

ТВОЯ ЖИЗНЬ НАЧИНАЕТСЯ С ВЫБОРА

ВЫБОР, КОТОРЫЙ МЕНЯЕТ ВСЁ

О МЫШЛЕНИИ, РЕШЕНИЯХ И ДЕЙСТВИЯХ,
КОТОРЫЕ ФОРМИРУЮТ ТВОЮ РЕАЛЬНОСТЬ

СТРАХ
ЛЕНЬ
СОМНЕНИЯ
ПРОШЛОЕ
ОПРАВДАНИЯ

ЦЕЛИ
ДЕЙСТВИЯ
РОСТ
ДИСЦИПЛИНА
БУДУЩЕЕ



А Р Т У Р К У Р И К А

ВЫБОР, КОТОРЫЙ МЕНЯЕТ ВСЁ

А Р Т У Р

Артур Курика

Выбор, который меняет всё

«Автор»

2026

Курика А.

Выбор, который меняет всё / А. Курика — «Автор», 2026

Почему одни люди достигают своих целей, а другие годами топчутся на месте, даже читая те же книги? Дело вот в чём: знание само по себе ничего не меняет. Меняет действие. А действию всегда предшествует выбор. Эта книга не очередной сборник мотивационных цитат. Это практическое руководство от человека, который видел и хорошие заработки, и долги, и понял на собственном опыте простую вещь: богатым делает не размер дохода, а то, сколько ты способен сохранить. Первая часть посвящена мышлению: осознанность, привычки, страхи и внутренние установки, из которых день за днём складывается жизнь. Вторая посвящена деньгам: как перестать жить от зарплаты до зарплаты, как выбраться из долгов и как шаг за шагом построить свой капитал. Каждая глава даёт инструмент, который можно применить уже сегодня. Если вы устали ждать подходящего момента, он уже наступил.

© Курика А., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Глава	5
ЧАСТЬ ПЕРВАЯ	6
ГЛАВА 1. С ЧЕГО ВСЕ НАЧИНАЕТСЯ	6
Мечта	6
Ловушка прокрастинации	7
Почему одни получают, а другие ждут?	8
Конец ознакомительного фрагмента.	9

Артур Курика

Выбор, который меняет всё

Глава

Выбор, который меняет всё

Мышление, решения и действия, которые создают твою реальность

Каждый человек хотя бы раз в жизни задавал себе вопрос: почему всё происходит именно так, а не иначе?

Почему одни люди достигают того, о чём другие только думают? Почему у кого-то получается менять свою жизнь, а кто-то годами стоит на месте, даже понимая, что так больше нельзя?

Я тоже задавал себе эти вопросы.

За последние годы я прочитал сотни книг по саморазвитию, поиску смысла, успеху, мышлению и жизни в целом. Я искал ответы, искал закономерности, пытался понять, что действительно работает, а что остаётся красивыми словами на страницах.

В каждой книге была своя правда: где-то про дисциплину, где-то про мышление, где-то про цели, деньги, привычки или предназначение. Но со временем стало очевидно: знаний много, но результата у большинства нет. И тогда я задал себе простой вопрос: почему? Почему можно прочитать десятки, сотни книг и при этом не изменить свою жизнь? Ответ оказался несложным, но неприятным.

Потому что знание само по себе ничего не меняет.

Мы часто ищем причины снаружи: в обстоятельствах, в людях, в удаче или её отсутствии. Но правда в том, что ключ к изменениям находится не там. Он внутри. Это выбор. Не тот выбор, который мы делаем один раз и навсегда, а тот, который мы совершаем каждый день, незаметный, простой, иногда даже бессознательный.

Выбор встать или отложить. Начать или подождать. Сделать или придумать причину. Поверить или усомниться. Именно из этих решений и складывается наша реальность. Меняет жизнь не информация, её меняет действие. А действию всегда предшествует выбор.

Именно поэтому появилась эта книга.

Это не сборник теорий, не пересказ чужих идей и не попытка вдохновить вас на пару дней. Это практическое руководство. Здесь собраны и переосмыслены вещи, которые действительно работают: мышление, решения, действия, привычки, отношение к деньгам, к жизни и к себе.

Здесь нет случайных мыслей, нет «воды». Каждая глава это инструмент, который можно применить в своей жизни. Моя задача не просто дать вам информацию. Моя задача чтобы вы узнали себя. Чтобы вы увидели, где именно вы себя останавливаете, какие решения повторяете снова и снова, какие установки мешают вам двигаться вперёд.

И самое главное, чтобы вы поняли, что с этим делать.

Эта книга не сделает за вас работу, но она может дать вам ясность. А ясность это точка, с которой начинается любое реальное изменение. Если вы ищете мотивацию, она, скорее всего, закончится вместе с последней страницей.

Но если вы готовы честно посмотреть на свою жизнь, взять ответственность и начать действовать, тогда эта книга для вас. Потому что в конечном итоге вашу жизнь формирует не удача, не обстоятельства и не другие люди. А ваш выбор. Каждый день.

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ

ГЛАВА 1. С ЧЕГО ВСЕ НАЧИНАЕТСЯ

Мечта

Мечтать не вредно! Нам говорили это в детстве и продолжают говорить сейчас. Но если быть честным, многие, как и я, скажут другое: вредно — не мечтать.

Почти все великие люди, изменившие мир, такие как Томас Эдисон, Генри Форд, Никола Тесла, задолго до своих результатов использовали один и тот же инструмент. Прежде чем что-то появлялось в реальности, это уже существовало у них в голове. Они не просто думали об этом, они видели. Чётко, ярко, до мельчайших деталей. С ощущениями, с атмосферой, с конечным результатом. Они проживали это заранее. Это есть визуализация.

У вас есть мечта? Тогда вот причина, почему у большинства она так и остаётся мечтой. Всё начинается с самого слова. С возрастом мы незаметно искажаем его смысл. Мечта превращается во что-то недостижимое, почти нереальное, словно из другого мира. Она всплывает в мыслях, на секунду даёт ощущение «а вдруг», оставляет лёгкий осадок нереализованности и снова исчезает. И чтобы она не задевала наше самолюбие, мы прячем её глубже. Туда, где до неё уже трудно дотянуться.

Но что, если подойти к мечте иначе? Не анализировать, не сомневаться, не искать оправданий. А просто начать с ней работать. Так, как это делают дети.

Вспомните себя в детстве. Перед сном вы фантазировали, представляли, что ваша мечта уже стала реальностью. И это было настолько живо, настолько осязаемо, что, когда в жизни происходило что-то похожее, вы почти не удивлялись. Потому что внутри это уже случилось. Не один раз.

Эта способность превращать мысль в реальность никуда не исчезает. Она называется силой подсознания. Мы не теряем её с возрастом. Мы просто перестаём ею пользоваться. И визуализация это не мистика и не самообман. Это инструмент. Современный, практичный способ для взрослого человека вернуть контакт со своей мечтой. Наполнить её цветом, формой, деталями. Сделать её живой. И главное не прятать её, а регулярно к ней возвращаться.

Попробуйте повизуализировать перед сном. Всего пять минут, представьте себя уже живущим в своей мечте. Не то, как вы к ней идёте, а то, как уже обладаете ею. Это куда продуктивнее, чем прокручивать прошедший рабочий день.

Мы — это то, что мы думаем. Мы сегодня — это результат наших вчерашних мыслей. А наше будущее определяется прямо сейчас — теми образами, которые мы держим в голове.

* * *

«Мечта — это план Бога для вас.»

— Опра Уинфри

Ловушка прокрастинации

У вас есть мечта?

Если она не лежит на поверхности, попробуйте поискать глубже. Задайте себе несколько честных вопросов, и почти каждый найдёт внутри себя ту самую идею. То дело, которым действительно хочется заниматься. То занятие, которое приносит настоящую радость, которое вдохновляет каждый день, которое заставляет просыпаться рано утром с энергией и мыслями, и которое, если посмотреть трезво, способно приносить вам как минимум тот доход, который у вас есть сейчас, а чаще значительно больше.

Тогда возникает вопрос: почему, имея такую вдохновляющую мечту, мы оставляем её в своей жизни просто в разделе «мечта»?

Я хочу поговорить о прокрастинации.

Многие считают, что прокрастинация это бесконечно листать ленту новостей, пить кофе и откладывать рабочие задачи. Но если посмотреть глубже, становится очевидно: у некоторых из нас её корни уходят намного дальше. Они не только мешают завершать важные дела, они не дают даже начать те действия, которые могут изменить жизнь.

«У меня и так всё хорошо», скажет кто-то.

Да, в зоне комфорта действительно неплохо. Но проблема в том, что, оставаясь в ней, невозможно сделать шаг к своей мечте.

Прокрастинация это ловушка ума.

Представьте: у вас есть цель, или идея. Возможно, даже идея на миллион. Вы думаете, что было бы неплохо её реализовать. Некоторые доходят до того, что начинают обсуждать детали с близкими.

И именно здесь возникает ловушка. Мы сразу смотрим на весь проект целиком. На весь масштаб, нам становится страшно.

Замечали, как это работает? Стоит появиться важному шагу и вдруг находится десяток мелких дел, за которые мы берёмся с гораздо большим энтузиазмом. Мы выполняем их, успокаиваем себя тем, что были заняты, хвалим себя за «продуктивность», и таким образом снимаем внутреннее напряжение. И постепенно это превращается в привычку.

Мало кто готов признать это даже самому себе. Потому что это неприятно. Это задевает самолюбие. Но именно здесь начинается честность с собой.

И гораздо лучше найти корни своей прокрастинации сегодня, чем однажды оглянуться назад и задать себе вопрос: почему я так и не решился?

Не ждите подходящего момента, его не существует. Сосредоточьтесь на одном маленьком шаге прямо сейчас. Есть старая поговорка: «Если вам нужно съесть лягушку, то перестаньте на неё тарачиться».

* * *

«Цель — это мечта с дедлайном.»

— Наполеон Хилл

Почему одни получают, а другие ждут?

Хочу поделиться анекдотом, который, как мне кажется, точнее любой теории объясняет, как на самом деле достигается желаемое.

Ходит человек каждый день из года в год в церковь и молится: «Господи, ну помоги мне выиграть в лотерею миллион долларов! Ну сделай же так, чтоб я его выиграл!» Моисею стало жалко бедного человека больше всех, и он говорит Богу: «Ну Господи, ты разве не видишь, как он просит? Тебе разве трудно ему помочь?» Бог разводит руками и отвечает: «Да я сам хочу ему помочь! Но пусть он хотя бы лотерейный билетик купит!»

Смешно? Возможно. Но если честно взглянуть на себя, то многие из нас именно так и поступают. Мечтаем, молимся, ждём знака, и не делаем того единственного, что нужно: не начинаем.

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.