие, не менее важные темы. Например, о том, как можно скорректировать отношение к своим целям, к методологии их достижения, а также о том, как научиться правильно выстраивать отноше-

ния с людьми. Конечно, я говорю об этом через призму командообразования, но все это применимо к любым отношениям. Все мы равны, поэтому и общаться со всеми людьми по-разному нельзя. Конечно, все зависит от степени близости, но это никак не влияет на уровень уважения и доверия.

Благодаря этой книге вы также узнаете о том, как создавать пассивный доход в более чем миллион рублей в месяц. Это ведь тоже важно, если мы говорим о свободной и счастливой жизни.

Возможно, кто-то решит: раз я занимаюсь сетевым бизнесом, то эта книга для сетевиков. Безусловно, те, кто занимается тем же бизнесом, что и я, найдут в этой книге много полезного, но она предназначена для всех людей, которые интересуются бизнесом, построением команды и достижениями поставленных целей, – для тех, кто стремится к яркой и осознанной жизни.

Вы держите в своих руках по-настоящему важный и полезный инструмент. Это не просто книга с банальными мотивационными фразами, которая написана ради пиара. Это моя личная история, мой опыт и знания, приобретенные методом проб и ошибок. Все это в совокупности поможет вам кардинально изменить свою жизнь: научит выстраивать взаимоотношения в семье и найти единомышленников, создать вокруг себя сильное и мощное окружение, влиться в круг тех, кто на данном этапе жизни успешнее и результативнее, создать и построить команду внутри своей компании, и са-

мое главное – стать свободным.

Почему именно мои знания и мой опыт могут помочь вам пройти через такие важные трансформации? Я простой парень из Сургута. Мое детство мало чем отличалось от детства большинства юношей и девушек, родившихся в России. Свой путь я часто называю «из колхозника в топ». Всего за несколько лет я преобразился из обычного парня с банальным мышлением и зарплатой в несколько десятков тысяч рублей в успешного мужчину, который живет в центре Москвы, зарабатывает более двух миллионов рублей в месяц, достигает поставленных целей, много путешествует, учится и развивается, – в общем, живет свободно и ярко.

Однако все это было бы невозможно без умения ценить и уважать других людей, налаживать контакты с ними, делиться и больше отдавать другим, иными словами – без эффективных команд в каждой из сфер моей жизни.

Я также хотел бы подчеркнуть, что я не просто стал зарабатывать намного больше, чем раньше. Это далеко не ключевое в моей истории. У меня появилось больше времени на самого себя и свою семью. Я стал мыслить намного масштабнее, лучше понимать жизнь и тоньше ее чувствовать. Сейчас все совсем по-другому. И я не сомневаюсь, что каждый человек, читающий в данный момент эту книгу, в состоянии полностью изменить свое мышление, взгляды и токсичные внутренние установки, а следовательно – и всю свою жизнь.

Я неоднократно уже употребил термин «эффективность»,



но, боюсь, не все полностью осознают, что он значит, поэтому я хотел бы раскрыть его более полно.

**Эффективность** – это навык, с помощью которого можно достичь поставленной цели за более короткий период. Иными словами, это баланс результата, ресурсов и средств, использующихся для достижения цели. С какими убеждениями жили наши родители, бабушки и дедушки? Много работаешь – много зарабатываешь. Однако эти установки уже давно устарели, более того, никто не говорит об обратном: что не надо ничего делать, а деньги сами будут капать на счет. Это тоже неправильно.

В современном мире актуальны умения и навыки, благодаря которым человек самостоятельно создает работающие системы. Выражаясь простым языком: человек создал что-то один раз, потратил на это много сил и энергии, использовал все знания, которые у него были, а после люди используют это несколько раз. Например, книгу можно написать лишь один раз, затем ее издают большим тиражом, и люди ее покупают, а потом ее переиздают – и так далее. Но человек лишь однажды потратил время и силы на ее создание. Это и есть яркий пример того, что такое эффективность.

**Эффективность и цель** – два неразрывно связанных между собой понятия. Однако бессмысленно говорить об этом, если люди не понимают, что такое цель, как правильно ее поставить и какие шаги предпринять для ее достижения. Более того, у многих людей вообще нет никаких целей,

желаний и стремлений. И первое, что нужно сделать, чтобы понять, чего вам хочется в этой жизни, – это остановиться. Выйти из этой бесконечной гонки за деньгами и круговорота бытовых дел. Найти время для того, чтобы остаться наедине с собой и со своими мыслями. Задайте себе такие вопросы:

- Чего я хочу от жизни?
- Где я вижу себя через год, два, пять и десять лет?

Сконцентрируйтесь и представьте свою будущую жизнь в самых разных ее аспектах. Если мы говорим про финансы, то каким вы видите свой уровень дохода? Если про семью, то кого вы видите рядом с собой? Если про социум, то с кем вы дружите и как проводите время со своими товарищами? Если мы рассматриваем профессиональный план, то чем вы занимаетесь и в какой сфере развиваетесь? Да и в целом – где вы живете? В какой стране? В каком городе? В каком доме? На какой машине вы ездите?

**Эффективность – это навык, с помощью которого можно достичь поставленной цели за более короткий период**

Вам нужно не просто ответить на вопросы, а нарисовать в своей голове четкие образы, детальные картинки того, каким вы видите свое будущее. Вам нужно ощутить себя там и понять, что вы чувствуете, какие эмоции испытываете, в каком настроении находитесь. Постарайтесь это зафиксиро-

ровать и осознать, что вы находитесь уже не здесь и сейчас, а в представленном вами будущем.

Дальше, когда уже есть четкий образ желаемого, нужно перейти к конкретным действиям и начать максимально четко формировать свою цель.

Что такое цель? Это некий результат, который вы получите за определенный отрезок времени. Это важно понимать. Нет смысла ставить перед собой цель, если вы не ограничиваете ее временными рамками. Тогда это не цель, а мечта.

Когда вы поставили перед собой цель и обозначили временной отрезок, нужно максимально подробно расписать все свои шаги, которые вы собираетесь предпринять для ее достижения. Конечно, важно уметь и правильно планировать свое время. Нельзя же бросить все и работать только над достижением желаемого. У каждого есть семья и множество других обязательств, которые мы не можем просто отложить в сторону. Поэтому очень важно делать для себя «напоминалки»: вешать на холодильник, зеркало или лампу на прикроватной тумбочке картинки того будущего, в котором вы себя видите. Это могут быть рисунки, фотографии или какие-то фразы, написанные на стикерах. Некоторые люди создают коллажи желаний или вешают на стены специальные доски, куда прикрепляют все, что связано с их целью. Другой не менее эффективный способ напоминать себе о целях – это заставка на телефоне. Однако нет ничего важнее, чем прописать как можно больше шагов, которые приведут вас

к желаемому.

## **Эффективность и цель – два неразрывно связанных между собой понятия**

Ваши цели должны быть сформулированы максимально конкретно, но при этом охватывать множество сфер жизни. Ведь не только деньги делают нас счастливыми, но и результаты наших близких, новые впечатления, яркие эмоции, комфортные условия жизни и многое другое. И если в вашей жизни начнет «расти» какая-то одна из сфер, то к ней неизбежно подтянутся и остальные.

Все, что от вас требуется, – не сомневаться и действовать! В этом вам может помочь выполнение следующего упражнения.

Возьмите листочек и запишите два решения, которые вы постоянно откладывали, однако их принятие может кардинально изменить вашу жизнь прямо сейчас. После этого вы должны незамедлительно приступить к действиям. Для этого запишите еще несколько первых шагов, которые помогут согласовать ваши решения с вашими действиями. Например, если вы решили бросить курить, что можно сделать с оставшимися у вас сигаретами. Подумайте о том, кому бы вы могли позвонить или написать, что могли бы сделать вместо вашего прежнего дела и так далее.

Смена парадигмы – тоже немаловажный процесс, кото-

рый влияет как на масштабность целей, так и на собственную эффективность. Что такое парадигма? Это субъективное представление человека о мире: что хорошо, а что плохо, чего много, а чего мало, что вкусно, а что невкусно. У каждого человека свои стандарты, и нет ни одного органа чувств, который бы влиял на парадигму. Все, что мы можем делать, — это осознавать. Человек начинает понимать, как этим управлять. Всего лишь нужно поменять мышление. Да, это медленный процесс, но вполне осуществимый.

У каждого человека есть исходные данные: возраст, окружение, некая сумма, которая каждый месяц поступает ему на банковский счет. И если он хочет улучшить свои результаты, то нужно начать действовать по-другому, а чтобы это сделать, нужно мыслить иначе: просто представить, что все достижимо и реально.

Приведу банальный пример, но, думаю, актуальный для многих в современном мире. Допустим, человек решил похудеть. Первое, что ему нужно сделать, — это представить себя в том теле, о котором он мечтает. Почувствовать энергию, которое дает ему это тело, поймать свои чувства и эмоции. Затем человек расписывает себе план питания и тренировок. И здесь, как я уже говорил, важно поставить временные рамки. Одно дело, если человек будет понимать, что ему нужно привести себя в форму за 40 тренировок, то все, тело его мечты у него в кармане, но другое, если он просто решил тренироваться в свободное время. Второй вариант вряд ли

сработает.

После этого человек следует своему плану. Отмечает, сколько он уже прошел, продолжает визуализировать свою мечту и так далее. Если двигаться к цели по такой методике, то вероятность ее достижения будет очень высокой.

Ведь процесс мышления у всех людей происходит одинаково. Я сейчас говорю не про масштабность, а про природу передачи информации от одной клетки мозга к другой. Например, люди, как правило, очень расфокусированы. Они могут одновременно думать о нескольких вещах: читать пост в Instagram, перерабатывать полученную на работе информацию, параллельно думать о том, как пройдет день, планировать предстоящее путешествие, встречу с друзьями и так далее. Поэтому людям особенно важно учиться находить фокус, в том числе в постановке и достижении своих целей.

У нашего мозга есть две глобальные задачи: получать удовольствие и избегать стресса. Практически каждое действие, направленное на достижение цели, – это выход из зоны комфорта. Даже если человеку будет приносить удовольствие его дело, мозг неизбежно будет посылать ему не очень оптимистичные мысли: *«Остановись, куда ты бежишь? Может, это не твоя мечта? Не твоя цель? Может, это все совсем не твое? Зачем тебе это?»* Здесь важно не идти у них на поводу, потому что если прислушиваться к ним, то каждый новый шаг к цели будет даваться вам все сложнее и сложнее.

Вы расфокусируетесь, и в итоге ваш мозг будет полностью поражен мыслью, что эта цель не ваша и вам это все не нужно.

Чтобы не попасть в эту коварную ловушку, вам понадобятся **индикаторы**. Помните, я говорил вам, что нужно прописывать все шаги к цели? Если человек будет их вычеркивать по мере выполнения, то мозг будет видеть, что сложностей постепенно становится все меньше и меньше и можно довести весь план до конца. Как, например, человек понимает, что машина движется быстрее? Для этого есть спидометр. Так и человек, вычеркивая один пункт за другим, будет видеть, как набирает скорость – и что он почти у цели.

Есть еще один очень полезный инструмент, позволяющий перехитрить наш мозг. Нужно представить, что вы ничего не будете делать год, два, десять лет для достижения цели. Так и будете стоять на месте, и в вашей жизни ничего не изменится. Что в таком случае вы почувствуете? Люди редко представляют что-то хорошее, потому что все так или иначе мечтают о лучшей жизни. Такое упражнение повергает человека в еще большее состояние стресса, и он начинает шевелиться, чтобы хоть что-то изменить. Здесь важно понимать свою психологию и что будет не давать вам стоять на месте, то есть вашу мотивацию.

Что такое мотивация? Это достаточное количество обоснований для того, чтобы выйти из зоны комфорта. Зачем из нее выходить? Как ни парадоксально, но для того, чтобы пе-

рейти в другую зону комфорта. И так всегда. Между новыми уровнями жизни, если мы говорим о росте, всегда будет некий промежуток, в котором мы будем испытывать стресс и переживать, но это необходимо, чтобы перейти на новый уровень, который подарит нам еще больше благ.

Советую вам выполнить следующие задание: разделите лист бумаги на две колонки и в одной из них напишите, что произойдет с вами, если будете бездельничать, а в другой – если начнете что-то предпринимать к достижению цели.

Безусловно, есть люди, которые и без дополнительных инструментов способны идти напролом к своей мечте, но таких немного. Однако это не значит, что тем, кто родился с другими установками, суждено топтаться на месте. Каждый может изменить свою жизнь и достичь тех или иных высот. Тем более сейчас, когда для всех открыто так много информации и полезных знаний, которые помогают меняться и достигать желаемого.

Поговорим немного о **планировании** и зачем оно вообще нужно. Советую вам для начала ознакомиться с принципами эффективности Стивена Кови. Я сам разделяю его точку зрения и считаю, что с ней должен ознакомиться каждый. Каждый должен пройти стадии от зависимости к независимости, а затем к взаимозависимости.

В планировании очень важно быть сфокусированным на своей цели. Часто, когда люди составляют себе план на следующий день, то включают в него много текучки, которая



только отвлекает. Например, заплатить за телефон, съездить в магазин, заправить машину, забрать ребенка из садика и многое другое. Представьте, что наша жизнь – это стеклянный сосуд. В нем находятся крупные камни, символизирующие наши глобальные цели, которые сделают нашу жизнь лучше, и песок – это наши мелкие текущие дела. Если сначала в сосуд положить камни, а потом песок, то он заполнится равномерно, если же наоборот, то для камней просто не останется места.

Поэтому никогда не включайте в свои планы разную текучку типа покупки продуктов. Даже если вы это не впишете, то все равно это сделаете, потому что захотите есть. Машина даст вам знать, что нужна дозаправка, а о ребенке вы в любом случае вспомните и заберете его. Поэтому в план на день вписывайте только то, что связано с вашей целью и даст вам развитие. Все остальное решится само собой.

Говоря о планировании, конечно, я хотел бы упомянуть и время. Его всегда не хватает, но я советую взять за аксиому то, что времени всегда достаточно. Вопрос в том, как мы его распределяем и на что тратим.

Я рекомендую вам планировать на как можно дальше и ни в коем случае не пользоваться ежедневниками, только еженедельниками, чтобы не впихивать все дела в один день. Так однозначно не получится все успеть, поэтому лучше грамотно распределить их по дням недели, а лучше на месяц.

Огромную роль в достижении целей и поддержании мак-

симальной эффективности играют и правильно расставленные **приоритеты**. Любая цель должна находиться в балансе. Я рекомендую разделять цель на десять конкретных «подцелей». Первые три могут быть связаны с финансовыми показателями, четвертая и пятая – с путешествиями и эмоциями, шестая и седьмая – с семьей, здоровьем, духовным ростом и так далее. Это может выглядеть так:

- 1) обеспечение рентабельности бизнеса;
- 2) покупка квартиры;
- 3) покупка машины;
- 4) путешествие по какой-либо стране;
- 5) получение новых эмоций от какого-либо занятия;
- 6) создание семьи;
- 7) поддержание отношений с друзьями;
- 8) забота о здоровье;
- 9) саморазвитие в выбранной области;
- 10) духовный рост.

Человек всегда должен расти комплексно. Да, он может богатеть, но если у него нет семьи и здоровье ни к черту, то какой во всем этом будет смысл?

Я всегда советую создавать цели, связанные с благотворительностью. И, разумеется, заниматься этим надо искренне. Здесь работает очень простой закон Вселенной: чем больше безвозмездно отдаешь другим, тем больше получаешь обратно. Но, повторяюсь, желание помогать другим должно исходить от сердца.

Хотел бы также ввести очень важное понятие – **эмоционально-банковский счет**. Это уровень доверия, который определяется количеством вложений и снятий с этого счета. Речь, разумеется, идет о человеческих отношениях. Делаем мы, например, человеку добро – это вклад, даем и выполняем обещание или совершаем ошибку, но извиняемся и исправляем положение – это все тоже вклад. Если же мы не уважаем человека, не выполняем обещания, ошибаемся и не исправляем свои промахи – это снятие.

Если мы постоянно пополняем каждый из таких вкладов, то сможем выстроить с человеком крепкие и долгосрочные отношения. Поэтому это очень важно, особенно если речь идет о близком окружении.

**Огромную роль в достижении целей и поддержании максимальной эффективности играют правильно расставленные приоритеты**

Эмоционально-банковский счет важен и в отношениях с людьми, которые круче вас и чьих результатов вы хотели бы достичь. Каким бы ни был занятый человек, если вы ни разу его не подвели и всегда относились с уважением, то он всегда найдет время помочь вам.

Разумеется, когда мы говорим про приоритеты и важность шагов на пути к цели, не забывайте, что самыми главными всегда остаются люди и отношения с ними. Более подробно

об этом мы поговорим в следующих главах.

# **Часть I. История моей команды**

## **Глава 1. Немного биографии**

Команда представляет собой множество различных «Я», в основе которого лежит гармония с самим собой. Сколько бы ни было в нашей жизни других команд, обществ и отношений, без внутреннего баланса вряд ли получится быть эффективным в других социальных группах, в которых мы существуем.

После этого по возрастанию идут следующие команды: сначала семья, друзья и коллеги, затем страна, а в конце – целый мир. Все это существует именно в таком порядке. В каждой из этих групп нам отведена определенная роль, и при этом мы являемся лишь частью чего-то целого. И чем эффективнее мы как единица, тем эффективнее целое и масштабнее результат каждого участника команды, будь то семья или страна. Почему градация именно такая? Потому что все изменения надо начинать с себя.

# 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.