

АЛЕКСАНДР БУДИНОВ

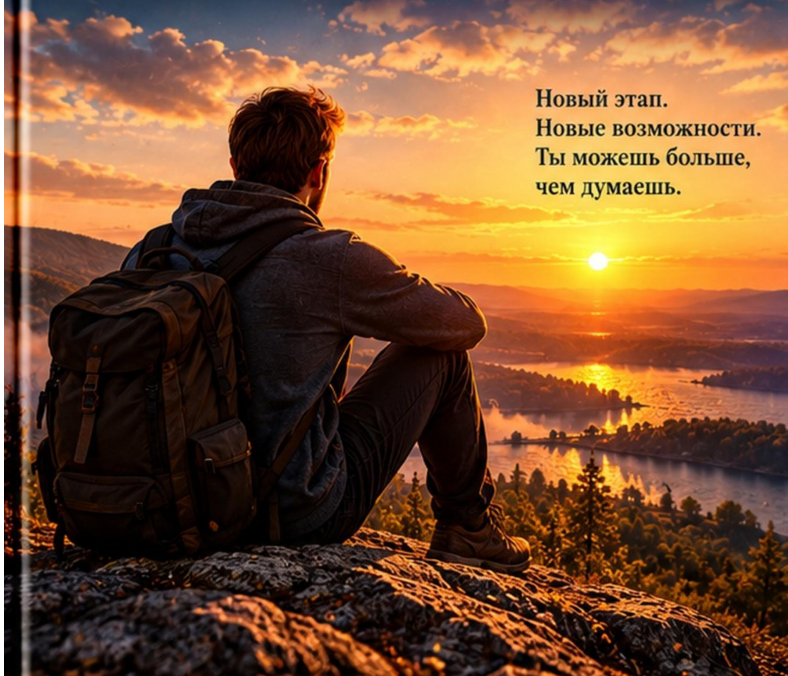
ПРАВО НА СВОЮ ЖИЗНЬ

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**

*<https://litres.ru/74688338>*

*SelfPub; 2026*

### **Аннотация**

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.

# Содержание

|                                                          |   |
|----------------------------------------------------------|---|
| От автора                                                | 4 |
| Пролог. Пятница, в которую не было<br>обещанного «потом» | 6 |
| Конец ознакомительного фрагмента.                        | 8 |

# **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 ре-

сурсов.

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.