



КАК ОБЫЧНЫЕ ЛЮДИ СТАНОВЯТСЯ ВЫДАЮЩИМИСЯ

БУДДЕ

ЛУЧШЕЙ ВЕРСИЕЙ СЕБЯ

ОТ ПОПЫТКИ
САМОУБИЙСТВА
К ЖИЗНИ,
НАПОЛНЕННОЙ
СМЫСЛОМ



ДЭН ВАЛЬДШМИДТ

Дэн Вальдшмидт
**Будь лучшей версией себя. Как обычные
люди становятся выдающимися**

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=8904006

*Будь лучшей версией себя. Как обычные люди становятся выдающимися / Дэн Вальдшмидт:
Манн, Иванов и Фербер; Москва; 2015
ISBN 978-5-00057-377-8*

Аннотация

В этой книге описаны истории обычных людей, добившихся неординарного успеха. От них веет невероятной энергией. Они никого не оставят равнодушным и обязательно вдохновят вас на новые достижения в профессиональной и личной жизни, потому что это истории из жизни реальных людей из разных областей деятельности, которые рискнули и добились выдающегося результата.

На русском языке публикуется впервые.

Содержание

| | |
|--|----|
| Пролог | 5 |
| Вам не нужны другие книги по достижению успеха | 8 |
| Перестаньте искать себе оправдания | 10 |
| Смелые разговоры | 14 |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 15 |

Дэн Вальдшмидт Будь лучшей версией себя. Как обычные люди становятся выдающимися

Издано с разрешения WALDSCHMIDT PARTNERS INTL.

Книга рекомендована к изданию Оксаной Флэнэгэн

Правовую поддержку издательства обеспечивает юридическая фирма «Вегас-Лекс».

© Daniel E. Waldschmidt, 2014

© Перевод на русский язык, издание на русском языке, оформление. ООО «Манн, Иванов и Фербер», 2015

* * *

В начале книги обычно приводятся мнения и отзывы читателей, которым она понравилась. Но, по сути, какое вам дело до чужих мнений?

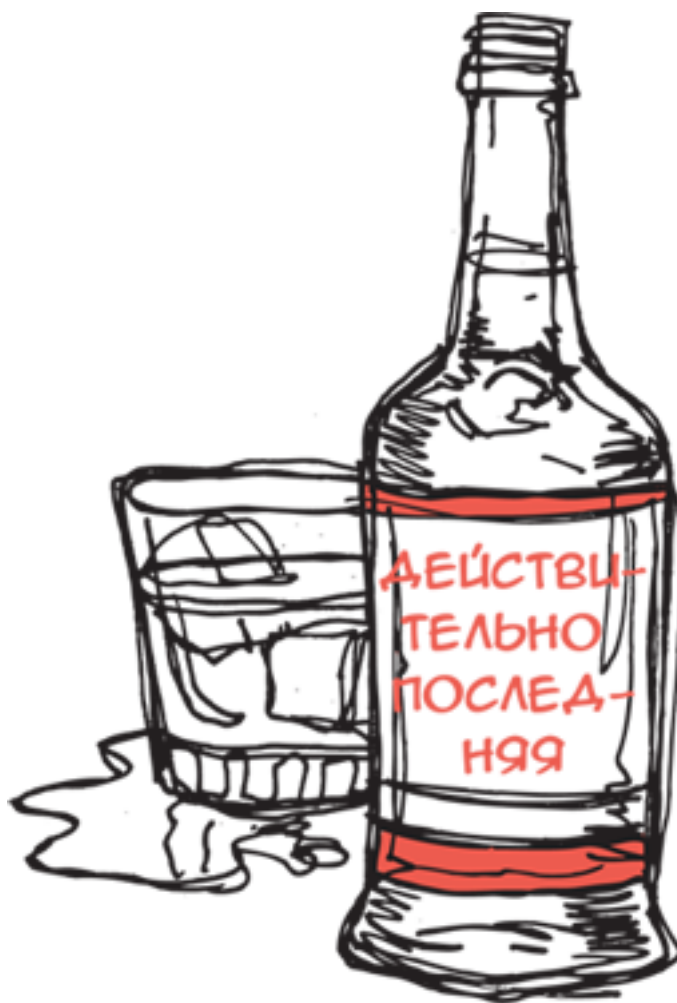
Прочтите книгу и сделайте выводы сами.

Пролог С чего все началось

Я до сих пор помню привкус холодного промасленного металла на языке.

В 25 лет я собирался умереть. Я просто хотел избавиться от боли. В тот день я сидел на ступеньках гаража с дулом пистолета во рту, в пьяном угаре, с ощущением горькой, убийственной безнадежности.

У меня было все, что можно пожелать. Но я все разрушил...



Я всегда хотел быть незаурядным, потрясающим, эксцентричным. Я хотел изменить мир и, несомненно, уже многого достиг.

К двадцати двум годам я был известен в вашингтонских деловых кругах как Вундеркинд – глава растущей компании, которая быстро расширялась по обе стороны Восточного побережья, ведя дела по всему миру. У меня была прекрасная жена, замечательный сын и дом, слишком большой для нас троих. И тем, кто не пытался заглянуть за ширму роскошных костюмов и беззаботного трепачества, казалось, что у меня все в порядке. Однако внутри я был полон вины и неверия в собственные силы. Я устал.

Несмотря на страстную увлеченность экстремальными видами спорта и склонностью работать до потери пульса – нередко я проводил на работе по несколько суток подряд, – я утратил способность подчинять мир своей воле. Мой брак разбился вдребезги. На миллион мелких осколков. И я остро чувствовал, как осколки этой катастрофы впились в мое существо.

Я не уделял внимания жене, поэтому рядом с ней появился другой мужчина. Какое-то время я делал вид, что ничего не замечаю и мне безразлично то, что происходит. Но ощущение, что твое место кто-то занял, разъедает душу. Оно сводило меня с ума. Я обвинял жену. Проклинал ее. Пытался выбросить из своей жизни. Ну что с того, что у меня не было на нее времени?!

Но где-то в глубине души я ясно понимал, что мое эгоистичное поведение и неспособность проявлять любовь испортили наши прекрасные отношения. Я больше не мог притворяться, что эта драма не разрывает мое сердце на части.

Не то чтобы мне было впервой что-то терять. Я и до этого множество раз терпел неудачи, но, как правило, рассматривал их как очередную ступеньку к успеху. И всегда считал успех чем-то неизбежным. Похоже, так и было.

Только в этот раз неудача постигла меня в семейной жизни. И казалось, ничего нельзя было сделать.

Я сходил с ума, поскольку не мог ничего изменить своими силами. Мне всегда удавалось решать любые проблемы и задачи раньше других благодаря безудержному, целенаправленному, сверхчеловеческому энтузиазму. Но сделать что-либо в этой ситуации было мне неподвластно. Я не мог заставить жену верить мне. Или любить меня.

И это причиняло **невообразимую** боль.

Хотя со стороны все наверняка выглядело иначе.

Да, я не хотел терять жену – но не по каким-то благоразумным причинам. Я не мог допустить любую потерю. Ни за что! Никогда! Поэтому я изменил свое поведение на несколько месяцев – ровно на столько, чтобы показать, что я примерный семьянин. Я соблюдал все формальности: стал проводить больше времени с женой, водил ее в дорогие рестораны, устраивал сказочные шопинг-туры. Я ожидал, что три месяца образцового поведения вернут мне ее любовь и уважение. Я даже сказал ей об этом. Но это только еще больше отдалило ее.

Поэтому я ударился в то, что мне давалось лучше всего – в крайности. Дольше работал. Громче клялся. Усерднее тренировался. Каждую минуту без сна я проводил в попытках утихомирить боль.

День за днем я закрывал за собой дверь кабинета и рыдал над своим столом. Мой ассистент учтиво стучался, напоминая мне о совещаниях. Я умывался, поправлял галстук и отправлялся проворачивать невероятные сделки. Но внутри я был подавлен и эмоционально разбит. А значит, нужно было прикладывать еще больше усилий. Что я и делал.

Я понуждал себя до изнеможения, и даже сильнее. В какой-то момент за пару дней я даже похудел на девять килограммов; а во время беспощадных тренировок в зале подхватил стафилококковую инфекцию. И сначала врачи не сумели ее обнаружить.

Четыре дня я пролежал в реанимационном отделении больницы. Ко мне водили инфекционистов, мне сделали анализ крови на СПИД и другие аутоиммунные заболевания. Все было чисто. Врачи не могли понять, в чем же дело, и видели один выход – пробовать разные антибиотики. Если один не помогал, назначали другой. Затем еще один. И так снова и снова. В конце концов я пошел на поправку.

Но мое тело было разбито. Я был слаб и потерял форму. Все, ради чего я так упорно работал, исчезло. И это причиняло мне еще больше страданий.

Я всегда считал, что сумею справиться с любыми трудностями, и всегда прилагал достаточно усилий, чтобы преодолеть их. Но сейчас, впервые в жизни, я был физически на это не способен. Мало того, что я подвел семью, я подвел самого себя. Единственный друг, который у меня оставался (я сам), меня бросил. И я не мог избавиться от ощущения одиночества. Я был поглощен своей неудачей. В голове беспрестанно крутились страшные мысли.

На этот раз я был побежден. Пришло время выйти из игры.

Если стафилококковая инфекция не убила меня, то теперь я хотел сделать это собственноручно. Вот так я очутился посреди гаража, в стельку пьяный, со стаканом виски в одной руке и пистолетом в другой.

Слезы катились градом по лицу. Моя печаль вылилась в рыдания. Она была настолько глубокой и причиняла столько боли, что я готов был умереть. Другого выхода не было. Я жаждал смерти. Смахивая слезы, я схватил коробку с пулями. Словно в тумане (в конце концов, мне придется самому выполнить эту работу), я старательно совал пулю за пулей в свой браунинг 22-го калибра, пока не набил полную обойму.

Сделав еще глоток виски и шатаясь, я поплелся к заднему крыльцу гаража. Присаживаясь, я неловко, с грохотом стукнул стакан о ступеньку. Но он уцелел. На несколько секунд это наблюдение отвлекло мое внимание от грустных мыслей. Но они тут же накатили снова.

Я поднял пистолет и поднес его к голове. Мне было любопытно, как будет лучше – приставить пистолет к виску или ко рту? Смогу ли я хотя бы в этом не напортачить? Я решил, что выстрелить в рот будет надежней.

Я был совершенно серьезен, когда почувствовал на языке вкус ружейного масла. Отчасти мне было интересно, решусь ли я это сделать, а отчасти хотелось скорее со всем покончить. Я устал от страданий.

Скоро боль уйдет. Я кивнул, как бы подтверждая самому себе, что все делаю верно.

Поставил палец на курок и стал нажимать...

Вам не нужны другие книги по достижению успеха

Вам не нужны книги по достижению успеха. Правда. Вы и так уже знаете все, что нужно: ставьте цели, упорно трудитесь, не отступайте и не сдавайтесь, пока не получите желаемое. Вы можете твердить это даже во сне.

Уж я-то в этом кое-что смыслю!

Я знаю, как достигать успеха. Меня дважды отчислили из университета. И по идее, я не должен был заработать ни цента, но заработал много миллионов долларов. (И много миллионов потерял.)

Как руководитель я управлял значительным ростом продаж в течение десяти лет. Как консультант учил компании по всему миру делать то же самое.

Я стал главой компании в возрасте двадцати пяти лет. Но я не предприниматель, просто попал в сферу бизнеса и проложил себе путь.

Я знаю, как нарушать правила и быть суперзвездой – не только в бизнесе, но и в жизни. Но я ничем не примечателен. Я обычный парень, сделавший несколько довольно необычных вещей и добившийся головокружительного успеха.

Впрочем, эта книга не дает привычных бестолковых советов о том, как добиться успеха. В ней рассказывается о том «багаже» в вашей голове, который продолжает приводить вас к неудаче. Об этом мне известно предостаточно.

Есть сотни, а то и тысячи книг по достижению успеха и высокой эффективности. Но в них не хватает практических, пусть и болезненных обсуждений эмоциональных проблем, связанных с успехом. В них не уделяется внимания не только действиям, но и состояниям. И это огромное упущение авторов, поскольку ваши действия не приведут к успеху до тех пор, пока вы не разберетесь с глубоко личными проблемами своей жизни, которые заставляют вас вести себя подобным образом.

На самом деле успех – это не ряд действий, а состояние.

Успех – это не то, что ты делаешь, а то, что ты собой представляешь.

Все, чего вы стремитесь достичь, все ваши цели, мечты и желания – это создание вашей внутренней сути, а не действий. Поэтому мы поговорим не о том, как добиться успеха, а о том, как быть успешным.

Эта книга не из тех, в которых предлагается выполнить ряд шагов, чтобы заработать миллионы долларов. Она совсем о другом. (Хотя не исключено, что это приведет вас именно к такому результату.)

Эта книга о важных истинах, о которых не принято говорить и которые вы не найдете в типичной литературе по достижению успеха. Это закулисный взгляд на боль, страх, любовь (да, именно любовь) и другие важные чувства, от которых зависит огромный успех, каким бы ни был ваш путь к нему.

Эта книга о том, кто вы, почему вы не там, где хотите быть, а также о том, как наполнить жизнь невероятными возможностями.

Эта книга вернет вас к тому, что действительно работает. Она о том, как обычный человек вроде вас и меня может стать выдающимся, чем бы он ни занимался – управлением компаний, заключением сделок или подготовкой к Олимпийским играм.

То, что вы прочтете в ней, изменит всю вашу оставшуюся жизнь. Вы превзойдете свои ожидания. Поставите перед собой невообразимые цели. Станете счастливее. И получите от этого невероятно много удовольствия. Безусловно!

Я нарочно сделал книгу очень краткой. Мне нечего расписывать, потому что истинная суть высокой эффективности предельно проста. Собственно говоря, всю ее можно уместить в одно слово –

будь!

Но, пожалуй, это было бы чересчур кратко.

«Быть» лучшей версией себя – очень вдохновляющая идея. В том, чтобы максимально реализовывать свои возможности, есть что-то, вызывающее чувство глубокого удовлетворения.

Только вы знаете свой истинный потенциал.

Но вот что я вам скажу: он гораздо больше, чем вы можете себе представить.

И вот вопрос, который вам следует задать себе: «Кто я? Кем хочу стать и зачем мне это нужно?»

Не торопитесь. Хорошенько обдумайте его. Этот вопрос глубже, чем кажется.

К сожалению, я пришел к ответу на него нелегким путем. Но при этом кое-чему научился. Тому, что невозможно подделать. Что нужно прочувствовать, прожить. Что должно охватить вас полностью. Это то, что делает вас успешным.

О чем я говорю? Что это за состояние такое?

Это одержимость. Та решительность и твердость характера, которая в итоге и определяет успех.

Дело в том, что вы не можете избежать трудностей в будущем. Они неминуемо возникнут. Жизнь вас изрядно потреплет. Вы получите апперкот по подбородку и рухнете на пол. И скорее всего, это случится в самый неожиданный момент, когда ваши руки будут опущены и вы не сможете твердо стоять на ногах.

Вот почему все, что вы сделали в прошлом и сделаете в будущем, не имеет значения! В тот момент, когда вы лежите на ринге, весь в крови, значение имеет только сила вашего духа. То, что есть внутри вас, играет решающую роль.

Безудержная отвага – вот что поднимет вас с пола.

На такой случай нет волшебной формулы или специального суперплана, состоящего из семи шагов. Только безумная одержимость одной мыслью – подняться. И чем больше усилий вы приложите, чтобы встать на ноги, чем быстрее оправитесь, тем скорее поковыляете к финишной черте, которая называется успехом.

Для этого нужно мужество.

Не мозги. Не мускулы –

а стойкость.

Потому что успех заключается не в количестве знаний, а в силе духа. Это не список, который можно скачать из интернета, не запись в блоге, которую можно перепостить в «Твиттере», и не бизнес-стратегия, которую можно скопировать из бизнес-бестселлера.

Вы должны быть более стойким. Вы должны отчаянно хотеть большего. Вы должны быть внимательнее.

На самом деле вы уже знаете, что делать. В любом случае, это не столь важно. Важнее знать, что вы будете с этим делать? Кем решите стать?

Давайте поговорим об этом.

Перестаньте искать себе оправдания

Важно только то, что вы делаете. Что бы это ни было. Мелкие дела. Крупные. Даже досадные промахи.

Важно, что вы зря тратите время. Обвиняете других в своих неудачах. Иногда ленились. Это важно, потому что вы хотите достичь своих целей. И на пути к ним нет места для отговорок. Этот путь прошел каждый из великих людей, добившихся успеха в жизни.

Зигмунда Фрейда освистали на сцене, когда он впервые представил свои теории группе ученых в Европе. Он продолжил работу и был удостоен премии Гёте за свои труды в области психологии.

Уинстон Черчилль, один из величайших политических лидеров XX столетия, стал премьер-министром в возрасте 65 лет, хотя проиграл выборы. Король назначил его на этот пост, когда предыдущий премьер-министр получил вотум недоверия.

Альберт Эйнштейн до четырех лет не говорил, до семи лет не умел читать простые слова, а позднее его отчислили из школы. Впоследствии его теория относительности произвела переворот в физике.

Генри Форд не добился успеха на фермерском поприще, не состоялся как подмастерье или механик и четырежды становился банкротом. Тем не менее он усовершенствовал массовое производство.

Стэна Смита не взяли на должность мальчика, подбирающего мячи, из-за неуклюжести. Смит 8 раз становился победителем Кубка Дэвиса и считается одним из лучших парных теннисистов всех времен.

Чарльз Шульц получил отказ в публикации всех своих карикатур, напечатанных в школьном ежегодном журнале. Шульца не взяли в компанию Walt Disney. Но он создал самую популярную серию комиксов – Peanuts.

Винсент ван Гог за всю свою жизнь продал лишь одну картину – сестре своего друга примерно за 50 долларов. Он нарисовал более 800 шедевров, семь из которых в сумме стоят 1 миллиард долларов.

Лев Толстой был исключен с юридического факультета за неуспеваемость. Преподаватели считали его «неспособным к обучению». Но он стал одним из величайших романистов в мире (вспомните «Войну и мир»).

Джон Кризи не состоялся как продавец, клерк, работник на фабрике и начинающий писатель. Он получил 754 отказа от издателей, но написал более 600 романов и считается одним из величайших писателей детективного жанра.

Хэнк Аарон не прошел отбор в бейсбольный клуб «Бруклин Доджерс» и проиграл свой первый матч в лиге со счетом 0:5. Позже он побил рекорд Главной лиги бейсбола по хоум-ранам и удерживал его на протяжении 33 лет.

Избавиться от отговорок – значит взять на себя ответственность за все стороны своей жизни и создать будущее, которым можно гордиться.

Ну и что, что раньше этого никто не делал. **Станьте первопроходцем.**

Ну и что, что у вас уже пару раз не получилось. **Пересмотрите свой подход.**

Ну и что, что у вас нет высшего образования. **Будьте любознательны. Учитесь.**

Ну и что, что в вас никто не верит. **Вам не нужно одобрение, чтобы добиться успеха.**

Ну и что, что будет трудно. **Большой успех достигается через боль и утраты.**

Ну и что, что вы пытаетесь, но пока у вас ничего не получается. **Быть отважным – всегда правильное решение.**

Ну и что, что люди не следуют за вами. **Они последуют, как только вы сделаете что-то стоящее.**

Ну и что, что вы пострадаете. **Такова цена смелости.**

Ну и что, что вас недооценивают. **Это не даст вам почивать на лаврах.**

Ну и что, что все, чему вас учили, оказалось неправильным. **Создайте новые правила.**

Ну и что, что эксперты с вами не согласны. **Эксперты могут ошибаться.**

Ну и что, что вы отдаете больше, чем получаете. **Может, вы просто станете счастливей.**

Ну и что? Ну и что? Ну и что?



ОПРАВДАНИЯ

Остальные *что если* – всего лишь отговорки. Вам нужно заглянуть к себе в душу и сразиться с демонами, которые не позволяют вам достичь успеха.

Вы не станете победителем, пока не перестанете обращать внимание на страх и неудачи, которые вас сдерживают.

Для начала вам нужно поверить в то, что вы можете быть великолепным, кем бы вы ни были на данном жизненном этапе.

Карл Джозеф (по прозвищу Сахарная Нога) родился в Мэдисоне, во Флориде. Он был четвертым из десяти детей на попечении матери-одиночки. У его бедной семьи не было денег на посещение оздоровительных и спортивных учреждений. Наверное, поэтому Карл упорно трудился, чтобы стать выдающимся спортсменом.

Подрастая, он играл в баскетбол и футбол на улице. Он дрался с ребятами постарше, что научило его быть выносливым. Не раз его жестоко валили на землю, но он всегда вскакивал и снова вступал в схватку.

В седьмом классе Карл попал в баскетбольную команду. Стоя под кольцом, он подпрыгивал прямо вверх и забрасывал мяч в корзину. И это было только начало.

В старших классах он играл в баскетбол, футбол и бегал кросс, при этом ставя рекорды практически в каждом виде спорта. На одном из соревнований он прыгнул в высоту на 1,72 метра, после чего повернулся, бросил ядро на 12,2 метра и метнул диск на 39,6 метра.

На одном из футбольных матчей с намного более высокими и сильными, чем он, противниками Карл умудрился 11 раз сделать блокировку захватом, перехватить 1 мяч и заблокировать 1 удар.

В колледже молодая суперзвезда не забросила спорт. Карл играл как средний полузащитник в Университете Бетьюна-Кукмана. Впоследствии

пятеро его товарищей по команде перешли в Национальную футбольную лигу США. Команда «Вайлдкэтс» выиграла чемпионат конференции во многом благодаря вдохновляющему примеру Карла.



Дело в том, что Карл родился без левой ноги. Все соревнования, в которых он участвовал, проходили в неравных условиях: все бегали, поворачивались и прыгали на двух ногах, а Карл все это делал, прыгая на одной.

Никаких протезов. Никаких костылей. Только мужество.

Когда репортер задал Карлу вопрос о том, какие у него есть ограничения, тот ответил: «Никаких».

Итак, какой была ваша очередная отговорка?

Важно отказаться от отговорок, если вы дорожите своим будущим. Если вы создадите для себя такое будущее, ради которого прилагаете старания, значит, ваши усилия очень важны, не так ли? И вряд ли вы хотите все испортить. Будь у вас список того, что ни в коем случае нельзя испортить, ваше будущее значилось бы в нем первым номером.

Ваши решения формируют вашу судьбу.

Не верите? Поверьте, это правда.

Рано или поздно ваши поступки – и то, что вы собой представляете, – определяют получаемый результат.

Что это значит? Вот вам практический пример. Давайте подсчитаем, сколько сна вам нужно на самом деле и как решение спать меньше повлияет на вашу жизнь. Просто вставайте на один час раньше каждый день на протяжении пятидесяти лет – и вы получите примерно 2281 дополнительный рабочий день (или 6,25 года) на достижение своих целей.

Чем чаще вы боретесь, тем чаще побеждаете.

Ваши ежедневные решения – или отговорки – со временем накапливаются. Легко сказать, что нужно усердно работать. Это всем известно, не так ли? Но сказать – не значит сделать.

Ваше будущее зависит от принимаемых решений, а не от ваших идей. Здесь действуют причинно-следственные связи, а не случайность. Вы в самом деле влияете на то, что получаете.

Нам всем хотелось бы иметь эти дополнительные 6,25 года на достижение своих целей. Но получая миллиард поминутных возможностей принять решение, например еще понежиться в кровати или встать и пойти побеждать, большинство из нас выбирает первое. В этот момент решение кажется незначительным – подумаешь, какой-то час. Но результаты его судьбоносны. В буквальном смысле слова.

Решения, которые вы принимаете сотни раз в день, формируют ваше будущее. Они все берутся в расчет.

Так как же изменить свое будущее прямо сегодня?

Для начала поверьте в свою значимость. В значимость своих поступков. В то, что ваши сиюминутные действия меняют ваши возможности в будущем.

Это ваш образ мышления; причем смелый образ мышления, если хотите. Это означает, что вы:

сохраняете позитивный настрой, когда вам страшно;

боретесь до победного конца, даже получив удар под дых;

остаетесь честным, даже если это приводит вас в смущение;

выделяете время на развитие новых навыков, талантов и идей, хотя гораздо проще было бы просто «быть собой»;

прикладываете усилия для поднятия боевого духа, не позволяя беспокойству управлять вашими решениями.

Чтобы понять, как важно избавиться от отговорок, нужно осознать результаты отдельных своих действий. Сохранять позитивный настрой 20 раз в день на протяжении 15 лет – все равно что получить 109 500 возможностей создать более счастливое будущее.

Каждый год побеждать на 1 раз больше – значит получить возможность похвастать тридцатью невероятными, сногсшибательными успехами в течение жизни.

Говорить правду на 1 раз больше каждый день – получить 365 дополнительных причин доверять себе.

Читать по одной книге в неделю на протяжении 22 лет – узнать 1144 новые идеи от умнейших людей со всего света.

Заводить пять важных знакомств в месяц (не в «Фейсбуке» или «Твиттере») на протяжении 35 лет – узнать 2100 новых людей, на которых можно рассчитывать в трудную минуту.

Множество маленьких выборов многое меняют.

Что, если бы у вас было на 109 500 больше счастливых моментов, на 30 больше успехов, на 365 дополнительных поводов больше доверять себе, на 1144 новые идеи и 2100 новых друзей больше?

Вы добились бы большего? Создали бы нечто потрясающее?

Возможно.

Вероятно.

Наверняка.

Так что прекратите оправдываться.

Смелые разговоры

Итак, я сидел на заднем крыльце гаража. Слезы катились по лицу.

Я направил пистолет в рот и положил палец на курок. Сердце переполняла боль, и я просто хотел от нее избавиться.

Вдруг меня осенило: если я нажму курок, пути назад не будет. Это конец... по-настоящему.

У такого решения не будет романтической развязки. Это же не голливудский сюжет. Это реальная жизнь. И она грязная и гадкая.

Меня оглушил собственный вопрос «Зачем я это делаю?», и я не нашел подходящего ответа.

Вытащив пистолет изо рта, я задумался над этим. Действительно ли мне хотелось умереть?

Может быть, и нет. Больше всего мне хотелось вернуть себе целостность. Собрать все осколки и склеить их.

Возможно, дело было в виски, но мне захотелось понять смысл жизни, любви, успеха и счастья. Потому что все, что я всегда считал важным, оказалось не таким.

Сквозь боль, слезы и собственное безрассудство я увидел себя таким, какой я есть. И хотя я упорно не желал это признавать, в глубине души знал, что очень виноват.

Мои плохие привычки стали причиной всех бед, а моя пассивная агрессия только усугубила ситуацию. И эта мысль глубоко меня опечалила.

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.