



12+

Данила Аваргин
К пику жизни.
22 главы саморазвития

Данила Витальевич Аваргин
К пику жизни. 22
главы саморазвития

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=63111086
SelfPub; 2020*

Аннотация

Дорогой друг, дорогой читатель, в этой книге я собрал свои знания. Здесь я рассказал советы, техники, выразил свои мысли, которые могут помочь добраться до пика, до вершины жизни.

Содержание

Введение	4
Глава 1	5
Глава 2	7
Глава 3	10
Глава 4	12
Глава 5	15
Глава 6	17
Конец ознакомительного фрагмента.	18

Данила Аваргин

К пику жизни. 22

главы саморазвития

Введение

Здравствуй мой дорогой читатель, мой друг. Я рад видеть тебя и благодарен, что ты выбрал именно мою книгу, мое писание.

Здесь я хочу поделиться с тобой, тем что знаю сам. Я хочу сделать тебя и твою жизнь чуточку лучше.

Из книги «Тонко искусство пофигизма» мне запомнилась одна фраза. Заняться саморазвитием, самосовершенствование – это как поступить в лучший университет, на лучший факультет. Что ж, впереди тебя ожидают 22 «Лекции». Вперед!

Глава 1

Взлеты и падения

«К сожалению, жизнь не такая простая и спокойная история. Всегда будут взлеты и падения»

Константин Ивлев

Меняться. Меняться будет все. От лучшего – к худшему, от худшего – к лучшему. Нельзя прожить день без изменений. Жизнь – это действия, а действия приводят к изменениям.

Будет больно, будет страшно, будет тяжело. В один самый не подходящий момент все свалиться в бездну. Все станет на столько хреново...

Нет смысла сидеть без действий, в ожидание лучшего.

Какие-либо действия приводят к результатам, как к положительным, так и к отрицательным, а полное бездействие только к наихудшим результатам.

Не упадёшь – не поднимешься. Падения обязательны в нашей жизни.

Жизнь на столько непредсказуемая, что я не знаю, что будет через час.

Если бы у меня спросили, какая вещь самая нестабильная, то я бы ответил, что это наша с вами жизнь. Я не знаю, когда произойдет обвал рынка и моя жизнь стремительно пойдет

вниз, но пока она летит вверх я хочу выжать из нее все.

Наша жизнь – это акция, акция огромной кампании. Вселенной. А люди, которые бояться падений, бояться рисков никогда не будут вкладываться в акции.

Уоррен Баффетт говорил, что, вложившись в акции какой-либо компании, нужно ждать, порой долго ждать. С жизнью также. Поняв, что ты на самом дне нужно делать так, чтобы акции компании «Вселенная» начали расти. Просто ждать бессмысленно, нужно действовать, принимать решения, иногда даже самые безумные. Действовать и ждать! Ничто не придет быстро, мгновенно.

Когда твоя акция, «Жизнь», поднимется, взлетит ты станешь чрезвычайно богат. Любой рад, когда акции компании, в которую он вложилась растут. Поняв, что твоя жизнь растет, растешь ты, растет твой уровень счастья, растет твоя самоуверенность, растет абсолютно все вокруг тебя, ты уже не допустишь падения своей жизни.

Даже если твоя акция вновь упадет, ты сможешь подняться. Ты знаешь, что подняться реально, ты поднимался сам, ты знаешь, как подняться.

Первый миллион долларов самый тяжелый, даже если ты потеряешь этот миллион, заработать его вновь будет не так тяжело.

Глава 2

Цели. Правильные цели

«Для того, чтобы в этой жизни – жить и получать удовольствие, а не существовать, нужно в первую очередь перед собой ставить правильные цели»

Константин Ивлев

Ставить цели – совет, изменивший жизни многих, и моя не исключение. Человек, как существо не может прожить без еды и воды, а как личность – без правильных целей.

Когда я только начал ставить перед собой цели, я считал это полной глупостью и бессмыслицей. После нескольких неудач я все же понял в чем проблема. Проблема была элементарной, я ставил цели, но эти цели были не правильными, я просто не знал какие цели нужно ставить, а умение правильно поставить цель очень полезный и важный инструмент. Инструмент, без которого нельзя построить ЖИЗНЬ.

Многие успешные люди говорят – «Ставь перед собой огромную, грандиозную цель и иди к ней», но я готов поспорить с ними. Порой пытаюсь достичь огромную цель, к ней пропадает интерес.

Я не в коем случае не говорю, что большие цели плохо, но что бы прийти к огромной цели, нужно начать с малой.

Не ставь цель «Купить машину», поставь цель «Купить ве-

лосипед». Глупо? Легко? Да.

Легкие, быстро достигаемые цели – вот, что нужно человеку. Достигая цель, ты получишь заряд эмоций, заряд энергии, стимул двигаться дальше, а как говорит мой отец – «Дальше – Больше».

Мне очень понравилось сравнение Константина Ивлева, целей – с перьями. Достигавшая цель – это ПЕРО, которое ты вставишь в свои КРЫЛЬЯ. И чем больше ты наградишь такими перьями свои могучие крылья, тем выше ты взлетишь, тем грандиозней будет поставленная цель.

Разве увидеть мир, жизнь, своих конкурентов с высоко это плохо? Я думаю нет. Многие этого хотят, а с правильными целями это легко.

Ощувив, как растут мои крылья, как мощнее становиться моя спина, мощнее становлюсь я, чтобы удерживать эти крылья, я понял...

Я понял, что я не тот, кем всегда себя представлял. Я увидел всю свою мощь, я увидел свои возможности, я увидел насколько я могу развиваться, насколько я могу взлететь и кем я могу стать.

Я по сих пор не могу поверить, что, просто научившись ставить цели я настолько изменился сам и изменил свою жизнь. Да, путь был не короткий, но я уже говорил, что ничто не приходит быстро.

Как говорится – «Москва не сразу строилась», постепенно, тихо и верно твои выполненные цели приведут тебя к

мечте!

Глава 3

Просто начни

Страх «начать» всегда меня преследовал.

Мне всегда было страшно начать выполнение цели, начать читать книгу, начать бегать каждый день.

«А что, если ты не закончишь эту цель?»

«А что, если бег тебе навредит?»

«А что, если советы из книги плохо отразятся на твоей жизни?»

Именно эти мысли внушали мне страх, но стоит просто начать и окажется, что эта цель уже почти достигнута, бег только прибавил бодрости, а советы из книги очень даже полезны.

Эту мысль я записываю в тетрадь, передо мной чистый лист, и мне трудно начать писать. Мне кажется, что моя мысль очень глупая, да и напишу я сейчас несколько нескладных предложений. Но смотря на то, сколько я уже настроичил, остановиться будет сложно, да если честно, то и желания нет. Мысль продолжается сама.

Начать, через силу, через боль, просто начать. Да, глупый, но действенный, реально рабочий способ.

Да, может все пойдет не по плану, но отрицательный опыт – тоже опыт.

Я являюсь идейным вдохновителем, со основателем и одним из преподавателей в клубе, где вы обучаем сборке кубика Рубика. Я до сих пор помню первое занятие, где было 4 человека, и их я знал – это были мои одноклассники.

Знали бы вы, как я боялся начать вести первое занятие, я не знал нечего, кроме того, что могу собирать этот кубик. Сейчас о нашем клубе знает не только вся страна, но и за ее пределами.

Я боялся, но просто начал. Я и сейчас порой вспоминаю это и прихожу в шок. Я не могу поверить, что я тогда смог это сделать, смог начать. Я не могу поверить, тому где я сейчас нахожусь, тому с кем знаком, тому что я знаю, тому что сейчас пишу книгу.

Глава 4

Жизнь одна

«Не трать свою жизнь, она одна, мы не кошки. Делай то, что тебе приятно»

Константин Ивлев

Самая большая ошибка, которая может произойти в жизни – это делать, то что нужно другим, но это не нужно и не интересно тебе. Я бы даже сказал, быть рабом «большого дяди». Грубая, больная правда.

Кто-то понимает это в 20 лет, кто-то в 50. Если ты находишься в сфере, которая тебя не интересует, к которой тебя не тянет, ты не станешь мастером своего дела, а это очень важно. Что бы расти нужно любить, то чем ты занимаешься.

И очень важно помнить, что не когда не поздно изменить свой выбор и свою жизнь.

Страшно даже представить, сколько людей ходят на не любимую работу, просто потому что им это выгодней, потому что они вынуждены ходить на нее. Страшно представить, сколько людей бросают свои любимые занятия, просто потому что кто-то сказал, что они бездары и у них нечего не получится. Сколько гениальных писателей, талантливых певцов, прекрасных актер, одаренных художников потерял этот мир, просто потому что кого-то побоялся выделиться и стал че-

ловеком «СТАДА».

Я не помню где и от кого я услышал эту историю.

Ну в общем, одна девочка, ученица толи 8, толи 9 класса связалась с одной очень сомнительной компанией сверстников, где в первый раз взяла сигарету, попробовала алкоголь и вскоре была поставлена на школьный учет. Такие «проблемные» подростки посещают психологов и вскоре выяснилось, что она пишет книги, но из-за того, что ее не восприняли как писателя, она и связалась с той компанией, что бы у нее было хоть какое-то окружение и она не сошла с ума в одиночестве. Ей помогли найти единомышленников, клуб писателей и ее жизнь кардинально изменилась, она стала тем, кем хотела стать, она живет так как хочет жить. И по сей день пишет книги. Я незнаком с ней, но уверен в этом.

Не бойся выделяться. Когда все смотрят новый фильм, ты проходишь тренинг. Когда все залипают в телефон, ты читаешь книгу. Когда все нажимают кнопку «отложить» на будильнике, ты бежишь второй километр. Будь на шаг впереди, и как бы глупо и нелепо звучало, ты будешь первым.

Я вспомнил один эксперимент, когда перед группой людей поставили две фигуры, одна было белая, другая черная. Вся группа, кроме одного человека была подговорена, они должны были сказать, что обе фигуры черные, и наблюдали за реакцией и ответом человека, который не знал о этой договоренности.

Сначала его провели с детьми, ребенок видел фигуры раз-

ных цветов, но все говорили, что они обе черные и он тоже ответил, что они черные. Он пошел под влияние общества. Затем этот же эксперимент провели со взрослыми людьми. И результат был таким же, взрослый человек тоже пошел под влияние общества.

Порой общество через чур сильно влияет на нас.

Запомни, тот кто не выделяется, того не замечают. Из стада баранов, выделяется собака пастуха, не будь как все, не занимайся пародией, подражание, живи своей жизнью. 30000 дней – короткий срок. А весь этот срок наша жизнь. Пока ты не заявишь о себе, пока ты не покажешь, что ты чего-то достоин, ты некому не нужен.

Выживают, те кто не боится рисковать, те кто действуют, те кто реально работают и ценят свою жизнь.

Глава 5

Чужие ошибки

«На своих ошибках можно научиться, на чужих – не хрена»

Александр Лебедев

Хоть и говорят, что нужно учиться не только на своих ошибках, но и на чужих, я все же не согласен с этими словами и готов спорить.

Человек, может перенять, чей-то положительный опыт или положительный совет, и то если он уже сработал у кого либо, но научиться на чужих ошибках очень сложно.

Наш мозг так устроен, что пока мы сами не совершим какую-либо ошибку мы будем считать ее глупой и утверждать, что мы ее никогда не совершим. Именно поэтому, смотря на ошибки других, мы считаем эти ошибки глупыми, а порой и человека, который совершил эту ошибку. Это и есть причина, почему очень сложно учиться на чужом, не самом положительном опыте.

Порой самоуверенность, высокомерность бывает лишней, и зачастую мешает нам жить, но к сожалению, так устроен наш мозг. Да, не которые люди могут побороть в себе это, но не я. Я восхищаюсь этими людьми.

Есть такая прекрасная практика, как анализ своей жизни. Это самый эффективный способ находить свои ошибки

и учиться на них. Да, совет банальный и скорее всего ты его знаешь, но большинство им к сожалению, не пользуются.

Глава 6

Привычки

«Сначала мы формируем привычки, потом привычки формируют нас»

Джон Драйден

«Привычка есть привычка, ее на выбросишь за окошко, а можно только вежливо, со ступеньки на ступеньку, свести с лестницы»

Марк Твен

«Мы – рабы своих привычек. Измени свои привычки, и изменится твоя жизнь»

Роберт Кийосаки

Привыкай строить привычки.

«Привычки» одно из самых полезных вещей, которые я внес в свою жизнь.

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.