

ПЕТР ТАХ

# А ЖИТЬ? КОГДА?



11 ЗАКОНОВ АНУНАХА

Петр Тах

**А жить когда? 11 законов Анунаха**

«Издательство АСТ»

2021

УДК 159.92  
ББК 88.52

## **Тах П.**

А жить когда? 11 законов Анунаха / П. Тах — «Издательство АСТ», 2021

ISBN 978-5-17-134623-2

Анунах – так шутливо студенты называли своего «бога пофигизма», который ничего не сотворил, а просто обламывал всех остальных богов, когда те хотели сотворить что-то эдакое. Образ стал настолько популярен, что сегодня этот культ имеет невероятное количество приверженцев. Ведь каждому из нас хоть раз в жизни так страстно хотелось все послать на три буквы! И зажить простой, незатейливой жизнью, к которой призывает этот бог-оболтус. Откажитесь от бешеной гонки за карьерой и роскошью, которая приносит больше разочарований и трагедий, чем радости и удовольствия. Безропотно и стойко переносите удары судьбы, философски встречайте неудачи и закалитесь, как сталь, переживая горести и невзгоды. Научитесь принимать неизбежное, спокойно относиться как к приобретению материальных благ, так и к их непременным потерям. Тогда успех сам приплывет к вам в руки и все будет получаться без лишних усилий. Оставьте далеко за спиной всех тех, кто постоянно в запаре! В формате PDF А4 сохранён издательский дизайн.

УДК 159.92  
ББК 88.52

ISBN 978-5-17-134623-2

© Тах П., 2021  
© Издательство АСТ, 2021

## Содержание

Предисловие. Притча об Анунах и Данунах	6
1 закон Анунаха. Дауншифтинг: посидел на вершине карьерной лестницы – ныряй снова в море новых возможностей	8
Пять дней в неделю работать просто неприлично	9
Грызете ногти или крутите пряди волос – убегайте из офиса!	11
2 закон Анунаха. Арбайдсглед: «Я люблю свою работу, я приду сюда в субботу...»	12
«Счастье от работы»	13
Семь принципов успеха от Шона Ачора	15
Памятка последователя Анунаха	16
Несколько рецептов от богачей	17
3 закон Анунаха. Не стесняйтесь бездельничать: лень – это старт перед забегом	18
Спротивляться вообще всем грехам бесполезно	19
Конец ознакомительного фрагмента.	20

**Петр Тах**  
**А жить когда? 11 законов Анунаха**  
© ООО «Издательство АСТ»

\* \* \*

## Предисловие. Притча об Анунах и Данунах

Жили на свете два брата и звали их Анунах и Данунах.

Первый был нескончаемым оптимистом, другой обычным пессимистом.

– Анунах! – кричал первый, берясь за край тяжелого бревна, чтобы оттащить его в сторону.

– Данунах, – говорил другой, переступая через бревно.

Первый был отчаянным храбрецом, другой был слегка трусоват.

– Анунах! – орал он противнику, сжимая кулаки.

– Данунах, – отворачивался второй.

Первый был очень вежливым и уважал людей, второй был безразличным.

– Анунах, – говорил он бабушке, показывая ей уступленное место в автобусе.

– Данунах, – второй делал вид, что спит от усталости.

И вот однажды первый брат сильно заболел. Он стал звать брата на помощь

– Данунах, – простонал он.

Второй обрадовался, что первый занял его позицию и вторил ему:

– Данунах! Данунах! Данунах!

Силы оставили Анунаха и он умер. Сначала Данунах ничего не понял, отчего брат молчит. Затем решился осторожно потрясти его за плечо, но Анунах не отзывался. Он тряс его сильнее и сильнее, но тщетно. И тут горькое осознание посетило второго, который остался единственным.

– Анунах! Анунах! – кричал он, – данунах, Анунах!

После того, как тело Анунаха было предано земле, Данунах больше ничего не говорил никогда в жизни. Он молча отодвигал бревно, молча уступал место в автобусе старушкам и так же молча бил обидчиков.

Когда настало его время, то последним словом на выдохе было слово «Анунах!», произнесенное с улыбкой...

Так в истории остался Анунах – бог пофигизма, который ничего не сотворил, а просто обламывал всех остальных богов в случае катастрофического желания чего-то поделывать. Данный культ давно и успешно пропагандируется среди многих слоёв населения, и имеет невероятное количество приверженцев. Ведь каждому из нас хоть раз в жизни так страстно хотелось все послать на три буквы! И зажить простой, незатейливой жизнью, к которой призывает этот бог-оболтус. Отказаться от бешеной гонки за карьерой и роскошью, которая приносит больше разочарований и трагедий, чем радости и удовольствия. Безропотно и стойко переносить удары судьбы, философски встречать неудачи и закаляться, как сталь, переживая горести и невзгоды. Смириться с неизбежным ходом событий, спокойно относиться как к приобретению материальных благ, так и к их неперемным потерям. И на полную катушку наслаждаться простыми семейными радостями и жизнью в гармонии с собой и природой.

Это новая мода нашего времени. Ее законодателями стали скандинавские страны, которые из года в год занимают первые места в международных рейтингах по уровню счастья. Их «домашние» мировоззрения – датское хюгге, шведский лагом, норвежский фрилуфтслив, финское сису – культивируют такие ценности, как свобода, простота, аскетизм, семейный уют. Они заставляют вспомнить, что жизнь одна, и поэтому должна приносить только удовольствие! Поэтому все больше людей уходит от желания обладать горой денег, виллой на берегу океана и дорогими машинами – все чаще материальное отходит на второй план. Мы возвращаемся к внутреннему созерцанию и поиску истинного смысла жизни. Эти простые и почему-то незаслуженно забытые принципы жизни сейчас уверенно распространяются по планете, с каждым

днем завоеывая все больше сторонников – настоящих пофигистов. Хотите примкнуть к их тесным рядам? Тогда придется жить по законам Анунаха!

## **1 закон Анунаха. Дауншифтинг: посидел на вершине карьерной лестницы – ныряй снова в море новых возможностей**

Мудреное слово «дауншифтинг» появилось в русском языке сравнительно недавно, но быстро завоевало популярность.

Это философия жизни ради себя, отказа от чужих целей. Дауншифтеры бросают высокооплачиваемую работу в офисе, перестают рвать жилы ради карьерного роста, а то и вовсе уезжают куда-нибудь в деревню, поближе к природе.

Само понятие берет начало из автомобильной терминологии, где под ним понимается намеренное снижение скорости или переключение передачи с высокой на низкую.

Дауншифтинг как образ жизни тоже имеет такую же тенденцию – человек, добившийся определенного положения в обществе, сознательно снижает свой материальный уровень в угоду личным интересам.

Как правило, причиной снижения оборотов называют протест против навязанных ценностей: карьеры, гонки за статусом и культа потребления. Дауншифтер стремится упростить свою жизнь максимальным образом.

Он отказывается от успеха, накопления несметных богатств, убегает от славы и просто начинает спокойно жить и получать удовольствие от окружающего мира.

Дауншифтинг можно упрощенно назвать как «получение удовольствия от малого».

Причём важно, что к этому направлению примыкают не бездельники и иждивенцы, а люди, действительно многого добившиеся в жизни, но в один день вдруг понявшие: всё, жизнь, которую они проживают, им не нравится. Они устали от стрессов и гонки за ложными идеалами и хотят «свободы и покоя». Эти революционеры хотят кардинально поменять все!

Многие уезжают в Крым или на Гоа, Доминикану или Эквадор, в провинциальный российский городок или в глухую деревню под Воронежем. Работают там без напряженки, покупая самую простую одежду и питаясь самой простой пищей.

Для них главное – спокойствие и шум леса или прибоя.

Их уже не волнует количество денег, они довольствуются тем заработком, который есть.

Выходит, что дауншифтер и есть самый настоящий пофигист.

Человек перестает к чему-либо стремиться так, чтобы рвать жилы. Если до этого момента не получилось стать успешным, может, оно и не нужно.

Он отказывается от прикладывания усилий и не хочет заниматься самосовершенствованием, если нет горячего желания.

Рассуждает так: можно просто начать принимать самого себя в любом виде и любить себя за это.

И главное – он посылает на фиг все те желания, которые пропагандируются в обществе: быть богатым и успешным. Эти цели у него вызывают нервное и раздраженное состояние.

Он наслаждается тем, что жизнь уже дает. Не гонится за тем, чего нет, а получает удовольствие от того, что уже есть. Становится ближе к природе, обращается внутрь себя, понимает свои истинные потребности и просто испытывает кайф от жизни. Пофигизм в самом лучшем своем проявлении!



## Пять дней в неделю работать просто неприлично

Вообще, по принципам Анунаха работать пять дней в неделю просто неприлично, потому что опасно для здоровья! К этому выводу пришли американские и датские ученые, работающие на Национальное бюро экономических исследований (National Bureau of Economics Research, US). Они проанализировали работу нескольких датских фирм за 10 лет и выявили те, в которых росли и производительность труда, и объёмы производства. Служащие этих предприятий не только трудились интенсивно, но и проводили больше времени на работе – как правило, позднее уходили домой. Благодаря трудовому энтузиазму фирмы наращивали экспорт выпускаемой продукции, на которую был повышенный спрос. Выяснилось и другое: чем выше становились производственные показатели, тем больше было проблем со здоровьем у служащих, которые эти высокие показатели обеспечивали. Особенно часто начинали болеть женщины.

Ученые уверяют: каждые 10 процентов прироста объема производства увеличивают число инфарктов и инсультов на 15 процентов. Риск впасть в тяжелую депрессию возрастает при этом примерно на 3 процента. Трудовой энтузиазм «выходит боком» и мужчинам – их увозят со службы с сердечными приступами на больничные койки чуть реже, чем женщин. Но мужчины чаще получают тяжелые производственные травмы. Что же делать, чтобы этого не случилось? Врачи советуют: после 40 лет надо трудиться не более 3-х дней в рабочую неделю!

*«Работа не волк, в лес не убежит»*, – справедливость этой русской пословицы подтвердили и учёные Мельбурнского института прикладной экономики и социологии. Они привлекли к исследованиям почти 7 000 человек – мужчин и женщин, которым было за сорок лет, чтобы выяснить, насколько плодотворно можно трудиться в этом возрасте. В экспериментах добровольцы имитировали офисную деятельность: читали тексты, решали логические задачи, проходили тесты на внимательность.

Сначала они «трудились» полную рабочую неделю – примерно 60 часов. Потом им сократили рабочее время до трех дней в неделю. И заметили: при таком сокращенном графике работы производительность труда возросла удивительным образом. Служащие успевали сделать столько же, сколько за полную неделю, а то даже больше и качественнее, но при этом не переутомлялись.

А стрессы и переутомление рано или поздно начинали сопутствовать работе полную неделю и, как следствие, вели к снижению производительности труда.

«Работа может быть палкой о двух концах, – пояснили исследователи. – Может стимулировать мозговую активность при умеренных нагрузках, но может и угнетать, если служащий перетруждается». В своем комментарии профессор Колин Маккензи из университета Кэйо вообще напугал, заявив, что переутомление на службе способно нанести гораздо больший вред мозгу, чем отсутствие работы вообще.

Итого: три дня работаем, четыре (вместе с выходными) отдыхаем. Всё успеем: и поработать эффективно, и отдохнуть до отвращения, чтобы с радостью отправиться на работу, которая не становится постылой.

Дело в том, что длинная неделя – не просто дополнительные рабочие часы, вредные для физического и психического здоровья сотрудников.

Она означает также повышенную интенсивность работы – сжатые сроки и напряженный темп.

Исследование показало, что чересчур интенсивная работа вредит карьере, потому что слишком длительное рабочее время и чрезмерная напряженность труда контрпродуктивны и снижают качество работы.

Авторы исследования – Аргиро Августакис, доцент кафедры менеджмента в ESCP Europe, и Ханс Франкорт, старший преподаватель стратегии в Cass Business School, – проанализировали данные о 51 895 сотрудниках, выбранных случайным образом из 36 европейских стран.

Они изучали интегральное влияние трудовых усилий на самочувствие и карьеру сотрудников.

Выводы: высокая интенсивность работы (определяемая как уровень усилий, прилагаемых для выполнения заданий в единицу рабочего времени) чаще приводит к неблагоприятным результатам, чем сверхурочная работа.

Исследователи сравнивали людей с одинаковыми должностями и образованием и обнаружили, что самочувствие и настроение, а также карьера (удовлетворенность работой, стабильность и продвижение) хуже у тех, кто работал с высокой интенсивностью в течение длительного времени.

По словам Франкорта, исследование показало, что карьерные преимущества, которых люди ждут от чрезмерной работы (т. е. более продолжительной или тяжёлой, чем обычно для данной профессии и должности), никогда не реализуются. Поэтому неправильно мириться с дискомфортом в надежде на карьерный рост в будущем. Работодатели и правительство должны попытаться снизить интенсивность работы, а не контролировать переработки, – советуют авторы.

Связь между рабочей нагрузкой и продолжительностью рабочего времени очевидна. Поэтому сотрудники должны сами выбирать порядок, способы и темпы работы, а также определять количество рабочих часов и перерывы.

## **Грызете ногти или крутите пряди волос – убегайте из офиса!**

Правительства признали опасность слишком длинной рабочей недели, а некоторые страны (в частности Франция) предоставили сотрудникам «право отключаться» в конце рабочего дня. Некоторые работодатели, в том числе Volkswagen, учитывают недостатки длинной рабочей недели в кадровой политике. Некоторые крупные банки, включая Goldman Sachs и Bank of America Merrill Lynch, пытаются сократить рабочие часы. Альмут Макдаул, доцент по организационной психологии в Университете Сити (Лондон), согласна с тем, что политики и работодатели чрезмерно сосредотачиваются на том, как устранить недостаток культуры, основанной на длительной рабочей неделе. Она указывает, что интенсивность работы трудно измерить.

На практике же сотрудников просят взять на себя дополнительные задачи, которые нигде не описаны или до конца не ясны. Предыдущие исследования показали, что длительное рабочее время ухудшает производительность, сотрудники чаще ошибаются, испытывают тревогу и выгорают. Александра Майкл из Университета Пенсильвании изучала сотрудников банков в течение девяти лет. Она обнаружила, что на третий год работы с перегрузками у переутомленных банкиров появлялись невротические привычки (например, грызть ногти или крутить пряди волос), а также бессонница. Всеобщая приверженность культуре переработок объясняется глубоко укоренившейся верой, что длительный труд – залог высоких результатов. Эрин Рейд, адъюнкт-профессор в DeGroote School of Business, и Лакшми Рамараян, доцент Гарвардской школы бизнеса, написали в статье в журнале Harvard Business Review, что одна авиакомпания присудила специальную награду сотруднику, совершившему наибольшее число рейсов за год!

Для многих нанимателей рабочее время важнее продукта, и это побуждает сотрудников скрывать, сколько времени они в действительности потратили на работу. И компании легко попадают в эту ловушку – особенно если речь идет о квалифицированных сотрудниках, чья работа основана на знаниях и потому с трудом поддается оценке.

Еще один веский аргумент против карьеры. Если вы хотите выслужиться, то наверняка станете приходить в офис раньше всех и уходить позже всех. А это опять же здорово подкашивает ваше единственное здоровье, потому что вы сидите. Вред сидячего образа жизни медики даже приравнивали к курению!

...В общем, вкалывать 24/7 уже не комильфо. Сейчас всегда можно договориться с начальством о сроках получения результата, которого от вас ждут. И для этого совсем не обязательно просиживать штаны с 9 до 18 часов. В этом плане гаджеты и пандемия коронавируса-2020 действительно изменили жизнь. Про толпу фрилансеров, которые в нулевые уехали жить в Таиланд, вы, наверное, слышали. Лежат там на теплом песочке и под шум моря зарабатывают себе на обед и массаж тайских девочек.

Ну и зачем вам нужна карьера такой дорогой ценой? Главное, чтобы были деньги на оплату ЖКХ, еду и пару вещичек из недорогого интернет-магазина раз в полгода. Все остальное – от лукавого.

## **2 закон Анунаха. Арбайдсглед: «Я люблю свою работу, я приду сюда в субботу...»**

Но если вы не хотите трудиться на пляже или на даче с планшетом и мобильником в руках, а желаете непременно посещать офис, потому что вам удобнее жить бок о бок с шефом и коллегами, то бог Анунах предлагает трудоголикам другой вариант судьбы. Любой каприз за ваши деньги!

## «Счастье от работы»

Есть такая поговорка, что счастливый человек – это тот, кто утром с радостью идет на работу, а вечером с радостью возвращается домой. И вряд ли кто-то может с этим поспорить. Когда у тебя все прекрасно и дома, и на работе – это ли не счастье?..

Говорят, слово, означающее «счастье от работы», существует только в скандинавских языках. В частности, это датское *arbejdsglaede*, которое сейчас набирает всё большую популярность по всему миру. Даже в самой работающей стране мира – Японии – такого понятия нет, даже наоборот: в их языке есть куда менее чудесное слово *karoshi*, которое на русский можно условно перевести как «от работы кони дохнут».

А если без шуток, *karoshi* действительно означает смерть от переутомления, вызванного напряжённой работой. В общем, здесь самое время изречь банальную, но от этого не ставшую менее важной истину: умение работать и любовь к работе совсем не одно и то же.

Что же такое арбайдсглед? Легко сказать – «счастье от работы». А как это должно выглядеть на практике?..

Вот представьте себе: вы просыпаетесь утром в понедельник, отключаете будильник, понимаете, что надо вставать, и... радуетесь.

- Вы думаете о том, что вас ждет пять дней интересной работы, которую вы любите и которой гордитесь.

- Вы с удовольствием предвкушаете встречу с коллегами – прекрасными людьми, с которыми приятно вместе работать, которые всегда помогут, если у вас что-то не получится, и искренне порадуются любому вашему успеху.

- Вы радуетесь тому, что увидите вашего начальника – отличного профессионала своего дела, которым вы по-настоящему восхищаетесь.

- Вы думаете о клиентах, партнерах, покупателях, учениках – в общем, о людях, с которыми вам предстоит работать – и вам не терпится увидеть их, помочь им решить их проблемы. Вы знаете, что большинство из них приходят лично к вам, потому что высоко ценят ваши профессиональные качества.

- Вы знаете, что вечером после работы будете чувствовать себя полными сил, потому что работа не высасывает из вас энергию, а наоборот, подпитывает вас. Прекрасная картина, не правда ли? Но бывает ли так на самом деле?

Философия арбайдсглед утверждает, что так не просто может, но и должно быть. А если у вас не так, и вечера пятницы вы ждете с куда большим воодушевлением, чем утра понедельника, значит в вашей жизни что-то сложилось неверно. Следовательно, жизненную концепцию надо менять.

### **Что арбайдсглед дает работнику?**

- Мотивацию.
- Хорошие отношения с коллегами.
- Карьерный рост.
- Энергию.
- Креативность.
- Здоровье.
- Удовольствие.

### **Что арбайдсглед дает работодателю?**

- Улучшается производительность труда.

- Улучшается качество работы.
- Сотрудники реже опаздывают.
- Сотрудники меньше болеют.
- Легко находить новых работников – соискатели тоже сразу видят счастливый коллектив.
- Растёт качество продаж/обслуживания, потому что люди работают с душой.
- Растет креативность, появляются новые идеи.
- Сотрудники становятся более гибкими и готовыми к переменам.

## Семь принципов успеха от Шона Ачора

А теперь познакомьтесь с семью принципами успеха от Шона Ачора, автора книги «Преимущество счастья. 7 принципов успеха по результатам исследований компаний из списка Fortune».

### 1. Преимущество счастья.

Поскольку позитивный настрой имеет биологическое преимущество перед нейтральным и негативным, этот принцип – о том, как научить свой мозг извлекать выгоду из позитива и как повысить продуктивность и эффективность своей деятельности.

### 2. Точка опоры и рычаг.

Восприятие нами окружающего мира (и своей способности преуспеть в нем) постоянно меняется в зависимости от нашего образа мышления. Этот принцип учит, как подкорректировать свой образ мышления (точку опоры) таким образом, чтобы обрести способность (рычаг) стать более удовлетворенным и успешным.

### 3. Эффект «Тетрис».

Когда мозг сосредоточен на стрессе, негативе и неудачах, мы настраиваемся на неудачу. Этот принцип – о том, как научить свой мозг подмечать возможности, видеть и использовать их везде.

### 4. Падай и вставай.

Когда мы потерпели поражение, когда пребываем в состоянии стресса, когда переживаем кризис, мозг прокладывает различные пути, чтобы помочь нам оправиться.

Этот принцип – о том, как найти тот мысленный путь, который не только ведёт нас вверх после неудачи или страданий, но и учит, как стать счастливее и успешнее благодаря этой неблагоприятной ситуации.

### 5. Круг Зорро.

Когда на горизонте возникают проблемы, мозг любого человека может оказаться во власти эмоций. Этот принцип учит, как обрести контроль над ситуацией, сосредотачиваясь сначала на небольших, осуществимых целях, а затем расширяя свой круг и достигая всё более существенных.

### 6. Правило двадцати секунд.

Сохранение изменения в течение длительного времени часто представляется нам невозможным ввиду того, что наша сила воли не безгранична. И когда сила воли ослабевает, мы возвращаемся к своим старым привычкам, переходя на путь наименьшего сопротивления. Этот принцип показывает, как при помощи небольших корректив в плане приложения энергии можно изменить направление пути наименьшего сопротивления и заменить плохие привычки хорошими.

### 7. Социальные инвестиции.

Занимаясь непростой задачей и испытывая стресс, некоторые предпочитают уйти с головой в работу и тратить энергию на своих друзей, коллег и родственников. Этот принцип учит, как вкладывать больше в одно из основных условий успеха и процветания – в нашу сеть социальной поддержки.

Получается, что арбайдсглед одинаково выгоден как работникам, так и работодателям, потому что, когда сотрудники компаний становятся более счастливыми и здоровыми, компании становятся более эффективными и прибыльными. Поэтому сторонники арбайдсглед уверены – за их философией будущее, счастливые компании будут побеждать несчастливых в бизнесе, а, следовательно, рано или поздно все работодатели придут к пониманию важности арбайдсглед.

Хорошо бы, конечно, рано, а не поздно.

## Памятка последователя Анунаха

### 1. Нельзя быть счастливым всё время.

Даже если вы обожаете свою работу и в восторге от сослуживцев, всё равно у вас будут плохие дни.

И причины для этого могут быть совершенно разные. Например, у вас разболится голова, а значит, все станет раздражать. Или она разболится у вашего соседа по кабинету (а то и еще хуже – у начальника), он будет ворчать, придирается, портить вам настроение и даже грубить. Или день пройдет впустую – сломается компьютер, просто наступит застой спроса, не будет обращений клиентов, и вам придется целый день маяться от безделья, тратить время впустую, когда и работать нельзя, и домой не уйти.

И таких ситуаций можно представить сколько угодно. Они не так уж страшны, но настроение портят. Что поделать, бывает форс-мажор, и ничего особенного в этом нет. Просто случаются такие неудачные дни.

### 2. Идеальной работы не существует.

Увы, это объективная реальность. Даже если вы занимаетесь любимым делом, у вас прекрасное начальство и отличные коллеги, все-таки рано или поздно и у этой работы найдутся недостатки. Может появиться новый, очень неприятный клиент. Или Windows в очередной раз обновится, и вы не сможете ничего найти в своем компьютере. Или ваш любимый проект отложат, потому что пока нет финансирования. Что ж, это не повод расстраиваться и искать другую работу. Потому что у другой работы тоже будут недостатки. И арбайдсглед – это все-таки в первую очередь вы сами и ваш внутренний настрой.

Специалисты, например, вообще говорят, что счастье на работе зависит на 90 % от вашего настроения и только на 10 % от самой работы.

3. Любимой может быть только такая работа, которая нравится лично вам. Великое множество людей занимаются не тем, чем хотят, а тем, что им навязало окружение. Родители навязывают детям выбор образования, мужья и жены требуют, чтобы их вторая половина занималась «серьезным делом, а не ерундой», друзья и знакомые скептически морщатся, услышав о занятии, не вписывающемся в их стереотипы.

И большинство людей не решаются идти против чужого мнения. А потом сидят в офисах и ненавидят свою работу, хотя та виновата лишь в том, что совершенно им не подходит.

Не бойтесь пойти против течения и сменить сферу деятельности. Поверьте, на любимой работе вы станете не только счастливее, но скорее всего и успешнее. И тогда ваши близкие сами признают, что были не правы.

4. Если, несмотря на все ваши усилия, вам не удастся получать от работы удовольствие – меняйте ее. И чем скорее, тем лучше: не тратьте на постылое занятие время и нервы, они вам еще пригодятся.



## Несколько рецептов от богачей

*Вот, кстати, несколько рецептов от богачей для тех, кто хочет много зарабатывать без напряжения и не париться.* Преверженцам философии Анунаха из них можно что-то взять себе на заметку!

Аристотель Онассис: «Никогда не экономь, особенно, когда денег совсем нет»; «Даже полный идиот может разбогатеть, если он готов все потерять».

Джон Рокфеллер: «Кто весь день работает, тому некогда зарабатывать деньги»; «Я предпочел бы получать доход от 1 % усилий ста человек, чем от 100 % своих собственных усилий»; «Не надо бояться больших расходов. Надо бояться маленьких доходов»; «Я не знаю ничего более презренного и жалкого, чем человек, который посвящает все свое время тому, чтобы делать деньги ради самих денег».

Джордж Сорос: «Я не играю в рамках данного набора правил, я стремлюсь изменять правила игры»; «Для успеха необходим досуг. Нужно время, которое безраздельно принадлежит только вам».

Ричард Брэнсон: «Деньги – это средство для достижения цели, а не сама цель»; «Жизнь слишком коротка, чтобы делать не то, что нравится!»

Уоррен Баффет: «Когда человек доживает до моего возраста и вокруг него есть любящие его люди, это и есть успех. И не важно, сколько денег в твоей банковской ячейке. Важно также делать то, что ты любишь, и делать это хорошо. Я никогда не встречал успешных людей, которые занимались бы тем, что им не нравится. Жизнь таких людей выглядит жалкой».

### **3 закон Анунаха. Не стесняйтесь бездельничать: лень – это старт перед забегом**

Всем нам говорили в детстве: будешь лениться – ничего в жизни не добьешься. Однако история предлагает нам множество примеров, доказывающих, что это не так! Ленивыми считали таких выдающихся личностей, как Ньютон, Архимед и Пикассо, однако они всё равно добились успеха и, ленись, прекрасно себя чувствовали. Однако отношение к этой «матери всех пороков» даже в поговорках отнюдь не обидное – даже слегка завистливое: «Ленивому и в будни праздник», «Ленивый сидя спит, лежа работает», «Лень и за работой потягивается». Почему к библейскому греху такая лояльность?

## **Сопротивляться вообще всем грехам бесполезно**

– Сопротивляться вообще всем грехам бесполезно, – уверяет испанский биолог Джон Медина, автор книги «Ген и семь смертных грехов». – Ведь в наших проступках ощущаются отголоски животных инстинктов, которые и по сей день живут в человеческом сознании.

И биолог с научной точки зрения объясняет проявление праздности:

– У каждого человека есть что-то вроде сознаниябудильника, работающего как часы и посылающего нам сигналы из мозга. И именно этот внутренний «будильник» составляет нам расписание, по которому должен жить наш организм. А сама программа, включающая и выключающая «звонок», записана в генах. Поэтому они – гены – и несут всю ответственность за наше нежелание работать.

Людям просто необходимо время от времени баловать себя бездельем, чтобы «перезарядить свои батареи».

Каждый из нас может вспомнить случаи, когда плодотворные идеи и решения приходили в наши головы в те моменты, когда мы полностью отрешались от напряженной работы по их поиску.

Вспомните русские сказки – они прямо-таки пропагандировали беззаботный образ жизни. Емеля, лежа на печи, полцарства заполучил вместе с царской дочкой. Илья Муромец тридцать три (!) года провалялся на печи, а потом встал и совершил много подвигов. Да и Иван-дурак не сильно перетрутился – за него работал Конек-горбунок. Может, лень – не такое уж и отрицательное качество, как считают многие?..

## **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.