

СКОТТ ТЭЛЛОУЭЙ

САММАРИ

АЛГЕБРА СЧАСТЬЯ



ЗАМЕТКИ ОБ УСПЕХЕ,
ЛЮБВИ И СМЫСЛЕ ЖИЗНИ

Скотт Гэллоуэй
Алгебра счастья. Саммари.
Заметки об успехе,
любви и смысле жизни

<https://litres.ru/74079842>

Аннотация

Что такое успех? Быть может, это совсем не то, что вы думаете. Будете ли вы чувствовать себя счастливым, если добьетесь того, что в обществе принято считать успехом.

Содержание

* * *	4
Об авторе	7
5 причин прочитать эту книгу	8
Вступление	9
Основы	10
Конец ознакомительного фрагмента.	13

Алгебра счастья. Заметки об успехе, любви и смысле жизни

*** * ***

Оригинальное название:

The Algebra of Happiness: Notes on the Pursuit of Success,
Love, and Meaning

Автор: Скотт Гэллоуэй

Год издания: 2020

Количество страниц: 208

Время прочтения: 4 часа

Сложность темы: для любого уровня подготовки

Книги по теме:

- Аркадий Панц «Беседы о счастье»
- Лоретта Грациано Бройнинг «Гормоны счастья»

- Елена Резанова «Никогда-нибудь»
- Рольф Добелли «Философия хорошей жизни»
- Хэл Элрод «Магическая формула»

О книге

Если бы вам понадобилось представить формулу счастья в виде конечного числа уравнений, что это были бы за уравнения? Какие сферы человеческой жизни они описывали бы?

Об этом рассказывается в книге Скотта Гэллоуэя, известного американского предпринимателя, инвестиционно-го банкира и преподавателя курса МВА в Школе бизнеса Леонарда Стерна.

Перепробовав многое в своей жизни, автор решил поделиться с читателем тем, что на собственном опыте узнал об успехе, амбициях, карьере и деньгах. Он дает советы о том, как выбрать свой путь в жизни, как зарабатывать, сохранять и приумножать деньги. Особое внимание в книге уделяется развитию отношений с людьми, поскольку, по мнению автора, они представляют собой главную ценность и радость в нашей жизни.

Из книги вы узнаете:

- как выбрать дорогу в жизни и развивать себя;
- строить карьеру, зарабатывать, сохранять и приумножать деньги;
- отделить сущностные для счастья вещи от наносных;

- перенаправить свое внимание в нужное русло и поддерживать веру в успех;
- заводить и развивать отношения с людьми;
- поддерживать любовь в браке и партнерских отношениях.

Что такое успех? Быть может, это совсем не то, что вы думаете. Будете ли вы чувствовать себя счастливым, если добьетесь того, что в обществе принято считать успехом. Размышления профессора Гэллоуэя обо всем этом помогут вам строить свою жизнь так, чтобы она приносила удовлетворение.

Для кого

Книга будет полезна молодым людям, которые только ищут свое место в жизни, а также всем, кто задает себе вопрос, что такое подлинный успех.

Об авторе

Скотт Гэллоуэй – профессор Школы бизнеса Леонарда Стерна при Нью-Йоркском университете, входит в список 50 лучших в своей профессии, преподаватель МВА, предприниматель. Автор влога *Winners & Losers* на YouTube, а также подкастов *Pivot* вместе с Карой Суишер.

5 причин прочитать эту книгу

- 1.** Книга поднимает всегда актуальную тему счастья и баланса в жизни.
- 2.** Скотт Гэллоуэй известен как автор бестселлера «Большая четверка».
- 3.** В книге собран личный опыт автора и его знакомых, который охватывает все сферы жизни человека от успеха в карьере до здоровья и взаимоотношений.
- 4.** Четкая и понятная структура: в начале каждой главы выведены короткие «формулы успеха».
- 5.** Небанальные идеи, которые придутся кстати как молодым людям, которые ищут ориентиры, так и тем, кто хочет осмыслить собственную жизнь.

Вступление

«Алгебра счастья» – это размышления известного предпринимателя и инвестиционного банкира Скотта Гэллоуэя о самом важном в жизни. Книга поделена на четыре части.

В первой («Основы») автор делится короткими «жизненными уравнениями» – это своеобразная выжимка опыта, накопленного им и его знакомыми.

Вторая часть («Успех») посвящена тому, как преуспеть в карьере и обрести финансовую независимость.

Третья, самая большая часть, носит название «Любовь». В ней Гэллоуэй размышляет об отношениях, выборе спутника жизни, воспитании детей и заботе о родителях.

Последняя часть («Здоровье») призывает задуматься о своем теле, питании, борьбе с внутренними демонами и о последних днях жизни.

ОСНОВЫ

Испытывать стресс и чувствовать себя несчастным – нормально, утверждает Скотт Гэллоуэй. Только в молодости наша жизнь наполнена счастьем, общением, новыми знакомствами, поездками и перспективами. На втором-третьем десятке наступает самое трудное время – работа, постоянный стресс, проблемы. И только после пятидесяти мы начинаем замечать повсюду прекрасные дары жизни. «Вы осознаете, что время пребывания человека на земле ограничено, и начинаете ощущать запах роз, позволяя себе быть счастливым, как вы того заслуживаете».

Работайте, пока молоды



Если вы хотите, чтобы карьера шла вверх, вам предстоит потратить много топлива. Мир не лежит у наших ног, приходится прилагать немало усилий, чтобы занять свое место

под солнцем. Старайтесь изо всех сил!

Трудитесь упорно



Отношение количества времени, которое вы уделяете упорному труду, к тому, сколько вы наблюдаете за работой других, – отличный показатель вашего успеха в будущем. Покажите мне человека, который каждый вечер не отрывается от канала ESPN, все воскресенье смотрит футбол и не занимается спортом, – и я нарисую вам картину будущего, полного гнева и неудачных отношений. Покажите мне того, кто трудится не покладая рук и уделяет занятиям спортом столько же часов, сколько просмотру спортивных программ, – и я покажу вам преуспевающего человека.

Три условия счастливых отношений

$$\begin{array}{rcl} & \text{ЛЮБОВЬ} & \heartsuit \\ + & \text{ЦЕННОСТИ} & \text{Ц} \\ & \text{ДЕНЬГИ} & \text{₽} \\ \hline & \text{ПАРТНЕРЫ} & \text{П} \end{array}$$

Выбор спутника жизни – самое важное решение, которое предстоит сделать в жизни. Для хороших отношений важно соблюдать три условия: любить человека, иметь с ним общие ценности и одинаковые финансовые ожидания.

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.