

АЛЕКСАНДР БУДИНОВ

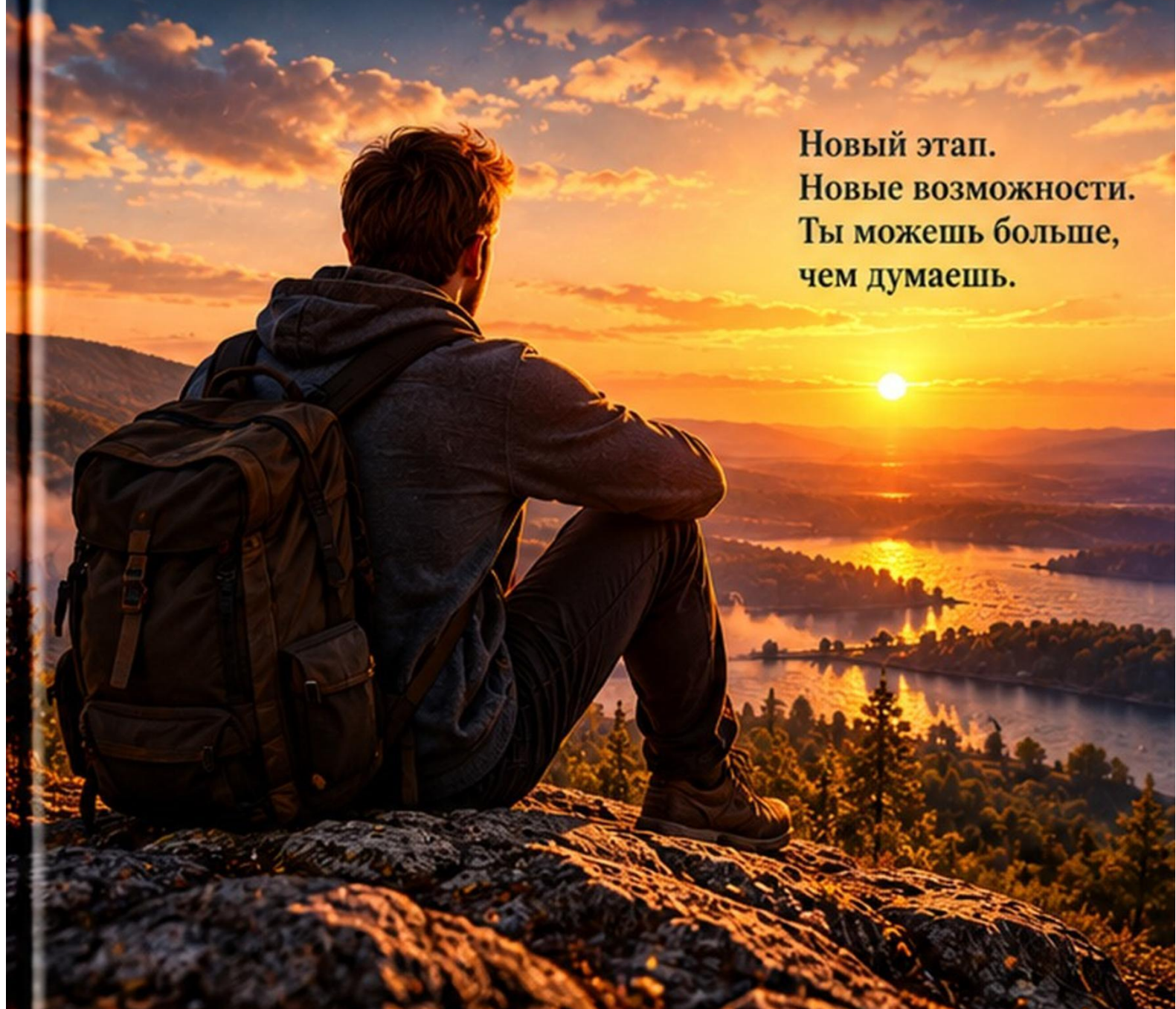
ПРАВО НА СВОЮ ЖИЗНЬ

КНИГА 10

НЕ БОЙСЯ НАЧАТЬ С НУЛЯ!

Ты не обязан оставаться прежним

Новый этап.
Новые возможности.
Ты можешь больше,
чем думаешь.



Александр Будинов

**Не бойся начать с нуля! Ты не
обязан оставаться прежним**

«Автор»

2026

Будинов А. А.

Не бойся начать с нуля! Ты не обязан оставаться прежним /
А. А. Будинов — «Автор», 2026

Антону сорок два. Восемнадцать лет он работал на одном предприятии — пока производство не закрыли. Впереди ограниченный финансовый запас, дочь-подросток и неприятный вопрос: кто он без привычной должности? Антон пытается вернуться в знакомую отрасль, осваивает новую профессию рядом с молодыми специалистами, переживает отказы и учится не стыдиться слов «я пока не знаю». Ему предстоит выбрать между устойчивостью, страхом и желанием доказать всем свою состоятельность. «Не бойся начать с нуля!» — реалистичная психологическая история о вынужденных переменах, работе, семье и достоинстве. Внутри — 30 глав, практический метод «ПОВОРОТ», упражнения, 30-дневная программа и рабочие листы. Начать новый этап — не значит обесценить всё, что было раньше.

© Будинов А. А., 2026

© Автор, 2026

Содержание

От автора	5
Пролог. Пятница, в которую не было обещанного «потом»	6
Конец ознакомительного фрагмента.	7

Александр Будинов

Не бойся начать с нуля! Ты не обязан оставаться прежним

От автора

В этой книге нет обещания, что потеря работы обязательно приведёт к «делу мечты», а новый этап окажется счастливее прежнего. Перемены бывают вынужденными, дорогими и несправедливыми. Иногда в них нужно прежде всего защитить доход, здоровье, жильё и близких, а не искать красивый смысл.

Но есть важная мысль, которой я хочу поделиться: то, что перестало работать в твоей жизни, не отменяет всего, чему ты научился. Ты не обязан снова становиться тем, кем был, чтобы иметь будущее.

Перед тобой история Антона — вымышленного человека. Она не заменяет карьерную, финансовую или психологическую консультацию. Планы, расчёты и упражнения предназначены для размышления: действовать нужно с учётом собственных обстоятельств, законодательства и реальных ресурсов.

Мы будем говорить не о мгновенном перерождении, а об устойчивости после потери, праве быть начинающим, честной оценке рисков и новых отношениях с собой. Начать с нуля — не всегда значит остаться без всего. Часто это значит перестать считать единственной дорогой путь, по которому шёл вчера.

Пролог. Пятница, в которую не было обещанного «потом»

Антон привык различать цех по звуку. Если третий пресс работал ровно, в кабинете дрожало стекло. Если ремень на подаче ослабевал, через стену доносился тонкий металлический свист. За восемнадцать лет он научился слышать неисправность раньше, чем её показывал экран.

В ту пятницу было непривычно тихо.

Начальник производства встретил его у переговорной. На столе лежала папка с логотипом предприятия. За окном стояли грузовики, которым больше не нужно было торопиться. Антон понял смысл встречи до того, как услышал слова о закрытии линии, сокращении и положенных выплатах.

Он задал три вопроса о документах, сроках и передаче оборудования. Даже записал ответы. Только потом, стоя возле проходной, обнаружил в ладони пластиковую карточку, которой ещё утром открыл привычную дверь.

В телефоне ждало сообщение от четырнадцатилетней дочери: «Пап, в воскресенье сможешь прийти на моё выступление? Только без опозданий».

Он написал: «Смогу». И впервые за много лет не знал, что сказать на вопрос, чем будет занят в понедельник.

Тогда Антон ещё не понимал, что труднее всего окажется не найти новую вакансию. Труднее будет перестать смотреть на себя глазами должности, которую у него забрали.

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.