

Посвящается Хэйдену и Еве, прежде всего.

*А также моей семье, Кристине, Рупи, Любви, Мохану
и Вирго.*

*Моей команде в Mindvalley и всем потрясающим авторам
и студентам со всего мира, которому мы служим.*

СОДЕРЖАНИЕ

Прежде чем начать ■ iv

Предисловие ■ viii

ЧАСТЬ I. ИСКУССТВО МАГНЕТИЗМА: ВНУТРЕННЕЕ ПРИТЯГИВАЕТ ВНЕШНЕЕ

Глава 1: Раскройте оттиск своей души ■ 3

Глава 2: Найдите союзников ■ 31

ЧАСТЬ II. В ПОИСКАХ СИЛЫ: ЧЕТЫРЕ ПРИНЦИПА ДЛЯ ПРЕОБРАЖЕНИЯ РАБОТЫ И ПРЕУМНОЖЕНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ

Глава 3: Создавайте крепкие связи ■ 65

Глава 4: Развивайте непоколебимость ■ 105

Глава 5: Сделайте рост приоритетной целью ■ 133

Глава 6: Выбирайте свою миссию грамотно ■ 163

ЧАСТЬ III. СТАНОВЛЕНИЕ ПРОВИДЦА: СЛИЯНИЕ БУДДЫ И БУНТАРЯ

Глава 7: Пробудите провидца внутри себя ■ 191

Глава 8: Действуйте коллективным разумом ■ 221

Глава 9: Прокачайте свою личность ■ 247

Источники ■ 275

Благодарности ■ 285

Алфавитный указатель ■ 289

Об авторе ■ 296

ПРЕЖДЕ ЧЕМ НАЧАТЬ...

Эта книга поставит под сомнение некоторые из ваших глубоких жизненных убеждений.

Когда я пишу на какую-то тему, то почти всегда надеюсь разрушить ваши привычные представления о ней. Иными словами, стремлюсь отвлечь вас от жизни на автопилоте, заставить думать по-другому. Новые идеи, о которых вы, возможно, ранее и не подозревали, это путь к тому, чтобы стать более развитой, совершенной и сильной версией самого себя. Это пойдет на пользу не только вам, но и вашей семье, обществу и всему миру.

Мой друг, прекрасный философ Кен Уилбер, отмечал важность точек зрения на мир в своей работе по интегральной теории¹. Читая эту книгу, вы наверняка отнесете себя к одной из четырех мировоззренческих категорий. Это значит, что в зависимости от ваших взглядов одни аспекты этой книги покажутся вам привлекательными, а другие — оскорбительными.

Возможно, вы рационалист. Тогда вам понравятся идеи для бизнеса, которые вы найдете в этой книге. Но когда я начну рассказывать о магии разума, интуиции или о диалоге со своей душой, вы наверняка скривитесь.

Если вы традиционалист, то вам точно придется по вкусу все, что касается духовных убеждений. И, скорее всего, вам будет

¹ Интегральная теория или интегральный подход — восстановление целостности личности и ее интеграция в мировое единство, вследствие чего человек получает гармоничную полноценную жизнь и успешную самореализацию в социуме. Уилбер считает, что через тело, ум, душу и дух проходит множество разных линий развития (когнитивное развитие, моральное, эстетическое, аффективное, развитие потребностей и т. д.). Задача интегрального подхода — проследить развертывание всех этих линий в любом конкретном индивидуе.

неприятно, когда я начну говорить о том, что культуру и традиционные правила иногда тоже стоит ставить под сомнение.

Если же вы борец за экологию и окружающую среду, а духовность — близкое вам понятие, вас точно заинтересуют размышления о волшебстве. Однако отрывки про предпринимательство и управление бизнесом наверняка оттолкнут.

Но если у вас широкие взгляды, вы способны принимать во внимание сразу несколько точек зрения на мир и при этом не чувствовать угрозы по отношению к своему «я», умеете определять и выбирать то, что подходит именно вам, — совсем другое дело. Это значит, что вы способны воспринимать прочитанное на интегральном уровне. И такой способ — самый лучший для чтения этой книги.

Это не обычная книга о предпринимательстве или бизнесе. Наш мир стремительно меняется. Когда я начал преподавать медитацию в 2003 году, мне приходилось скрывать свой род занятий от друзей. Сейчас же рыночная цена многих компаний в этой сфере — больше миллиарда. Теперь, когда я встречаюсь с высшими чинами правительства и в области спорта, общаюсь со сливками Голливуда, Кремниевой долины и бизнеса, в личных беседах они делятся со мной своей глубокой духовной верой, рассказывают, как тоже перестали воспринимать работу и карьеру с исключительно материалистичной точки зрения.

Многие даже стали делиться подобными взглядами публично. Мне очень польстило, когда звезда R&B Мигель¹ в интервью Billboard² рассказал, что перед концертами он медитирует по моей программе «Шесть фаз» (см. главу 5). Ею также увлекается известный футболист Тони Гонсалес³. Теннисистка Бьянка Андрееску, в 19 лет победившая Серену Уильямс в турнире

¹ Мигель Хонтель Пиментель, американский певец, автор песен и музыкальный продюсер.

² Еженедельный американский журнал, посвященный музыкальной индустрии.

³ Антонио Гонсалес Родригес, испанский футболист, полузащитник.

US Open, тоже отмечала, что применяет мои методики. Миллиардеры и влиятельные предприниматели обсуждают многие неоднозначные идеи этой книги за закрытыми дверями. Что ж, настало время придать этим разговорам огласку.

Книга написана, чтобы подорвать привычный взгляд на жизнь и вооружить вас инструментами, которые помогут вам изменить мир и преобразовать сознание. Одним словом, перевоплотиться. Познакомившись с методиками, описанными в этой книге, вы больше не сможете их «развидеть».

В зависимости от вашего мировоззрения вам либо понравится книга, либо вы ее возненавидите. Так и задумано. Мы растем над собой благодаря дискомфорту и переосмыслению, а не равнодушию.

Эту книгу можно найти в книжных магазинах в отделе деловой литературы. Но, честно говоря, я не уверен, что она должна стоять именно там. Книга действительно рассказывает о том, как мы работаем в современном мире и почему этот процесс безнадежно устарел. Но бизнес в привычном понимании в ней не рассматривается. Эта книга — про коренное преобразование своего отношения к работе и о том, как эта внутренняя трансформация может изменить весь мир.

Так о чем же эта книга? Она — об управлении вашей работой и жизнью вне зависимости от того, запускаете ли вы стартап, стоите ли у руля крупной организации или только выходите на свою первую работу. Она для тех, кто вкладывает в работу душу, но не получает ничего взамен. Книга также поможет тем, кто видит невероятные перспективы для своей компании, но пока не понимает, как реализовать их и изменить мир.

Моя первая книга, «Код экстраординарности», удивительным образом стала Библией для спортсменов всего мира, потому что в ней исследовались вопросы результативности. В этой же книге я изучаю командную работу, управление бизнесом и способы оставить свой след во Вселенной. Надеюсь, что и она станет руководством, которое поможет многим изменить отношение к работе.

РАЗРУШЕНИЕ ДУРАВИЛ (ДУРАЦКИХ ПРАВИЛ)

Если вы уже знакомы с моими трудами, то понимаете, о чем пойдет речь. Мы все живем по своду привычных для нас правил. Они выжжены у нас на подкорке нашими родителями, учителями, культурой, правительством и СМИ. В «*Коде экстраординарности*» я придумал для них название — ДУРАВИЛА, то есть «дурацкие правила».

Они повсюду. И пока не ставим их под сомнение, мы у них в ловушке. Они лишают нас той полноты жизни, к которой мы все стремимся. Что ж, самое время разрушить ваши устоявшиеся рабочие дуравила. Почему? Да потому, что вы — обычный человек в развитом мире, проводите на работе 70% своего времени и наверняка страдаете там именно из-за этих дуравил. А ведь в жизни нам дается лишь один шанс. Впрочем, мы еще поговорим об этом позже.

Я не бизнес-консультант, но когда-то был начинающим частным предпринимателем с привычкой ставить правила под сомнение. И когда я избавился от некоторых традиционных дуравил по поводу работы и ее организации, создал успешный бизнес, организовал отличный офис и изменил свою жизнь.

Моей исследовательской лабораторией стали моя собственная жизнь и компания. Все, что я узнал, я систематизировал в виде нескольких этапов. Я понял, что, когда работа существует в гармонии с нашей внутренней страстью, она перестает быть просто работой.

Независимо от социального статуса каждый из нас обладает удивительными, уникальными силами, которые необходимо использовать. Работа до седьмого пота и бесконечная гонка как единственный путь к успеху — всего лишь современный миф. Многие из нас не используют свои душевные силы в работе. И это очередное дуравило. Когда ваше сознание открыто, творится волшебство.

Что же такое *волшебство*? Некоторые идеи этой книги пока что не подтверждены научными фактами. Они касаются души, интуиции, взаимоотношений и *изменения реальности*.

Держите сознание открытым. Если эти идеи покажутся вам бредовыми, вспомните, что, например, Стив Джобс, величайший изобретатель и управленец, охотно их применял.

Если эти идеи все же не придутся вам по душе, отдайте книгу тому, кто сможет извлечь из нее практическую пользу. Воплощение этих идей в жизнь очень важно. Мы обязаны изменить свое отношение к работе, ведь до сих пор работаем по старым, изжившим себя моделям.

По данным института Гэллапа, 85% занятого населения ненавидят свою работу. Большинство людей живут, занимаясь *нелюбимым* делом, и зарабатывают деньги на жизнь, которая их *не устраивает*. Хуже того, люди обманывают себя. Ради зарплаты они притворяются, что любят свою работу. Инопланетяне, следящие за Землей из космоса, наверняка зададутся вопросом: «*Да что с этими созданиями не так?*»

Каждый час в мире умирают около 5,369 человек, которым так и не удалось реализовать свой потенциал и по-настоящему насладиться жизнью. Многие откладывают собственное счастье и мечты на завтра, просто чтобы удержаться на плаву сегодня. И это — катастрофическая ошибка, ведь время неумолимо уходит.

Если вы читаете эту книгу, готов поспорить, что хотите добиться чего-то стоящего. Может, мечтаете написать свою книгу, создать успешную компанию, руководить бизнесом или даже изменить общество. Так не тратьте время впустую. Оно — самое ценное, что у вас есть.

Пришло время отказаться от всего, что лишает вас сил и мешает работать. Моя книга поможет вам в этом.

КАК ПИСАЛАСЬ ЭТА КНИГА

Как и в моей первой книге «*Код экстраординарности*», в этой книге описывается несколько уникальных обучающих методик. Моя компания Mindvalley специализируется на преображении человека, поэтому я тщательно слежу за тем, чтобы обучение не проходило впустую. Вот несколько способов,

которые помогут вам запомнить идеи этой книги и применить их в жизни.

Упражнения

На протяжении всей книги я делюсь с вами разнообразными методиками, техниками, мыслительными экспериментами и упражнениями, а в конце каждой главы для удобства свожу их в единый список. Мне бы хотелось, чтобы вы работали с книгой, делали пометки, писали на полях — словом, сделали книгу своей.

Я также рассказываю о методиках скрытного лидерства. Они помогут адаптировать некоторые идеи для работников, которые пока не занимают руководящих должностей. Даже если вы еще не стоите во главе коллектива, а являетесь его частью, эти методики вам пригодятся. Совсем не обязательно быть начальником, чтобы изменить обстановку на работе к лучшему.

Истории

Работая над этой книгой, я собирал истории величайших умов современности. Я бесконечно благодарен моей компании Mindvalley, которая дала мне возможность работать с невероятными лидерами со всего мира. Мои беседы и сотрудничество с сотнями людей из области бизнеса, науки, технологий, духовной деятельности, образования и коммуникаций стали основой моего успеха и сформировали идеи, которыми я делюсь в этой книге.

В процессе написания книги я провел две недели, общаясь с Ричардом Брэнсоном¹ и другими бизнес-лидерами на острове Некер. Я выступал на сцене вместе с Майклом Беквитом²,

¹ Британский предприниматель, основатель корпорации Virgin Group, включающей около 400 компаний различного профиля. Один из самых богатых жителей Великобритании.

² Служитель «Новой мысли», автор и основатель Международного духовного центра «Агапе» в Беверли-Хиллз.

Джеем Шетти¹ и Гари Вайнерчуком². Я вел откровенные беседы с Марианной Уильямсон³, Дэйвом Эспри⁴, Кеном Уилбером, Китом Ферацци⁵, Чипом Конли⁶ и Шефали Тсабари⁷. Множество потрясающих личностей сделали свой вклад в эту книгу. Я перечисляю их имена не ради хвастовства. Своим успехом я обязан многочисленным наставникам и рад, что могу назвать многих из них друзьями. Отношения с ними позволили мне собрать свой жизненный пазл, увидеть схемы и создать новые комбинации для достижения высочайших уровней успеха. Я не верю в гуру, не верю, что один человек может знать ответы на все вопросы. Именно поэтому во всех моих книгах описаны теории и идеи множества людей.

Я поделюсь личными историями, которые выдающиеся личности современного мира рассказали мне с глаза на глаз. Эта книга — дань уважения тому знанию, которым они со мной поделились, и благодарность моей собственной команде. Многие ее члены сильно на меня повлияли, сами того не понимая.

Мой стиль и история

Я пишу искренне и ничего от вас не скрываю. В этой книге я поделюсь с вами историями из жизни, о которых не просто вспоминать. Но если они помогут вам осознать,

¹ Бывший монах, мотивационный спикер.

² Американский серийный предприниматель, писатель, лектор.

³ Американская писательница в жанре нью-эйдж и селф-хелп.

⁴ Глава компании Bulletproof Coffee, предприниматель.

⁵ Американский писатель, предприниматель, основатель и генеральный директор Ferrazzi Greenlight.

⁶ Американский отельер, предприниматель гостиничного бизнеса, автор и докладчик.

⁷ Доктор психологических наук, специалист в области воспитания и психологии родительства, писатель.

что любой может добиться того же успеха, что и я, оно того стоит.

Я уехал из Кремниевой долины в 2003 году, чтобы стать тренером по медитации. Потом я основал Mindvalley, причем сделал это без венчурного капитала и инвесторских вложений, с 700 долларами на руках. Пока я пишу эти строки, моя команда готовится к первичному публичному размещению акций. Путь к этому достижению был нелегким. Моя дорога к успеху началась в подсобке склада в одном из неблагополучных районов Куала-Лумпура в Малайзии. Не удивлюсь, если вы вообще не в курсе, где это.

Я расскажу вам несколько личных историй, честно и без прикрас, как будто мы с вами общаемся с глазу на глаз на кухне.

Онлайн-опыт

Для читателей, которые захотят изучить идеи этой книги подробнее, я оставлю ссылки на дополнительные источники. Так как я еще по образованию компьютерный инженер, создал для вас несколько полезных онлайн-инструментов. Они помогут вам в путешествии, в которое вас увлечет эта книга. По ссылкам вы найдете несколько часов дополнительных видеороликов и тренингов на разные темы, затронутые в книге.

Определение предпринимателя

Важное уточнение по поводу слова «*предприниматель*». В моем понимании *предприниматель* — это не владелец компании. Можно работать на организацию или быть частью команды в NASA¹ и все равно иметь предпринимательский склад ума. Предприниматель — новатор, изобретатель. Это

¹ Национальное управление по аэронавтике и исследованию космического пространства — ведомство, относящееся к федеральному правительству США.

человек, который постоянно развивается и делает свой вклад в мир, а не хомячок, вращающий колесо ради зарплаты. Всякий раз, употребляя слово «*предприниматель*» в этой книге, я имею в виду каждого, кто пытается изменить мир, максимально эффективно делая свою работу. И неважно, кто это — самозанятый ремесленник, контрагент, управляющий компанией стоимостью в миллиард, или офисный клерк.

СВЯЗЬ СО МНОЙ

Я люблю общаться с читателями. Чаще всего я использую Instagram, где регулярно делюсь новыми экспериментами, историями и идеями. Буду рад пообщаться с вами на этой платформе. Время от времени меня также можно застать в Twitter и Facebook.

[Instagram.com/vishen](https://www.instagram.com/vishen)

[Facebook.com/vishenlakhiani](https://www.facebook.com/vishenlakhiani)

[Twitter.com/vishen](https://twitter.com/vishen)

МОИ САЙТЫ

Узнать больше обо мне и моей работе:

[Mindvalley.com](https://www.Mindvalley.com)

[Vishen.com](https://www.Vishen.com)

ПРЕДИСЛОВИЕ

Природа ценит отвагу. Решись, и в ответ на твою решимость природа сотрет непреодолимые преграды. Мечтай о несбыточном, и мир перестанет тебя подавлять, он будет тебя возносить. В этом весь фокус. Именно к этому знанию пришли все стоящие учителя и философы, прикоснувшиеся к алхимическому золоту. Это шаманский танец у водопада. Это путь к волшебству. Бросься в неизвестность и выясни, что там — мягкая перина.

ТЕРЕНС МАККЕННА¹

В 2019 году я оказался на Карибах, на конференции для предпринимателей. Ее организовали на волшебном острове с белыми песчаными пляжами и закатами, ради которых не жалко умереть. Как-то утром после ранней лекции я вышел подышать свежим воздухом и присел на деревянную скамейку на скалистом утесе. Океан был спокойным, словно зеркало, по нему пробегали еле заметные волны. Лучи утреннего солнца светили сквозь тонкие облака и отражались от блестящей водной глади.

Насладившись видом, я вытащил телефон, надел наушники и начал просматривать сотни сообщений от моей команды, присланных с другой стороны земного шара. Я ушел в телефон с головой, и тут ко мне подошла девушка, одна из участниц той бизнес-конференции.

— Извините, но я заметила, что целыми днями сидите в телефоне — и вчера, и сегодня. Видимо, у вас действительно много работы. Что может скрасить ваш день? — спросила она.

¹ Американский автор, философ, этноботаник, мистик, психонавт, преподаватель.

— Спасибо, но мой день уже удался,— ответил я.— Лучше некуда.

Она была потрясена.

— Вы спросили только потому, что увидели меня с телефоном на этом прекрасном пляже? — уточнил я.

— Да,— отозвалась она.

Я понял, к чему она ведет. Она увидела меня на пляже приклеенным к телефону и решила, что меня нужно спасти от «работы». И, если честно, было время, когда я бы не отказался от такого спасения. Когда-то я разделял работу и личную жизнь. Я *должен был* работать, чтобы платить по счетам и выживать. Но со временем ситуация изменилась.

— Я прекрасно вас понимаю,— сказал я.— Но я не работаю. Я общаюсь со своей командой. Моя работа так вдохновляет меня, что я не воспринимаю ее как тяжелый труд. Я люблю свою команду. Общаться с ними — все равно что болтать с друзьями.

Я поднял свой телефон.

— Это не просто телефон. Для меня это «портал любви». Я люблю свое дело. Люблю общаться с людьми, писать о том, что мне нравится. Рассказывать в социальных сетях людям со всего мира о тех, кого я люблю. Люблю отправлять смешные видео друзьям и семье. Я вовсе не оторван от мира, я тесно с ним связан. Занимайся тем, что любишь, и ты не будешь работать ни дня в своей жизни. Так что, спасибо, я понимаю ваше беспокойство, и это очень мило с вашей стороны — проявить заботу обо мне. Но я решил провести свое время именно здесь и именно так. Мне это нравится.

— Ух ты,— ответила она.— Кажется, я только что узнала кое-что новенькое.

Я улыбнулся и вернулся к своим делам.

Я не всегда так относился к работе. Но сейчас моя жизнь полностью соответствует прекрасной цитате авторства Л. П. Джекса¹:

¹ Английский педагог, философ.

Мастер искусства жизни не делает различий между своей работой и своей игрой, трудом и отдыхом, своим умом и своим телом, образованием и досугом, любовью и религией. Он не осознает, где начинается одно и заканчивается другое. Он просто стремится к идеалу во всем, что делает, оставляя другим решать, работает он или развлекается. Он же занимается и тем и другим.

Это под силу каждому, хотя многим для начала потребуются глобально перевернуть свое сознание. Моя книга поможет вам в этом.

- Во-первых, необходимо поверить, что вы способны создать жизнь, в которой работа вовсе не является работой. Не обязательно верить этой идее сразу, для начала можно просто допустить ее существование. Для многих людей такой подход — реальность. Примите это, даже если вы пока не уверены, что сможете стать одним из этих счастливицков. Книга приведет вас к этому. Она создана, чтобы вы увидели себя в совершенно новом свете.
- Во-вторых, вы должны осознать одно большое и жирное дуравило (дурацкое правило) об успехе. Это фальшивое убеждение в том, что вы должны работать усерднее других и уделять работе гораздо больше времени. Проще говоря, пахать. Каждый, кто в это верит, живет во лжи.

Эта книга поможет вам развеять миф о тяжелой работе. Вы перейдете на следующий уровень восприятия труда. На нем вы получите доступ к высшим состояниям сознания. А они, в свою очередь, позволят вам с легкостью менять себя и мир вокруг. Когда вы откроете эти состояния, то заметите, как в вас объединяются два прекрасных человеческих проявления. Я называю этот процесс слиянием Будды и бунтаря.