



Александр

Молчанов



НИВАЯ ЛЕНИВА
КОТИНА СКОТИНА
ИВАЯ ЛЕНИВА
ТИНА СКОТИНА
ЛЕНИВА СКОТИНА
СКОТИНА СКОТИНА
НИВАЯ ЛЕНИВА
КОТИНА СКОТИНА
ИВАЯ ЛЕНИВА
ТИНА СКОТИНА
ЛЕНИВА СКОТИНА

Александр
Молчанов

Мотиватор
по-русски

ВОЛШЕБНЫЙ
ПЕНДЕЛЬ

Ленивая скотина-2



АЛЕКСАНДР МОЛЧАНОВ
ВОЛШЕБНЫЙ ПЕНДЕЛЬ
ЛЕНИВАЯ СКОТИНА



Александр Молчанов
Ленивая скотина: Мотиватор
по-русски. Ленивая скотина
– 2: Волшебный пендель

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=70271470

*Ленивая скотина: Мотиватор по-русски. Ленивая скотина – 2:
Волшебный пендель / Молчанов Александр: Весь; Москва; 2023
ISBN 9785944380616*

Аннотация

Ленивая скотина: Мотиватор по-русски

Успешных людей от неуспешных отличает одно... *Успешные люди однажды решили, что они будут успешными. А неуспешные однажды решили, что они будут неуспешными. Все, что мы имеем, – результат одного-единственного нашего решения. Вам нужна лишь одна секунда для того, чтобы принять это решение, и вы можете принять его прямо сейчас. Эта книга поможет вам держаться принятого решения. Поможет не отказаться от него в минуту слабости. Поможет вам преодолевать препятствия. Даст вам силы для того, чтобы двигаться дальше. Мы призовем на помощь древнюю философию и современную психологию! Применим все возможные методики мотивации. Мы больше не будем хитрить и обманывать сами себя. Давайте*

в кои-то веки скажем себе правду. Вы можете больше. И вы достойны большего. Просто вы – ленивая скотина. Хорош уже расслабляться! Подъем! Или вы идете со мной прямо сейчас. Или закройте эту книгу и катитесь к черту.

Ленивая скотина – 2: Волшебный пендель

То, что вы прочитаете в этой книге, вам не расскажут на тренингах личностного роста. И западные гуру, съевшие не одну собаку на мотивации, в своих бестселлерах о таком не напишут. В этой книге я поставил перед собой амбициозную задачу – сделать личностный рост great again! Эта книга перевернет все ваши представления, как собственными руками слепить из того, что было, – лучшее будущее для себя и своих близких. Человек – скотинка ленивая, пока не пнешь – не полетит. Эта книга – целая шкатулка пенделей для ленивой скотины, которые помогут вам взлететь. Пендели эти не простые, а волшебные! Самораспаковывающиеся. Каждый пендель, помимо мгновенного эффекта, заряжен на долгосрочный личностный рост. Возможно, пройдут месяцы, после которых вы заметите, что начали вести себя в привычных ситуациях чуть-чуть по-другому. И вот это «чуть-чуть», эти маленькие изменения будут давать огромные результаты, которые вам точно понравятся. Обнимаю! *Ваш Молчанов*

Содержание

Ленивая скотина: Мотиватор по-русски	9
От автора	12
Глава 1. Я – ленивая скотина	15
Конец ознакомительного фрагмента.	23

Александр Молчанов
Ленивая скотина:
Мотиватор по-русски.
Ленивая скотина – 2:
Волшебный пендель



Дорогой Читатель!

Искренне признателен, что Вы взяли в руки книгу нашего
издательства.

Наш замечательный коллектив с большим вниманием выбирает и готовит рукописи. Они вдохновляют человека на заботливое отношение к своей жизни, жизни близких и нашей любимой Родины. Наша духовная культура берёт начало в глубине тысячелетий. Её основа – свобода, любовь и сострадание. Суровые климатические условия и большие пространства России рождают смелых людей с чуткой душой – это идеал русского человека. Будем рады, если наши книги помогут Вам стать таким человеком и укрепят Ваши добродетели.

Мы верим, что духовное стремление является прочным основанием для полноценной жизни и способно проявиться в любой области человеческой деятельности. Это может быть семья и воспитание детей, наука и культура, искусство и религиозная деятельность, предпринимательство и государственное управление. Возрождайте свет души в себе, поддерживайте его в других. Именно это усилие создаёт новые возможности, вдохновляет нас на заботу о ближних, способствуют росту как личного, так и общественного благополучия.

Искренне Ваш,

Владелец Издательской группы «Весь»

A stylized, handwritten signature in black ink. It begins with a large, elegant loop on the left, followed by a series of fluid, overlapping strokes that culminate in a sharp, upward-pointing flourish on the right.

Пётр Лисовский

**Ленивая скотина:
Мотиватор по-русски**

Александр
Молчанов

*Мотиватор
по-русски*

Иллюстрации Веры Васильевой
Фотограф Юрий Арнаут

ИГ «Весь», 2017

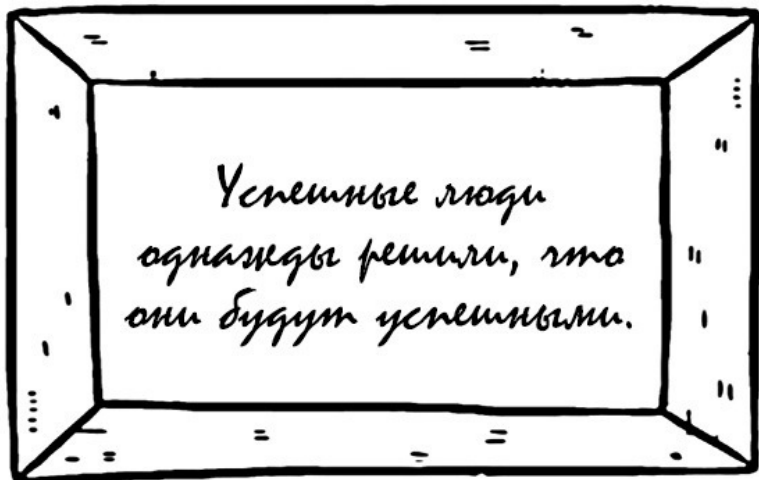
Посвящается
Николасу Картози,
величайшему труженнику
из всех, кого я знаю



От автора

Вы никогда не задавались вопросом, чем успешные люди отличаются от неуспешных? Успешные богаты, красивы, здоровы, талантливы, любимы. Неуспешные бедны, некрасивы, больны, бездарны, нелюбимы. Успешные родились в столице, в приличных семьях, получили хорошее образование, с детства общались с выдающимися людьми и так далее. Ой-ой, я никогда не буду успешным, ведь я родился в деревне, мой папа пропивал все, что зарабатывала мама, я учился в сельской школе, я некрасивый, бездарный, никто меня не любит, пристрелите меня, чтобы я не мучился...

Какая же это все глупая и вредная чушь! Успешных людей от неуспешных отличает одно...



А неуспешные однажды решили, что они будут неуспешными. Все, что мы имеем, – результат одного-единственного нашего решения. Вам нужна лишь одна секунда для того, чтобы принять это решение, и вы можете принять его прямо сейчас.

Давайте, мать вашу, решайтесь уже!

Решились?

Тогда продолжаем разговор.

Эта книга поможет вам держаться принятого решения. Поможет не отказаться от него в минуту слабости. Поможет вам преодолевать препятствия. Даст вам силы для того, чтобы двигаться дальше.

Мы призовем на помощь древнюю философию и совре-

менную психологию! Применим все возможные методики мотивации.

Мы больше не будем хитрить и обманывать сами себя. Давайте в кои-то веки скажем себе правду. Вы можете больше. И вы достойны большего.

Просто вы – ленивая скотина.

Хорош уже расслабляться!

Подъем!

Или вы идете со мной прямо сейчас.

Или закройте эту книгу и катитесь к черту.

Ваш

Молчанов

Глава 1. Я – ленивая скотина



Я – ленивая скотина. Ой, можно, я напишу это еще раз: я – ленивая скотина. Мне нравится, как эти слова выглядят на странице. Наконец-то я могу в этом признаться. Да, я ленивая скотина. Я знаю толк в лени. Я потратил сотни часов на бесполезные, тупые, разлагающие и утомительные занятия. Я продинамил сотни отличных возможностей, о которых буду жалеть до конца своей жизни!

До сих пор каждый мой день происходит смертельная битва с ленью. Я воздвигаю стену вокруг моих планов в надежде защититься от лени, но она постоянно находит лазейку, чтобы проникнуть внутрь и нарушить их.

И вот уже как-то само собой получается, что вместо того, чтобы писать деловое письмо, я листаю соцсети. Вместо того чтобы позвонить клиенту, я читаю какую-нибудь статейку по саморазвитию. Вместо того чтобы поработать над книгой, я слушаю музыку на сайте «ВКонтакте», а то и, страшно признаться, смотрю забавные ролики на «Ютубе».

Знакомая ситуация?

При этом со стороны-то кажется, что я фигачу со страшной силой. Что я чертовски эффективен и продуктивен. Что я ворочаю горы и осушаю реки.

Ну да, ворочаю и осушаю. Но если бы не лень, ворочал бы и осушал в два раза больше. А то и в сорок два (Леша Ходорыч, привет!).

Я-то точно про себя знаю: я – ленивая скотина. И всегда таким был.

И вот однажды я решил разобраться со своей ленью. Понять, что она такое и почему она никак не оставит меня в покое. И почему она находит лазейку даже тогда, когда, казалось бы, ей неоткуда взяться.

Я начал вспоминать все случаи, когда мне было лениво.

Например, когда я учился в старших классах школы, мой папа ушел из журналистов в фермеры. Разумеется, мне пришлось делить с ним все прелести фермерской жизни. Самой сложной частью нашей работы было копать картошку. У нас было пять гектаров. Это много. У нас был трактор с картофелекопалкой, но она просто выкапывала картошку из земли и разбрасывала ее по полю. И нужно было идти с ведром, собирать эту картошку и складывать ее в мешки. В мешок влезало четыре ведра. Я приходил из школы в час или в два часа дня, обедал и шел на поле, где отец уже выкапывал для меня несколько рядов картошки. Я работал до девяти вечера. За это время я собирал 25–30 мешков. Около девяти вечера темнело, и можно было идти домой. Нужно было торопиться, потому что в конце сентября в наших широтах мог выпасть снег, так что у нас было всего четыре недели на то, чтобы убрать всю картошку. И все бы ничего, но после школы и шести-семи часов работы в поле я никак не мог заставить себя сделать уроки. Мне было лениво. Мне хотелось почитать книжечку, посмотреть телевизор, поиграть на гитаре. Все что угодно, только не уроки!

Кстати, в смысле учебы я вообще был изрядным лентяем.

Я ненавидел физику, химию, историю, математику, физкультуру... гм, какие там еще были предметы? Литературу я тоже недолюбливал, хотя бы потому, что знал по этому предмету больше, чем преподаватели. Мне было лениво учиться, лениво тратить время на домашние задания, уроки и контрольные. Как глупо тратить время на всю эту ерунду, если можно заниматься тем, что мне действительно нравится – читать книги.

Я с детства мечтал стать писателем. Поэтому поступил в университет на филфак. Я был уверен, что уж на филфаке-то я буду заниматься только чтением книг. В каком-то смысле так оно и было. Но, кроме литературы, у нас было множество других предметов, изучение которых, как мне казалось, для филолога не только бесполезно, но и вредно. Например, политология. Экономика. Возрастная физиология. Медицина! Бу-у-у! Медицину я сдавал семь раз! Мне кажется, мои преподаватели заключили пари – способен этот парень понять, как делать искусственное дыхание, и осмыслить устройство санитарных носилок или нет? Я был неспособен. Вы не представляете, как было лениво день за днем смотреть в толстенный учебник с информацией, которая, как мне казалось, никогда не пригодится мне в жизни. И должен признаться, что я сдал этот экзамен с седьмого раза только потому, что, придя на него в шестой раз, пометил ручкой оборотную сторону своего билета. И в седьмой раз выучил только его, да и то на троечку. Леня на выдумки хитра!

И вот моя мечта исполнилась. Я стал-таки писателем. Мои книги разлетаются, как горячие пирожки, мои пьесы ставятся в десятках театров по всей России и Европе, а по моим сценариям снимают телесериалы, которые смотрит вся страна. И вот я сижу, тупо смотрю на белую страницу и никак не могу начать очередной сценарий. Сроки поджимают, редакторы нервничают, актеры волнуются, режиссер бегает по потолку, а мне лениво... Я в сотый раз проглядываю одни и те же посты в «Фейсбуке», смотрю в окно, хожу по комнате – словом, делаю все что угодно, лишь бы не работать. Мне лениво, лениво, лениво.

Как же справиться с ленью?

На самом деле, коллеги, это неправильный вопрос. Правильный вопрос звучит так: почему мне лениво? Что такое лень и откуда она приходит? Что является ее причиной?

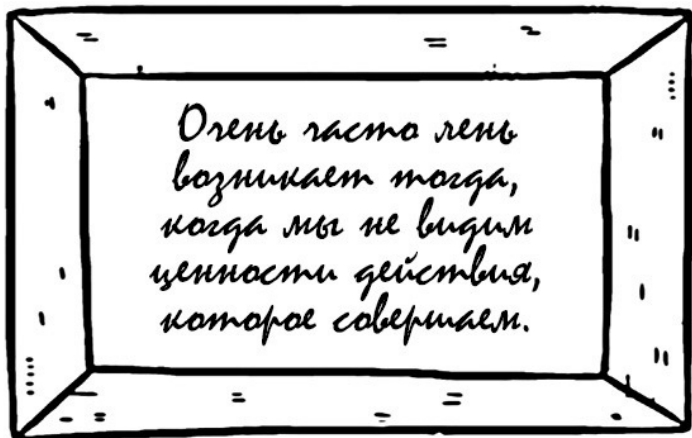
Как вы думаете?

Правильный ответ звучит так: **каждый раз по-разному.**

Например, когда я целый день вламывал в поле, а потом мне было лениво делать уроки – причиной лени была обычная физическая усталость. Возможно, я ее даже не чувствовал, потому что был молодой и глупый. И еще не научился отслеживать сигналы организма. А она, усталость, была. И именно она втайне от меня открывала ворота лени. Она подкидывала мне какие-то развлечения и отвлечения – книжечка, телевизор. Усталость говорила мне – дружок, отдохни, ты устал. А я думал, что это говорит лень. В итоге я услышал ее

голос и понял, кто это говорит. И стал ложиться спать сразу по возвращении с поля. В 21–22 часа. И просыпаться в пять утра. И вот что удивительно – с утра мне никакая лень не мешала. Потому что не было усталости, которая маскировалась под лень.

Как же я теперь жалею, что вполуха слушал преподавателей физики, химии и особенно экономики! Сейчас я плачу сумасшедшие деньги за те знания, которые мог 20 лет назад получить бесплатно. И не понимаю, как (КАК, ЧЕРТ ВОЗЬМИ?!!) я мог лениться на уроках химии, физики или экономики! А медицина? Когда я ее изучал, мне казалось, что она никогда в жизни мне не пригодится. Как же я вспоминал уроки медицины тогда, когда пытался привести в чувство умирающего от передозировки друга...



А чтобы осознать ценность, нужно взглянуть на действие со стороны, увидеть его в перспективе. Мне очень нравится история про трех строителей, у которых спросили, что они делают. Один сказал – «я таскаю камни», второй – «я строю стену», третий – «я возвожу храм». Если на вас внезапно напала лень, спросите себя – в чем смысл действия, которое я сейчас делаю? Может быть, для того чтобы справиться с ленью, вам будет достаточно вместо камней увидеть храм, который вы строите. А может быть и наоборот, увидев картину целиком, вы поймете, что вам не нравится не само действие – вам не нравится цель, к которой ведет действие. **В этом случае нужно просто развернуться и найти другую цель и другое действие.**

Но даже если вы точно знаете, что делаете то, что хотите, если вы здоровы и полны сил, а лень все равно вас атакует, даже в этом случае нужно спросить ее: лень, о чем ты хочешь мне сказать?

Может быть, вы не умеете делать то, что вам нужно сделать. Когда я начинал работать в газете, я каждый день садился за очередную заметку с ощущением, что не смогу ее написать. И, конечно, лень была тут как тут во всей красе – я был готов раскладывать пасьянс, читать газеты, трепаться с коллегами – делать что угодно, лишь бы не работать. Я не слышал, что лень говорит мне – дружище, ты просто не умеешь писать заметки. Научись это делать, и тогда я уйду. В

конце концов я научился и стал легко писать по три-четыре заметки в день. Продолжая при этом раскладывать пасьянсы, читать газеты и трепаться с коллегами.

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.