

Содержание

Глава 1	«Саня, зачем тебе это нужно?»	5
Глава 2	Неправильный борщ	15
Глава 3	Счастье — модный бренд. Оденься в него!	26
Глава 4	Бизнес: должен или хочу?	80
Глава 5	Здоровье: стоять на руках или лежать на лопатках?	110
Глава 6	Отдых без чувства вины	137
Глава 7	Отношения. Самая сложная работа	154
Глава 8	Виниловая СМС	179



Привет, друг! Заваривай чай, садись напротив и начнем разговор.

Говорить будем о счастье — просто и честно.

Однажды знакомая редактор *Forbes* поделилась со мной секретом создания легких текстов о сложных вещах. Издание славится простым слогом. Писать, значит, нужно так, будто рассказываешь историю другу за чашкой чая. Возьму этот прием на вооружение.

Представим на ближайшие восемь глав, что мы друзья. Нас ведь обоих интересует счастье. Иначе ты бы не читал эту книгу, а я бы ее не писал.

Давай сразу начистоту: я не писатель, не медитирующий гуру и не мотивационный спикер. От слова «совсем». Меня зовут Александр Суворов. Я бизнесмен, производственник. В цехах моей компании PЕT Technologies в Чернигове трудяги, засучив рукава, работают с металлом. Мы выпускаем оборудование для производства ПЭТ-тары. Сложный бизнес — не до соплей. Предпринимательству я посвятил 30 лет. Сейчас мне 50. Я достаточно жесткий мужик. По-другому — никак.

Недавно мой друг, узнав, что я пишу книгу о счастье, изумленно поднял брови и спросил: «Саня, зачем тебе это нужно?»

Объясню.

Я очень много учился. Много лет фаршировал свой мозг терабайтами информации. Самой разной. Мною прочитано бесчисленное количество книг, пройдены сотни тренингов, освоены десятки практик. В образовании вбуханы миллионы. Я ж не бедный чувак, могу себе позволить. За свои ошибки я всегда платил сам. А их я совершил немало. Думаю, сделал почти все возможные ошибки, которые можно было сделать.

Темы, которые мне интересны: бизнес, управление, отношения, познание себя, здоровье и многое другое.

Пару лет назад морозным зимним утром я выгуливал собаку в лесу и меня озарило: «Хватит быть учеником! У тебя уже накоплено столько знаний. Хватит учиться, начинай жить!» Дело было в.м-2016 Я стал натягивать полученные знания на свою реальность, и как-то со скрипом получалось.

Тебе знакома такая ситуация? Читаешь умную книгу — все по делу, все по полочкам, но где-то вторым планом фонит мысль: «Ну хорошо, круто, а что с этим дальше делать?» Я понял, чего мне не хватает во всей этой истории. Много классных достойных идей не применимы в реальной жизни!

Большинство книг, которые мы читаем:

А. Написаны в США, Японии, старой Европе. Но все это другая планета, другие люди, другие правила...

Б. Написаны кабинетными теоретиками, которые не нюхали настоящего риска, проблем, провалов... металла. Они красиво складывают слова в предложения, насыщают книги и выступления красочными примерами, результатами исследований, ссылками на сотни книг и тысячи статей. Но в сухом остатке что? Одна мысль, размазанная на 400 страниц, не подкрепленная личным примером, личными болями и ошибками.

Не подумай, я не критикую и не говорю, что это плохо. Кто я такой, чтобы подвергать сомнению компетентность и глубокие мысли таких людей? Речь о другом: мимо, многое мимо. И часто нет доверия. Вот и всё.

Какими бы крутыми и грамотными ни были американская, немецкая, японская теория и практика менеджмента, они хороши в той бизнес-среде, где родились, и применимы во взаимодействии с людьми из той среды. Из любого учения можно брать что-то полезное и точно применять. И всегда в разном бизнесе, разных странах и у разных людей все это будет работать по-разному.

ГЛАВА 2

Неправильный борщ